

## AGRUPAMENTO DE ESCOLAS ALBERTO SAMPAIO

Projeto de Aula			
Professor: Beatriz Vilaça	Ano: 10º	Data: 27/05/2022	Nº de alunos: 26
Cooperante: Arnaldino Ferreira	Turma: A	Aula nº: 59	
Unidade Didática: Dança, Basquetebol, Atletismo	Espaço: B/C2	Hora: 11h30	Material: tábua de chamada, coluna, bolas de basquetebol
		Duração: 90'	
Função Didática: <u>DANÇA</u> - avaliação sumativa; <u>ATLETISMO</u> - exercitação do salto em comprimento; <u>BASQUETEBOL</u> - exercitação da transição ofensiva.			
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> - os alunos apresentam a coreografia final elaborada em equipa; <u>ATLETISMO</u> - definição do pé de impulsão; estruturação da corrida preparatória e familiarização com a fase aérea; <u>BASQUETEBOL</u> - tirar proveito da vantagem numérica para finalizar			

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'	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.	
		Os alunos cooperam com os colegas com o objetivo de desenvolver a concentração e a noção das potencialidades corporais. Demonstram responsabilidade ao apresentarem o trabalho realizado na aula anterior.	<b>DANÇA</b> Apresentação da coreografia completa por equipas.		Espalhados pelo praticável.

20'	75'	Os alunos participam ativamente nos exercícios propostos.	ATLETISMO - SALTO EM COMPRIMENTO O aluno experimenta as diferentes pistas de modo a conseguir estruturar a corrida preparatória. Familiarização com a fase aérea.	Estruturar a corrida preparatória; Experimentar as 3 pistas e averiguar a mais adequada; definir pé de impulsão; juntar os apoios o mais tarde possível; usufruir da lordose para se projetar; fechar o corpo.	Por ligas.
25'	70'	Os alunos cooperam com os colegas, com o objetivo de criação de oportunidades de finalização.	BASQUETEBOL 1. 4x4 a campo inteiro. Atacante que finaliza só inicia ação defensiva depois da bola passar a linha de lance livre. Se finaliza fica a defender, equipa de fora entra a atacar. 2. 3x3 a 1/2 campo longitudinal. Atacante que finaliza só inicia ação defensiva depois da bola passar a linha de lance livre.	Utiliza o lançamento em apoio perto do cesto e o lançamento na passada quando tem caminho livre em direção ao cesto.	Grupos de trabalho por níveis: equipas pré-definidas
5'	80'	Os alunos estão atentos e recetivos à comunicação. Pronunciam-se honestamente sobre a sua atitude durante a aula.	Autoavaliação atitudinal		Semi-círculo.