

Orientações

Caderno de Apoio Pedagógico

Secretaria Nacional de Esporte Educacional – SNEED/ME
Programa Segundo Tempo / Programa mais Educação



Ministério do
Esporte



Objetivos

Apresentar os Cartões de Apoio Pedagógico como recurso ao atendimento das prioridades de desenvolvimento para a melhoria da qualidade das ações aos participantes do Esporte Educacional

Estimular a compreensão do uso de recursos como instrumentos eficazes para desenvolver a melhoria da participação e do desempenho no Esporte Educacional

Demonstrar como os Cartões podem servir para aumentar a confiança e a qualidade do ensino e da prática do Esporte Educacional

Demonstrar os aspectos chave para um planejamento eficaz da oferta qualificada do Esporte Educacional

Como é que nós acessamos o mundo?

O que é que nós utilizamos para nos comunicar e participar do mundo, prioritariamente?



O movimento

PROBLEMATIZANDO

O que é um bom movimento?

Pense e comente com os seus companheiros de sala:

O que você observaria em um jovem que se movimenta de forma eficiente?



Vamos pensar sobre os fundamentos do movimento!

As crianças precisam ter:

EQUILÍBRIO

COORDENAÇÃO

AGILIDADE



Ao dominarem estes aspectos as crianças poderão desenvolver e aperfeiçoar suas habilidades de movimento, tais como: correr, saltar, saltitar, aterrissar, mudar de direção em velocidade, girar ...

EQUILÍBRIO

... é um estado em que o corpo permanece razoavelmente estável e a estabilidade é mantida – sustentada!

Pontos chave

- **Centro de Gravidade**
- **Base de Apoio**
- **Preparação para movimentar-se**
- **A aplicação de força no corpo afeta o equilíbrio**
- **O movimento dinâmico é um constante jogo entre estabilidade e instabilidade**
- **O equilíbrio depende da informação de todos os sistemas sensoriais ...**

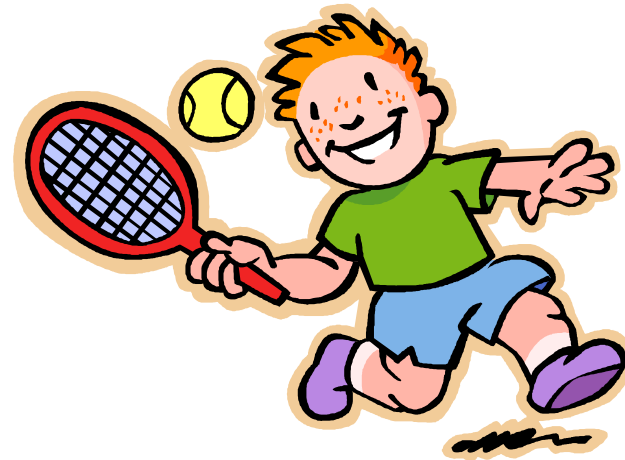


COORDENAÇÃO MOTORA

... a capacidade de organizar os movimentos decorrentes da integração entre comando central (Cérebro) e unidades motoras dos músculos e articulações.

Pontos chave

- O equilíbrio é fundamental para a coordenação
- Trabalhar a ambidestria dos membros superiores e inferiores por meio de movimentos unilaterais, bilaterais e laterais cruzados...



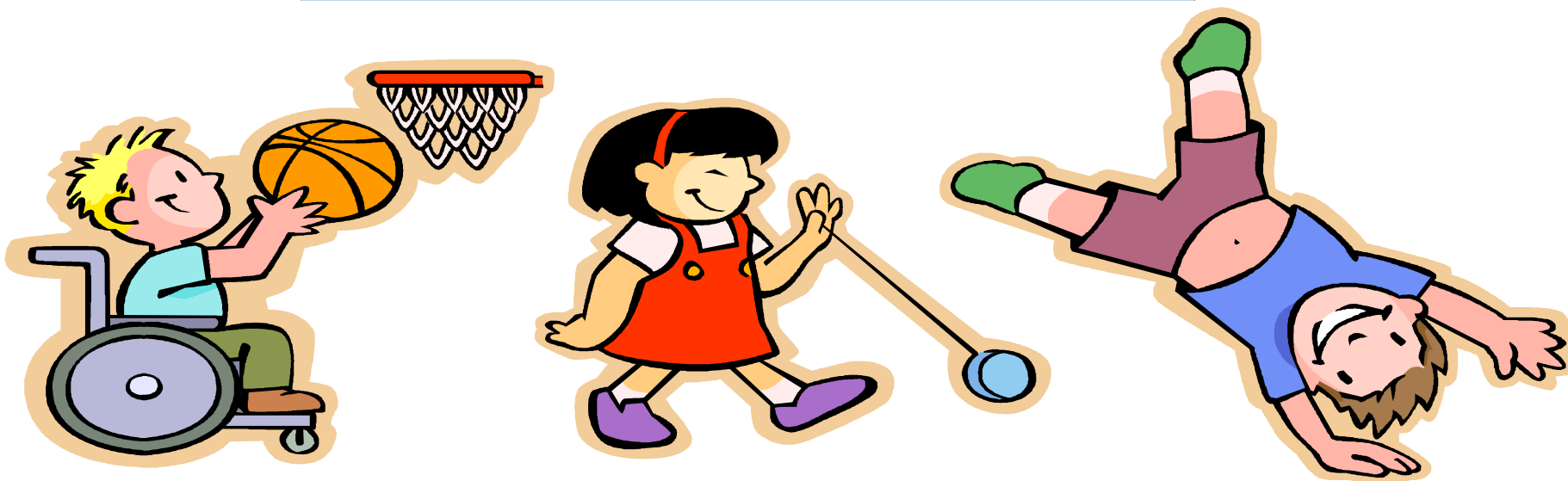
- Gerais: envolvem integração intermuscular para desenvolvimento de habilidades motoras comuns como caminhar, saltar, correr, arremessar e outras;

