

Programas, planos e modelos

EDUCAÇÃO FÍSICA NA ADOLESCÊNCIA I

Cronograma

11/03 – Introdução e Desenvolvimento

18/03 – Desenvolvimento Físico e Motor

25/03 – Não teremos aula (Evento)

01/04 – Não teremos aula (Evento)

08/04 – Desenvolvimento Social e Cognitivo

15/04 – Não teremos aula (Feriado)

22/04 – Programa, plano e “modelos”

29/04 – Objetivos do Bacharel em EF

06/05 – “O que quer o adolescente com a EF?” – Alunos (2 Grupos)

13/05 – Aula Prática I – Professores

20/05 – Aula Prática II – Professores

27/05 – Aula Prática I – Alunos (2 Grupos)

03/06 – Aula Prática II – Alunos (2 Grupos)

10/06 – Aula Prática III – Alunos (2 Grupos)

17/06 – Aula Prática IV – Alunos (2 Grupos)

24/06 – Aula Prática V – Alunos (2 Grupos)

01/07 – Feedback

Grupos e Dias de Intervenção

Dia 27/05	Grupo 1 – Esportes coletivos – Caio Baia/ Arthur Goulart/ Thaynã Ribeiro
	Grupo 2 – Dança – Ana Clara Araújo/ Maria ziglio/ Walquiria Godoy
Dia 03/06	Grupo 3 – Fitness/Treinamento – Matheus Vittor/ Ricardo Almeida/ Caio Alves
	Grupo 4 – Esportes de Aventura – Leonardo Rodrigues/ Victor Marques/ Kini Dias
Dia 10/06	Grupo 5 – Esportes de luta – Gabriel Henrique/ Tarcísio Teixeira/ Tiago Alessandri
	Grupo 6 – Ginástica – Rogério Júnior/ Renata Fazenda/ Ricardo Henrique
Dia 17/06	Grupo 7 – Esportes de Raquete – Davi Bettiol/ Diogo Rabi/ Vinicius Ferreira
	Grupo 8 – Esportes Aquáticos – Isa/ Alessa
Dia 24/06	Grupo 9 – Esportes Individuais Terrestres -
Dia 06/05	Grupo E1 – Entrevista – Lucas Amil/ Gustavo Miranda/ Sofia Costa
	Grupo E2 – Entrevista – Pedro Boldino/ Bianca Santana/ Caio Missias

Grupos e Dias de Intervenção

Organização das aulas:

	Intervenção	Avaliação	Alunos
Aula (1) 27/05	Grupo 1	Grupos 2 e 3	Grupos 4 a 9, e E
Aula (2) 27/05	Grupo 2	Grupos 3 e 4	Grupos 1, 5 a 9, e E
Aula (3) 03/06	Grupo 3	Grupos 4 e 5	Grupos 1, 2, 6 a 9, e E
Aula (4) 03/06	Grupo 4	Grupos 5 e 6	Grupos 1 a 3, 7 a 9, e E
Aula (5) 10/06	Grupo 5	Grupos 6 e 7	Grupos 1 a 4, 8, 9 e E
Aula (6) 10/06	Grupo 6	Grupos 7 e 8	Grupos 1 a 5, 9 e E
Aula (7) 17/06	Grupo 7	Grupos 8 e 9	Grupos 1 a 6, e E
Aula (8) 17/06	Grupo 8	Grupos 9 e 1	Grupos 2 a 7, e E
Aula (9) 24/06	Grupo 9	Grupos 1 e 2	Grupos 3 a 8, e E

Lembretes

O material é na conta de vocês

O local é na conta de vocês

Se antecipem

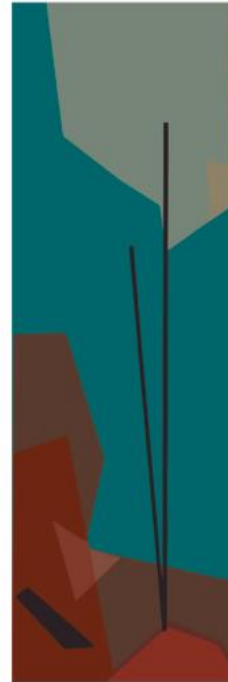
AVISO:

