

# Justificação UD Atletismo

A unidade didática em questão sustenta um trabalho educacional a 4 níveis: habilidades motoras, cultura desportiva, condição física e conceitos psicossociais. Assim, os objetivos estabelecidos obedecem a todas as áreas. Os conteúdos designados a abordar durante esta unidade didática correspondem com as aprendizagens essenciais referentes ao 10.º ano de escolaridade.

Esta unidade didática será composta por 136 aulas de 90 minutos, destinada a uma turma de 10.º ano composta por 26 alunos. Face à variedade de situações e movimentos que o atletismo proporciona, permite integrá-lo na programação como meio de promoção da melhoria da condição física dos alunos. Apenas irão ser abordadas três matérias do atletismo e serão sobretudo através de formas lúdicas, de modo que as tarefas sejam momentos de aprendizagem com satisfação e boa disposição.

Apesar de o roulement estar direcionado para uma prática distribuída, as matérias de atletismo serão abordadas por blocos, isto é, irei consolidar ao máximo as aulas de modo que a progressão dos conteúdos provoque mais facilmente uma evolução notória. Ainda, com o objetivo de facilitar a consolidação das matérias por parte dos alunos.

A avaliação diagnóstica não é um fator influenciador na construção desta unidade didática, uma vez que os alunos apenas serão avaliados em relação à técnica de corrida de barreiras, ao salto em altura com técnica fosbury flop e ao salto em comprimento com a técnica de voo na passada. As matérias iram ser lecionadas uma em cada período, pela ordem que se encontram acima, respetivamente.

A abordagem ao atletismo será maioritariamente através de trabalho individual em vaga, utilizando distintas formas lúdicas competitivas. De salientar que os alunos continuaram a trabalhar em equipa com o objetivo de fomentar a entreajuda e a motivação, por isso estarão presentes algumas características do Modelo de Educação Desportiva.

A distribuição das aulas teve em atenção o roulement, as características meteorológicas de cada período e a consolidação das aulas de cada matéria.