

<p>Plano Unidade Didática - Futebol</p> <p>Nível Intermédio</p>
--

Nível Intermédio

Aulas																						
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16					
Conteúdos		24/set	13/out	22/out	29/out	10/nov	17/nov	05/jan	12/021	21/jan	28/jan	09/fev	25/fev	04/mai	13/mai	01/jun	08/jun					
Habilidades Motoras Específicas	Receção/Controlo	Avaliação Diagnóstica					Avaliação Formativa/ Sumativa						Avaliação Formativa/ Sumativa				Avaliação Sumativa					
	Condução																					
	Passe																					
	Finta																					
	Remate																					
	Posição Defensiva																					
	Interceção																					
	Desarme																					
Organização Ofensiva	Penetração																					
	Cobertura Ofensiva																					
	Mobilidade																					
	Espaço																					
Organização Defensiva	Contenção																					
	Cobertura Defensiva																					
	Equilíbrio																					
	Concentração																					
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