

Plano de Aula

Professor: João Castro	Local: Salão	Data: 02/10/2018 – 12/10/2018 Duração: 45 min.	Aula nº 5 e 6
Sala 3 e 3.1	Nº de Alunos:	Material: bancos, colchões, arcos e sinalizadores	
Objetivo Geral: Desenvolver a coordenação motora geral e agilidade.			

Parte	Objetivo Especifico	Exercícios e conteúdos	Organização dos Alunos/ Professor
Inicial	Ativação geral Desenvolver o esquema corporal. Predispor o organismo para os exercícios seguintes.	O espelho Alunos em fila, atrás do professor, repetem o que este executar. <ul style="list-style-type: none"> • Desenvolver a noção de esquema corporal • Desenvolver a cooperação • Desenvolver a agilidade. • Desenvolver deslocamentos e mudanças de direções. 	Alunos em fila
Fundamental	- Desenvolver a coordenação motora geral. -Desenvolver a agilidade - Desenvolver o equilíbrio.	Circuito- os alunos iniciam o percurso subindo para cima dos bancos coloridos, passando de um para o outro com um pequeno passo. Seguidamente devem subir e descer os bancos que vão encontrar, no banco suco atravessam colocando um pé à frente do outro, passam por baixo do banco, saltam os sinalizadores e terminam o circuito vestindo o arco,	Alunos em fila.
Final	Retorno à calma.	Jogo das cores “Os Ajudantes” O professor diz o nome de um objeto, e os alunos vão buscar alternadamente.	Alunos sentado em roda.