Eu não tenho certeza sobre o processo
Mesmo que eu esteja envolvido,
vocês darão os primeiros passos

Para entender mais

A EDUCAÇÃO FÍSICA NA ADOLESCÊNCIA
LABORATÓRIO DIDÁTICO

Umberto Cesar Corrêa
Ana Cristina Zimmermann
Walter Roberto Correia



Sobre programas e planos

Contexto “hipotético”

Em um dado contexto de intervenção

Premissa: “Indivíduos motoramente competentes são mais ativos”

Intenção: “Quero que meus alunos sejam motoramente competentes”



<https://www.sesc-sc.com.br/lazer/movimento-teen-a-importancia-da-pratica-da-atividade-fisica-para-adolescentes>

O que?

Premissa: "Indivíduos motoramente competentes são mais ativos"

Intenção: "Quero que meus alunos sejam motoramente competentes"

O que é ser competente?

Ser competente no que? (Entender teorias do comportamento!)

“Tempo”

Premissa: “Indivíduos motoramente competentes são mais ativos”

Intenção: “Quero que meus alunos sejam motoramente competentes”

Quanto tempo *demora* para alguém se tornar competente?

Como?

Premissa: "Indivíduos motoramente competentes são mais ativos"

Intenção: "Quero que meus alunos sejam motoramente competentes"

Dependente de volume? Intensidade? Condição de prática? Especificidade?

Estratégias favorecem?

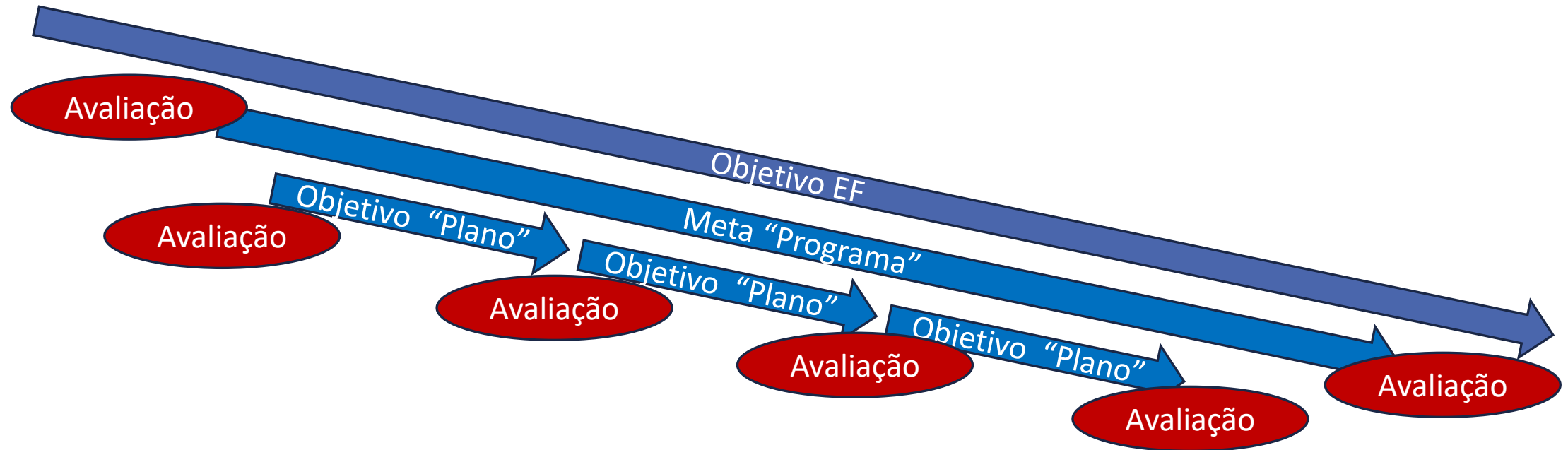
Processo de “observação da mudança”

Nossa intervenção supõe uma meta de *mudança* (mesmo quando se quer manter!)

