



INSTITUTO FEDERAL DE
EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA
RORAIMA

FORMULÁRIO PARA PROPOSTA DE
EVENTOS

DIREX
2017

FORMULÁRIO PARA ENCAMINHAMENTOS DE EVENTOS

FICHA DE IDENTIFICAÇÃO

033/2017

Título do Evento: Manhã de Lazer

E-mail:		Telefone:	
Membros/Setor		E-mail	Telefone
Acadêmicos do Curso Superior em Educação Física II Módulo		Edfisicaifrr2016@gmail.com	

Período de Realização 10 de Junho de 2017	Início: 08:00 horas	Término: 11:00 horas
---	---------------------	----------------------

Carga Horária do Evento: 3 horas

Classificação do Evento:

- | | | |
|--|-------------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> Congresso | <input type="checkbox"/> Seminário | <input type="checkbox"/> Ciclo de Debates |
| <input checked="" type="checkbox"/> Evento Esportivo | <input type="checkbox"/> Exposição | <input type="checkbox"/> Festival |
| <input type="checkbox"/> Simpósio | <input type="checkbox"/> Espetáculo | <input checked="" type="checkbox"/> Outros <u>Lazer</u> |

Área Temática Principal: Marque uma única área mais relacionada ao evento.

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Comunicação | <input checked="" type="checkbox"/> Cultura |
| <input checked="" type="checkbox"/> Educação | <input type="checkbox"/> Tecnologia e Produção |
| <input type="checkbox"/> Direito Humanos e Justiça | <input type="checkbox"/> Meio Ambiente |



INSTITUTO FEDERAL DE
EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA
RORAIMA

FORMULÁRIO PARA PROPOSTA DE
EVENTOS

DIREX
2017

PROPOSTA

Resumo da proposta do Evento:

Elaborar um projeto e realizar a prática para a avaliação do Componente Curricular Saúde e Qualidade de Vida I, ministrada pelo Prof. Moacir Augusto de Souza.

Objetivos:

Estimular interação entre os participantes.
Incentivar a prática de atividade física através de brincadeiras lúdicas.

Metodologia:

Será realizado brincadeiras em mini gincanas nos espaços físicos Sala de Dança, Ginásio Poliesportivo e encerramento das atividades com o objetivo de volta a calma na Piscina.

Público Alvo: Alunos do Ensino Médio do IFRR

Cronograma das atividades:

A partir das 8:00 horas da manhã as atividades recreativas serão realizadas na Sala de Dança, e no Ginásio Poliesportivo. Serão dirigidas pelos acadêmicos do Curso Superior de Licenciatura em Educação Física II Módulo.

Resultados esperados:

Que a prática das atividades sejam todas realizadas de acordo com a organização do evento.

Boa Vista/RR, 05 de JUNHO de 2016.


Moacir Augusto de Souza

Nome e Assinatura do Coordenador


Coordenação de Educação Física
Portaria nº 022 de 22/04/15

ANEXOS

Atividades realizadas no Ginásio Poliesportivo

PLANO DE AULA
TEMA: AUTÓGRAFOS
FAIXA ETÁRIA: 15 a 18 ANOS
LOCAL: Ginásio
OBJETIVOS
<ul style="list-style-type: none">• Desenvolver trabalho em equipe
MATERIAIS UTILIZADOS
<ul style="list-style-type: none">• Papel, caneta e cronometro (encontrado nos smartphones).
MÉTODOLOGIA DE ENSINO
Cada time recebe uma folha de papel em que deverá conseguir o maior número de autógrafos em um tempo estipulado (10 minutos), não vale autógrafos repetidos, ao sinal de comando do responsável por desenvolver a atividade. Ao final dos 10 minutos o grupo que tiver mais autógrafos é o vencedor. Cabe ao responsável salientar aos participantes não ultrapassar, nem que seja por segundos o tempo estipulado, cabendo a desqualificação do time. De preferência instruí-los a chegarem um minuto antes do tempo se esgotar. Pedir a cada time também, que ligue um cronometro a ser acionado junto com o do responsável (encontrado nos smartphones).

