



www.uevora.pt
Universidade de Évora
Honesto Estudo com Longa Experiência Misturado

DIDÁCTICA DA ACTIVIDADE FÍSICA I

AULA 5



LICENCIATURA EM CIÊNCIAS DA ACTIVIDADE FÍSICA HUMANA



CONTEÚDOS

TÉCNICAS DE INSTRUÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTO

A ELABORAÇÃO PRÁTICA DA UD (CRONOGRAMA)

A ELABORAÇÃO PRÁTICA DO PLANO DE AULA



TÉCNICAS DE INSTRUÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTO

CONTEÚDO	TAREFAS APRENDIZAGEM	ENCERRAMENTO
IDENTIFICA CONTEXTO	APRESENTA TAREFAS	REVÊ CONTEÚDOS
DEFINE OBJECTIVOS	CONDIÇÕES REALIZAÇÃO	QUESTIONA COMPREENSÃO
APRESENTA MODELOS	CÊ	EXTENSÃO CONTEÚDOS
OUTROS	QUESTIONA COMPREENSÃO	SOLICITA OPINIÃO
	REFORMULA INFORMAÇÃO	MOTIVA (CONTINUIDADE)



TÉCNICAS DE INSTRUÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTO

POSIÇÃO FORMAÇÃO	SEQUÊNCIA DINÂMICA	FIGURAS ESQUEMAS	CLAREZA	AUDIÇÃO
FORMAÇÃO ALUNOS	SINOPSE E SÍNTESE	LEGIBILIDADE	TERMINOLOGIA	TOM VOZ
LOCAL PRELECCÃO	LÓGICA SEQUENCIAL	QUALIDADE GRÁFICA	CONCEITOS- CHAVE	ALTURA VOZ
ORIENTAÇÃO TURMA	FOCO	VALOR CONTEÚDO	CONTROLO	
POSTURA TURMA	MARCAÇÃO PARTES	DIMENSÃO		
POSTURA PROFESSOR	VELOCIDADE EXPOSIÇÃO			



Metodologias do Professor

	Desportos Individuais	Desportos Colectivos
Estafetas	+	+
Estações	+	-
Circuito	+	-
Pequenos Grupos	+	+
Grandes Grupos	-	-
Vagas	+	-
Fila	-	-



O Planeamento

Planeamento Anual (Longo Prazo)

Planeamento de UD (Médio Prazo)

Plano de Aula (Curto Prazo)



O Planeamento Anual

	5º Ano	6º Ano
1º Período	-Testes de Condição Física; -Desenvolvimento das Capacidades Físicas; -Atletismo 12 h por UD (28/09 a 23/10) (26/10) a 27/11)	-Testes de Condição Física; -Desenvolvimento das Capacidades Físicas; -Atletismo
2ª Período	-Basquetebol; -Ginástica; -Futebol 12 h por UD (30/11 a 12/03)	-Basquetebol; -Ginástica; -Futebol
3º Período	-Voleibol; -Orientação 12 h por UD (15/03 a 19/06)	-Voleibol; -Orientação

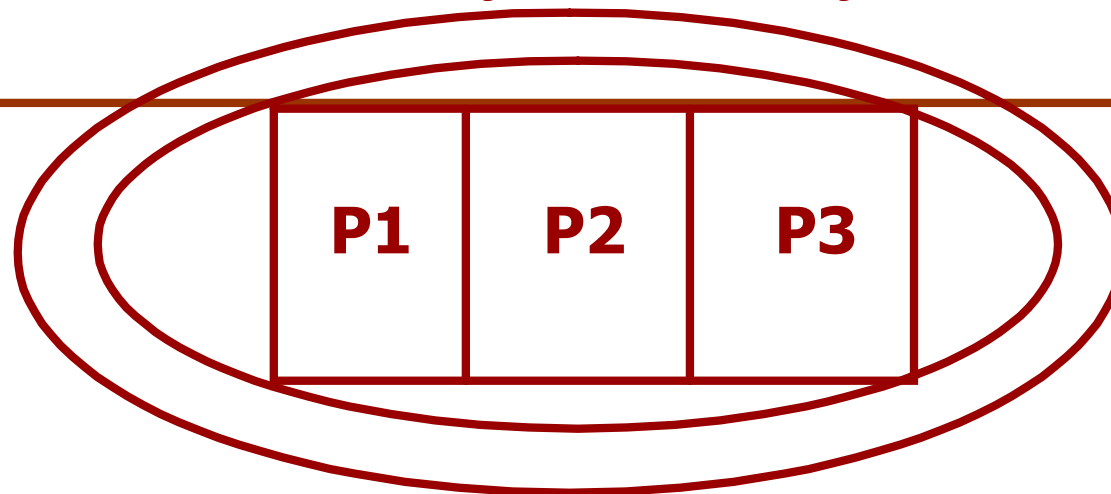


Horário de Grupo - EF

Tempos/Dias	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
8.00	6º D – 5º B	9º A – 8º A	7º C	9º A – 5º A	8º C – 7º A
9.00	9º C – 5º B	9º A	7º A	5º A	8º C – 7º A
10.00	9º C – 5º A	9º B – 8º B	6º B	9º B	5º C
11.00	6º B	9º B – 7º B	6º A – 5º B	6º D – 8º B	6º A – 7º C
12.00	8º C – 6º B	7º B	9º C – 6º C	6º D – 8º B	6º A – 7º C



Planta das Instalações - Espaços Desportivos



Pa

**Mini-Ginásio
G**

**Espaço Pelado
P4**



Horário da Ocupação de Espaços

Tempos/Dias	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
8.00	PA – P4	P1 – P2	P1	P1 – PA	P1 – P2
9.00	P1 – PA	P1	P2	PA	P1 – P2
10.00	PA – PA	P1 – P2	PA	P1	PA
11.00	P4	P1 – P2	PA – P4	PA – P1	PA – P1
12.00	P1 – PA	P1	P1 – PA	PA – P1	PA – P1



Planeamento das UD

APÓS DEFINIÇÃO DAS UD

REULEMENT

DURAÇÃO



Planos de Aula

RETIRADOS DA UD (OBJ. ESP.)

[1,2] ----» AULA



Elaboração do Plano de Aula

Escola	N.º	Professor	Ano / Turma
N.º de Aula de UD	Instalação	UD	Data e Hora
Material	Objectivo(s) Específico(s)	Conteúdos	
	Objectivo(s) Operacional(ais)	Função Didáctica	
Tempo	Sequência das Tarefas	Estratégias	
	Observação / Avaliação		