

SEQUÊNCIA DIDÁTICA Nº 06

COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA

COORDENAÇÃO TÉCNICA: LURDES MARINA ARTICULAÇÃO PEDAGÓGICA: ANA PAULA FERNANDES

II TRIMESTRE		
SEMANA / PERÍODO	07/07 a 18/07	Nº de aulas: 4
TURMA:	9 ° ANO	
HABILIDADES:	● EF89EF01: Experimentar diferentes papéis (jogador, árbitro e técnico) e fruir os esportes de rede/parede, campo e taco, invasão e combate, valorizando o trabalho coletivo e o protagonismo. ● EF89EF02: Praticar um ou mais esportes das categorias rede/parede, campo e taco, invasão e combate oferecidos pela escola, utilizando habilidades técnico-táticas básicas. ● EF89EF04: Identificar elementos técnicos e técnico-táticos individuais, combinações táticas, sistemas de jogo e regras das modalidades esportivas praticadas, reconhecendo suas lógicas internas. ● EF89EF07BA: Reconhecer, refletir e argumentar sobre aspectos conceituais, culturais e históricos do esporte.	
OBJETIVOS ESPECÍFICOS:	● Vivenciar práticas coletivas do futsal, promovendo a cooperação e interação entre os alunos. ● Conhecer e observar as marcações e dimensões da quadra de futsal. ● Identificar e compreender as regras, penalidades e sinais utilizados pela arbitragem no futsal. ● Desenvolver o raciocínio estratégico por meio da prática de jogos adaptados e jogos de tabuleiro relacionados à modalidade.	
RECURSOS NECESSÁRIOS:	● Quadro ● Pincel ● Apito ● Bola	

ETAPAS DA AULA / METODOLOGIA

AULA 01

1º momento: Aula Teórica (Apresentação do objeto de conhecimento)

Atividade inicial – Sondagem de conhecimentos prévios:

1. Você já assistiu ou participou de um jogo de futebol? O que mais chamou sua atenção?
2. Você sabe quantos jogadores formam uma equipe de futebol durante uma partida? E qual a função do goleiro?
3. O que você entende por “impedimento” em um jogo de futebol?
4. Em que situações um árbitro pode aplicar cartão amarelo ou vermelho?
5. O que acontece quando a bola sai pela lateral do campo? E quando sai pela linha de fundo?
6. O que é um escanteio (ou pontapé de canto)? Você já viu essa jogada acontecer?
7. O que é um pênalti e quando ele pode ser marcado?
8. O que você entende por “falta” em uma partida? Pode dar algum exemplo?
9. Você conhece alguma das regras sobre o tamanho do campo, da bola ou o tempo de jogo?
10. Na sua opinião, por que é importante ter regras em um jogo de futebol?

Metodologia: Exposição com slides, vídeos, pesquisas dirigidas, debates e cartazes.

Antes de começar uma partida de futebol, é fundamental que todos os participantes conheçam as regras que definem o espaço de jogo, o número de jogadores, os equipamentos obrigatórios e a atuação da arbitragem. Esses elementos garantem que a partida ocorra de forma justa, segura e dentro dos padrões oficiais. Nesta atividade, você vai explorar as regras básicas do futebol relacionadas à estrutura do campo, à bola, à composição das equipes e às funções dos árbitros.

(Atividade 1 em anexo)

AULA 02

Aula prática

Nesta realizar um jogo de futsal, iniciar com uma roda de bobinho para aquecimento.

- Como treino para intercolegial.

AULA 03

1º momento: Aula teórica

Durante um jogo de futebol, diversas situações exigem a intervenção da arbitragem, principalmente quando ocorrem faltas, condutas antidesportivas ou jogadas irregulares. Saber identificar esses momentos e compreender as penalidades aplicáveis como cartões, pênaltis ou impedimentos é essencial para entender o andamento de uma partida. Nesta atividade, você irá revisar as principais infrações e as regras que definem o comportamento dos atletas em campo.

