|  |  |
| --- | --- |
| **Plano de Aula 29 e 30** | **Aula nº 11 e 12 de 24 da UD de Futebol** |
| **Professor da turma:**José Carlos Monteiro | **Estudante Estagiário:**Miguel Seabra | **Data:** 11/11/2021 | **Hora:**11:45h | **Duração:**90  |
| **Ano/Turma**: 11ºG | **Nº de alunos**: 14 | **Local**: Pavilhão 1 | **Material:** Bolas, Sinalizadores, Coletes. |
| **Aprendizagens Essenciais:** Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, nos Futebol, realizando com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares em todas as funções, conforme a oposição em cada fase do jogo, aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro. |
| **Perfil do Aluno à Saída da Escolaridade Obrigatória:** A, B, C, D, G, I e J. |
| **Função (ões) Didática (s)**: Introdução e Exercitação. |
| **Objetivo Geral:** Entender as ações técnico e táticas através de jogos lúdicos, condicionados, reduzidos e melhorar a condição física dos alunos num ambiente cooperativo propicio à aprendizagem. |
| **Objetivos Específicos (1)**: 1. Dialogar com os alunos sobre o plano de aula. Aumentar a temperatura corporal e preparar o organismo para a atividade física, através de um jogo lúdico. 2. Desenvolver a qualidade do passe e receção, incentivando os alunos a realizarem penetração em situações de jogo de superioridade numérica, aprimorando a capacidade de decidir o melhor momento para finalizar.3. Dialogar e refletir sobre os conteúdos abordados. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Parte da aula** | **Conteúdo****Situações de aprendizagem****Variáveis de evolução** | **Comportamento a observar****(o aluno deve ser capaz de ...)** |
| I**nicial (15**´**)** | Diálogo com os alunos sobre o plano de aula.**Todos os níveis****1º Exercício:** Caçadinhas. O caçador após apanhar um colega, une as mãos. Quando estão 4 alunos unidos, separam-se em 2 grupos de 2, tornando mais complicado para o resto da turma “fugir”. **Competição:** último aluno a ser apanhado, sugere uma tarefa suplementar para a turma.  | **Todos os níveis:** **1º Exercício:** **Eficiência:**Aluno deve tentar aguentar o máximo de tempo sem ser apanhado. Caso seja, deve no menor tempo possível apanhar os restantes membros da turma. **Eficácia:** Aluno realiza o exercício, cumprindo os critérios definidos pelo professor. |
| **Fundamental (55**´**)** | **Condição Física:**Vai ser realizada em simultâneo com a modalidade lecionada. Os alunos irão formar pares e colocar-se-ão frente a frente.Os exercícios que irão realizar são: * Condução de bola
* Passe Curto
* Passe Longo

Durante a execução destes elementos técnicos realizarão exercícios de condição física**Futebol:****Nível 1:** **1º Exercício:** 2x1+Gr em sistema de ondas.Em situação ofensiva os dois elementos atacam. Em situação defensiva, o elemento que anteriormente finalizou ou perdeu a bola, assume a posição de Guarda-Redes e o outro elemento a defesa. Após defenderem, trocam com a equipa que se encontra à espera para entrar em situação ofensiva. **Nível 2:** **2º Exercício:** 3x2+GrEm situação ofensiva, os 3 elementos atacam em simultâneo, mal percam a posse de bola, 1 elemento definido assumirá a posição de Guarda-Redes e apenas 2 elementos assumem a posição de defesa. Variantes: * Limitar o número de toques de certos elementos.
* Golo das raparigas valer a dobrar.
* Golo só vale após a bola passar por todos os elementos da equipa.
 | **Condição Física:****Eficiência:** Aluno deve ser capaz de executar corretamente o passe e a condução de bola, realizando após os mesmos exercícios de condição física. **Eficácia:** O aluno realiza o passe com precisão para o colega e posteriormente realiza o exercício de condição física definido pelo professor.**Futebol:** **Eficiência:****1º Exercício:** Aluno com bola deve ser capaz de realizar penetração, caso encontre oposição, liberta a bola para o colega e procura posteriormente desmarcar-se (em rutura ou apoio). Após finalização deve ser rápido a assumir a posição defensiva. **2º Exercício:** Aluno compreende que se encontra numa situação de superioridade numérica, procura sempre realizar penetração e caso seja pressionado ter soluções para quem passar a bola e posteriormente desmarcar-se. Aluno deve possibilitar sempre uma linha de passe ao colega de equipa. **Eficácia:** O aluno realiza os exercícios cumprindo, quase sempre, os critérios definidos. |
| **5’** | Diálogo com os alunos sobre os conteúdos abordados. | O aluno com a ajuda do professor deve identificar as suas dificuldades, dúvidas, bem como abordar as aprendizagens interiorizadas no decorrer da aula.  |

