

Ensino Curso Profissional Técnico de Desporto

Secundário 2018/2019

**PLANIFICAÇÃO A LONGO PRAZO**

11º PD Modalidades Coletivas

1º, 2º e 3º Período		Nº aulas previstas (blocos de 50 min)
<b>UFCD 8 / Código 9440</b> <b>BASQUETEBOL - INICIAÇÃO</b>	1- Regras específicas e arbitragem no Basquetebol; 2- Componentes do jogo do Basquetebol (ações individuais ofensivas e defensivas); 3- Tática Individual ofensiva( um contra um); 4- Jogo Reduzido (3x3) 5- Tática coletiva ofensiva (contra-ataque – princípios técnico/táticos).	<b>30 aulas (25h)</b>
Avaliação: ver documento relativo aos critérios de avaliação das UFCDs.		
<b>UFCD 9 / Código 9441</b> <b>Futebol – Iniciação</b>	1- Metodologia das ações técnica individuais 1.1- Ofensivas 1.2- Defensivas 2- O Jogo de Futebol: 2.1- Finalidades e a organização do jogo de futebol; 2.2- Processo ofensivo e defensivo.	<b>30 aulas (25h)</b>
Avaliação: ver documento relativo aos critérios de avaliação das UFCDs.		
<b>UFCD 21 / Código 7245</b> <b>Atividade Física em Populações Especiais</b>	1- Exercício e Saúde. 2- Exercício, desenvolvimento e envelhecimento; 3- Exercício como fator de intervenção primária e secundária; 4- Programa de exercício para pessoas portadoras de deficiência;	<b>30 aulas (25h)</b>
Avaliação: ver documento relativo aos critérios de avaliação das UFCDs.		
<b>Total: 90aulas (75h)</b>		<b>90 aulas</b>