(Atividade em anexo)

AULA 04

Jogos de Tabuleiro e Jogos de Mesa

Organização da turma:

O professor organizará os estudantes em pequenos grupos, respeitando o número de participantes indicado para cada jogo. Dessa forma, todos poderão se envolver ativamente nas partidas, garantindo a participação equilibrada.

Rodízio entre os jogos:

As equipes realizarão um sistema de rodízio entre os diferentes jogos disponíveis. Assim, todos os grupos terão a oportunidade de experimentar cada jogo, explorando diferentes estratégias, regras e dinâmicas.

Importância da atividade:

Além de proporcionar um momento divertido e descontraído, os jogos desenvolvem habilidades importantes como: tomada de decisão, trabalho em equipe, respeito às regras, resolução de problemas e pensamento estratégico.



COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA

ESPORTE: FUTEBOL

REGRAS E PENALIDADES DO FUTEBOL

Regra 1: O terreno do jogo

O campo de jogo deve ser retangular, com um máximo de 120 m e um mínimo de 90 m de comprimento, por uma largura máxima de 90 m e mínima de 45 m. Em partidas internacionais, essas medidas mudam para 110/100 m de comprimento e 75/64 m de largura. Deve ser marcado com linhas visíveis de no máximo 12 cm de largura, sendo chamadas laterais as mais longas e de fundo as mais curtas. Em cada canto do retângulo deve haver uma bandeirola de no máximo 1,50 m de altura.

O centro do campo será marcado com um ponto, em torno do qual se traçará uma circunferência com 9,15 m de raio. A pequena área será delimitada por duas linhas perpendiculares à linha de fundo, traçadas a 5,50 m de cada trave e avançando 5,50 m para dentro do campo, unidas então por outra linha. A grande área terá linhas semelhantes, colocadas a 16,50 m de cada trave a avançando outros 16,50 m campo adentro. Essa também é a área de pênalti, penalidade a ser

cobrada de um ponto situado a 11 m do centro do golo. Desse ponto serão traçados, no exterior de cada grande área, arcos com 9,15 m de raio.

Em cada canto, a partir da bandeirola, devem ser traçados arcos com 1 m de raio. Na parte central de cada linha de fundo serão colocadas traves, separadas entre si, interiormente, por 7,32 m, unidas em cima por um travessão colocado a 2,44 m do solo. A largura ou diâmetro das traves não pode exceder 12 cm, e do lado de fora do campo elas podem ser guarnecidas por redes.

Regra 2: Bola

A bola de jogo deve: Ser esférica, ser de borracha ou outro material duro. Com uma circunferência não superior a 70 cm e não inferior a 68 cm. Com peso não superior a 450 g e não inferior a 410 g, no começo da partida. A substituição da bola defeituosa deve ser feita se a bola rebentar ou se deformar no decorrer do jogo, dever-se-á interromper o jogo, e trocar a bola com as condições adequadas, por um lançamento ao solo no local em que se encontrava a primeira bola no momento em que se deteriorou, a não ser que o jogo tivesse sido interrompido dentro da área de baliza, sendo neste caso o lançamento de bola ao solo feito sobre a linha da área de baliza paralela à linha de baliza, no ponto mais próximo do local em que a bola original se encontrava quando o jogo foi interrompido.

Regra 3: Número de Jogadores

A partida será jogada por duas equipes formadas por no máximo 11 jogadores e no mínimo 7. A partida não pode ser iniciada se um dos times estiver com menos de sete jogadores, dos quais um será o goleiro. A substituição de jogadores só ocorre com a autorização do árbitro, e deve ocorrer fora do terreno de jogo, junto à linha do meio campo. Os goleiros podem ser substituídos 1 vez e à 2ª vez entra uma defesa com a ordem do árbitro.

