
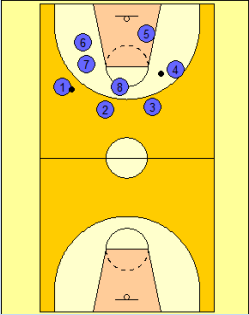


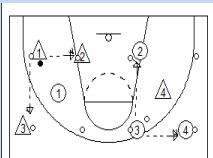
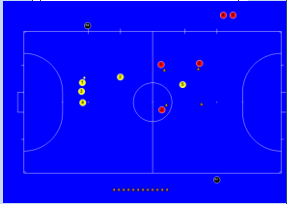


Professora Cooperante: Dr.ª Júlia Gomes Orientadora FADEUP: Dra. Mariana Cunha Professor Estagiário: Fernando Santos Função Didática/Conteúdos: Introdução e execução dos seguintes conteúdos: passe – passe picado e passe de peito; recepção/enquadramento com o cesto; passe e corte; desmarcação; drible de progressão; lançamento em apoio; marcação individual; jogo 3x3.	Data: 23/09/2011	Hora: 08:30-09:50	Ano: 10ºCFR	Duração: 90'	Nº de alunos previstos: 23	
	Espaço: Pavilhão Gimnodesportivo		Unidade Temática de Basquetebol Aula nº 3/4 de 10			Material: 24 sinalizadores, 12 bolas de Basquetebol, coletes.
<p>Habilidades Motoras: Exercitação dos seguintes elementos técnicos fundamentais: passe (de peito e picado), lançamento em apoio e drible de progressão. Exercitação das seguintes habilidades táticas fundamentais: passe e corte, recepção e enquadramento com o cesto e desmarcação. Aproveitar e criar situações de finalização (2x0) e manter a posse de bola. Exercitação da forma básica de jogo: 3x3.</p> <p>Fisiologia do Treino e Condição Física: Desenvolver as capacidades condicionais: força, velocidade e resistência em jogos reduzidos. Desenvolver as capacidades coordenativas: capacidade de reação, diferenciação cinestésica e orientação espacial sob formas jogadas.</p> <p>Cultura Desportiva: Introduzir as principais regras do jogo: passos flagrantes; dribles; contacto físico; e referenciar a regra da posse de bola protegida. Referir os pressupostos técnicos fundamentais para a execução correta do passe (picado e de peito), do lançamento em apoio e da recepção, assim como, a importância do passe e do corte na criação de situações de finalização.</p> <p>Conceitos Psicossociais: Enfatizar a importância do fair-play e do respeito pelo outro.</p>						
Parte	⌚	Objetivos Específicos	Descrição do Exercício	Organização Metodológica	Componentes Críticas/Comportamentais	Esquema
Parte Inicial	10'	<ul style="list-style-type: none"> - Efetuar a chamada e entregar os coletes. - Verificar se os alunos estão devidamente equipados. - Referenciar os objetivos e cariz desta aula 	<p>“Conversa com os alunos” O professor conversa com os discentes acerca dos objetivos desta aula e posteriormente efetua a chamada. À medida que a faz, o docente entrega um colete a cada um dos educandos, formando desde já equipas, compostas por 3 elementos. Verifica-se também se os alunos e alunas trazem equipamento apropriado.</p>	Os alunos encontram-se sentados, dispostos em semicírculo em frente ao professor, numa das metades do campo de Andebol.	<ul style="list-style-type: none"> - Silêncio - Atenção 	 <p>O professor comunica e interage com os discentes.</p>