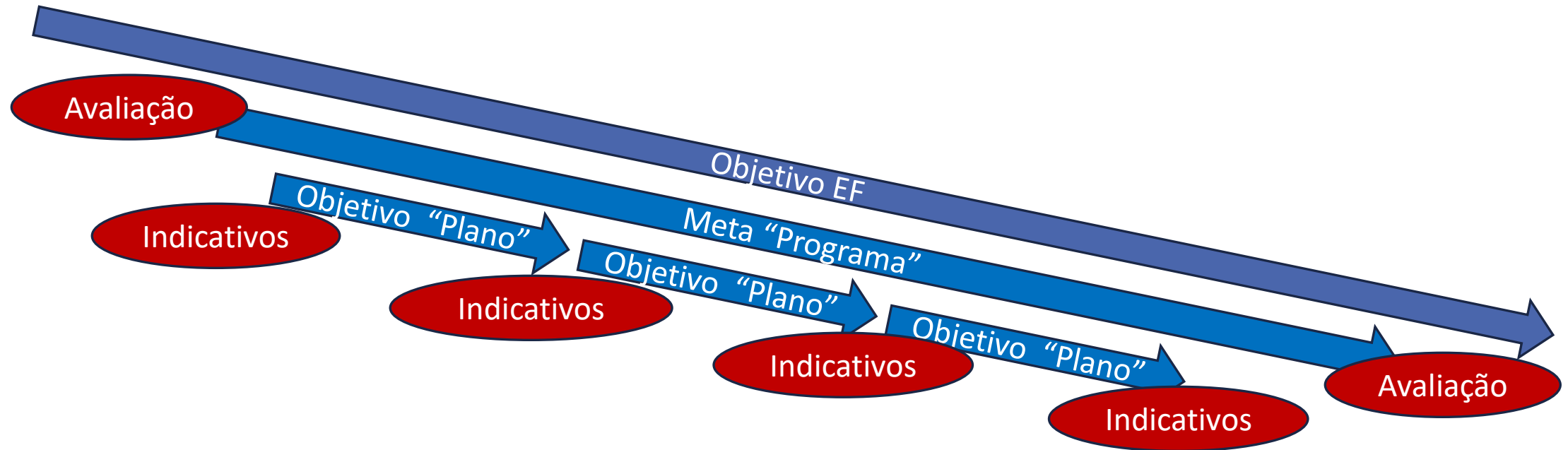
Como sabemos que houve mudança?

Avaliação *antes* e *depois* da intervenção

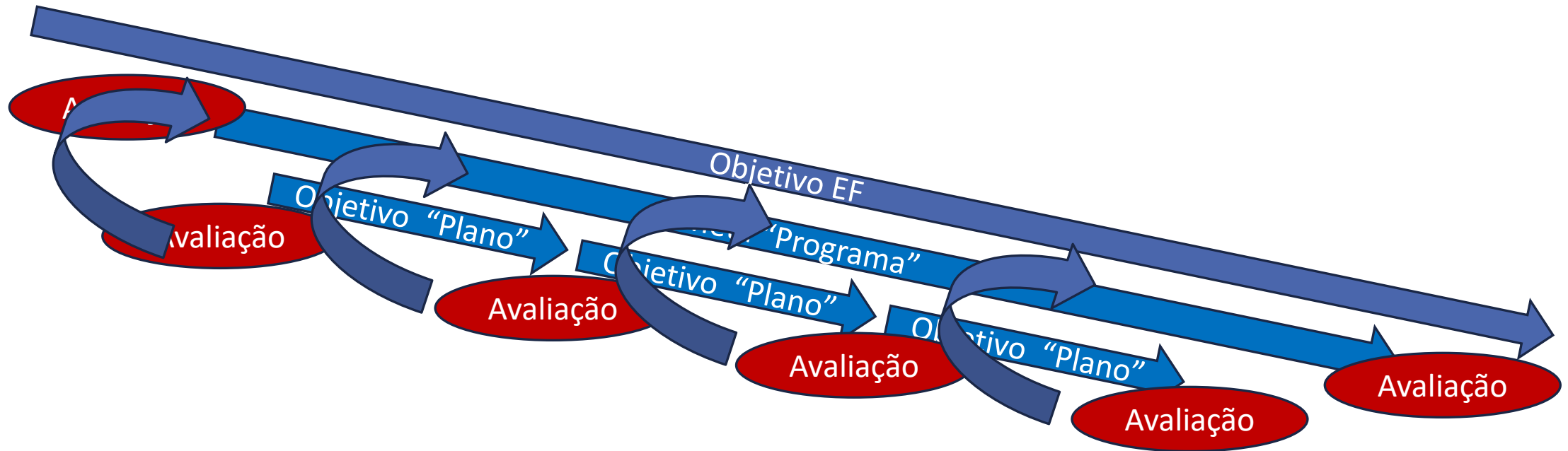
Ciclo planejamento (programa/plano)



