



# Projeto Paraíso

ASSOCIAÇÃO PARAÍSO  
São José do Rio Preto - SP

Utilidade Pública Municipal - Lei nº 7.734 de 25/11/1999/CNPJ nº 02.723.572/0001-24

## **PLANO DE AULA**

**MÊS:** Junho

**PROFESSOR:** César Augusto Zancheta da Silva

**OFICINA:** Iniciação Esportiva

**TURMAS:** 1, 2, 3

**TEMA:** Basquete

## **OBJETIVO:**

Apresentar e ensinar com a prática de modalidades esportivas e atividades físicas conhecimento de diversas modalidades esportivas, desenvolvimento motor e seus benefícios físicos e mentais, além de princípios morais como respeito e disciplina proporcionada pelo esporte de maneira lúdica e divertida. Desenvolver na prática do basquete na sua iniciação a coordenação motora, lateralidade e agilidade e o aprendizado de uma modalidade esportiva que não seja tão popular.

## **DESENVOLVIMENTO:**

### **• Condução de bola:**

O educador forma quatro filas e divide os alunos em números iguais, marca com cones a distância do fundamento e demonstra, os alunos deverão bater a bola até o cone e voltar na mesma distância, com foco na adaptação do fundamento, peso da bola e mecânica do movimento;

### **• Circuito para condução de bola com ambas as mãos:**

Com os alunos já familiarizados com a condução de bola o educador utiliza a mesma distância do fundamento anterior e com cones sobre o circuito assim estimulando além da condução de bola em linha reta e movimentos laterais, também é estipulado que os alunos comecem a utilizar ambas as mãos para desenvolver melhor a coordenação;



# Projeto Paraíso

ASSOCIAÇÃO PARAÍSO  
São José do Rio Preto - SP

Utilidade Pública Municipal - Lei nº 7.734 de 25/11/1999/CNPJ nº 02.723.572/0001-24

## • Passe de peito e passe picado:

O educador divide os alunos em dupla um a frente do outro a uma distância de quatro metros e demonstra aos alunos a execução do passe picado sendo que a bola tende a quicar até chegar a pessoa que recebe o passe e o passe de peito que a trajetória da bola vai direta se quicar, assim os alunos realizam os passes um para o outro com o educador corrigindo e orientando conforme as dificuldades que vão aparecendo;

## • Circuito com condução de Bola e Passe:

O educador baseado nos fundamentos aplicados durante o mês monta um circuito com diversas situações de condução de bola e os fundamentos de passe aplicados assim recapitulando os fundamentos aplicados e observando a evolução de cada aluno.

## FEEDBACK DA AULA:

- **TURMA 1:** Nas atividades desenvolvidas durante o mês voltadas a iniciação de basquete o feedback foi bom os alunos aceitaram bem a modalidade mesmo com a dificuldade com o peso da bola o educador realizou adaptações para que os alunos conseguir executar as atividades.
- **TURMA 2:** Nas atividades desenvolvidas durante o mês voltadas a iniciação de basquete o feedback foi satisfatório a turma em si gosta muito de jogos coletivos e aceitaram bem a proposta de esporte que não seja tão popular, desenvolvendo bem os exercícios de passe picado e passe de peito.
- **TURMA 3:** Nas atividades desenvolvidas durante o mês voltadas a iniciação de basquete o feedback foi positivo a turma demonstra muito interesse pela modalidade e a evolução em sua maioria na condução de bola e coordenação com ambas as mãos foi nítida.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

[https://www.youtube.com/watch?v=yUu\\_erlKMZo](https://www.youtube.com/watch?v=yUu_erlKMZo)

<https://www.tempojunto.com/2018/05/28/brincar-de-basquete-para-continuar-desenvolvendo-a-coordenacao-motora-doa-filhos/>

<https://www.youtube.com/watch?v=U4AXX1V8qLo>

## PLANO DE AULA