



BALI CHILDHOOD SPORTS TEAM - FOOTBALL AND BICYCLE

FUTEBOL PARA MENINAS COM CAPINHAS

"Sport has the power to change the world" - Nelson Mandela

AULA 08

Atividades

- Selamat pagi! - Yoga
- Futpino
- Goleira para atacante finalização
- Condução amarelinha
- Clean Ball
- Alongamento 10.

Justificativa/sentido

O futebol precisa de ser praticado para além dos fundamentos através de jogos reais para que não haja uma desconexão dos fundamentos com o jogo em si.

Conteúdos

Auto-conhecimento, relações interpessoais, habilidades básicas para a prática do futebol (finalização, chute, passe, jogo de equipe, domínio e manutenção da posse), futebol como ferramenta de transformação pessoal e coletiva, qualidade de vida, ações colaborativas, esporte acessível a todas as pessoas, concentração e observação, criatividade, alimentação saudável e proteção do meio ambiente.

Objetivos

Buscar ritmo de jogo

As jogadoras devem ser estimuladas a finalizar de primeira. As goleiras devem realizar os passes que facilitem a finalização da atacante. As atacantes devem se posicionar de uma maneira que facilite o chute, que consiga ficar de frente para o gol e equilibrada. A atacante deve ser estimulada a prestar atenção na trajetória da bola e ao mesmo tempo na goleira do outro time.





Metodologia e estratégias - (Utilizar um aparelho de som para animar as atividades)

-Selamat pagi! - Yoga

Dialogar fazer uma fala inicial de acolhimento e em seguida aquecer através da Yoga

Fazer algumas posições:

Equilíbrio

Montanha

Corredor em baixo lado direito e esquerdo

Bailarina lado direito e esquerdo

Flexibilidade

Cadeira

Guerreira 1 lado direito e esquerdo

Guerreira 2 lado direito e esquerdo

Força

Variação de oração

15 min

Futpino

O educador vai organizar um caminho com cones que levará até a barrinha. As jogadoras devem chutar as suas bolas para que os cones, um a um até chegarem ao último próximo a barrinha, quando chutaram a bola tentando fazer o gol na meta.

15 min

Goleira para atacante finalização

Número de jogadores G+1 x G+1

Atacante fica no campo ofensivo e goleiro no defensivo. O goleiro faz um passe para o atacante, que deve finalizar. Ao fazer um gol, o atacante troca de lugar com o goleiro. - Gol vale 1 ponto. - Jogador deve finalizar de primeira e sem deixar a bola entrar na área adversária. - Caso o atacante adversário intercepte o passe do goleiro, este terá direito a mais dois toques na bola antes de finalizar.

Variações Mais toques antes de finalizar - Goleiros só podem passar com as mãos

Avaliação

15 min

Condução amarelinha

O educador vai organizar um caminho utilizando a escada de agilidade, os cones e os discos que levará a uma barrinha. As jogadoras devem atravessar os obstáculos e fazer a finalização em goleiras.

15 min





-Clean Ball

O educador deverá caminhar ao redor do parque e se posicionar próximo a um material descartado de forma incorreta no meio ambiente. As jogadoras devem ir tocando bola entre elas chegar ao educador, coletar os materiais descartados e depositá-los em uma sacola de pano, conduzida pelo educador.

15 min

-Alongamento 10

A educadora deverá fazer alguns exercícios de alongamento para as pernas e braços. Além de alguns exercícios de respiração.

15 min

Recursos

- 1 Aparelho de som com músicas de blues e rock
- 5 bolas
- Uma Barrinha
- 8 cones
- 8 cópias de doc direito de imagem
- 1 câmera de vídeo e um celular
- 1 estojo de primeiros socorros
- 8 garrafinhas de água
- 8 capinhas
- 9 pares de luvas
- 1 sacola de pano
- 1 folha com desenhos das posições da Yoga
- 1 cópia da aula
- 2 apitos
- 5 bambolês de cores diferentes
- 1 cronômetro
- 1 escada de agilidade
- 1 mini quadro
- 1 bomba de ar





Tempo pedagógico

- Selamat pagi! - Yoga - 15min
- Futpino - 15 min
- Goleiro para atacante finalização - 15min
- Condução amarelinha - 15min
- Clean Ball - 15min
- Alongamento 10 - 15min

Total 1h30

Avaliação

Nesta atividade, avaliaremos a desenvoltura das crianças, ao realizarem os seguintes fundamentos básicos do futebol: trabalho coletivo, passe, tática de jogo, proteção da bola, condução de bola, e chute.



PLANO X REALIZAÇÃO

Comentários sobre a aula realizada à luz do planejado com foco nas mudanças em relação à proposta inicial (conteúdo, atividade, metodologia e estratégia, recursos, tempo pedagógico)

AVALIAÇÃO

Qual foi o resultado da avaliação a respeito da participação e do aprendizado das jovens, do educador e da educadora?

OBSERVAÇÕES E COMENTÁRIOS

O que chamou a atenção a respeito das dificuldades e dos aprendizados dos/as jovens e dos/as educadores/as?

DESCOBERTAS E SUGESTÕES

Ideias novas que surgiram a partir da experiência de aula que possam enriquecer/ ampliar a prática pedagógica.

OUTROS

Algo mais que chamou a atenção e/ou que é considerado importante para ser registrado ou socializado.