TEMA: Calçar e Descalçar
FAIXA ETÁRIA: 15 a 18 ANOS
OBJETIVOS
<ul style="list-style-type: none">• Desenvolver trabalho em equipe
MATERIAIS UTILIZADOS
<ul style="list-style-type: none">• Cadeiras• Tênis
MÉTODOLOGIA DE ENSINO

Duas equipes perfiladas em uma das extremidades da quadra e do outro lado, a uns 20 metros é colocada uma cadeira com um tênis em cada pé da cadeira. Ao sinal do professor, o primeiro aluno de cada fila, sai correndo “descalça” a cadeira e corre até sua equipe, bate na mão do próximo aluno e este faz o mesmo percurso, desta vez deve “calçar” a cadeira. E assim sucessivamente, até que todos tenham realizado a atividade.

TEMA: Túnel

FAIXA ETÁRIA: 15 a 18 ANOS

OBJETIVOS

- Desenvolver atenção e velocidade
- Trabalhar em equipe

MÉTODOLOGIA DE ENSINO

Jogam duas equipes com o número de participantes iguais. Cada formar um túnel, onde os alunos ficam um atrás do outro com as pernas em abdução. É uma espécie de corrida. No comando do mestre, o último de cada fila deve passar por debaixo do túnel e ir para a frente, e assim por diante. Desse modo o túnel de pessoas irá se distanciar cada vez mais para a frente. Ganha o túnel que cruzar a linha de chegar primeiro.

TEMA: Raposa e as uvas

FAIXA ETÁRIA: 15 a 18 ANOS

OBJETIVOS

- Desenvolver atenção, agilidade, e velocidade

MATERIAIS UTILIZADOS

- Uvas
- 1 bandeja

MÉTODOLOGIA DE ENSINO

Os participantes da brincadeira se dividem em duas equipes, formando uma fila e ao sinal de um apito, correm para ir comer uma uva e retornam para a fila de sua equipe. A equipe que terminar de comer todas as uvas da bandeja, vence.

TEMA: Guerra de papel
FAIXA ETÁRIA: 15 a 18 ANOS
OBJETIVOS
<ul style="list-style-type: none">• Agilidade, destreza e atenção
MATERIAIS UTILIZADOS
<ul style="list-style-type: none">• Papeis
MÉTODOLOGIA DE ENSINO
Jogam duas equipes separadas em 2 campos distintos. Cada terá a sua disposição dezenas de bolinhas de papel, elas começaram a jogar essas bolas no campo adversário, que deverá fazer o mesmo. O objetivo é tirar as bolinhas de papel do seu campo e jogar no adversário. No fim do tempo estipulado, o organizador da brincadeira faz a contagem. A equipe que tiver menos papel em seu campo é a vencedora.

TEMA: Basquete Relaxado
FAIXA ETÁRIA: 15 a 18 ANOS
OBJETIVOS
<ul style="list-style-type: none">• Desenvolve atenção, agilidade, e velocidade
MATERIAIS UTILIZADOS
<ul style="list-style-type: none">• 1 bola de basquete
MÉTODOLOGIA DE ENSINO
Os alunos se dividem em 2 grupos com a mesma quantidade de pessoas em cada. Formam uma fileira sentados de frente para a outra equipe e será distribuído números para cada participante. Execução: o organizador da brincadeira chamara um número as pessoas que corresponderem ao mesmo número correram para pegar a bola e arremessar tentando fazer uma cesta.

TEMA: Estatua

FAIXA ETÁRIA: 15 a 18 ANOS

OBJETIVOS

- Estimular o movimento e a agilidade corporal.
- Desenvolver velocidade e força.
- Auxiliar na memorização e criatividade no exercício.

MATERIAIS UTILIZADOS

- 1 Bola

MÉTODOLOGIA DE ENSINO

Explicar as regras do jogo. Forma-se um círculo com os alunos. Um é escolhido para ir ao centro do círculo e chamar o nome de alguém participante, jogando a bola para o alto. Esse aluno que foi chamado pelo nome devesse pegar a bola e dizer a palavra "Estatua", os outros participantes devem parar. O aluno com a bola escolhe alguém, dar 3 passos e arremessa a bola na pessoa, se acertar essa vai para o centro gritar o nome de outra pessoa.

TEMA: Toca cooperativa

FAIXA ETÁRIA: 15 a 18 ANOS

OBJETIVOS

- Desenvolver atenção e velocidade
- Trabalhar em equipe

MATERIAIS UTILIZADOS

- Giz

MÉTODOLOGIA DE ENSINO

As mesmas regras da brincadeira "Toca" comum. O segredo do jogo é eliminar nem um participante, somente tocas, a cada rodada, é desfeito uma toca e ainda assim todos deverão entrar em uma toca, como puderem: no colo, nas costas de um colega etc... Neste jogo não há vencedores.