Regra 4: Equipamento dos Jogadores

Os jogadores não podem utilizar nenhum objeto que seja perigoso para eles mesmos ou para os demais jogadores. O uniforme completo consiste de: Camisa de mangas curtas ou compridas, calções, meias compridas, caneleiras (material adequado), Chuteiras com cravo e munhequeiras. A(s) cor(es) das camisas das duas equipes devem ser diferentes, para não confundir o público e nem a arbitragem.

Regra 5: O Árbitro central

Cada partida será controlada por um árbitro, que terá a autoridade total para se fazer cumprir as regras de jogo na partida para a qual tenha sido designado. O árbitro controlará a partida em cooperação com os árbitros assistentes. Interromperá, suspenderá ou finalizará a partida quando julgar oportuno, no caso de que se cometam infrações às regras de jogo. As decisões do árbitro sobre fatos em relação com o jogo são definitivas. O árbitro poderá mudar sua decisão unicamente se perceber que sua decisão é incorreta ou, se o julgar necessário conforme indicação de outro membro do quarteto de arbitragem, sempre que ainda não tenha reiniciado a partida. A reclamação com o árbitro, com o que ele apitou pode lhe custar uma expulsão caso ele se sinta ofendido.

Regra 6: Os Árbitros Assistentes

São dois os árbitros assistentes. Serão designados aos dois árbitros assistentes, sempre submetido à decisão do árbitro e tem o dever de indicar: quando a bola sair completamente do campo de jogo, a que equipe pertence o arremesso lateral ou se é pontapé de baliza ou de canto, quando deverá ser punido um jogador por estar em posição de fora-de-jogo, quando for solicitada uma substituição, quando ocorrer uma infração ou um incidente fora do campo visual

do árbitro, quando forem cometidas infrações em que os árbitros assistentes estejam mais perto da ação que o arbitro (isso inclui em certas circunstâncias, infrações cometidas dentro da área penal), quando, nos pontapés de grande penalidade, o guarda redes se adiantar além da linha de baliza antes de a bola ser chutada e se a bola ultrapassar a linha de baliza.

Regra 7: Duração da Partida

A partida deve durar 90 minutos, divididos em dois tempos de 45 minutos, com um intervalo de no máximo 15 minutos. O intervalo não deve exceder os 15 minutos. Um jogo interrompido definitivamente antes do seu termo deve ser repetido, salvo disposição contrária estipulada no regulamento da competição. Todos os jogos devem acrescer seu tempo de acréscimo, que varia de 2 a 4 minutos a mais dos 90 minutos normais de uma partida de futebol. Depende da condição temporária do jogo, caso ele fique parado por muito tempo por motivos de falta de luz, brigas, contusões sérias que tenham dificuldades de retirá-lo de campo, o acréscimo poderá ser muito mais elevado.

Regra 8: O Início e o Reinício do Jogo

Para começar será lançada uma moeda e a equipe que ganhe começará dando uma direção ao jogo. O lançamento inicial é uma forma de iniciar e reiniciar o jogo. Se caso acontecer alguma falta ou infração o arbitro deixará cair a bola no lugar onde em que se encontrava quando foi interrompida a partida e o jogo será considerado reiniciado quando a bola tocar ao solo.

Regra 9: A Bola em Jogo e Fora de Jogo

A bola está fora de jogo quando: tiver ultrapassado completamente uma das linhas que delimitam o campo, seja por terra ou pelo ar, o jogo tiver sido interrompido pelo árbitro. A bola está em jogo quando: rebater nas traves, travessões ou nas bandeirinhas de canto e rebater no árbitro ou nos assistentes.

Regra 10: O Gol

Quando um jogador chuta uma bola para o gol do seu time é gol contra que significa que o jogador fez um gol pelo time adversário (a favor do time adversário). Também há o gol direto, em que o jogador vai até a área e chuta a bola, e o gol indireto, onde o jogador passa a bola para outro, que faz o gol.

