

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS ALBERTO SAMPAIO

Projeto de Aula			
Professor: Beatriz Vilaça	Ano: 10º	Data: 04/03/2022	Nº de alunos: 26
Cooperante: Arnaldino Ferreira	Turma: A	Aula nº: 40	
Unidade Didática: Andebol, Voleibol, Dança	Espaço: B/C2	Hora: 11h30	Material: bolas de andebol, voleibol, redes, postes, balizas.
		Duração: 90'	
Função Didática: <u>ANDEBOL</u> - avaliação formativa/sumativa; <u>VOLEIBOL</u> - exercitação do espaço para ataque e do remate; <u>DANÇA</u> - criação da coreografia; <u>APTIDÃO FÍSICA</u> - avaliação do teste físico extensões de braços.			
Objetivos: Desenvolvimento da aptidão física; Abordagem dos conceitos psicossociais inerentes às matérias, igualmente importantes para o desenvolvimento integral dos alunos e a sua adaptação à sociedade. <u>ANDEBOL</u> - Os alunos evidenciam honestamente as componentes técnicas/táticas que possuem referentes à matéria, após a exercitação das habilidades técnicas e dos princípios de jogo. <u>VOLEIBOL</u> - Enfatizar/diferenciar a função do passador e dos recebedores-atacantes em situações de 3x3 com encadeamento de ações; potenciar o ataque. <u>DANÇA</u> - proporcionar aos alunos um momento de cooperação e criatividade e responsabilizá-los pelo processo com uma cobrança no final da aula. <u>APTIDÃO FÍSICA</u> - os alunos evidenciam as suas capacidades nos testes físicos.			

TP	TT	Objetivos Comportamentais	Situações de Aprendizagem	Componentes Críticas	Organização
10'	10'	Os alunos estão atentos e recetivos à comunicação.	Organização da estrutura da aula.		Sentados na sala de aula.
5'	40'	Os alunos realizam com honestidade o teste físico.	APTIDÃO FÍSICA Realizar o teste físico de extensões de braços.	Realizar as extensões de braços ao ritmo da música.	Em equipa.
25'		Os alunos cooperam com os colegas com o objetivo de desenvolver a concentração e a noção das potencialidades corporais.	DANÇA Dança kuduro. Os alunos em grupo estruturam uma coreografia com a base do kuduro.	Consciência do próprio corpo e dos outros; Saber encontrar a pulsação e ritmos de diferentes músicas, com cadências e compassos diferentes.	Em equipa.

20'	65'	Os alunos cooperam com colegas com o objetivo de enviar a bola para o outro lado da rede.	<p>VOLEIBOL 3x3</p> <p>O jogo inicia com serviço e os alunos efetuam os 3 toques utilizando as habilidades técnicas necessárias para reenviar a bola por cima da rede.</p> <p>1. O elemento que dá o primeiro toque, dá o terceiro - o passador deve virar-se para o atacante. 3º toque passe em suspensão - o atacante abre espaço para a chamada e inicia a aproximação à rede quando a bola se encontra no ponto mais alto.</p> <p>2. O passador usufrui do passe de costas para possibilitar a utilização dos dois atacantes. O atacante abre espaço para ataque e utiliza a chamada de aproximação à rede (esq-dir-esq) para tocar na bola no ponto mais alto.</p>	Diferenciar ZR; Postura pré-dinâmica; deslocamentos rápidos; progressão para a rede; retorno após enviar a bola para o campo adversário; Manchete - MS em extensão e oblíquos ao chão, polegares a apontar no mesmo sentido, flexão do corpo à frente.	Grupos por níveis.
15'	60'	Os alunos cooperam com os colegas, participam ativamente no jogo e demonstram honestamente as suas habilidades técnicas/táticas, bem como os seus conhecimentos.	<p>ANDEBOL</p> <p>Jogo de igualdade numérica: Os alunos jogam em situações de igualdade numérica, com o objetivo de marcar golo utilizando a finta com bola e o remate em suspensão. Nas tarefas defensivas realizam marcação individual.</p>	<p>A: com oposição observar e optar pela melhor linha de passe; após passe avança/recua para criar linha de passe; remate na ausência de oposição e em zona próxima e frontal à baliza. A sem bola: desmarca-se em direção à baliza, oferecendo linha de passe; D: movimenta-se de forma a interceptar a bola; coloca-se entre o jogador com bola e a baliza.</p>	
5'	80'	Os alunos estão atentos e recetivos à comunicação. Pronunciam-se honestamente sobre a sua atitude durante a aula.	Autoavaliação atitudinal		Semi-círculo.