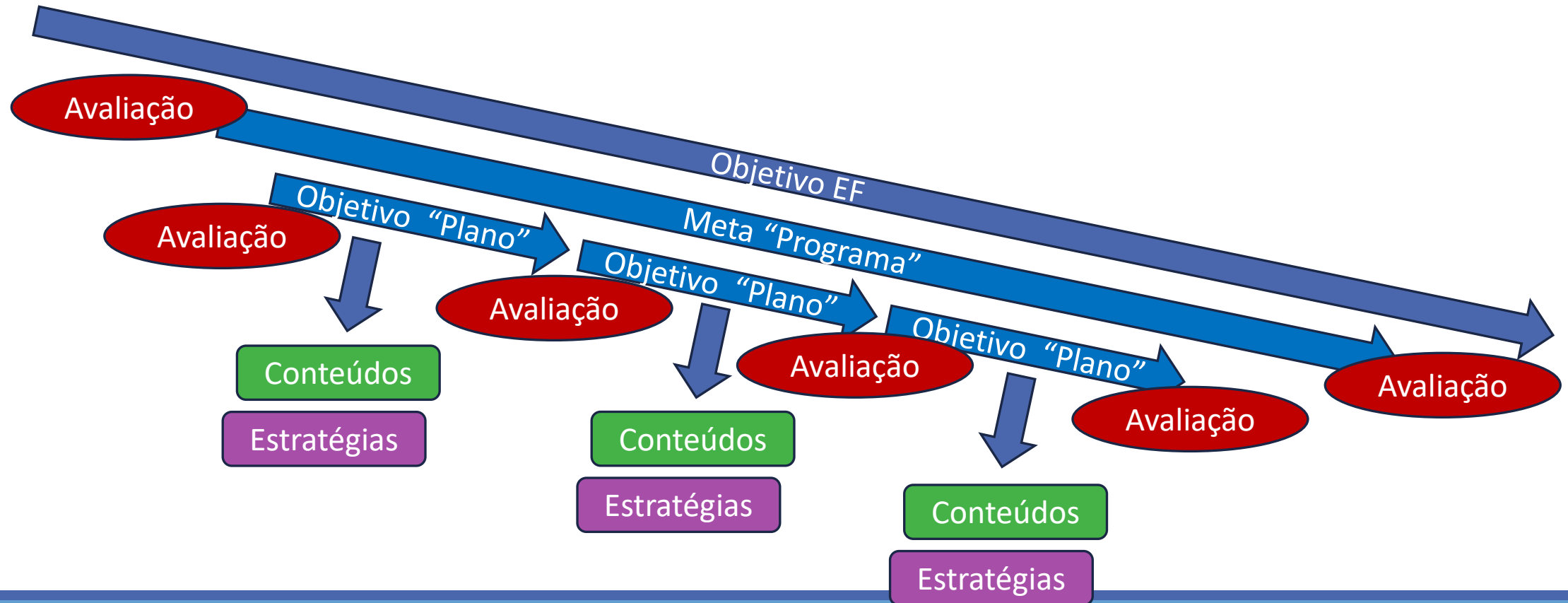
Ciclo planejamento (programa/plano)



