



ESTADO DE MATO GROSSO
UNIVERSIDADE DO ESTADO DE MATO GROSSO
CAMPUS UNIVERSITÁRIO “JANE VANINI” DE CÁCERES
FACULDADE DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA



ERISTHELLY FERNANDA ALMEIDA DA SILVA
LOURIVALDO MALDONADO FERREIRA

ESTÁGIO SUPERVISIONADO II

CÁCERES – MT
2018

ERISTHELLY FERNANDA ALMEIDA DA SILVA
LOURIVALDO MALDONADO FERREIRA

ESTÁGIO SUPERVISIONADO II

Relatório apresentado ao Curso de Educação Física da Faculdade de Ciências da Saúde da Universidade Estadual do Mato Grosso como parte dos requisitos exigidos para a conclusão da disciplina Estágio Supervisionado II do curso de Educação Física- FACIS/UNEMAT.

CÁCERES – MT
2018

SUMÁRIO

ASPECTOS GERAIS	4
APRESENTAÇÃO DA INSTITUIÇÃO	4
ORGANIZAÇÃO DAS OFERTA	5
MATERIAIS E RECURSOS	6
ACOMPANHAMENTO	6
ASPECTOS PEDAGÓGICOS (OBSERVAÇÕES)	7
RELATO DAS INTERVENÇÕES	9
ANEXOS	10

ASPECTOS GERAIS

APRESENTAÇÃO DA INSTITUIÇÃO

O SESC ¹(Serviço Social do Comércio) é o resultado da ação conjunta de empresários e organizações sindicais, visando atender “as necessidades sociais urgentes dos trabalhadores do comércio, procurando enfrentar seus problemas, reduzir ou aliviar suas dificuldades maiores e criar condições de progresso”.

O SESC é uma entidade de direito privado, mantida pelos empresários do comércio de bens, serviços e turismo e dirigida pela Confederação Nacional do Comércio (CNC), que tem por finalidade planejar e executar medidas que contribuam para o bem-estar social e a melhoria do padrão de vida dos comerciários e suas famílias e para o aperfeiçoamento moral e cívico da coletividade.

Para melhor entender a história do SESC, citaremos um breve relato de como surgiu essa fundação:

O SESC nasceu em um período de transição. Após a vitória dos aliados na 2ª Guerra Mundial e a queda do Estado Novo de Getúlio Vargas, em 1945, os empresários brasileiros participam da democratização do país. Desenvolvia-se a industrialização e a urbanização, multiplicavam-se os movimentos sindicais pela garantia dos direitos trabalhistas. A nova constituição conferia o direito de voto a todos os brasileiros e brasileiras maiores de 18 anos.

Surgiu no Rio de Janeiro a primeira unidade do SESC, no bairro Engenho de Dentro. Assistência à maternidade, infância e combate à tuberculose foram as principais áreas de atendimento para diminuir os índices de mortalidade. Atualmente o SESC possui mais de 500 unidades fixas e móveis e a sua atuação ampliou-se com a demanda da sociedade.

As Convenções Nacionais de Técnicos passaram a ser fundamentais para avaliar a ação do Sesc e planejar novos rumos. Nesta década foi construída uma rede de Centros de Atividades destinadas a educação, cultura, lazer e assistência. Foram também criadas restaurantes, bibliotecas fixas e móveis (uma novidade na época). Preocupado com a qualificação de seus técnicos, o SESC deu início a um plano de desenvolvimento, estruturando

¹ Informações retiradas do site oficial do Sesc, na íntegra.

centros de treinamento e cursos, instituindo bolsas de estudo para seus funcionários.”

