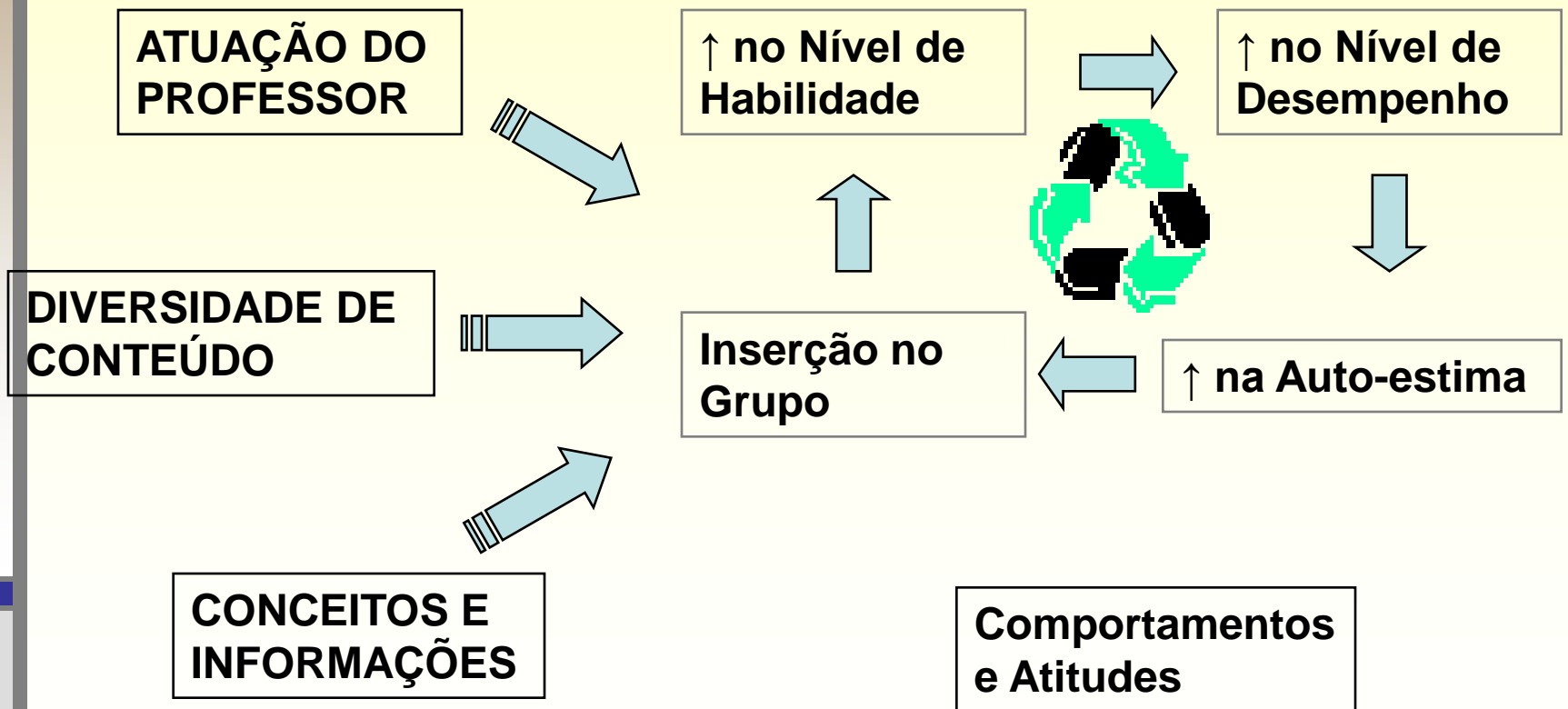


# CICLO VIRTUOSO DA EDUCAÇÃO FÍSICA



**Promover Situações que demandem decisões táticas**

**Adequar os procedimentos à fase de desenvolvimento do aluno**

**Estratégias de Motivação**

**Procedimentos Didáticos no Processo da Aprendizagem Motora**

**Capacidade de:**

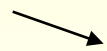
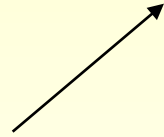
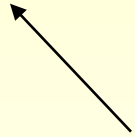
**Conhecimento dos detalhes técnicos das HM**

**Seleção de Estratégias de Ensino**

**Observar**

**Avaliar**

**Corrigir**



# Atuação do Professor

- Servir de exemplo
  - Postura
  - Demonstração
- Auxiliar
  - Oferecer segurança
- Apoio verbal
  - Reforço no aprendizado
- Apoio gestual
  - Pequenas correções

# PRINCÍPIOS METODOLÓGICOS

- **Princípio da inclusão**
  - Os conteúdos e estratégias escolhidos devem sempre propiciar a inclusão de todos os alunos.
- **Princípio da diversidade**
  - A escolha dos conteúdos deve, tanto quanto possível, incidir sobre a totalidade da cultura corporal de movimento, incluindo jogos, esporte, atividades rítmicas/expressivas e dança, lutas/artes marciais, ginásticas e práticas de aptidão física, com suas variações e combinações.
- **Princípio da complexidade**
  - Os conteúdos devem adquirir complexidade crescente com o decorrer das séries, tanto do ponto de vista estritamente motor (habilidades básicas à combinação de habilidades, habilidades especializadas, etc.) como cognitivo (da simples informação à capacidade de análise, de crítica, etc.).
- **Princípio da adequação ao aluno**
  - Em todas as fases do processo de ensino deve-se levar em conta as características, capacidades e interesses do aluno, nas perspectivas motora, afetiva, social e cognitiva.

