

Ensino Curso Profissional Técnico de Desporto

Secundário 2017/2018

PLANIFICAÇÃO A LONGO PRAZO

10º PD Desporto Geral

		Nº aulas previstas (blocos de 50 min)
UFCD 7 / Código 9439 ANDEBOL – INICIAÇÃO	1- História do Andebol (Antiguidade; atualidade e em Portugal); 2- Relação do Andebol com as restantes modalidades coletivas; 3- Regras específicas e arbitragem no Andebol ; 4- Componentes do jogo do Andebol (ações individuais ofensivas e defensivas); 5- Metodologia do Jogo de Andebol (jogos: pré-desportivos; reduzido e condicional).	30 aulas (25h)
Avaliação: 1 teste sumativo; 1 ficha formativa; fichas de trabalho em aula; competências sociais.		
UFCD 12 / Código 9444 Voleibol – Iniciação	1- Projeto e regulamento Básico do Gira- Volei; 2- Minivoleibol – Escalão A: 2.1- Definição e regulamento básico; 2.2- O Jogo : 1x1 ; 2x2 e 3x3 (regulamentos); 3- Minivoleibol – Escalão B: 3.1- Definição e regulamentos; 3.2- O Jogo 4x4 (aspetos técnico-táticos e regras de jogo).	30 aulas (25h)
Avaliação: 1 teste sumativo; 1 ficha formativa; fichas de trabalho em aula; competências sociais.		
UFCD 21 / Código 4289 Jogo	1- Tipos de jogos (regras; simbólicos, sensório-motores, tradicionais); 2- A história e evolução dos jogos; 3- Objetivos e finalidades dos jogos; 4- As idades para aplicação dos diferentes tipos de jogos; 5- Jogos tradicionais portugueses; 6- Planeamento e construção de jogos.	30 aulas (25h)
Avaliação: 1 teste sumativo; 1 ficha formativa; fichas de trabalho em aula; competências sociais.		
Total: 90aulas (75h)		90 aulas