



CRICKET BRASIL
- PRINCIPIANTE -
Plano de Aula

cricketbrasil.org



INTRODUÇÃO AO PLANO DE AULA

Este plano de aula foi elaborado da melhor forma possível para alinhar-se aos objetivos do currículo nacional e atender aos critérios do OFSTED, garantindo uma experiência educacional de alta qualidade para os alunos. O foco desta aula é desenvolver habilidades fundamentais no críquete, incluindo rebatidas, arremessos e defesa, enquanto promove o trabalho em equipe e o espírito esportivo.

Os objetivos de aprendizado para esta sessão são os seguintes:

Desenvolvimento de Habilidades: Os alunos demonstrarão habilidades básicas no críquete, com ênfase na diversão.

Desenvolvimento Físico: As atividades melhorarão a condição física, a coordenação e a agilidade dos alunos, contribuindo para sua saúde e bem-estar geral.

Desenvolvimento Social: Por meio de atividades colaborativas, os alunos desenvolverão habilidades de comunicação, trabalho em equipe e liderança, essenciais para seu crescimento pessoal e social.

Desenvolvimento Cognitivo: Os alunos aprenderão a analisar seu desempenho, entender as estratégias do jogo e aplicar o pensamento crítico para melhorar sua tomada de decisão em campo.

Promovendo um ambiente inclusivo onde todos os alunos possam participar e prosperar. A avaliação para a aprendizagem será integrada ao longo da sessão, proporcionando oportunidades para feedback e auto-reflexão, a fim de aprimorar os resultados dos alunos.

Ao final desta aula, os alunos não apenas terão melhorado suas habilidades no críquete, mas também terão adquirido valiosas habilidades para a vida que se estendem além do campo de jogo.



SEMANA 1: INTRODUÇÃO ÀS HABILIDADES BÁSICAS E REBATIDAS

Objectivos:

- Desenvolva a coordenação olho-mão por meio de técnicas simples de rebatidas.
- Entenda a postura e a pegada básicas do críquete.

Estilos de aprendizagem:

- Visual: Demonstre a postura correta e a técnica de swing.
- Cinestésico: Prática prática com bastões e bolas.
- Auditivo: Explicações verbais e discussões em grupo.

Materiais:

- Bastões de críquete
- Tênis ou bolas macias
- Cones
- Cronômetro

Avaliação:

- Observe a postura, a pegada e o controle de bola dos alunos durante “Keep It Up”.
- Avalie a coordenação e a forma por meio da observação e forneça feedback.

| | | |
|----------------------------|--|---|
| Jogo de aquecimento | Batata quente | Faça com que os alunos se espalhem e batam na bola usando as duas mãos, reagindo aos comandos de “andar” ou “parar” do treinador. |
| Habilidade | Rebatidas Keep it up | Cada aluno bate a bola continuamente no ar usando um bastão. Concentre-se na forma e no controle da bola. |
| Jogo | Pirâmide de Pontos | Acerte a bola em um cone mirando entre os cones montados em uma estrutura piramidal. Isso melhora a precisão e o controle. |
| Materiais de backup | Tenha bastões de espuma ou bolas mais macias em caso de limitações de equipamento ou preocupações de segurança. | |
| Feedback | Pergunte aos alunos como eles se sentiram sobre o exercício “Continue assim” - o que foi fácil ou difícil? | |
| Colaboração | Convide um professor de educação física ou assistente de ensino para ajudar a demonstrar as técnicas adequadas e fornecer suporte individual para os alunos que precisam de ajuda extra. | |



SEMANA 2: BOLICHE E PRÁTICA DE TIRO AO ALVO

Objectivos:

- Desenvolva habilidades de boliche com o braço esticado.
- Construa precisão através da prática de tiro ao alvo.

Estilos de aprendizagem:

- Visual: Demonstrações em vídeo de jogadores profissionais.
- Cinestésico: Praticando o movimento do boliche passo a passo.
- Auditivo: Instruções verbais e feedback ponto a ponto.

Materiais:

- Bolas de críquete
- Cones
- Alvos (por exemplo, postigos ou alvos improvisados)

Avaliação:

- Monitore o progresso na técnica de boliche, concentrando-se na posição e precisão do braço.

| | | |
|----------------------------|---|---|
| Jogo de aquecimento | Pare o Coringa | Os jogadores passam a bola para tentar pegar o “Coringa”. Enfatize a comunicação e o trabalho em equipe. |
| Habilidade | Boliche Técnica de Braço | Gli studenti si concentrano sul mantenimento di un braccio teso quando lanciano verso un bersaglio. |
| Jogo | Speed cricket | Dois rebatedores devem correr entre os tocos enquanto o treinador arma a bola. Isso aumenta a velocidade e a coordenação. |
| Materiais de backup | Tenha bolas de espuma disponíveis se os alunos estiverem lutando com o controle ou a segurança se tornar um problema. | |
| Feedback | Peça aos alunos que reflitam sobre sua técnica de boliche - o que foi desafiador? | |
| Colaboração | Trabalhe com um assistente de ensino para auxiliar no treinamento individual durante a prática de boliche. | |



SEMANA 3: HABILIDADES DE CAPTURA E CAMPO

Objectivos:

- Melhore as habilidades de captura por meio da repetição.
- Aprenda técnicas de arremesso e mira adequadas.

Estilos de aprendizagem:

- Visual: Mostre vídeos em câmera lenta de recepções e arremessos.
- Cinestésico: Concentre-se em exercícios de captura que enfatizem a coordenação olho-mão.
- Auditivo: Instrução verbal sobre ajustes de técnica.

Materiais:

- Bolas de tênis
- Cones
- Marcadores para distâncias

Avaliação:

- Acompanhe a melhoria na consistência da captura (por exemplo, quantas capturas consecutivas os alunos podem completar).

| | | |
|----------------------------|--|--|
| Jogo de aquecimento | Mountains and Valleys | Teams flip cones to match their assigned type (up/down). This encourages quick decision-making and agility. |
| Habilidade | Catching and Throwing Pairs Catching | In pairs, students stand 1 meter apart and throw to each other, taking a step back after every three successful catches. |
| Jogo | Whack and Collect | One team hits the ball while the other team collects cones. This builds teamwork, communication, and agility. |
| Materiais de backup | Use softer balls or balloons for younger children or those struggling with hand-eye coordination. | |
| Feedback | Ask students to self-assess how they improved in catching and how they might get better. | |
| Colaboração | Coordinate with a teaching assistant for support with individual pairs who may struggle with catching. | |



| | |
|--------------------------------|--|
| SEMANA: | |
| Objectivos | |
| Estilos de aprendizagem | |
| Materiais | |
| Avaliação | |

| | Descrição |
|----------------------------|------------------|
| Jogo de aquecimento | |
| Habilidade | |
| Jogo | |
| Materiais de backup | |
| Feedback | |
| Colaboração | |

