|  |  |
| --- | --- |
|  **Plano de Aula 43 e 44** | **Aula nº 25 e 26 de 26 da UD de Futebol** |
| **Professor da turma:**José Carlos Monteiro | **Estudante Estagiário:**Miguel Seabra | **Data:** 7/12/2021 | **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)**: Avaliação |
| **Objetivo Geral:** Avaliar o nível dos alunos. |
| **Objetivos Específicos (1)**: 1. Aumentar a temperatura corporal e predispor o organismo para a atividade física, através de um jogo lúdico. 2. Realizar a avaliação prática.3. Dialogar e refletir sobre a avaliação. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Parte da aula** | **Conteúdo****Situações de aprendizagem****Variáveis de evolução** | **Comportamento a observar****(o aluno deve ser capaz de ...)** |
| I**nicial (15**´**)** | **Nível 1:** **Exercício: Jogo dos Números** **Descrição:**2 grupos de 4 alunos. Os alunos vão realizar condução de bola dentro de um espaço limitado e devem posteriormente realizar passe de acordo com a condicionante do exercício. Condicionantes: * Ordem crescente
* Ordem decrescente
* Ordem números pares e ímpares.
* Competição entre as 2 equipas.

**Nível 2: Meiinho (4x2)****Descrição:** 3 grupos de 2 alunos previamente definidos. O par que se encontra a defender deve contar o número de recuperações. No final, o par com mais recuperações vence o jogo.  | **Nível 1:****Eficiência:**Aluno deve realizar uma correta execução do passe e da receção, decidindo com critério e rapidez atingindo o objetivo pretendido.**Eficácia:** Deve realizar durante os 2 minutos no mínimo 3 vezes a ordem respetiva completa. **Nível 2:** **Eficiência:** Aluno com bola deve movimentar-se pelo espaço procurando linhas de passe, realizando o passe com critério e objetividade.Aluno sem bola deve adotar uma atitude defensiva, aplicando-se para recuperar a bola o maior número de vezes. **Eficácia:** A bola deve passar por todos os elementos no mínimo 5 vezes. Ao final de 2 minutos, a dupla defensiva troca.  |
| **Fundamental (55**´**)** | **Condição Física:** 4 Estações; 40 segundos de trabalho, 10 segundos de descanso entre troca de estações; 1 minuto de descanso entre séries; 3 séries.**Estação 1:** Agachamento. De pé, pernas paralelas e afastadas na linha do quadril. Os joelhos devem estar flexionados de modo a formar um ângulo de 90º graus, empurrando o quadril para trás.**Estação 2:** Abdominais. Deitado no colchão com os joelhos fletidos apontando para o teto, pés firmes no chão, inclinando o tronco para a frente “encostando” o peito aos joelhos. **Estação 3:** Escada de agilidade. De frente para a escada, saltitando e alternando os pés fora e dentro do quadrado. Enquanto um pé pisa fora, outro está dentro.**Estação 4:** Saltos para a frente e para trás, passando o cone limitado. O último salto deverá ser o mais longo, realizando um agachamento ao amortecer. **Avaliação Futebol:****Nível 1: Gr + 3 x 3 + Gr** **Descrição:** Os alunos vão ser avaliados na forma de jogo: Gr + 3 x 3 + Gr. Com o passar da avaliação e observação, as posições e os elementos de equipas podem ser trocadas. **Nível 2: 3x3** **Descrição:** Os alunos vão ser divididos em grupos de 3. Vão jogar todos contra todos em sistema de rotatividade. No final dos jogos, o aluno que obtiver mais vitórias irá sugerir uma tarefa suplementar. | **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 cumprindo, quase sempre, os critérios definidos.**Avaliação Futebol:** Ver ficha de avaliação.  |
| **5’** | Diálogo com os alunos sobre a avaliação e questão aula. Os alunos colaboram na arrumação do material. | O aluno reconhece os comportamentos e tem consciência da avaliação prática que realizou.  |

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

|  |
| --- |
|  |

|  |
| --- |
| **Sumário:** Trabalho de Condição Física.Avaliação sumativa prática – Futebol. |

|  |  |
| --- | --- |
| **Pontos fortes:** Concentração; Utilização de alunos nível 2 no nível 1 como forma de ajuda. | **Aspetos passíveis de melhoria:**Transições; Dinâmica nos primeiros exercícios.  |
| **Reflexão:**A aula de hoje foi marcada pelo momento avaliativo da modalidade de Futebol. Assim, começo por salientar que este é um momento de grande tensão e ansiedade para os alunos.  Tal como nas últimas aulas, os exercícios iniciais e a estrutura da condição física mantiveram-se, utilizando todo o espaço disponível para a avaliação sumativa.  Relativamente ao exercício do nível 1 – o Jogo dos Números –, este tardou a iniciar-se, uma vez que, apesar de o exercício ter já sido executado em aulas anteriores, dois dos alunos faltaram à aula, obrigando a uma nova explicação do exercício na sua generalidade. Quanto ao exercício correspondente ao nível 2, o Meiinho, este decorreu de forma semelhante às aulas precedentes, alterando apenas os grupos de trabalho de modo a puder controlar possíveis comportamentos desviantes.  No que concerne à condição física, não houve grande observação da minha parte, visto que o meu foco e concentração se direcionaram para a avaliação dos restantes alunos. Contudo, constato que a atribuição da promoção de autonomia e responsabilidade a um dos alunos de cada nível, por forma a controlar o tempo e as repetições de cada série, se revelou positiva.  Relativamente ao momento avaliativo, decidi por avaliar em primeiro lugar os alunos de Nível 2, uma vez que planeei, no seguimento da aula, recorrer a alguns desses alunos para ajudar os estudantes do Nível 1. Esta situação serviu, também, como uma segunda avaliação, tendo em conta descritores diferentes. Em síntese, considero que a avaliação decorreu de forma positiva, estando os alunos empenhados e motivados a obter a melhor nota possível, questionando-me no final de aula sobre as suas prestações.  Assim, findada a aula com um momento de reflexão entre todos, prontifiquei-me a responder a algumas dúvidas dos alunos relativamente à avaliação da questão-aula que se irá realizar na próxima aula. |