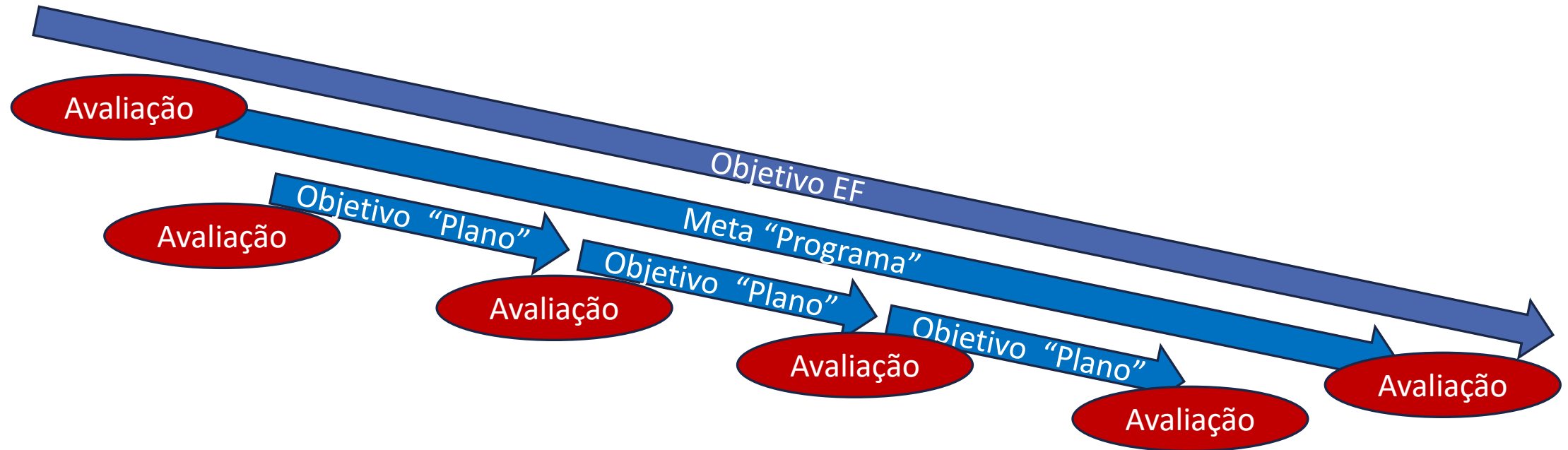
Ciclo planejamento (programa/plano)