|  |
| --- |
| **Equipas:****Nível 1: 8 alunos Nível 2: 6 alunos**Azul: Aline e Débora Novais. Amarelo: Sérgio Sousa; Francisca Soares; Ana Monteiro.Verde: Cláudia Costa e Rafael Vieira. Sem Colete: João Correia; Lucas Ferreira; Inês Ferreira.Vermelho: Sofia Silva e Beatriz Martins.Sem Colete: Mafalda Santos e Mafalda Coutinho. |

1. 1. Parte inicial; 2. Parte fundamental; 3. Parte final.

|  |
| --- |
|  |

|  |
| --- |
| **Sumário:** Trabalho de Condição Física.Futebol: Trabalho de condução de bola, passe, receção, remate e penetração, através de jogos reduzidos e condicionados. |

|  |  |
| --- | --- |
| **Pontos fortes:**Alteração rápida do plano e exercícios; Mais presença do professor; Aproveitamento do espaço. | **Aspetos passíveis de melhoria:**Comunicação; Questionamento no final da aula. |
| **Reflexão:**Finalizada a aula, cumpre-me destacar os aspetos que decorreram de forma positiva, referindo, ainda, outros pontos que carecem de alteração ou intervenção por parte do professor. Na fase inicial da aula optei por realizar a condição física, envolvendo a matéria da unidade didática, o que se revelou bastante positivo, uma vez que, apresentando os alunos determinadas dificuldades com a modalidade, permitiu uma maior prática e o máximo contacto com a bola. Relativamente ao exercício constante da parte fundamental da aula – Ondas –, os alunos corresponderam ao que foi pedido pelo professor, mostrando-se empenhados e dinâmicos na tarefa. Este exercício, executado no seu nível mais básico, acabou por sofrer uma alteração durante a sua prática, visto que o número de alunos que compareceu na aula não coincidiu com aquele que estava previsto. Assim sendo, optei por adicionar uma baliza extra e novas condicionantes aos defesas, promovendo situações de sucesso no momento competitivo realizado posteriormente. No que concerne ao mesmo exercício no seu nível mais avançado, durante o momento competitivo, decidi por valorar diferentemente os golos marcados. Assim, o golo dos rapazes valeria um ponto, o das raparigas valeria três pontos e, verificando-se cinco passes bem-sucedidos, o golo valeria mais dois pontos. Esta última condicionante acabou por não ter o efeito pretendido, uma vez que os alunos realizavam os passes o mais rápido possível, sem qualquer conexão ao jogo, de modo a marcar mais pontos.Para além do já exposto, acredito que, comparativamente com outras aulas, se verificou mais presença por parte do professor, bem como uma melhoria de posicionamento e uma transição mais rápida entre os exercícios. Realço, ainda, que devo ter um cuidado acrescido no que respeita à comunicação com os alunos no final de aula, dando mais oportunidade aos mesmos para que coloquem questões, retirando, assim, possíveis dúvidas e incertezas existentes. |