TEMA: Estoura bexiga

FAIXA ETÁRIA: 15 a 18 ANOS

OBJETIVOS

- Desenvolver atenção e velocidade

MATERIAIS UTILIZADOS

- Balões
- Barbante

MÉTODOLOGIA DE ENSINO

Todos participam. Cada indivíduo terá de encher sua bexiga e amarra-la ao seu tornozelo. O objetivo é estourar a bexiga dos adversários e proteger a sua. Ganha o último que estiver com a bexiga intacta.

TEMA: Dança das cadeiras cooperativa

FAIXA ETÁRIA: 15 a 18 ANOS

OBJETIVOS

- Fazer com que os participantes pensem sobre cooperação entre o grupo e serve para "quebrar o gelo".

MATERIAIS UTILIZADOS

- Cadeiras

MÉTODOLOGIA DE ENSINO

Procedimento: Consiste na dança da cadeira, depois de dividido dois grupos de números iguais. A brincadeira começa com um número de cadeiras menor que a metade de cada grupo (se forem 10 participantes começa com 5 ou menos cadeiras), a diferença é que ninguém pode ficar de pé. Todos os integrantes do grupo tem que estar sentados, se ao restar apenas uma cadeira o grupo conseguir sentar **TODOS PARTICIPANTES** é considerado vitorioso.



PLANO DE AULA
TEMA: Pic Hot Dog
FAIXA ETÁRIA: 15 a 18 ANOS
OBJETIVOS
<ul style="list-style-type: none">• Propor os participantes uma manhã agradável.
MATERIAIS UTILIZADOS
Nenhum
MÉTODOLOGIA DE ENSINO
<p>Explicação que a atividade consiste em um “Pic Pega” que funciona da seguinte maneira – o pegador estará correndo para pegar os fugitivos, ao pegar essa pessoa ficará sentada com as pernas estendidas, ela estará simbolizando uma salsicha. Para ela voltar ao jogo duas pessoas devem sentar ao seu lado, simbolizando as duas fatias do cachorro quente. Quando forma um cachorro quente elas voltam ao jogo.</p> <p>Troque os pegadores a cada 2 minutos para dinamizar a atividade.</p> <p>Poderá ser colocados mais ingredientes do cachorro quente, como o molho. Assim três pessoas deverão sentar para que a pessoa que foi pega volte ao jogo.</p>

TEMA: Nó Maluco
FAIXA ETÁRIA: 15 a 18 ANOS
OBJETIVOS
<ul style="list-style-type: none">• Propor os participantes uma manhã agradável.
MATERIAIS UTILIZADOS
Nenhum
MÉTODOLOGIA DE ENSINO
<p>Os alunos dispostos em círculo, peça-os que prestem atenção no colega da direita e no da esquerda e não esqueça. Pode-se usar música. Enquanto toca a música os alunos circulam livremente pelo espaço. Na hora que a música parar ele devem ficar onde estão, (sempre próximo uns dos outros) e dar as mãos. Vai dar aquele nó! Ai é só pedir pra que eles desatem o nó!</p>

TEMA: Jogos e Brincadeiras indígena

FAIXA ETÁRIA: 14 a 19 anos de idade

OBJETIVOS

GERAL:

Apreciar jogos de culturas e etnias diferentes

ESPECÍFICO:

Interagir e participar de jogos indígenas

MATERIAIS UTILIZADOS

Nenhum

METODOLOGIA DE ENSINO

Os participantes se sentam no chão, em fila, um atrás do outro. O primeiro da fila deve agarrar-se a uma árvore ou poste. Ele é "o dono da roça de mandiocas". O segundo da fila entrelaça seus braços pela barriga do companheiro da frente, e assim sucessivamente até que todos estejam prontos para começar.

Um dos participantes, de preferência, forte, é designado para arrancar, uma a uma, as "crianças - mandiocas" da fila. O "dono da roça" dá a autorização para que as crianças mandiocas sejam, uma a uma, desgarradas da fila começando pela última. Antes de começar a brincadeira fica a critério dos participantes combinar, se pode fazer cócegas, pedir ajuda a alguém de fora.



TEMA: Mini Gincana

FAIXA ETÁRIA: 14 a 19 anos de idade

OBJETIVOS

GERAL:

- Transformar jogos em atividades lúdicas utilizando fantasias de bonecos.
- Socializar meninos e meninas com brincadeiras da década passada.