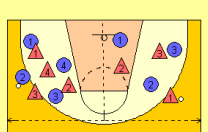


<p>7.</p>	<p>- Cumprir as seguintes regras: não por em causa a integridade física dos colegas; não correr para fora do espaço destinado ao exercício; não manter o pé apoiado num dos tapetes por mais de 3 segundos.</p> <p>- Estar em constante movimento, correndo para o espaço vazio, na função de “fugitivo”</p> <p>- Estar em constante movimento, correndo para o espaço menos vazio, onde se encontram mais “fugitivos”, na função de “caçador”.</p>	<p>“Caçadinhas”</p> <p>O professor escolhe 4 alunos, que serão designados por “caçadores”. Estes têm como objetivo tocar com a mão no corpo dos restantes educandos, que correm (fogem destes) pelo espaço destinado ao exercício. Os 4 “caçadores” começarão o mesmo junto do docente, enquanto os restantes discentes (“fugitivos”) se distribuem aleatoriamente pelo espaço destinado ao exercício. Ao apito do professor dá-se início ao mesmo.</p> <p>O objetivo dos alunos denominados “fugitivos” (que correndo, fogem dos educandos denominados “caçadores”) é evitar serem apanhados pelos 4 “caçadores” o máximo tempo possível, sendo que para isso deverão estar em constante movimento para escapar às investidas destes. Serão espalhados tapetes pelo espaço destinado ao exercício, estes servirão de proteção para os “fugitivos”, que apoiando um pé num dos tapetes não poderão ser apanhados pelos “caçadores”. Os “fugitivos” Só poderão ficar com um dos pés apoiado num dos tapetes durante três segundos. Quando um discente é tocado por um dos “caçadores” os papéis invertem-se, ou seja, o “caçador” que tocou numa parte do corpo do “fugitivo” passa a fugir correndo pelo espaço destinado ao exercício e o “fugitivo” passa a exercer o papel de “caçador”.</p>	<p>Os alunos encontram-se dispostos aleatoriamente, numa das metades do campo de Andebol.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - “Rápido” - “Foge” - “Apanha” - “Não pára” 	 <p>O professor posiciona-se ao longo da linha lateral. Este observa, corrige e emite feedbacks pedagógicos sempre que tal seja necessário.</p>
-----------	---	--	---	--	--



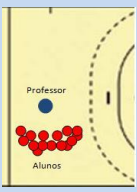
<p>Parte Fundamental</p>	<p>20'</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Cumprir as seguintes regras (no exercício: 3x1): intercetar unicamente o passe; o autor do passe intercetado deverá posicionar-se no interior do quadrado e exercer o papel do educando que ocupava aquela posição. - Cumprir as seguintes regras (no exercício de finalização): quem finaliza vai buscar a bola e dá-a ao colega da coluna respetiva; após terem finalizado os alunos deverão sair por fora do espaço destinado ao exercício, para ocuparem o lugar na coluna respetiva. - Manter a posse de bola - Aproveitar situações de finalização 	<p style="text-align: center;">“3x1/Finalização”</p> <p style="text-align: center;">Campo nº1</p> <p>Delimitam-se, com o auxílio de sinalizadores, 4 quadrados ao longo de uma das metades do campo de Andebol. De seguida, três elementos de cada grupo posicionam-se, um em cada vértice do quadrado (ficando 1 vértice desocupado). O outro elemento do grupo posiciona-se no interior do quadrado. O exercício inicia-se com a bola na posse de um dos alunos que se encontra nos vértices do quadrado. O objetivo destes é, deslocando-se pelo espaço destinado ao exercício, realizar o maior número de passes, sem que o aluno que está no interior do quadrado consiga intercetar a bola. Este tem como objetivo, deslocando-se pelo espaço, intercetar o passe, bastando para isso que toque na bola de basquetebol. Quando tal acontecer, o discente que está interior do quadrado troca de posição com o educando que executou o passe, que foi por sua vez intercetado.</p> <p style="text-align: center;">Campo nº2</p> <p>As outras 4 equipas ficarão no campo nº2 onde se exercitará o lançamento em apoio (finalização). O professor, no campo nº2, forma duas colunas em frente ao cesto. Uma destas no spot 1 e outra ao lado deste. De seguida promove-se uma situação de 2x0. Os elementos no “spot” 1 começam o exercício com bola. Estes passam-na aos alunos que integram a coluna ao lado do “spot” 1, que por sua vez procuram executar a receção da bola e passá-la ao colega que iniciou o exercício no spot 1. Este deslocando-se pelo espaço destinado ao exercício corta para o cesto após passe. O objetivo dos educandos posicionados no spot 1 é finalizar com lançamento em apoio, após o conjunto de movimentações anteriormente descritas. Após finalização (lançamento em apoio), aquela ação, com aqueles intervenientes termina. Os discentes vão buscar a bola (regra fundamental para o bom desenrolar do exercício) e trocam de coluna, no sentido dos ponteiros do relógio e o exercício prossegue. Todos os alunos deverão cumprir as regras delineadas para este exercício. Todos os alunos passarão pelo campo nº1 e 2, dando-se possibilidade a todos os alunos para exercitarem as diferentes habilidades em causa.</p>	<p>A turma é dividida em 7 equipas de 3 jogadores e 1 equipa composta por 2. Uma das metades do Campo de Andebol é dividida em 2 campos (campo nº1/campo nº2). Quatro equipas ficam no campo nº 1 e 4 no campo nº2.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - “Recebe a duas mãos” - “Corta” - “Dá linha de passe” - “Cada um marca o seu” - “Lança” - “Olha para o colega” - “Mão alvo” 	<div style="text-align: center;">   </div> <p>O professor posiciona-se ao longo da linha lateral. Este observa, corrige e emite feedbacks pedagógicos sempre que tal seja necessário.</p>
--------------------------	------------	---	--	---	--	---



