

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS ALBERTO SAMPAIO

Projeto de Aula			
Professor: Beatriz Vilaça	Ano: 10º	Data: 23/03/2022	Nº de alunos: 26
Cooperante: Arnaldino Ferreira	Turma: A	Aula nº: 45	
Unidade Didática: Basquetebol, Aptidão Física	Espaço: C1	Hora: 11h30	Material: bolas de basquetebol
		Duração: 90'	
Função Didática: <u>BASQUETEBOL</u> - exercitação da transição ofensiva; <u>APTIDÃO FÍSICA</u> - teste físico da milha, impulsão horizontal e flexibilidade.			
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>BASQUETEBOL</u> - criar situação de vantagem em igualdade numérica; <u>APTIDÃO FÍSICA</u> - realizar os testes do fit escola em falta.			

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.
10'	20'	A aluna apresenta responsabilidade e conhecimento.	AQUECIMENTO - responsabilidade da aluna em atestado médico.	Apresentar: 1.atividade relacionada com o jogo proposto (basquetebol) ou 2. uma componente aérobica, uma de força e dois alongamentos dinâmicos.	
30'	50'	Os alunos participam ativamente no jogo.	BASQUETEBOL 1. 3x3 em campo inteiro 2. 3x3 em campo inteiro. O jogador que finaliza deve esperar que a bola passe o meio campo para participar defensivamente.	Utiliza o lançamento na passada quando tem caminho livre em direção ao cesto; participa no ressalto; marcação individual.	Grupos de 4

25'	75'	Os alunos realizam com honestidade o teste físico.	APTIDÃO FÍSICA APTIDÃO FÍSICA Realizar o teste físico do fitescola aos alunos em falta ou que não tenham atingido os resultados necessários.	Cumprem os requisitos dos diferentes testes.	Alunos em falta ou que precisam de melhorar
5'	80'	Os alunos estão atentos e recetivos à comunicação. Pronunciam-se honestamente sobre a sua atitude durante a aula.	Autoavaliação atitudinal		Semi-círculo.