|  |  |
| --- | --- |
| **Plano de Aula 31 e 32** | **Aula nº 13 e 14 de 24 da UD de Futebol** |
| **Professor da turma:**José Carlos Monteiro | **Estudante Estagiário:**Miguel Seabra | **Data:** 16/11/2021 | **Hora:**11h45min. | **Duração:**90min. |
| **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, no 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 predispor o organismo para a atividade física, através de um jogo lúdico. 2. Desenvolver a qualidade da condução de bola, 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 (retorno à calma). |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **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:** Caçador. Os alunos conduzem bola enquanto que um colega sem bola os tenta “caçar” (tirar a bola).Por sua vez existe outro colega sem bola (Guarda) que vai em auxílio dos alunos que conduzem bola, fornecendo uma linha de passe para receber e assim evitar que o colega seja caçado. Regras: * Caçador não pode retirar a bola ao Guarda, necessitando de perseguir outra pessoa.
* Aluno caçado realiza tarefa suplementar.
 | **Todos os níveis:** **1º Exercício:** **Eficiência:**Aluno deve realizar corretamente condução de bola fugindo do caçador, optando por realizar passe para o Guarda no momento em que se sente pressionado, procurando posteriormente uma linha de passe. **Eficácia:** Aluno realiza o exercício, cumprindo os critérios definidos pelo professor. |
| **Fundamental (55**´**)** | **2º Exercício:** **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 mobilização articular e/ou condição física.Exemplos: Saltos, Agachamentos, Deslocamentos, **Futebol:****Nível 1:** **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:** **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 vale a dobrar;
* Golo é válido após a bola passar por todos os elementos da equipa.
 | **2º Exercício:****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:****Nível 1:****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. **Nível 2:****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:** **Nível 1 e 2:**O aluno realiza os exercícios cumprindo, quase sempre, os critérios definidos. |
| **5’** | Diálogo com os alunos sobre os conteúdos abordados.Os alunos colaboram na arrumação do material. | 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, penetração e contenção, através de jogos reduzidos e condicionados. |

|  |  |
| --- | --- |
| **Pontos fortes:** Aproveitamento do espaço e material; Alteração do plano no momento. | **Aspetos passíveis de melhoria:** Posicionamento; Comunicação; “Presença”.  |
| **Reflexão:**Findada a aula, releva salientar todos os aspetos que correram de forma positiva, bem como os pontos passíveis de melhoria em busca de aprimoramento. No que concerne à localização da aula, esta foi lecionada em espaço exterior. Uma vez que se está perante um maior espaço físico, emergem algumas dificuldades respeitantes ao posicionamento, comunicação e sentido de presença do professor. Ademais, o primeiro exercício realizado – o Jogo do Caçador e do Guarda – não correu da forma idealizada, visto que os alunos com capacidade física superior raramente eram alvo dos caçadores, pelos mesmos reconhecerem a dificuldade acrescida de lhes retirar a bola. Ponderando este momento da aula constato que poder-se-ia ter desenvolvido outro exercício para que os alunos de nível 2 permanecessem dinâmicos e envolvidos na tarefa. Relativamente à condição física, esta foi novamente executada na aula, envolvendo a matéria de ensino, uma vez que a área de trabalho foi redobrada e as linhas utilizadas no pavilhão para a limitação do espaço não existiam. Assim, verificou-se um acréscimo de dificuldade para os alunos, o que acabou por levar a que a sua execução não decorresse de forma tão positiva como sucedeu na aula anterior. Foi também novamente trabalhado o exercício Ondas na parte fundamental para ambos os níveis com uma alteração posterior através da colocação de uma aluna no nível mais avançado, alterando o 2x1+(Gr) + Joker para um 2x1+(Gr) no nível 1 e o 2x1+Gr para um 3x3 no nível 2. Esta modificação a meio da aula levou a outro tipo de dificuldades por parte dos alunos, mas também a uma estimulação diferente. Todos estes exercícios foram acompanhados de momentos competitivos, promovendo um maior envolvimento dos alunos ao longo da aula, utilizando, tal como na aula precedente, diferentes pontuações consoante o tipo de golo, isto é, o golo dos rapazes valeria por 1 ponto, o das raparigas 2 pontos e o golo através de passe em rutura 3 pontos. Dando por finalizada a minha reflexão, destaco, ainda, que esta aula foi muito importante para o meu crescimento enquanto professor, fazendo-me refletir não só sobre as diferenças entre uma aula lecionada no pavilhão e uma aula decorrida em espaço exterior, assim como a exposição que está inerente ao espaço de aula e as diferentes dificuldades existentes na mesma.  |