

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS ALBERTO SAMPAIO

Projeto de Aula			
Professor: Beatriz Vilaça	Ano: 10º	Data: 06/05/2022	Nº de alunos: 27
Cooperante: Arnaldino Ferreira	Turma: A	Aula nº: 52	
Unidade Didática: Dança, Voleibol	Espaço: B/C2	Hora: 11h30	Material: rede, 2 bolas de voleibol, coluna, sinalizadores
		Duração: 90'	
Função Didática: <u>DANÇA</u> - introdução do cha cha cha; <u>VOLEIBOL</u> - consolidação do encademento de ações: 1º toque direcionado para o passador, 2º toque paralelo à rede e 3º toque com intencionalidade			
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>DANÇA</u> - conseguir estar no ritmo da música e aprender os passos base da coreografia. <u>VOLEIBOL</u> - Enfatizar/diferenciar a função do passador e dos recebedores-atacantes em situações de 4x4/3x3 com encadeamento de ações; potenciar o ataque.			

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.
15'	25'	Os alunos apresentam responsabilidade e conhecimento.	JOGO DE AQUECIMENTO - a equipa de alunos pré-definida apresenta um aquecimento que pode ser um pré-desportivo ou através de mobilidade articular e circuitos de força.	Apresentar: 1.atividade relacionada com o jogo proposto (basquetebol) ou 2. uma componente aeróbica, uma de força e dois alongamentos dinâmicos.	
25'	50'	Os alunos cooperam com os colegas com o objetivo de desenvolver a concentração e a noção das potencialidades corporais.	DANÇA Introdução do Chase, step, new york e volta	Consciência do próprio corpo e dos outros; Saber encontrar a pulsação e ritmos de diferentes músicas, com cadências e compassos diferentes.	Espalhados no praticável; sozinhos e 2 a 2

25'	75'	Os alunos cooperam com colegas com o objetivo de enviar a bola para o outro lado da rede.	<p>VOLEIBOL</p> <p>4x4/3x3 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. Envio da bola sobre a rede em salto, o aluno deve tirar os pés do chão para enviar a bola. Ponto com remate vale 2 pts.</p>	Diferenciar ZR; Postura pré-dinâmica; deslocamentos rápidos; progressão para a rede; retorno após enviar a bola para o campo adversário.	Grupos de trabalho por níveis.
5'	80'	Os alunos estão atentos e receptivos à comunicação. Pronunciam-se honestamente sobre a sua atitude durante a aula.	Autoavaliação atitudinal		Semi-círculo.