

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS ALBERTO SAMPAIO

Projeto de Aula					
Professor: Beatriz Vilaça		Ano: 10º	Data: 01/06/2022	Nº de alunos: 26	
Cooperante: Arnaldino Ferreira		Turma: A	Aula nº: 60		
Unidade Didática: Badminton, Voleibol		Espaço: C1	Hora: 11h30	Material: raquetes; volantes; 2 bolas de voleibol	
			Duração: 90'		
Função Didática: <u>BADMINTON</u> - exercitação das habilidades técnicas em situação de jogo. <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>BADMINTON</u> - conseguir usufruir das técnicas para as resposta às jogadas ofensivas do adversário. <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.
5'	15'	Os alunos participam no aquecimento ativamente.	Apanhadinhas com bola. Os alunos com bola devem tocar nas costas do colega. Ao tocar troca, quem estava a apanhar, foge.	Movimentação rápida; impedir que a bola toque nas costas.	Espalhados pelo espaço.
30'	45'	Os alunos adotam uma postura dinâmica de modo a conseguirem deslocar-se rapidamente.	BADMINTON Jogo 2': 1x1 Formato "rainhas": quem ganha sobe, quem perde desce.	Utilizar as habilidades motoras adequadas de modo a responder à jogada do adversário.	Equipas pré-definidas: jogam contra outras equipas

30'	75'	Os alunos cooperam com colegas com o objetivo de enviar a bola para o outro lado da rede.	<p>VOLEIBOL</p> <p>3x3</p> <p>O jogo inicia com serviço por baixo e os alunos efetuam os 3 toques utilizando as habilidades técnicas necessárias para reenviar a bola por cima da rede. 3.º toque se possível em salto.</p> <p>4x4</p> <p>O jogo inicia com serviço por baixo e os alunos efetuam os 3 toques utilizando as habilidades técnicas necessárias para reenviar a bola por cima da rede.</p> <p>O passador usufrui do passe de costas para possibilitar a utilização dos dois atacantes e o 3.º toque é em salto.</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.	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.