ORGANIZAÇÃO DAS OFERTAS

EDERSON	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
07h05min às 07h55min	HIDRO	HIDRO	HIDRO	HIDRO	PLANEJAMENTO
08h10min às 08h40min	PHE	PHE	PHE	PHE	PLANEJAMENTO
08h10min às 09h10min	PHE	PHE	PHE	PHE	RECREAÇÃO
09h10min às 10h00min	NATAÇÃO	NATAÇÃO	NATAÇÃO	NATAÇÃO	RECREAÇÃO
10h00min às 11h00min	mix-17-10 anos	NATAÇÃO	mix-17-10 anos	NATAÇÃO	PLANEJAMENTO

EDERSON	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
13h10min às 14h00min	FUTSAL	H/A	FUTSAL	H/A	FUTSAL
14h00min às 14h50min	mix-11-15 anos	H/A	mix-11- 15anos	H/A	mix-11-15anos
15h00min às 15h40min	EJA	NATAÇÃO	EJA	NATAÇÃO	PLANEJAMENTO
16h00min às 17h00min	HIDRO	HIDRO	HIDRO	HIDRO	PLANEJAMENTO

CLEYTON	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
15h10min às 16h00min	NATAÇÃO	EJA	NATAÇÃO		RECREAÇÃO
16h10min às 17h00min	aplaudi-4-65anos	Mix 7-10 anos	aplaudi-4-65anos	mix-7-10anos	PLANEJAMENTO
17h10min às 18h00min	mix-11-15 anos	NATAÇÃO	mix-11-15 anos	NATAÇÃO	RECREAÇÃO
18h10min às 19h00min	HIDRO	HIDRO	HIDRO	HIDRO	PLANEJAMENTO
19h10min às 20h00min	NATAÇÃO ADULTA	HIDRO	NATAÇÃO ADULTA	HIDRO	PLANEJAMENTO
20h10min às 21h00min	EJA	NATAÇÃO ADULTA	EJA	NATAÇÃO ADULTA	TREINO FUNCIONAL

MATERIAIS E RECURSOS

Por se tratar de uma entidade da iniciativa privada, o SESC Ler Cáceres possui orçamento aceitável, capaz de atender as expectativas no processo de transformação social e cidadania, além de possuir um espaço físico de alto padrão comparado com a realidade que iremos encontrar nas escolas (instituições públicas), tendo uma diversidade de materiais, o SESC conta com uma vasta variedade de materiais pedagógicos, o que completamente não deixa as dificuldades aparecer, a não ser da parte das crianças que não usufruíam do uniforme disponibilizado para eles.

ACOMPANHAMENTO

Como ponto positivo nas práticas pedagógicas, pudemos observar que antes de tudo o professor tem um critério muito forte para com os alunos, o que mais pôde ser visto foi o bom diálogo que ele tinha com as crianças, diálogo

esse que era feito antes e depois das atividades, e para uma boa atuação profissional, um diálogo é fundamental para um bom começo, além disso, as crianças não se limitavam a fazer somente o que elas sabiam, elas arriscavam tudo o que era proposto, e logicamente que elas tinham uma base para que isso acontecesse, o professor.

ASPECTOS PEDAGÓGICOS (OBSERVAÇÕES)

