

**AGRUPAMENTO DE ESCOLAS ALBERTO SAMPAIO**
**Projeto de Aula**

<b>Professor:</b> Beatriz Vilaça	<b>Ano:</b> 10º	<b>Data:</b> 08/03/2022	<b>Nº de alunos:</b> 26
<b>Cooperante:</b> Arnaldino Ferreira	<b>Turma:</b> A	<b>Aula nº:</b> 41	
<b>Unidade Didática:</b> Dança, Atletismo	<b>Espaço:</b> G/C2	<b>Hora:</b> 11h30	<b>Material:</b> colchões de queda, corda
		<b>Duração:</b> 90'	

**Função Didática:** DANÇA - avaliação formativa/sumativa; ATLETISMO - introdução do salto em altura com a técnica de Fosbury Flop.

**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. DANÇA - evento culminante onde os alunos apresentam o final da coreografia; ATLETISMO - introdução do salto em altura através de jogos lúdicos, quedas e exercícios competitivos.

TP	TT	Objetivos Comportamentais	Situações de Aprendizagem	Componentes Críticas	Organização
10'	10'	Os alunos estão atentos e receptivos à comunicação.	Organização da estrutura da aula.  <b>ATLETISMO</b> <b>Jogo do limbo</b> Dois seguram na vara enquanto um passa por baixo, de modo a promover o arqueamento do tronco.	Passar por baixo da "fasquia" sem tocar e sem cair.	Sentados na sala de aula.
10'	30'	O aluno coopera com os companheiros cumprindo as regras de segurança e participa	<b>Tocar nas marcas c/ corrida</b> Com corrida em J saltar para tocar na marca mais alta possível. Marca 1 - 1pto; 2 - 2pts; 3 - 3pts; 4 - 4pts. Últimos 2min com resgisto/competição O objetivo é trabalhar a corrida de balanço e o momento de impulsão.	Realizar corrida em J; Elevar o joelho da perna livre; Tocar na marca com as costas da mão do lado da perna livre.	EQUIPA

10'	50'	ativamente nos jogos.	<b>Queda controlada a pares</b> Dois a dois cada um faz 3 quedas e troca. Um aluno ajuda a controlar a queda do parceiro. O objetivo é a familiarização com a queda de costas e trabalhar a fase de queda.  <b>Técnica para plataforma</b> Com corrida em J, realizar a impulsão para cima da plataforma	Arqueamento do tronco; Cair com a zona dos ombros primeiro; Queixo junto ao peito.  Realizar corrida em J; Elevar o joelho da perna livre; Cair na plataforma com a perna de impulsão.	SEM NOME
20'	70'	Os alunos cooperam com os colegas com o objetivo de desenvolver a concentração e a noção das potencialidades corporais. Os alunos demonstram responsabilidade ao apresentarem o trabalho realizado na aula anterior.	<b>DANÇA</b> Coreografia completa	Consciência do próprio corpo e dos outros; Saber encontrar a pulsação e ritmos de diferentes músicas, com cadências e compassos diferentes.	CONTRA-RELÓGIO
5'	75'	Os alunos estão atentos e receptivos à comunicação. Pronunciam-se honestamente sobre a sua atitude durante a aula.	Evento Culminante		
5'	80'		Autoavaliação atitudinal		Semi-círculo.