



Curso Profissional de Técnico de Apoio à Gestão Desportiva – Ano letivo 2023/2024 Planificação Modular

Turma: 1º PAFD Disciplina: Práticas de Actividades Físicas e Desportivas Módulo 1: Andebol - iniciação

Conteúdos	Objetivos	Atividades/Estratégias	Recursos	Tempos/c alendariza ção (50')	Instrumentos de avaliação
 História do andebol: O Andebol na antiguidade, Surgimento do andebol e o Andebol em Portugal. Enquadramento do Andebol nos jogos coletivos. Regras do jogo de andebol: Terreno de jogo, tempo de jogo e bola. Equipa e substituições, guarda-redes, área de baliza, manejo da bola, jogo passivo, faltas e conduta antidesportiva, golo, lançamentos de saída, reposição em jogo, baliza, livre e 7 metros, sanções disciplinares. Metodologia do jogo de andebol: Jogos pré-desportivos de andebol; jogo dos 10 passes e variantes, bola ao fundo e variantes. Jogo reduzido e jogo condicionado – Introdução, componentes do jogo de andebol. Ações individuais ofensivas, manipulação da bola (pega da bola), remate (remate em apoio e em salto), passe (passe e desmarcação), receção (receção a duas mãos), drible (drible de progressão). Ações individuais defensivas, posição base defensiva (colocação dos apoios; colocação das mãos e dos braços; relação com as regras). 	 Identificar a história da modalidade. Relacionar o Andebol com os outros jogos desportivos coletivos. Identificar e aplicar as regras de jogo fundamentais. Aplicar os regulamentos do jogo. 	Apresentação de Power Points com exploração de diapositivos alusivos ao tema em estudo; Demonstração/instrução e prática; Jogo formal, jogo condicionado, jogo reduzido e exercícios critério.	Computado res com ligação à internet - Projetor de vídeo -Textos de apoio - Pavilhão gimnodesp ortivo, balizas e bolas de andebol.	30 aulas a decorrer durante o 1º período	De acordo com os critérios de avaliação da disciplina: -Grelha de registo de avaliação sumativa; -Grelha de registo de trabalhos individuais, em grupo, relatórios e fichas de trabalho; -Grelha de Observação de sala de aula; -Realização de teste sumativo





Curso Profissional de Técnico de Apoio à Gestão Desportiva – Ano letivo 2023/2024 Planificação Modular

Turma: 1º PAFD Disciplina: Práticas de Actividades Físicas e Desportivas Módulo 2: Hóquei em patins – metodologias da patinagem

Conteúdos	Objetivos	Atividades/Estratégias	Recursos	Tempos/c alendariza ção (50')	Instrumentos de avaliação
- Conceitos gerais da patinagem: Definição. Descrição técnica especifica História da patinagem: Origem da patinagem. Material da patinagem Regras de segurança: Equipamento. Ajudas e pegas Didática da patinagem: Posição básica. Quedas. Levantar. Marcha. Primeiros passos. Técnicas de iniciação à patinagem. Componentes críticas e erros comuns Noções de equilíbrio, centro de gravidade e base de sustentação Progressões pedagógicas para o ensino das principais técnicas de patinagem.	 Distinguir os diferentes tipos de patins e componentes. Aplicar as regras de segurança na patinagem. Aplicar as técnicas de patinagem. Identificar os erros mais comuns na patinagem. Identificar progressões pedagógicas para o ensino das técnicas de patinagem. 	Apresentação de Power Points com exploração de diapositivos alusivos ao tema em estudo; Demonstração/instrução e prática; Exercícios critério, exercícios em pares e individual. Visitas de estudo	Computado res com ligação à internet - Projetor de vídeo -Textos de apoio - Pavilhão gimnodesp ortivo, patins.	60 aulas a decorrer duramte o 1º e 2º período	De acordo com os critérios de avaliação da disciplina: -Grelha de registo de avaliação sumativa; -Grelha de registo de trabalhos individuais, em grupo, relatórios e fichas de trabalho; -Grelha de Observação de sala de aula; -Realização de teste sumativo.