FICHA DE ACOMPANHAMENTO DO ESTÁGIO CURRICULAR SUPERVISIONADO II			
NOME			Nº de matrícula
Data	Carga horária	Atividade	Descrição
14/05/2018	1h	Observação do ambiente e levantamento de dados acerca da instituição	O objetivo do SESC é fornecer oportunidades educativas para crianças, jovens e adultos;
14/05/2018	1h		O SESC tem como missão promover a qualidade de vida dos trabalhadores do comércio e da sociedade como um todo, por meio de ações de saúde, educação, cultura, lazer e assistência. E tem como prioridade a busca de qualificação de seus profissionais. E o seu currículo se baseia de forma a desenvolver o esporte como educação, onde prezam para que os alunos saiam da instituição, educados e que tenham experiência no esporte.
14/05/2018	1h		No período de observação, verificamos a rotina diárias das atividades desenvolvidas no SESC Ler de Cáceres, bem como seu período de execução, com atividades das 07h00 h da manhã até as 21h00 h, com diferentes turmas/ciclos, com variadas idades. As atividades possuem cerca de 01 (uma) hora duração, ao termino acontece o rodizio das turmas/ciclos, e os professores/alunos cumprem com pontualidade os horários de início e término das atividades, os alunos recebem um lanche oferecido pelo SESC.
21/05/2018	1h		Conforme verificamos, os alunos são orientados a comparecerem nas aulas uniformizados e com trajes adequados para realizarem atividades físicas, mas nem sempre isso acontece. Há pouca evasão dos alunos no SESC Ler. As atividades são planejadas semanalmente. Todas as atividades desenvolvidas pelo professor são aceitas e executadas pelos alunos.
21/05/2018	1h		Observamos que todos os materiais esportivos são de excelente qualidade, possui uma diversidade de modalidades, (arcos, bolas, cones, dardos, colchonetes, balizas, barreiras, cestas de minibasquete e, foguetinho. Além de fornecerem materiais individualizados para práticas aquáticas na piscina, também fornecem macarrão, prancha, pé de pato entre outros materiais).
21/05/2018	1h		
21/06/2018	1h		
21/06/2018	1h		
21/06/2018	1h		
21/06/2018	1h		
28/06/2018	1h		Auxílio e apoio ao encerramento do projeto: os encantos da literatura de cordel

28/06/2018	1h		Auxílio e apoio ao encerramento do projeto: os encantos da literatura de cordel
28/06/2018	1h		Auxílio e apoio ao encerramento do projeto: os encantos da literatura de cordel
29/06/2018	1h		Auxílio e apoio ao encerramento do projeto: os encantos da literatura de cordel
29/06/2018	1h		Auxílio aos alunos da medicina realizando avaliação médica
29/06/2018	1h		Auxílio aos alunos da medicina realizando avaliação médica
29/06/2018	1h		Auxílio aos alunos da medicina realizando avaliação médica
30/06/2018	1h		Auxílio aos alunos da medicina realizando avaliação médica
30/06/2018	1h		Treino de vôlei- Vivência básica, ensino das técnicas básicas. Toque; passe e manchete.
30/06/2018	1h		Treino de vôlei- Vivência básica, ensino das técnicas básicas. Toque; passe e manchete.
30/06/2018	1h		Treino de vôlei- Vivência básica, ensino das técnicas básicas. Toque; passe e manchete.
02/07/2018	1h		Futsal- atividade recreativa e jogo formal.
02/07/2018	1h		Futsal- atividade recreativa e jogo formal.
02/07/2018	1h		Futsal- atividade recreativa e jogo formal.
02/07/2018	1h		A escolha do evento e suas características, foram decididos em comum acordo entre o Professor e os acadêmicos do 6º Semestre do Curso de Educação Física. Após a escolha do tema esporte de marca, a definição de um festival de mini atletismo lançou-nos a escolher as provas mais adequadas ao público pretendido. Posteriormente, dividimo-nos em pequenas equipes de trabalho, cada qual com sua responsabilidade e compromisso para o desenvolvimento do evento firmado. Ficando decidido a linha de atuação, tratamos de utilizar esporte de forma educacional, levando interdisciplinarmente conceitos básicos de prevenção da saúde física nas atividades de lazer e competitivas. Também, promovendo em confluência ao conteúdo tratado na instituição (SESC) o gosto pela prática do atletismo.
03/07/2018	1h		
03/07/2018	1h		
03/07/2018	1h		
03/07/2018	1h	Planejamento do evento e reunião pedagógica	
05/07/2018	1h	FESTIVAL DE MINI ATLETISMO (Com mini palestra sobre prevenção de lesões no esporte para crianças)	Ficamos responsáveis pelo rebote cruzado e o salto com corda, o rebote cruzado que a partir do centro da cruz de salto, o participante salta para frente, para trás e para os lados. Especificamente, o ponto de partida é o centro da cruz para frente, então salta para trás para o centro, logo para a direita e novamente de volta para o centro; em seguida para a esquerda e novamente volta para o centro; e, finalmente, para trás novamente e para o centro., essa prova tem um tempo de 15 segundos cronometrados para a realização e finalização da mesma para cada participante, ao final se soma o tempo total de cada
05/07/2018	1h		
05/07/2018	1h		
05/07/2018	1h		
05/07/2018	1h		
05/07/2018	1h		
05/07/2018	1h		
05/07/2018	1h		
05/07/2018	1h		
05/07/2018	1h		
06/07/2018	1h		

