|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Plano de Aula 35 e 36** | | | | **Aula nº 17 e 18 de 24 da UD de Futebol** | | |
| **Professor da turma:**  José Carlos Monteiro | | **Estudante Estagiário:**  Miguel Seabra | | **Data:**  23/11/2021 | **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)**: 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, aprimorando todos os aspetos trabalhados nas aulas anteriores (condução de bola, penetração, remate, contenção, entre outros), melhorando a sua capacidade de decisão.  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 (30**´**)** | Diálogo com os alunos sobre o plano de aula.  **Todos os níveis.**  **Exercício Inicial com Condição Física.**  **Exercício:** Sobe e Desce  A condição física vai ser realizada em simultâneo com a modalidade lecionanda.  Os alunos vão se organizar pelos vários campos disponíveis, realizando situações de 1x1.  No final de cada 2 minutos, o aluno que vencer o jogo irá passar para o campo mais forte e o aluno que perder irá retroceder.  Após os 2 minutos de cada jogo, os alunos vão realizar exercícios de condição física, tais como:   * Agachamento * Salto joelhos ao peito * Lunge * Prancha * Burpee * Abdominais | **Todos os níveis:**  **Exercício:**  **Eficiência:**  Aluno deve analisar e aplicar todos os conteúdos trabalhados nas restantes aulas, de acordo com a situação, reagindo rapidamente para atingir o objetivo pretendido.    **Eficácia:** Aluno realiza o exercício, cumprindo os critérios definidos pelo professor.  **Condição Física:**  **Eficiência:** O aluno deve ser capaz de realizar os exercícios da  componente de condição física, de acordo com a técnica  padrão, empenhando-se e superando-se ativamente no  decorrer da tarefa.  **Eficácia:**  O aluno realiza os exercícios de condição física definido pelo professor, cumprindo com os critérios definidos. |
| **Fundamental (55**´**)** | **Futebol:**  **Futebol:**  **Exercício para ambos os níveis.**  **Torneio 3x3 + Joker**  **Exercício:** Os alunos vão ser divididos em grupos de 6 e vão jogar todos contra todos em sistema de rotatividade.  No final dos jogos, o aluno que tiver mais vitórias vai sugerir uma tarefa suplementar ao resto da turma. | **Futebol:**  **Eficiência:**  **Exercício:** Aluno deve ser capaz de procurar a superioridade numérica, procurando ocupar racionalmente o espaço e linhas de passe (em rutura e/ou em apoio).  Quando não possui bola deve realizar contenção e procurar atrasar ou parar o ataque adversário, evitando situações de inferioridade numérica.  **Eficácia:**  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:**  **Grupos Inicias:**  Grupo 1: João Correia, Lucas Ferreira, Ana Monteiro, Sérgio Sousa, Francisca Soares e Inês Ferreira.  Grupo 2: Mafalda Santos, Mafalda Coutinho, Beatriz Martins, Sofia Silva, Cláudia Costa e Débora Monteiro.  Jokers: Aline Pontual e Rafael Vieira. |

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:**  Gestão do Material; Envolvimento dos alunos; Momento final de aula; | **Aspetos passíveis de melhoria:**  Transição parte inicial para fundamental; Organização do espaço; |
| **Reflexão:**  Com o término da aula realço, agora, todos os aspetos positivos, bem como aqueles passiveis de melhoria.  Antes de mais, o início da aula deu-se de forma lenta e demorada, uma vez que os alunos chegaram atrasados à mesma. Este é uma contrariedade que reiteradamente tem vindo a suceder e que, portanto, será alvo de questionamento aos alunos em aula futura.  Relativamente ao primeiro exercício, este foi previamente planeado, envolvendo a matéria de ensino juntamente com a condição física. Contudo, houve, da minha parte, uma má escolha da forma de jogo. O 1x1 utilizado num espaço tão reduzido obriga os alunos a recorrerem às habilidades técnicas do Drible e da Finta, conteúdos esses que não são objeto de ensino e avaliação. Um outro ponto que não ocorreu da forma prevista foi a gestão do tempo, o que levou a que o primeiro exercício demorasse mais do que o tempo esperado, resultando em menos tempo prático para a tarefa fundamental.  Para o segundo exercício optei por utilizar o modelo da aula passada – o torneio – com a diferença de o mesmo ser realizado, separando os grupos de trabalho por níveis. Do meu ponto de vista, o exercício decorreu de forma positiva, tirando uns comportamentos desviantes que foram surgindo no nível 2, pelos alunos João e Lucas, que foram no momento advertidos com uma tarefa suplementar, mas que devem ser corrigidos, não voltando a acontecer, visto que prejudica a aprendizagem dos colegas.  Finalizado o torneio, decidi recorrer aos últimos minutos de aula para abordar os princípios ofensivos e defensivos táticos abordados, utilizando um quadro magnético, o que possibilitou aos alunos uma diferente visão do jogo na sua generalidade.  Não obstante, uma sugestão do professor cooperante que pretendo implementar nas próximas aulas é a realização de diferentes momentos para os diversos níveis. Isto levar-me-á a focar mais especificamente em cada nível, não abordando conteúdos em demasia para aqueles que se situam num nível inferior, nem repetindo conteúdos para os de nível mais elevado. | |