Agrupamento de Escolas André de Gouveia, Évora – 135562



Curso Profissional de Técnico de Apoio à Gestão Desportiva – Ano letivo 2023/2024 Planificação Modular

Turma: 1º PTD Disciplina: Práticas de Atividade Física e Desportiva Módulo 3: Futebol - iniciação

Conteúdos	Objetivos	Atividades/Estratégias	Recursos	Tempos/c alendariza ção (50')	Instrumentos de avaliação
-Metodologia das ações técnicas individuais: Ações individuais ofensivas Cabeceamento Remate Técnica de guarda-redes Receção Condução Proteção Simulação Drible / finta e passe Ações individuais defensivas Desarme Interceção Carga e ações específicas do guardaredes - Jogo de futebol: Finalidades e a organização do jogo de futebol Perspetiva dualista de organização do jogo de futebol Processo ofensivo Processo defensivo	1. Identificar e aplicar procedimentos individuais do jogo durante as fases ofensiva e defensiva. 2. Caraterizar os objetivos e fundamentos do jogo de Futebol no ataque e na defesa, no quadro da sua organização dinâmica.	Apresentação de Power Points com exploração de diapositivos alusivos ao tema em estudo; Demonstração/instrução e prática; Jogo formal, jogo condicionado, jogo reduzido e exercícios critério.	Computado res com ligação à internet - Projetor de vídeo -Textos de apoio Material de Futebol (bolas, balizas, campo, coletes e pinos)	30 aulas a decorrer durante o 1º e 2º período	De acordo com os critérios de avaliação da disciplina: -Grelha de registo de avaliação sumativa; -Grelha de registo de trabalhos individuais, em grupo, relatórios e fichas de trabalho; -Grelha de Observação de sala de aula; -Realização de teste sumativo.





Curso Profissional de Técnico de Apoio à Gestão Desportiva – Ano letivo 2023/2024 Planificação Modular

Turma: 1º PAFD Disciplina: Práticas de Actividades Físicas e Desportivas Módulo 4:

Módulo 4: Natação – adaptação ao meio aquático

- Fundamentos de mecânica dos fluidos: Água — características físicas, comportamento do ser humano na água e suas características, terminologia geral, flutuabilidade e equilíbrio estático, resistência hidrodinâmica, equilíbrio dinâmico e propulsão Habilidades motoras aquáticas básicas da natação: Equilíbrio, respiração (imersão), propulsão, matugão ao meio aquático, especificiades da adaptação ao meio aquático com bebés Metodologia específica: Considerações históricas, proposta metodológica para a adaptação ao meio residencia hidrodinâmica, equilíbrio dinâmico e propulsão, - Habilidades motoras aquáticas básicas da natação: - Implementar os princípios físicos - Relacionar os diferentes os diferentes princípios do movimento na água com a aquisição e desenvolvimento da adaptação ao meio aquático, especificidades da adaptação ao meio aquático com bebés Metodologia específica: Considerações históricas, proposta metodológica para a adaptação ao meio	Conteúdos	Objetivos	Atividades/Estratégias	Recursos	Tempos/c	Instrumentos de
- Fundamentos de mecânica dos fluidos: Água — características físicas, comportamento do ser humano na água e suas características, terminologia geral, flutuabilidade e equilíbrio estático, resistência hidrodinâmica, equilíbrio dinâmico e propulsão Habilidades motoras aquáticas básicas da natação: Equilibrio, respiração (imersão), propulsão, manipulações, importância na iniciação e adaptação ao meio aquático com bebés Metodologia específica: Considerações históricas, proposta metodológica para a adaptação ao meio						avaliação
as diversas habilidades motoras aquáticas básicas da natação: Adaptação ao meio aquático para bebés (6- 24 meses), intervenção dos pais no processo ensino-aprendizagem, promoção do nado 'automático', promoção do reflexo epiglotal, promoção da extensão cervical, adaptação ao meio aquático 24 meses - 3 anos, adaptação ao meio aquático + 3 anos, formação de base, fase aquisitiva, fase	Água – características físicas, comportamento do ser humano na água e suas características, terminologia geral, flutuabilidade e equilíbrio estático, resistência hidrodinâmica, equilíbrio dinâmico e propulsão. - Habilidades motoras aquáticas básicas da natação: Equilíbrio, respiração (imersão), propulsão, manipulações, importância na iniciação e adaptação ao meio aquático, especificidades da adaptação ao meio aquático com bebés. - Metodologia específica: Considerações históricas, proposta metodológica para a adaptação ao meio aquático, suas progressões e avaliação para as diversas habilidades motoras aquáticas básicas da natação: Adaptação ao meio aquático para bebés (6-24 meses), intervenção dos pais no processo ensino-aprendizagem, promoção do nado 'automático', promoção do reflexo epiglotal, promoção da extensão cervical, adaptação ao meio aquático 24 meses - 3 anos, adaptação ao meio aquático + 3 anos,	diferentes os diferentes princípios do movimento na água com a aquisição e desenvolvimento da adaptação ao meio aquático Aplicar os critérios fundamentais para a aquisição de habilidades motoras aquáticas básicas da natação Implementar os princípios físicos básicos de flutuação, equilíbrio, resistência e propulsão na introdução às técnicas da natação	exploração de diapositivos alusivos ao tema em estudo; Demonstração/instrução e prática;	res com ligação à internet - Projetor de vídeo - Materiais e equipament os de educação física e desporto	30 aulas a decorrer durante o	critérios de avaliação da disciplina: -Grelha de registo de avaliação sumativa; -Grelha de registo de trabalhos individuais, em grupo, relatórios e fichas de trabalho; -Grelha de Observação de sala de aula; -Realização de teste





Curso Profissional de Técnico de Apoio à Gestão Desportiva – Ano letivo 2018/2019 Planificação Modular

Turma: 1º PTD Disciplina: Práticas de Atividade Física e Desportiva Módulo 5: Voleibol - iniciação

Turma: 1º PTD	Disciplina	<u>a: Práticas de Atividade Física e De</u>	sportiva	Mod	ulo 5: Voleibol - iniciação
Conteúdos	Objetivos	Atividades/Estratégias	Recursos	Tempos/c alendariza	Instrumentos de avaliação
- Gira- Volei: Projeto Gira Volei Regulamentos básicos do Gira Volei - Minivoleibol – Escalão A: Definição Regulamentos básicos O jogo 1x1 O jogo 2x2 O jogo 3x3 Regulamentos - Minivoleibol – Escalão B: Definição Regulamentos - O jogo 4x4: Organização na receção do serviço Organização na bola morta Organização na transição Cobertura do ataque Regras do jogo	1. Descrever os regulamentos básicos do GiraVolei, Mini A e Mini B. 2. Aplicar regras facilitadoras de aprendizagem adaptadas ao escalão Mini A. 3. Relacionar a lógica inerente à organização defensiva e ofensiva do 4x4 e suas especificidades com a evolução futura para o jogo 6x6. 4. Aplicar regras didáticas que potenciem a aprendizagem ao escalão Mini B.	Apresentação de Power Points com exploração de diapositivos alusivos ao tema em estudo; Demonstração/instrução e prática; Jogo formal, jogo condicionado, jogo reduzido e exercícios critério.	Computado res com ligação à internet - Projetor de vídeo -Textos de apoio Material de Voleibol (bolas, postes, campo e pinos)	ção (50') 30 aulas a decorrer durante o 3º período	De acordo com os critérios de avaliação da disciplina: -Grelha de registo de avaliação sumativa; -Grelha de registo de trabalhos individuais, em grupo, relatórios e fichas de trabalho; -Grelha de Observação de sala de aula; -Realização de teste sumativo.