06/07/2018	1h		equipe.
06/07/2018	1h		Essa prova tem como objetivo trabalhar a lateralidade dos envolvidos.
06/07/2018	1h		O salto com corda trabalha a coordenação motora de cada participante, um por vez se coloca os pés paralelos na posição de saída segurando a corda de salto na frente ou atrás de seu corpo com ambas as mãos, quando se dá a ordem, se leva a corda adiante da cabeça e para baixo dos pés, onde o participante deve saltar sobre esta, esse processo deve se repetir quantas vezes cada um participante consiga em um tempo de 15 segundos tendo 2 tentativas caso erre o processo, ao final é feita a soma de todos os envolvidos dentro da equipe.
06/07/2018	1h		
11/07/2018	90h	Entrega do relatório	

RELATO DE EXPERIENCIA

As aulas da Disciplina de Estágio II foram prejudicadas por diversos fatores, como:

- Contratação tardia do professor de Estágio II;
- Mudança climática;
- Greve nacional dos caminhoneiros e;
- Copa do Mundo de Futebol.

Mesmo com todas essas problemáticas ocorridas, pudemos realizar nossas atividades de estágio II na Unidade SESC Ler de Cáceres-MT, onde observamos as diversas possibilidades de atuação da Educação Física, dentre as atuações do SESC tivemos a oportunidade de presenciar o encerramento de um dos projetos desenvolvidos na unidade, o “Encerramento do projeto: Os Encantos da Literatura de Cordel”, por se tratar de um tema que não é muito abordado nas escolas, as crianças ficaram maravilhadas com a temática, produziram textos em forma de cordel, dançaram, fizeram poesias e confeccionaram os personagens, no dia seguinte a turma de medicina esteve no local para realizar algumas avaliações médicas com as crianças.

Com auxílio do professor da Disciplina e Estágio II e com a professora da Disciplina de Socorros e Emergência, planejamos e executamos um Festival de Mini Atletismo e uma mini palestra sobre prevenção de primeiros socorros no esporte para crianças, o festival pôde nos proporcionar um maior aprendizado para com a docência, sendo assim tivemos a oportunidade de colocar em prática parte do que foi aprendido em sala de aula.

ANEXOS





IDENTIFICAÇÃO**Curso: Educação Física****Disciplina: ESTÁGIO SUPERVISIONADO II****Professores: ERISTHELLY FERNANDA E LOURIVALDO MALDONADO****Semestre letivo: 2018/1****Período:****Turma: CRIANÇAS DE 10 A 13 ANOS****Duração: 60 minutos****TEMA**

MINI ATLETISMO IAAF

JUSTIFICATIVA

Possibilitar o ensino do atletismo a crianças a partir de uma lógica adaptadas para elas. O esporte de marca é um produto importante constituído pelo homem em sua historicidade e desenvolvimento, portanto deve ser assegurado as todos, tendo em vista que trata das habilidades mais básicas dos movimentos e rotinas humanas.

Objetivo- desenvolver habilidades básicas na lógica das provas do atletismo, estimulando as crianças ao protagonismo individual e coletivo.

CONTEÚDO

Mini atletismo- rebote cruzado e salto com corda.

Atividade 1: pular corda

Com a voz de comando do professor, a criança deve:

Saltar a corda (pular corda) o maior número de sequencias possíveis em 15 segundos.