- Finas: relacionadas a movimentos mais específicos e refinados que, muitas vezes, exigem interação cinestésica, somestésica (sensibilidade tátil), visual, rítmica etc... (HIRTIZ 1972).

AGILIDADE

... Combina equilíbrio e coordenação

- em velocidade
- em diferentes direções
- em diferentes níveis



Aperfeiçoar as habilidades básicas de movimento

como:

Correr – Saltar – Saltitar – Aterrissar – Mudar de direção – Girar....

Tornará as Crianças aptas para:

Lançar – Receber – Conduzir – Passar – Arremessar....

E com isso se sentirem mais competentes para participar de:

**Brincadeira, Jogos, Ginásticas, Danças, Natação, Lutas,
Esportes os mais variados possíveis**

A importância de se trabalhar as Habilidades Motoras de Base



- ❖ Ser fisicamente competente aumentará a autoestima e confiança das crianças
- ❖ Encorajará as crianças a se envolverem mais em atividades físicas em seus cotidianos sem receios
- ❖ Estimulará as crianças a terem uma vida ativa e com isso evitar o sedentarismo
- ❖ Ter a base motora desenvolvida estimulará as crianças a participar de uma variedade de esportes

Como podemos fazer para ajudar?

Trabalhar atividades divertidas e variadas com as crianças que estimulem o seu equilíbrio, sua coordenação e sua agilidade (exemplos dos planos)

Estimular que as crianças pratiquem as habilidades de movimento essenciais que dão suporte à maioria dos esportes e atividades

Trabalhar com as crianças habilidades genéricas dos esportes – arremessar, receber, rebater, chutar, passar – e deixá-las praticar

Desenvolver competições e/ou festivais que envolvam as multi-habilidades e multi-esportes e que sejam, antes de tudo, alegres e divertidas



STEP

S	Espaço	<ul style="list-style-type: none">•Posicionamento estático no espaço individualmente•Movendo-se pelo espaço de forma geral•Distância entre ou para alguma coisa•Tamanho do alvo, objetivos e distância deles•Níveis
T	Tarefa	<ul style="list-style-type: none">•A ação em si: Correndo ou pulando, arremessando por baixo ou por cima do ombro, em voleio ou com o dorso da mão, combinação de ações•Como isso é jogado: Rápido ou devagar, com o tempo cronometrado ou livre, com cooperação ou competitividade
E	Equipamento	<ul style="list-style-type: none">•Uma ampla variedade de equipamentos pode ser utilizada ou adaptada
P	Pessoas	<ul style="list-style-type: none">•Números na atividade•O papel de cada pessoa, ex. defensor, atacante, árbitro, criador do jogo•Como eles podem trabalhar: juntos, como um time ou como adversários

PONTOS CHAVE – TIPOS DE JOGOS

- ❖ **Habilidades de pensamento específicas são necessárias para cada tipo de atividade**
- ❖ **As habilidades cognitivas das crianças devem ser desenvolvidas em conjunto com o seu desenvolvimento físico**
- ❖ **Todos os jogos se constituem de movimentos essenciais e habilidades com bola**
- ❖ **A complexidade de cada jogo varia**
- ❖ **Os participantes devem progredir em todos os aspectos da aprendizagem**
- ❖ **Vivenciar as diferentes abordagens fará com que eles aprendam de forma mais divertida**
- ❖ **Desenvolver os quatro aspectos terá implicação na maneira como os participantes se enxergarão em futuras atividades e esportes**