Betti e Zuliani, 2002



# A Aula de Educação Física

- Parte Inicial
  - Aquecimento
  - Atividades Formativas
- Parte Principal
  - Divisão para Ensino e Prática
  - Prática Desportiva
- Volta à Calma



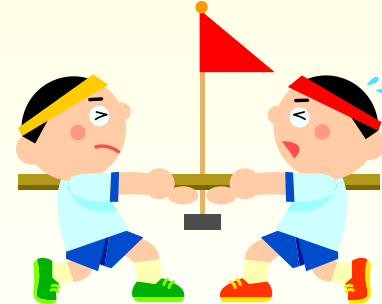
# Parte Inicial

- Aquecimento
  - Atividades vivificantes
    - Piques
    - Corridas
    - Brincadeiras
    - Movimentações articulares
  
- Objetivo:
  - Aumentar a temperatura corporal
    - Aumentar o fluxo sanguíneo localizado (aumento da FC)
    - Aumento da velocidade de transmissão do impulso nervoso
    - Reduzir o potencial de lesões (retardamento da fadiga)
  - Prevenir lesões
  - Preparar para o rendimento



# Parte Inicial

- Atividades formativas
  - Exercícios para trabalhar as valências físicas (força, resistência, flexibilidade, etc)
- Alongamentos
- Exercícios localizados
- Circuitos
- Atividades lúdicas





# Parte Principal

- Ensino e prática

- Educativos
- Desafios
- Tarefas

- **Jogos**

Simple

Elaborados

- Habilidades

- Manipulação
- Locomoção
- Equilíbrio

- Habilidades Motoras Básicas

- Correr
- Saltar
- Lançar

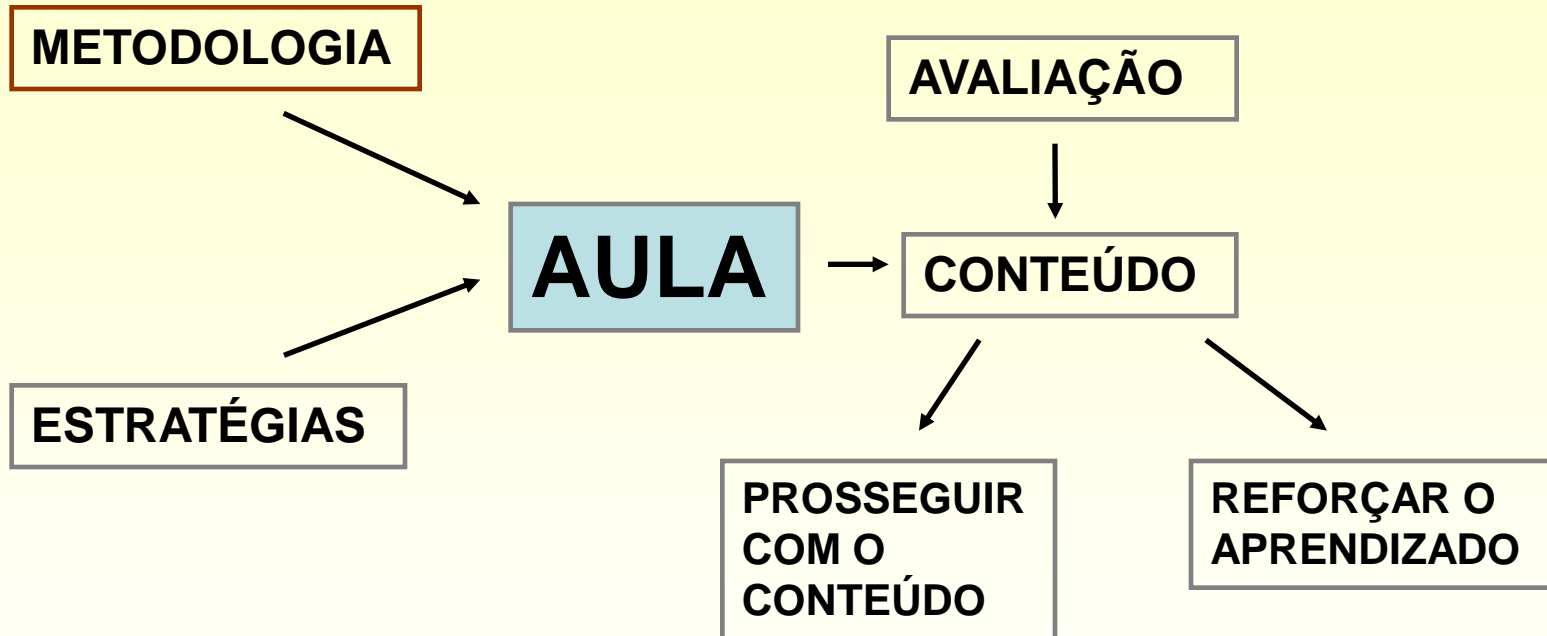
- Variações / combinações / tomada de decisão