Atividade 2: rebote cruzado

O aluno deve saltar em cruz (delimitado pelo professor; um desenho no espaço físico) obedecendo uma sequência estabelecida, o maior número de vezes possível em 30 segundos.

REFERÊNCIAS

Guia de Mini-Atletismo. IAAF, 2006.

QUADRO DE POSSIBILIDADES PARA ALÉM DO LOCAL DE ESTÁGIO**PLANO DE AULA 1**

IDENTIFICAÇÃO	
Curso: Educação Física	
Disciplina: ESTÁGIO SUPERVISIONADO II	
Professores: ERISTHELLY FERNANDA E LOURIVALDO MALDONADO	
Semestre letivo: 2018/1	Período: Matutino
Turma: VI Semestre	
Duração: 60 minutos	
TEMA	
Ginástica	
JUSTIFICATIVA	
É necessário que o ensino da educação física, em especial o conteúdo das ginásticas, Obviamente que formar atletas de auto nível não é o objetivo, mas sim proporcionar a experimentação de diversas possibilidades corporais e a oportunidade de conhecer a ginástica como elemento histórico e mutante, pois ao longo da história foi se adaptando às tendências sociais.	
OBJETIVOS	
Geral: Vivenciar o processo de organização pedagógica na aula de Educação Física, a partir da tematização da Ginástica Geral (GG) – atividades gímnicas: do Domínio Corporal à Transformação Social. - Intenção pedagógica – conhecer o domínio do corpo e a conscientização corporal, o que implica em atividades que incidam nas sensações estáticas e dinâmicas, percepção, atenção, memória, linguagem e pensamento, e que, uma vez dominadas, podem ser utilizadas em várias outras atividades, como a ginástica e dança, exercícios com aparelhos, ginástica e jogos. Elaborando assim, uma série de atividades gímnicas que implicam em: a) Praticar a Ginástica utilizando o espaço/solo, proporcionando movimentos que irá exigir do praticante movimntos estáticos e dinâmicos, proporcionando assim situações de percepção e conciencia corporal, destreza e equilibrio; b) Praticar a Ginástica utilizando equipamentos, apresentando movimentos elaborados nas	

situações de equilíbrio, ritmo, coordenação motora e conscientização corporal.

CONTEÚDO

Segundo Oliveira (2004), compreendemos a Ginastica Geral (GG) como uma esfera da vida social, que, como todas as outras, influencia e é influenciada pela sociedade. Sendo assim, não podemos falar sobre a GG isolada das outras atividades da vida humana, pois desta forma corremos o risco de formar conceitos parciais e simplistas. Ainda a autora completa dizendo que é importante salientar que as outras modalidades de Ginástica são consideradas de competição, como a ginástica artística, a ginástica rítmica, dentre outras. Já a GG está orientada para as questões educacionais e do lazer, para a prática sem fins competitivos, privilegiando a demonstração.

Atividade 1: Movimento Natural – Andar

Com a voz de comando do professor, a criança deve:

Andar pelo espaço da sala, andar mais lento, andar rápido, andar de lado, andar na ponta do pé, andar com um pé só, andar pulando com os dois pés juntos (coelho). Andar por entre os obstáculos, andar com as mãos na cabeça, andar com um dedo no nariz, com as mãos na cintura, andar marchando, com as mãos no joelho, com um pé na frente do outro. Pode-se repetir os comandos mais de uma vez.

Para descontrair: em círculo realizar a brincadeira do MORTO-VIVO e ETÁTUA.

Atividade 2: Conhecendo o corpo

Estando os alunos organizados em um grande círculo, utilizando uma só bola, sentados, devem passar a bola para o colega ao seu lado (sem jogar). Iniciar a atividade com a execução lenta e aumentar a velocidade gradativamente. Adicionar aos poucos mais bolas na brincadeira. Trocar de sentido, de horário para anti-horário.