ESPECÍFICO:

- Melhorar o raciocínio lógico dos participantes.
- Estimular a flexibilidade e o equilíbrio corporal.
- Melhorar a coordenação motora dos alunos.

MATERIAIS UTILIZADOS

- Bambolê; Cones de sinalização;
- Saco de fibra; Bolas; Caixa de Som;
- Computador;

METODOLOGIA DE ENSINO

1º Atividade: Trem da alegria dois bonecos irão puxar o trem da alegria dando uma volta na quadra ao som de música infantil, ao término da volta todos participantes dançarão uma música com os bonecos.

2º Atividade: corrida do saco: quatro equipes cada equipe com seu mascote. As equipes irão receber um saco de fibra para se deslocarem um a um pulando com o saco numa distância determinada ganha aquela que terminar o percurso primeiro. Essa atividade visa a coordenação motora e a união dos participantes.

3º Atividade: jogo da velha humana: formando quatro equipes com seus mascotes. A brincadeira na forma do jogo da velha será disputada por dois colegas que irão correr com uma bola até o formato do jogo e irão deixar a bola no local indicado para se formar o jogo completo no sentido horizontal, vertical ou diagonal ganha a equipe que formar primeiro um dos três sentidos. Visando trabalhar a harmonia em grupo.

Atividades realizadas na Sala de Dança

PLANO DE AULA
TEMA: Motivar
FAIXA ETÁRIA: 15 a 18 ANOS
LOCAL: Sala de Dança
OBJETIVOS
<ul style="list-style-type: none">• Motivar os alunos a não desistirem de seus sonhos.
MATERIAIS UTILIZADOS
<ul style="list-style-type: none">• balões
MÉTODOLOGIA DE ENSINO
<p>Cada participante recebe um balão, em seguida cada um terá que encher o seu. O orientador fala para cada um pensar em um sonho que possui. Após um pequeno tempo o orientador comunica que cada um deve proteger seu sonho. A partir desse momento, não diga mais nada, espere algo acontecer. Em nenhum momento você deve falar para estourar as bexigas dos outros, e essa deve ser a "moral" da brincadeira. Geralmente alguém estoura o balão e daí em diante todos ficam disputando quem estoura mais balões. Para terminar, espere até que a maioria dos balões tenha sido estourada ou até que a maioria tenha cansado.</p> <p>Faça perguntas do tipo: Porque vocês estouraram os balões um dos outros? Comece a explicação. Foi dito que era apenas para proteger sua bexiga (seu sonho) e não foi dito para estourar a bexiga (o sonho) dos outros. Algumas vezes, mesmo sem perceber, acabamos destruindo os sonhos das outras pessoas por descuido, por falta de apoio ou inveja. O ser humano deve acreditar e ajudar o seu irmão a conquistar seus sonhos e não destruí-los.</p>



PLANO DE AULA

TEMA: Dinamica com balões

FAIXA ETÁRIA: 15 a 18 ANOS

OBJETIVOS

GERAL: Trabalhar a coordenação motora e raciocínio lógico;

ESPECÍFICO:

- Reconhecer a existência de regras nas brincadeiras vivenciadas;
- Obedecer às regras com o auxílio dos orientadores;
- Projetar e construir sequências de movimentos levando em conta os seus limites corporais e os dos colegas;
- Melhorar a precisão motora, e controle global dos deslocamentos do corpo no espaço;

MATERIAIS UTILIZADOS

- Balões

MÉTODOLOGIA DE ENSINO

- Cada indivíduo ira encher o balão.
Execução: em uma sala ou na piscina cada indivíduo ira brincar com o balão usando somente uma mão, depois somente, os pés, e determinados partes do corpo.
- Depois o mesmo em duplas, trios e em grupos.
- Duração total das atividades: 10 minutos.

PLANO DE AULA

TEMA: Zumba livre

FAIXA ETÁRIA: 15 a 18 ANOS

LOCAL: Sala de Dança

OBJETIVOS

GERAL: Desenvolver os movimentos do corpo e suas expressões através de músicas latinas;

ESPECÍFICO:

- Gerar sistema de ginástica com dinamismo;
- Explorar os limites corporais;
- Aprimorar o aspecto motor;
- Desenvolver o corpo e o aspecto cognitivo;

MATERIAIS UTILIZADOS

- Caixa de som

METODOLOGIA DE ENSINO

- Posicionar os indivíduos em fileiras de frente para o espelho.
Execução: Orientá-los para que sigam os passos propostos pelo professor.
- Duração total das atividades: 20 minutos.