**PROGRESSÃO PEDAGÓGICA**

# Progressão Pedagógica

- Vivência da habilidade
  - Estática
  - Em movimento (frente, costas, lateral, direção, etc)
  - Velocidade
- Modificação das condições
  - Ambiente (interferência)
- Combinações

# OBJETIVO



□ Observar os casos especiais (alunos com dificuldades na aprendizagem) --> estratégias especiais

# Parte Final (volta à calma)

- Jogo sensorial
- Pequena palestra sobre um tema
  - Regras
  - Histórico
  - Saúde, etc...

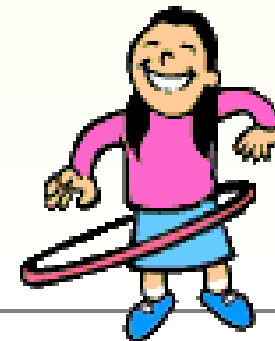
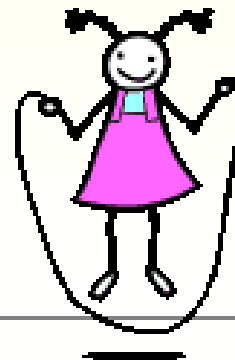


# Jogo - Variações

## Atividade Lúdica com regras pré-estabelecidas

- Formação
  - Livre
  - Colunas
  - Fileiras
  - Círculos
- Dinâmica
  - Conteste
  - Estafeta
  - Gincana
  - Interativos
    - Simples
    - Complexos

- Material
  - Bola
  - Arco
  - Corda
  - Cone
  - Raquete
  - Taco
  - Alternativos



# Os Três Mandamentos da Aula de Educação Física

## □ **Preparação**

- Coerência
  - Progressão pedagógica
  - Adequação (Atividades → Objetivo, Parte da aula)
- Previsão de recursos

## □ **Didática**

- Comunicação
  - Instrução x demonstração
- Posicionamento

**PDA**

## □ **Atitude**

- Controle
- Correção
- Participação



# APLICAÇÃO DAS ATIVIDADES

- Ordem lógica para execução de uma atividade numa aula de Educação Física
  - Elaborar um plano de aula
  - Preparação do local e do material
  - Reunir os alunos
  - Explicação da atividade
  - Disposição dos alunos no espaço (colunas, fileiras, dispersos...)
  - Distribuição do material principal (no basquetebol, a bola)
  - Desenvolvimento da atividade propriamente dita
    - Controlar as regras
    - Verificar e corrigir a execução dos gestos
    - Promover situações de iniciativa e criatividade dos alunos
    - Motivar o grupo
    - Interromper ou prosseguir

{ **Posicionamento**

# Tomada de Decisão

- ❑ **Escolher qual HM e o seu tipo**
- ❑ **Base de conhecimentos** na execução dos passes:
  - ❑ Não perder a bola de vista
  - ❑ Não passar, caso se esteja somente se livrando da bola
  - ❑ Evitar os passes tipo “balão”. Eles são um convite à interceptação do adversário
  - ❑ Fintar o passe
  - ❑ Se movimentar para servir de opção (aproximar)
  - ❑ Olhar para frente sempre que recepcionar um passe
  - ❑ Se posicionar no espaço vazio
  - ❑ Devolver para quem passou muitas vezes é a melhor opção
  - ❑ Passar e servir de opção (de preferência à frente)
  - ❑ Selecionar o tipo de passe de acordo com a situação



# Avaliação

## □ Tipos

- A **avaliação diagnóstica** ou inicial fornecer os dados para a elaboração de um projeto de desenvolvimento dos conteúdos, a partir da consideração dos conhecimentos prévios do aluno.
- A **avaliação formativa** ou concomitante É aquela que, como o nome sugere, ocorre junto ao processo de ensino e aprendizagem, fornecendo dados importantes para o ajustamento das áreas educativas, possibilitando a tomada de decisão quanto à continuidade do programado ou da necessidade de alterações.
- A **avaliação final ou somativa** se refere aos instrumentos que pretendem avaliar o final de um processo de aquisição de um conteúdo e os objetivos de aprendizagem propostos.

# Critérios

- ❑ Assiduidade
- ❑ Participação
- ❑ Envolvimento
- ❑ Atitudes
- ❑ Autonomia
- ❑ Condições de aprendizado
- ❑ Progressos motores
- ❑ Conhecimentos conceituais
- ❑ Interpretação verbal
- ❑ Pensamento crítico

**Scarpato, 2007**