Cada aluno, com uma bola de pano. Rolar a bola na perna, do pé para a coxa e da coxa para o pé. No braço, na barriga.

Sentados em círculo, com as pernas estendidas e unidas, pedir aos alunos que encostem as mãos nos pés e retorne com os braços acima da cabeça.

Para a próxima sequência de exercícios, explore todas as possibilidades de movimento. Movimentar os pés, os joelhos, os ombros, a cabeça, a cintura.

Sentados em círculos com as pernas afastadas, executar os movimentos da seguinte forma: Mão direita no pé direito, Mão esquerda no pé esquerdo, Mão direita no pé

esquerdo, Mão esquerda no pé direito, As Duas mãos no pé esquerdo, e em seguida no pé direito.

Ainda em círculo, porem em pé, brincar de “MORTO / VIVO”, onde morto é a posição agachada e vivo a posição em pé. Variação: colocar um aluno para o comando da brincadeira. Sugestão: Aproveitando a organização em círculo, trabalhe a música a seguir com gestos. Ensine e repita a música algumas vezes.

REFERÊNCIAS

COLETIVO DE AUTORES. **Metodologia de Ensino de Educação Física**. São Paulo: Cortez, 1992.

BORTOLETO, Marco Antônio Coelho et al (orgs). **Circo: horizontes educativos**. Campinas: Autores Associados, 2016.

SAVIANI, Dermeval. **Pedagogia Histórico-Crítica: primeiras aproximações**. São Paulo: Cortez, 1991

OLIVEIRA, Rejane Cruz. **Ginástica Geral na Escola: Uma Proposta Metodológica**. Revis. Pensar a Prática. v. 7, n. 2, 2004.

PLANO DE AULA 2**IDENTIFICAÇÃO****Curso: Educação Física****Disciplina: ESTÁGIO SUPERVISIONADO II****Professores: ERISTHELLY FERNANDA E LOURIVALDO MALDONADO****Semestre letivo: 2018/1****Período: Matutino****Turma: VI Semestre****Duração: 60 minutos****TEMA**

Lutas (Jiu Jitsu Adaptado)

JUSTIFICATIVA

É necessário que o ensino da educação física, em especial o conteúdo das lutas, Obviamente que formar atletas de auto nível não é o objetivo, mas sim proporcionar a experimentação de diversas possibilidades corporais e a oportunidade de conhecer as Lutas em especial o Jiu-Jitsu como elemento histórico, O Jiu-Jitsu é, de fato, o resultado do desenvolvimento de uma arte científica de luta, é considerada a mais perfeita e completa forma de defesa pessoal de todas as épocas, sendo conhecido como “Arte das Técnicas Suaves”.

OBJETIVOS

* Vivenciar o conteúdo das Lutas de forma adaptada para a escola.

* Trabalhar o Jiu-Jitsu através de brincadeiras próximas aos seus movimentos reais.

Trabalhar as seguintes questões: o que é Jiu-Jitsu? E quais as suas principais características e seus golpes?

Vivenciar situações de jogos e brincadeiras de lutas que proporcione e beneficie o agarrar, a ginga, as quedas, os socos e outros movimentos.

Valorizar e apreciar as atividades motoras, percebendo-as como um recurso para usufruto do tempo disponível, e de valores e atitudes gerais como responsabilidade, solidariedade, respeito, cooperação, sociabilidade, disciplina, entre outros.

CONTEÚDO

Segundo a revista Graciemag apresenta a seguinte definição para Jiu-Jitsu Brasileiro

O Jiu-Jitsu brasileiro ou, lá fora, o *Brazilian Jiu-Jitsu* ou BJJ (grafado também como *jujitsu* ou *jujutsu*) é uma arte marcial de raiz japonesa que se utiliza essencialmente de golpes de alavancas, torções e pressões para levar um oponente ao chão e dominá-lo. Literalmente, *jū* em japonês significa “suavidade”, “brandura”, e *jutsu*, “arte”, “técnica”. Daí seu sinônimo literal, “arte suave”. (A HISTÓRIA DO JIU-JITSU, 2018).