A VERSATILIDADE DA PROPOSTA

- ❖ **Um banco de idéias para o planejamento de ações**
- ❖ **Aconselhar e ensinar/treinar pontos para serem utilizados durante o ensino/treino de habilidades específicas**
- ❖ **Sugestões para aquecimentos e relaxamentos**
- ❖ **Ideias e ações para os alunos terem como um rol de opções no cotidiano**
- ❖ **Desenvolver diferentes aspectos da aprendizagem. Ex. aprendizagem de novas habilidades, resolução de problemas, tomada de decisões**
- ❖ **Ajudar os alunos a avaliar o próprio desempenho e o de colegas e trabalhar juntos para melhorar o que estão fazendo**
- ❖ **Oportunizar uma variedade de tipos de jogos e brincadeiras**
- ❖ **Fundamentar o planejamento de ações para que os alunos progridam no seu aprendizado**
- ❖ **Aumentar a confiança de professores, treinadores e jovens líderes para o planejamento e desenvolvimento de ações**

O que eu quero que os alunos saibam, compreendam e estejam aptos a fazer? (OBJETIVOS)

O que eles podem fazer agora? (DIAGNÓSTICO)

O que eu preciso para ensinar aos alunos e atingir os objetivos? (TAREFAS E ATIVIDADES / CONTEÚDO)

Que recursos devo utilizar? (CADERNO PEDAGÓGICO)

Que estratégias de ensino devo utilizar? (INSTRUÇÕES, DEMONSTRAÇÕES, RECURSOS VISUAIS, PROBLEMATIZAÇÕES)

Que variedade de desafios podem ser apropriados para melhorar a aprendizagem e desenvolvimento dos alunos? (STEP)

Como posso saber se os alunos alcançaram os objetivos? (OS ALUNOS ESTÃO DIZENDO E FAZENDO O QUE SE ESPERA E FOI PLANEJADO)

MOVIMENTAÇÕES E HABILIDADES

- 1. Movimentação - *Sem bola***
- 2. Adaptação à bola - *Manipulação da bola***
- 3. Movimentação - *Com bola***
- 4. Habilidades de lançamento - *Rolamento***
- 5. Habilidades de lançamento - *Arremesso***
- 6. Habilidades de lançamento - *Chute***
- 7. Habilidades de lançamento - *Batida***
- 8. Habilidades de lançamento - *Pontaria***
- 9. Habilidades de recepção - *Recepção***
- 10. Habilidades de recepção - *Controle***
- 11. Lançamento e recepção - *Em movimento***

APLICAÇÃO EM JOGOS

- 1. Pontaria - Acerte o Alvo**
- 2. Pontaria - *Acertar o alvo***
- 3. Movimentação - *Arranca fita***
- 4. Revezamento - *Estafetas***
- 5. Lançamento e recepção - *Rolando a bola***
- 6. Lançamento e recepção - *Rebater***
- 7. Lançamento e recepção - *1x1***
- 8. Lançamento e recepção - *Marcação de pontos***
- 9. Lançamento e recepção - *1-2-3-4***
- 10. Lançamento e recepção - *Trios e 3x3***

Conhecimento e compreensão de aptidão física e saúde

JOGOS DE INVASÃO

1 - Baú dos tesouros

2 - Portal

3 - Ache um gol

4 - 1-2-3-4

5 - Cinco

6 - 4 x 1

7 - Ache o espaço

8 - Passando de zona

9 - 3-aro-bola

10 - O jogo do ala

11 - Incluindo jovens com necessidades especiais e com deficiências

JOGOS DE REDE E DE PAREDE

1 - Você está pronto?

2 - Vôos e chegadas

3 - Pronto para o rebote

4 - Controle

5 - Saque

6 - Rebatida em movimento

7 - Dentro ou fora

8 - Jogadas confiáveis

9 - Longe, perto e lado a lado

10 - Faça Dez

11 - Equipe 2 x 2

12 - Incluindo jovens com necessidades especiais e com deficiências

Conhecimento e compreensão de aptidão física e saúde

PROPOSTA DE DESENVOLVIMENTO DAS ATIVIDADES PARA O SEMESTRE

12 SEMANAS ATÉ JULHO

44 PLANOS DE AULA

01 VIDEOCONFERÊNCIA NO MÊS DE MAIO

01 VIDEOCONFERÊNCIA NO MÊS DE JUNHO

Ações:

- **Selecionar planos de aula para desenvolver junto aos alunos**
- **Levantar as opiniões dos participantes sobre os temas e as atividades**
- **Apresentar uma pequena análise sobre as informações das atividades e o quanto elas contribuem com os avanços almejados**
- **Elaborar novos planos e disponibilizar na rede para que outros possam acessar. Interessante que venha com relato da experiência vivenciada**
- **Pensar na inclusão e nas questões de gênero**

OBRIGADO!

**Secretaria Nacional de Esporte Educacional – SNEED
Coordenação Geral de Acompanhamento Pedagógico e Administrativo – CGAPA**