Parte Fundamental	20'	<p>- Cumprir as seguintes regras (no exercício: jogo 3x3): respeitar os limites do campo (linha final e linha lateral); repor a bola em jogo corretamente; não violar a regra dos passos flagrantes; nenhum contacto físico será aceite; após ganho de ressalto levar a bola para uma posição alta; respeitar o princípio da posse de bola protegida (limitação imposta aos defensores: não é permitido a estes tirarem a bola das mãos dos atacantes ou interceptarem o drible).</p> <p>- Cumprir as seguintes regras (no exercício: jogo dos 5 passes): respeitar os limites do campo (linha final e linha lateral); repor a bola em jogo corretamente; não violar a regra dos passos flagrantes; nenhum contacto físico será aceite; respeitar a regra da posse de bola protegida (limitação imposta aos defensores: não é permitido a estes tirarem a bola das mãos dos atacantes ou interceptarem o drible).</p> <p>- Promover uma situação de 3x3, na qual os alunos apliquem o aprendido até então.</p> <p>- Aproveitar e criar situações de finalização</p>	<p>“Jogo 3x3 a ½ campo/Jogo dos 5 passes”</p> <p>Campo nº1</p> <p>Promove-se no campo nº1 uma situação de 3x3 (com uma tabela). Cada jogo tem a duração de 5’. Após ressalto, a equipa que conquistou a posse de bola na sequência deste, deverá levar a bola para uma posição alta (reorganizando o ataque). Os alunos deverão cumprir as regras estipuladas para este exercício.</p> <p>Campo nº2</p> <p>As equipas que ficarão no campo nº2 realizarão o jogo dos 5 passes (manter a posse de bola). Promove-se uma situação de 3x3 nos campos nº2. O objetivo da equipa com posse de bola é executar cinco passes consecutivos, sem que nenhum elemento da equipa adversária intercepte a bola. Quanta tal acontecer, os alunos deverão iniciar a contagem dos passes novamente. Quando uma equipa consegue realizar cinco passes consecutivos, sob estas condições, é-lhe atribuído um ponto. O objetivo da equipa sem bola é interceptar a bola, evitando que a equipa contrária consiga realizar os cinco passes consecutivos, de acordo com os pressupostos referidos. Todos os alunos passarão pelo campo nº1 e 2, dando-se possibilidade a todos os alunos para exercitarem as diferentes habilidades em causa.</p>	<p>A turma é dividida em 7 equipas de 3 jogadores e 1 equipa composta por 2. Uma das metades do Campo de Andebol é dividida em 2 campos (campo nº1/campo nº2). Quatro equipas ficam no campo nº 1 e 4 no campo nº2.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - “Organiza o ataque” - “Vira-te para o cesto” - “Corta” “Dá linha de passe” - “Cada um marca o seu” - “Olha para o colega” - “Lança” 	 <p>O professor posiciona-se ao longo da linha lateral. Este observa, corrige e emite feedbacks pedagógicos sempre que tal seja necessário.</p>
-------------------	-----	---	--	---	---	--



Núcleo de Estágio da Escola EB 2/3 Nicolau Nasoni

Parte Final	5'	<ul style="list-style-type: none">- Esclarecer dúvidas levantadas pelos discentes.- Refletir sobre a forma como a aula decorreu.	<p>"Retorno à calma"</p> <p>O professor conversa com os alunos e alunas acerca da forma como a aula decorreu. De seguida, esclarece eventuais dúvidas. Posteriormente os discentes entregam os coletes ao docente. Após o cumprimento desta tarefa a aula é dada por terminada.</p>	<p>Os alunos encontram-se sentados, dispostos em semicírculo em frente ao professor, numa das metades do campo de Andebol.</p>	<ul style="list-style-type: none">- Colocar questões- Arrumar o material	 <p>O professor comunica e interage com os discentes.</p>
-------------	----	---	--	--	---	--