AQUECIMENTO: 5 minutos

Roubar a Bandeira: Os alunos serão dispostos em duas equipes, uma de cada lado de Quadra, de posse de uma bandeira, onde as equipes deverão fixar sua bandeira na sua extremidade da Quadra. Feito isto, cada equipe deverá roubar a bandeira da outra equipe e ao mesmo tempo proteger a sua guarda (Lembrando que o “protetor” terá de evitar que o seu adversário consiga lhe tocar ou a sua bandeira). Se o componente for tocado pelo adversário deverá permanecer parado no local e só poderá voltar à brincadeira após ser salvo (tocado) por um companheiro da sua equipe. Cada vez que uma equipe conseguir roubar a bandeira do adversário e conduzi-la ao seu lado d quadra sem que o “roubador” seja tocado por algum adversário marca um ponto e a brincadeira recomeça.

Teórica 10 minutos

A Aula tem início com uma pequena abordagem teórica de 10 minutos sobre a história do Jiu-Jitsu, suas diversas características, objetivos e finalidades.

1ª parte (10 minutos) - Empurra-empurra agachado: Alunos divididos em dois grupos de números iguais, ambos os sexos ficando cada grupo paralelo ao outro, ao primeiro comando os alunos deverão ficar a uma distância de aproximadamente 90 cm a frente um do outro, agachados de cocas, ficando de mãos dadas com os colegas do outro grupo. Ao sinal do segundo comando os educandos terão que desequilibrar seu colega a fazê-lo sentar. Lembrando que todos deverão esperar o sinal do professor e não podendo ficar em pé. A brincadeira chega ao fim após todas as duplas terem um vencedor.

2ª parte (10 minutos - Pega-Balão (ou bexiga): Os alunos deverão ficar em duplas, cada um deles colocará em seu tornozelo um Balão, preso por uma fita (corda ou liga de borracha) de forma que não se desprenda. Em seguida as duplas deverão colocar as duas mãos no ombro de seu colega, e ao serem autorizados, os alunos deverão alcançar e

estourar os balões que estão no tornozelo de seu colega sem deixar que o mesmo estoure o seu. Lembrando que não é permitido tirar as duas mãos ao mesmo tempo do ombro de seu colega e nem interferir com os braços no ataque do seu adversário, sendo sua única defesa empurrá-lo pelo ombro. A brincadeira chega ao fim após todas as duplas terem um vencedor.

3ª parte (10 minutos) - Desatar o laço: Alunos divididos em duplas. Cada um deverá amarrar em volta da cintura, com um nó tipo laço, uma corda (ou fita). As duplas deverão se posicionar de forma que só possa mexer os braços. Nessa atividade os alunos deverão soltar o laço do seu oponente de forma que não permita ao seu colega tirar o seu. Lembrando que não poderá se mudarem a base de apoio, ou seja: os pés após o início do combate. A brincadeira chega ao fim após todas as duplas terem um vencedor.

4ª parte (10 minutos) - Nó maluco: Alunos dispostos em um círculo, todos sentados. Ao primeiro comando irão cumprir a tarefa indicada. (toque no seu colega a sua direita com a perna direita, agora com o braço segure na camisa do colega a esquerda, etc..).

VOLTA À CALMA: 5 minutos

Andar na Linha: Alunos dispostos em fileira. Será traçada uma linha reta de dez metros na qual, os alunos deverão passar um a um com os olhos vendados sobre ela de uma extremidade à outra e durante o percurso a turma batendo palmas. As palmas ritmarão o companheiro quando o mesmo sair da linha. Conforme ele sai da linha as palmas vai aumentando. Os alunos não deverão se manifestar verbalmente.

O objetivo além de desaquecer a musculatura e ajudar o relaxamento é a trabalhar a noção de espaço e o equilíbrio.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

COLETIVO DE AUTORES. **Metodologia de Ensino de Educação Física.** São Paulo: Cortez, 1992.

