|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Plano de Aula nº 1 de 10** | | | | | | | | | |
| **Professor: Rui Moreira** | | | **Data: 1/10/2024** | **Hora: 11:55 / 13:25** | **Duração: 90min** | | **Ano/Turma: 10ºA** | | **Nº de alunos: 28** |
| **Unidade Didática:** Ginástica | | | **Função Didática:** Avaliação Diagnóstica | | | | | **Local: Escola Secundária de Penafiel** | |
| **Objetivo Específico:** | | | | | | **Material:** 12 colchões | | | |
| **Parte da Aula** | 🕒 | **Conteúdo** | **Situação de Aprendizagem/ Esquema** | | | | | **Critérios de êxito** | |
| **Inicial** | 10’ |  | Chamada  Aquecimento articular | | | | |  | |
| **Fundamental** | 10’ |  | - **Jogo da apanhada:**  Os alunos que estão a apanhar os colgas têm como objetivo tocar no maior número de colegas possível nas seguintes condições:  **1º fase:** todos os alunos em posição de coelho  **2º fase:** todos os alunos em posição de caranguejo | | | | | - Posição coelho:  Mãos á fente dos ombros  MI esticados  - Posição de caranguejo:  Mãos nos tornozelos  Posicionamento de cócoras | |
| 60’ |  | **- Realização da Avaliação Diagnóstica:**  Alunos em 4 grupos de 7 vão realizar a seguinte sequência: rolamento à frente e atrás, pino, roda e ponte). | | | | |  | |
| **Final** | 10’ |  | Retorno à calma | | | | |  | |

|  |
| --- |
| **Justificação do Plano de Aula** |
| Este plano foi elaborado desta forma, pois esta aula está designada para a avaliação diagnóstica dos alunos |

|  |
| --- |
| **Reflexão crítica** |
| Os alunos, durante a aula, foram todos participativos no que toca á execução de todos os elementos propostos na avaliação diagnóstica (mesmo aqueles que tinhas muitas dificuldades e/ou não conseguiam fazer o elemento), porém os desvios de comportamento no momento em que se encontravam a “treinar” para o início da avaliação continuaram. Apesar de já notar menos desvios, eles ainda continuam e tendo em conta isto, terei que estar ainda mais atentos, onde uma das estratégias que irei utilizar será a predefinição dos alunos antes da aula, e designar tarefas para cada grupo. Penso que este comportamento por parte dos alunos, também deveu se a ser uma aula mais parada, devido a ser uma aula dedicada á avaliação diagnóstica. Outro aspeto menos positivo é o atraso de alguns alunos para a aula, o que implica um atraso da mesma e por esse mesmo motivo, também irei adotar uma postura mais controladora, agora nesta fase inicial e também o apontamento dos alunos que chegaram atrasados. Estás poderão ser estratégias que me vão ajudar para melhorar este aspeto. Em suma, apesar destes pontos menos positivos, a turma apresenta um empenho notório, o que ajuda a tornar as aulas muito mais dinâmicas. |

|  |
| --- |
| **Bibliografia** |
|  |