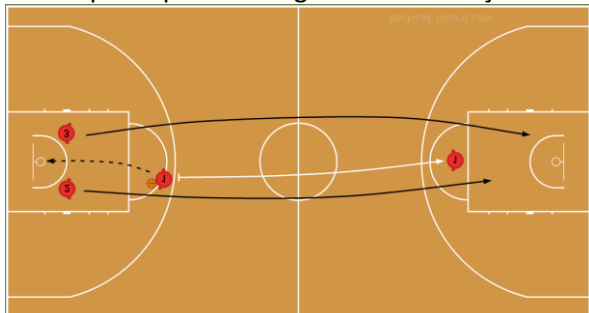
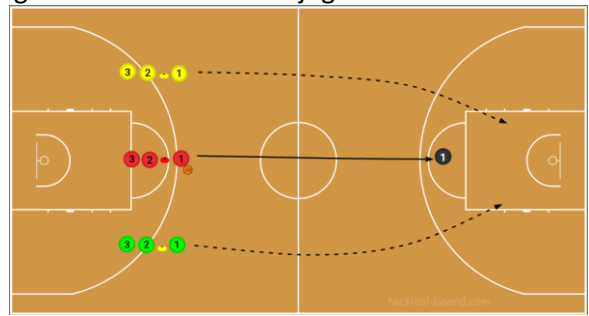


Plano de Aula			
Professor: Rodrigo Todo Bom	Turma: 12º O	Nº de Alunos: 18	Data: 09/10/2024
Unidade Didática: Basquetebol		Local: Escola Secundária de Penafiel	Aula Nº: 8
Etapa/Nível: Forma Básica de Jogo 1			
Função Didática: Forma de Jogo: 3x3. <u>Técnica:</u> Passe/Recepção; Drible; Posição Base e Lançamento. <u>Tática:</u> Ocupação do Campo de jogo.		Espaço: P1	Hora: 10:10 - 11:40
		Duração: 90’	Tempo Útil de Aula: 75’
Material: 4 bolas de basquetebol, 12 sinalizadores (bolacha), 6 cones (3 cores) e 15 coletes (5 cores).			

Objetivos
Domínio Motor
- Realizar o passe/recepção, identificando linhas de passe, assumindo sempre a posição base. - Realizar o lançamento, identificando o momento oportuno e o tipo de lançamento a efetuar. - Trabalhar a ocupação do campo de jogo, identificando espaços vazios e ocupando racionalmente o campo de jogo.
Domínio Cognitivo
- Compreender os aspetos tático-técnicos, aplicando nos exercícios e jogo 3x3.
Domínio Socioafetivo
- Cooperar com os colegas de equipa e adversários. - Respeitar as regras da aula.

	Conteúdo	Situação de Aprendizagem	CrITÉrios de Êxito
Inicial			
10'		- Realizar a chamada e distribuição das equipas; - Explicar o objetivo da aula; - Recolha dos valores para o saco;	
15'	Jogo dos 5 Passes Passe/Recepção, Posição Base e Ocupação do Campo de jogo	- Em equipas vão realizar 3x2. O jogo inicia com as duas equipas a tentarem realizar 5 passes seguidos entre si, sem drible. É atribuído 1 ponto para a equipa que conseguir dar 5 passes. - São realizados jogos de 3' e a equipa que obteve mais pontos muda para o campo da direita e a equipa com menos pontos muda para o campo da esquerda. - Um dos elementos de uma equipa é o joker e um elemento da equipa adversária fica de fora a realizar condição física. - Realizam 2 séries de 20" de exercício e 10" de descanso, quando acabarem trocam de funções com o Joker, sendo que todos os alunos fazem condição física e Joker.	<u>Aluno com bola:</u> - Para quando recebe a bola e identifica linhas de passe; <u>Atacantes sem bola:</u> - Movimentam-se para criarem linhas de passe; - Não se aproximar demasiado do colega com bola. <u>Defensor do aluno com bola:</u> - Posiciona-se a pelo menos um braço de distância do adversário. <u>Defensor do aluno sem bola:</u> - Coloca-se na linha de passe para intercetar a bola.
Fundamental			
25' (15' + 10')	Tomada de decisão com corredores Passe/Recepção, Posição Base, Drible, Lançamento e	- Há corredores definidos onde cada atacante se posicionará. Os atacantes devem progredir para o cesto ao passar a bola entre colegas. Os atacantes nas laterais devem privilegiar o lançamento na passada. Variante 1 - Situação: 2x1 Há dois corredores definidos onde cada atacante se posicionará. O defensor começa a realizar um lançamento ao cesto e retorna ao seu cesto para	<u>Aluno com bola:</u> - Para quando recebe a bola e identifica qual a melhor decisão; - Ajusta o tipo de passe à localização do recetor. - Dribla para o cesto se não tiver defensor.