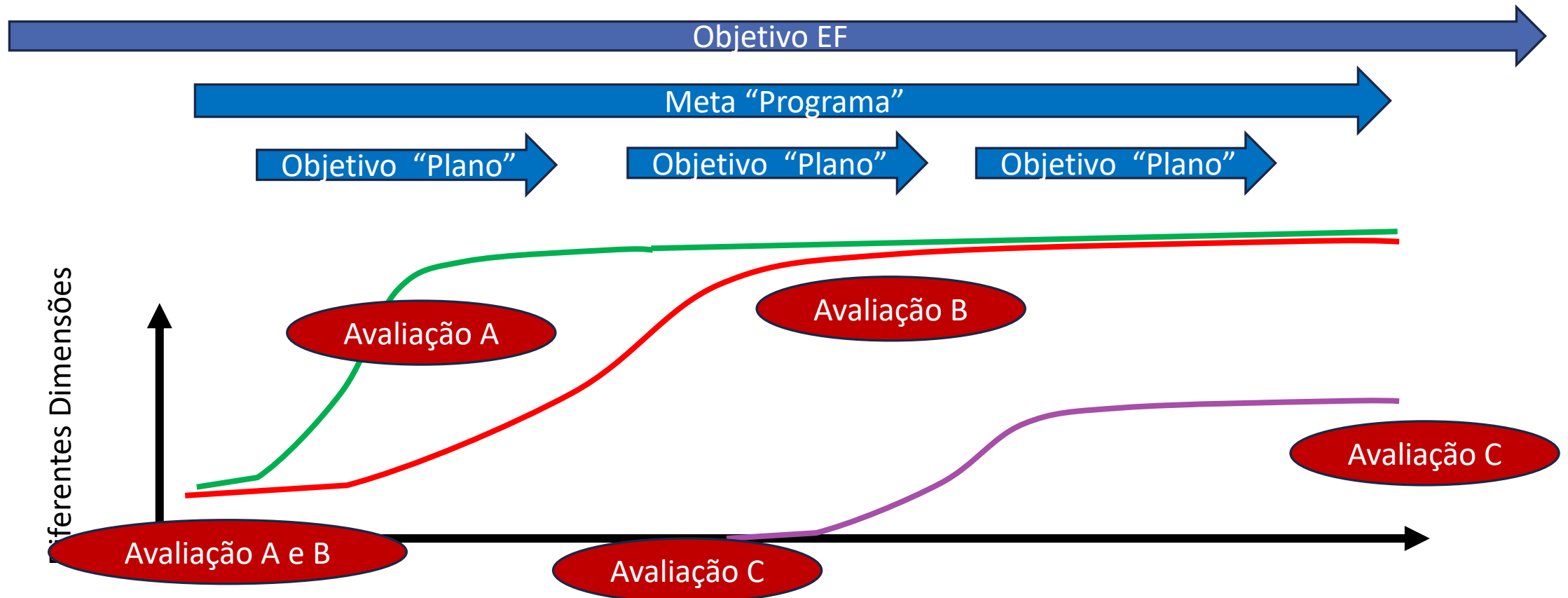
Ciclo planejamento (programa/plano)



Ciclo planejamento (programa/plano)



Ciclo planejamento (programa/plano)



Estrutura de um Plano

Componentes de um plano

Objetivos

Conteúdos

Estratégias

Avaliação



Correa et al. (2020)

Objetivos

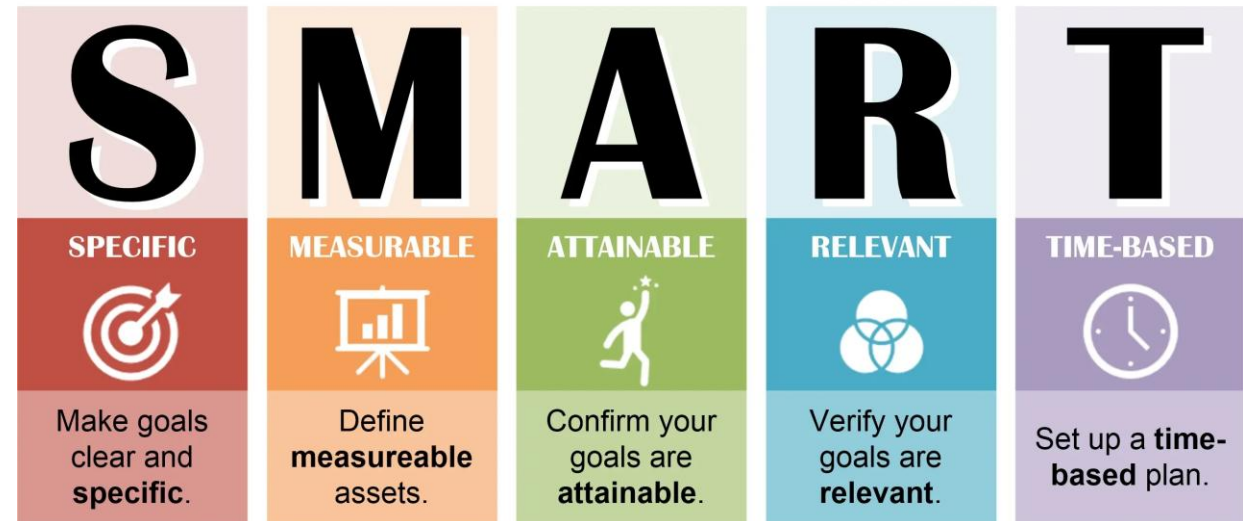
Futuro → “No final da aula (sessão, programa, etc.), o aluno deverá ser capaz de...”

