

<p align="center">Plano Unidade Didática - Voleibol</p> <p align="center">Etapa 1 - Etapa 3</p>	
--	--

Etapa 1 - Etapa 3

Aulas		Conteúdos															
		1 22/set	2 29/set	3 20/out	4 27/out	5 05/nov	6 12/nov	7 19/jan	8 26/jan	9 04/fev	10 11/fev	11 04/mar	12 23/mar	13 20/abr	14 27/abr	15 06/mai	16 20/mai
Forma Modificada de Jogo		2x2	2x2	2x2	2x2	2x2	2x2	3x3	3X3	3x3	3x3	4x4	4x4	4x4	4x4	4x4	3x3
Habilidades Motoras Específicas	Passé	Avaliação Diagnóstica					Avaliação Formativa/Sumativa						Avaliação Formativa/Sumativa				Avaliação Sumativa
	Passé costas																
	Manchete																
	Serviço																
	Serviço ténis																
	Remate																
	Amorti																
	Bloco																
	Posição baixa																
	Ações de jogo		Postura pré-dinâmica														
Deslocamentos																	
Zonas responsabilidade																	
Progressão para a rede																	
Encadeamento de ações																	
Retorno																	
Transição																	
Espaço de ataque																	
Cultura Desportiva	História	Abordar as várias funções e utilidades dos conteúdos técnico-táticos, bem como a sua origem e evolução. Abordar também as regras e as condicionantes impostas pelas mesmas.															
	Regulamento																
Fisiologia do Treino	Capacidades Coordenativas	Ao longo das aulas serão desenvolvidas todas as capacidades condicionais e coordenativas necessárias para a prática da Unidade Temática. Estas deverão ser desenvolvidas quer integradas em situações de ensino aprendizagem quer por exercícios de critério.															
	Capacidades Condicionais																
Psicossociais		Respeito perante toda a população escolar, a disciplina e cooperação em ambiente de aula bem como o empenho demonstrado na realização de todos os exercícios propostos.															

Legenda		Introdução		Exercitação		Consolidação
---------	--	------------	--	-------------	--	--------------

Legenda		Introdução		Exercitação		Consolidação
---------	--	------------	--	-------------	--	--------------

Legenda		Introdução		Exercitação		Consolidação
---------	--	------------	--	-------------	--	--------------

Legenda		Introdução		Exercitação		Consolidação
---------	--	------------	--	-------------	--	--------------