Atividades realizadas na Piscina

PLANO DE AULA
TEMA: Cachorro e gato
FAIXA ETÁRIA: 15 a 18 ANOS
LOCAL: Piscina
OBJETIVOS
Desenvolver a audição e atenção
MATERIAIS UTILIZADOS
<ul style="list-style-type: none">• Lenços
MÉTODOLOGIA DE ENSINO
Os participantes da brincadeira entram na piscina e escolhem duas pessoas para representar o gato e o cachorro, veda-se os olhos de ambos. Após escolherem, os dois alunos vão para o centro. Execução: toda vez que o cachorro latir o gato miará e o cachorro tentará pega-lo, se conseguir, outros vão para o centro do círculo.

TEMA: Queimada Aquática
FAIXA ETÁRIA: 15 a 18 ANOS
OBJETIVOS
Desenvolver a audição e atenção
MATERIAIS UTILIZADOS
<ul style="list-style-type: none">• 1 BOLA
MÉTODOLOGIA DE ENSINO
Divide-se a piscina com um barbante, e o jogo ocorre como a "queimada tradicional". Porém os arremessadores devem jogar a bola por cima do barbante para acertar em alguém do time adversário.

RELAÇÃO DE ACADÊMICOS DO PROJETO

<u>20162LEF0224</u>	<u>ALEXANDRE LOIOLA DE SOUSA JUNIOR</u>
<u>20132LEF0210</u>	<u>ALINE ARAUJO MENDONÇA</u>
<u>20162LEF0160</u>	<u>CLEONICINALVA DE LIMA PEREIRA</u>
<u>20152LEF0095</u>	<u>DEIVID DE FREITAS SILVA</u>
<u>20162LEF0151</u>	<u>DRYELLE SILVA SOUZA NASCIMENTO</u>
<u>20162LEF0208</u>	<u>EDUARDO FELIPE FERREIRA SANTOS</u>
<u>20162LEF0135</u>	<u>EMANUELA GUILHERME MARCOLINO</u>
<u>20162LEF0354</u>	<u>GEISLA SOARES CARDOSO</u>
<u>20162LEF0275</u>	<u>IGOR NUNES SOUSA</u>
<u>20162LEF0291</u>	<u>JANDÊRLANIA PONTES DE SOUZA</u>
<u>20162LEF0194</u>	<u>JOHN FELIX DE SOUZA SILVA</u>
<u>20162LEF0046</u>	<u>JOSÉ HENRIQUE DE OLIVEIRA ARAÚJO</u>
<u>20162LEF0119</u>	<u>KAREN MARIE CONRADO PAYETTE</u>
<u>20162LEF0283</u>	<u>KASSIA GABRIELE SOUZA DE MACEDO</u>
<u>20162LEF0240</u>	<u>KATIA CILENE DE OLIVEIRA SOUSA</u>
<u>20071LEF560</u>	<u>LAURINDO DE BRITO SOMBRA</u>
<u>20162LEF0313</u>	<u>MARCOS BARBOSA DOS SANTOS</u>
<u>20162LEF0054</u>	<u>PABLO RODRIGO PERES DUARTE</u>
<u>20162LEF0232</u>	<u>RAYANE DA SILVA ALBERTI</u>
<u>20162LEF0127</u>	<u>REBECA NATALIE DE JESUS CARVALHO</u>
<u>20162LEF0038</u>	<u>REBECCA JEAN BOYLE</u>
<u>20132LEF0350</u>	<u>RICARDO DE AQUINO VIANA</u>
<u>20162LEF0062</u>	<u>RICHARD BRENDON PEIXOTO VIEIRA</u>
<u>20162LEF0305</u>	<u>RONALDO BRITO DOS SANTOS</u>
<u>20161LEF0159</u>	<u>ROOSIVANDRO WENEYSBERTH NASCIMENTO PAIVA</u>
<u>20162LEF0321</u>	<u>ROSANGELA SILVA FREITAS DE FREITAS</u>



INSTITUTO FEDERAL DE
EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA
RIO GRANDE

FORMULÁRIO PARA PROPOSTA DE
EVENTOS

DIREX

2017

20162LEF0089 SARA TAMIRES DOS SANTOS FERREIRA

20162LEF0370 SILAS MARCOS RAPOSO

20162LEF0216 TANDY DE SOUZA PERES

20162LEF0178 WESLEY MENDES SOUZA

30 alunos