	Ocupação do Campo de jogo	defender em situação 2x1. O portador da bola dribla até ao cesto se o defensor não o defender, caso contrário passa para o colega realizar o lançamento.  Variante 2 - Situação: 3x1 Há três corredores definidos onde cada atacante se posicionará. Os alunos passam a bola entre si progredindo no terreno de jogo.  - No final de cada execução os alunos rodam para a direita. Na segunda variante quem lança, fica a defender.	<u>Atacantes sem bola:</u> - Movimentam-se para criarem linhas de passe; - Desmarca-se para receber.
20'	Jogo 3x3 Aplicar dos aspetos técnico-táticos em contexto de jogo.	- Situação de jogo 3x3 em ½ campo. São realizados jogos de 5', alterando as equipas. - Grupos que não estão a jogar, desempenham a função de árbitro. <u>Regras a verificar:</u> - Dribles; - Passos; - Bola fora.	- Procura do colega mais bem posicionado para se criar situações de lançamento; - Manutenção da posse de bola; - Transporte da bola, seja a partir do passe ou do drible, nas zonas próximas do cesto; - Lançamento.
Final			
20'	- Alunos recolhem o material utilizado; - Fazer a autoavaliação; - Acompanhar os alunos até ao balneário para distribuir os valores.		
Observações: Na Parte Inicial da aula os primeiros 10' de aula estão distribuídos por dois momentos, sendo os primeiros 5' atribuídos para os alunos se equiparem e apresentarem na aula, pelo que nos restantes 5' é realizado a chamada dos alunos e devida exposição dos objetivos para a aula. Na Parte Final da aula os 20' de aula estão distribuídos por dois momentos, sendo os primeiros 10' atribuídos para os alunos se desequiparem e tomar banho, pelo que nos restantes 10' é realizado a autoavaliação dos alunos na aula lecionada e o que será abordado na próxima aula. Esta distribuição deve-se ao modus operandi definido em reunião de grupo disciplinar, em que a turma que se equipa primeiro, também se desequipa primeiro. Tal situação, ocorre devido ao facto de os balneários serem pequenos e ter de ser partilhados por duas turmas.			

Anexos:

Ficha de Jogo - Basquetebol							
Jogo 1	Campo	Casa	Resultado		Fora	Vencedor	Arbitragem
	1	Las Pink Baguette			Fire Spreaders		Smurfs
	Campo	Casa	Resultado		Fora	Vencedor	Arbitragem
	2	BETINHA FC			Os Esmeralda		CRAC"S
Jogo 2	Campo	Casa	Resultado		Fora	Vencedor	Arbitragem
	1	Las Pink Baguette			Smurfs		Fire Spreaders
	Campo	Casa	Resultado		Fora	Vencedor	Arbitragem
	2	BETINHA FC			CRAC"S		Os Esmeralda
Jogo 3	Campo	Casa	Resultado		Fora	Vencedor	Arbitragem
	1	Fire Spreaders			Smurfs		Las Pink Baguette
	Campo	Casa	Resultado		Fora	Vencedor	Arbitragem
	2	Os Esmeralda			CRAC"S		BETINHA FC
Pontuação							
Vitórias			Empates		Derrotas		
3			2		1		
Classificação							
Equipa			Vitórias	Empates	Derrotas		
A	Las Pink Baguette						
B	Fire Spreaders						
C	CRAC"S						
D	BETINHA FC						
E	Os Esmeralda						
F	Smurfs						