A HISTÓRIA DO JIU-JITSU. São Paulo: Gracie, 2018. Mensal. Disponível em: <http://www.graciemag.com/historia-do-jiu-jitsu/> Acesso em: 22 junho. 2018.

DRIGO, Alexandre Janotta. **A cultura oriental e o processo de especialização precoce nas artes marciais.** On Line. Disponível em <http://www.efdeportes.com/efd86/artm.htm> - Revista Digital - Buenos Aires - Año 10 - N° 86, julho 2005 – em 22 junho 2018.

PLANO DE AULA 3**IDENTIFICAÇÃO****Curso: Educação Física****Disciplina: ESTÁGIO SUPERVISIONADO II****Professores: ERISTHELLY FERNANDA E LOURIVALDO MALDONADO****Semestre letivo: 2018/1****Período: Matutino****Turma: VI Semestre****Duração: 60 minutos****TEMA**

Jogos coletivos

JUSTIFICATIVA

É necessário que o ensino da educação física, em especial o conteúdo dos jogos coletivos, não é o de formar atletas de auto nível, mas sim proporcionar a experimentação de diversas possibilidades corporais e a oportunidade de conhecer os jogos coletivos como elemento histórico e mutante, pois ao longo da história foi se adaptando às tendências sociais.

OBJETIVOS

Geral: Vivenciar o processo de organização pedagógica na aula de Educação Física, a partir da tematização jogos coletivos.

- Intenção pedagógica – conhecer o domínio da participação em equipe.

CONTEÚDO

A Educação Física, enquanto disciplina escolar apresenta variados conteúdos, tais quais o esporte, o jogo, a ginástica e atividades circenses, a dança, a luta, entre outros. Entretanto, observa-se a prevalência do conteúdo esporte, em especial dos jogos esportivos coletivos (JECs), como apontam Paes (2001) e Rosário e Darido (2005); dentre estes, destacam-se o basquetebol, futsal, handebol e voleibol.

Vale ressaltar que que tudo o que envolve mais de pessoa praticando uma mesma modalidade, são classificados como jogos coletivos, e o jogo que destacaremos será o frisbee.

Para brincar com os discos do Frisbee, as crianças necessitarão de um espaço amplo e aberto. Inicialmente poderão brincar sozinhas lançamos seus discos para o alto. Em seguida o professor poderá propor arremessos em duplas, onde as crianças tentarão

arremessar os discos umas para as outras sem deixa-los cair.

Poderá ser proposta a tradicional brincadeira do bobinho, utilizando o disco do Frisbee, em círculos as crianças terão que jogar o disco umas para as outras sem deixar que o bobinho (criança que ficará no meio do círculo) pegue o disco. Caso o bobinho pegue o disco, a pessoa que tiver arremessado por último assume o lugar do bobinho, e assim sucessivamente.

O Frisbee praticado enquanto esporte, é tradicionalmente realizado em equipes. O objetivo do jogo é semelhante a brincadeira do jogo dos 10 passes. Nesta modalidade as equipes deverão tentar realizar 10 passes interruptamente com o disco de Frisbee, enquanto a outra equipe deverá tentar interceptar o disco no ar. As equipes marcarão pontos quando conseguir realizar os 10 passes consecutivamente. A equipe que fizer mais pontos vence a partida.

O Frisbee pode seguir as regras do futebol americano, onde o objetivo de uma equipe é levar a bola (disco do Frisbee) até a zona de pontuação da outra equipe. No entanto, nesta variação de jogo não são válidos os contatos físicos exacerbados entre os jogadores, que deverão visar apenas à interceptação do disco e não do adversário. A equipe que conseguir levar o disco à zona de pontuação do time adversário, marcará um ponto.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Motriz, Rio Claro, v.16 n.3 p.751-761, jul./set. 2010.