Regra 11: O Impedimento

A regra de impedimento entende-se melhor quando a dividimos em duas partes: a posição de impedimento e a marcação da irregularidade. Um jogador se encontra em posição de impedimento quando quatro condições se cumprem: este jogador está no campo de ataque, ele está mais próximo da linha de fundo adversária do que a própria bola, ele se encontra mais próximo da linha de fundo adversária do que o penúltimo oponente. O companheiro que lhe passa diretamente a bola não está cobrando um tiro de meta, um escanteio ou um arremesso lateral.

Regra 12: Faltas e Condutas Irregulares

Caso seja marcada a falta, as opções do árbitro são as seguintes: Tiro Livre Direto:

Quando um jogador desferir um "carrinho" (golpe rasteiro em que o agressor desliza pelo gramado, com a intenção de chutar a bola ou a perna de apoio do jogador que está com a posse da bola), ou aplicar um empurrão, um soco, um pontapé ou qualquer outro tipo de agressão, se o árbitro achar que o jogador teve a intenção de machucar o adversário. Pênalti: será marcado toda vez que a falta ocorrer dentro da grande área. Tiro Livre Indireto: É marcado sempre que um jogador assume uma conduta antidesportiva, como impedir o progresso do adversário, segurar a

bola com as mãos por mais de seis segundos (no caso do goleiro), tocar com a mão fora da área, entre outros.

Sanções Disciplinares: Um jogador será punido com cartão amarelo se agredir um jogador da equipe adversária, discutir com algum membro do outro time ou com o árbitro. Se o mesmo jogador levar dois cartões amarelos na mesma partida, automaticamente levará um vermelho e será expulso do jogo; mas, se o árbitro achar necessário, poderá aplicar um cartão vermelho sem antes ter aplicado um cartão amarelo. O pênalti é aplicado na maioria das modalidades de futebol, tais como futebol de campo, futsal, futebol de salão, futebol society, etc. O pênalti ocorrido durante a partida pode ser cobrado em dois toques, desde que a bola seja rolada para frente e o segundo jogador a tocar nela esteja fora da área no momento da cobrança. No caso de decisão de resultado por pênaltis isso não é permitido.

Regra 13: Tiro Pênalti

Será o concedido um tiro penal contra a equipe que cometer uma das dez faltas que levam a um tiro direto, dentro de sua própria área penal enquanto a bola está em jogo. Um gol poderá ser marcado diretamente de um tiro penal. Será concedido tempo adicional para poder executar um tiro penal ao final de cada tempo ou ao final dos períodos suplementares.

Regra 14: Arremesso Lateral

Arremesso lateral não pode ser marcado direto de um arremesso lateral. No momento do lançamento, o jogador deve estar de frente para o campo, com os dois pés sobre a linha lateral ou sobre o terreno exterior a esta linha e segurando a bola com as duas mãos e acima da cabeça.

Regra 15: tiro de meta

Um gol pode ser marcado diretamente a partir de um pontapé de baliza, mas apenas contra o lado do adversário (ou seja, um gol contra não pode ser marcado). O tiro de meta ou pontapé de baliza são um dos métodos para reiniciar a partida. Deve ser feito pela equipe defensiva quando a bola sair completamente do campo pela linha de fundo sem que um gol tenha sido marcado, tendo sido tocada por último por um jogador atacante adversário. Quando o goleiro posiciona a bola para dar o pontapé de Baliza, o adversário não pode roubar a bola, somente depois que o goleiro tocar nela.

Regra 16: O Pontapé de Canto

O escanteio ou pontapé de canto é um dos métodos para recomeçar o jogo. Um canto é assinalado quando a bola ultrapassar completamente a linha de baliza quer seja rente ao solo ou pelo ar, tocada em último lugar por um jogador da equipe defensora, sem que um gol tenha sido marcado. E é marcado com os pés.

Regra 17: Contagem de gols: Define como os gols são contados e quando são considerados válidos.