Específicos → “... manter a posse de bola por 2 minutos...”

Qual domínio?

Rink (2010)

- Comportamento, situação, e critério



fossilconsulting.org

Objetivos

No final da aula os alunos deverão melhorar sua tomada de decisão

No final da aula os alunos deverão ser capazes de se *movimentar na direção da rede somente quando sua rebatida for funda e angulada (execução correta do *approach*) na troca de bola do tênis.*

Específico? Mensurável? Possível? Relevante? Planejado no tempo?

Objetivos: Notas extras

Desenvolvimento é complexo

- Mudança em um domínio → mudança potencial do indivíduo

A escolha do “comportamento” e “critério” já irá nos dar dicas sobre a avaliação

Critério “corretamente” diz muito pouco



<https://portalidea.com.br/>

Conteúdos

O que vou manipular?

- Partes
 - E.g., Forehand
- Situações
 - E.g., com e sem o *approach* (+ voleio)



Estratégias

Como?

Estratégia I

- Tempo
- Sugestão:
 - 70% do tempo para a parte principal;
 - Início: contextualização e expectativas ***
 - Fim: retomada dos objetivos

Estratégia II

- Manipulação do conteúdo em si (atividades, responsabilidades, regras, etc.)
- Troca de bola contínua
 - Bola funda (sem chance para o approach)
 - Bola intermediária (com chance para o approach)
 - Só fazer o approach se tiver angulado ou “afundado” a bola
- Equipes com troca no fundo
 - Só pontua com voleio (tem que subir a rede)

Avaliação

Necessária para compreender se a intervenção está funcionando

Podem ser indicativos, podem ser testes padronizados, pode ser percepção do aluno... mas tem que existir!

Útil para compreender dificuldades dos alunos, mas também para alterar o plano (e programa)

Quando observar?

Dependência de conhecimento prévio!



Base de conhecimento

Existe – **sempre** – a necessidade de conhecimento prévio acerca da modalidade

O que é necessário saber?

A literatura é fonte, mas não deve restringir

1. Esportes coletivos: o que os caracteriza? Quais são eles?
2. Quais são as subcategorias de esportes coletivos?
Escolha um esporte coletivo para as questões seguintes.
3. Como ele funciona em termos de regras, pessoas e equipamentos?
4. História: o que tem influenciado as mudanças nesse esporte no decorrer dos anos?
5. Contexto atual: onde se pratica? Por que se pratica?
6. Quais são as exigências fisiológicas/energéticas, perceptivas, decisórias e sociais?
7. Quais são os problemas táticos desse esporte coletivo?
8. Ele é composto de quais habilidades com e sem bola?
9. Quais são as estruturas funcionais/situações desse esporte coletivo?
10. Quais são os sistemas de ataque e defesa mais comuns?
11. Que funções os jogadores podem exercer?
12. Quais são as principais medidas preventivas de segurança envolvidas na prática desse esporte coletivo?
13. Qual é o estado da arte em termos de pesquisa?

Intervalinho

Atividade

Em grupos de 4 pessoas

- Montem um plano de aula
- Considerem um programa hipotético
- Considerem uma visão sobre EF
- (se for o grupo que irá intervir, essa atividade já irá ajudar)
- Vocês tem 45 minutos



<https://novaescola.org.br/>

Atividade

Passem o plano para outro grupo

Avaliem o plano

- 30 minutos

Expliquem o plano e sua avaliação

Analisando o objetivo, o que podemos classificar como comportamento, condição e critério? Que dimensões do comportamento humano esse objetivo focalizou? Do que menos gostou, e o que você faria para sanar/eliminar isso, sem alterar o objetivo? Há outra observação que ache pertinente destacar?

