|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Plano de Aula nº 8 de 10** | | | | | | | | | |
| **Professor:** Rui Moreira | | | **Data:** 3/12/2024 | **Hora:** 11:55h – 13:20h | **Duração:** 90min | | **Ano/Turma:** 10ºA | | **Nº de alunos:** 28 |
| **Unidade Didática:** Ginástica | | | **Função Didática:** Consolidação do apoio facial invertido; Consolidação da roda; Consolidação da ponte; Consolidação da pirueta; Consolidação do salto de gato. | | | | | **Local: Escola Secundária de Penafiel** | |
| **Objetivo Específico:** Realizar o apoio facial invertido, sem ajuda; Realizar a roda sem ajuda; Realizar a ponte sem ajuda; Realizar a pirueta como elemento de transição da coregrafia; Realizar o salto de gato como elemento de transição da coregrafia.  **Objetivo Motor:** Realizar os elementos gímnicos aprendidos integrando os mesmos na sequência.  **Objetivo Cognitivo:** Perceber como se executam os movimentos dos elementos trabalhados, as suas ajudas e promover a criatividade na construção da coregrafia  **Objetivo Sócio-afetivo:** Cooperação e entre-ajudas entre os colegas de turma / grupo. | | | | | | **Material:** Colchões e coluna | | | |
| **Parte da Aula** | 🕒 | **Conteúdo** | **Situação de Aprendizagem/ Esquema** | | | | | **Critérios de êxito** | |
| **Inicial** | 10’ | Ativação geral | Chamada  Aquecimento articular | | | | |  | |
| **Fundamental** | 30’ | Preparação sequência | Os alunos preparam e exercitam a sua sequência final | | | | |  | |
| 20’ | Sequência | Avaliação da sequência final dos grupos.  Os alunos que estão de fora, terão de fazer uma observação crítica da sequência dos colegas. | | | | |  | |
| **Final** | 5’ | Retorno à calma | Reflexão sobre o que aconteceu na aula  Reflexão das coregrafias por parte dos alunos. | | | | |  | |

|  |
| --- |
| **Justificação do Plano de Aula** |
| Esta aula foi desenvolvida de acordo com o pretendido para a aula nº 8, onde o principal objetivo será a apresentação da coregrafia final por parte dos alunos e onde estes serão avaliados, tanto a nível técnico (na execução dos elementos gímnicos), como na parte estética da coreografia. Para além disso, a consolidação dos restantes elementos gímnicos e de transição, é um dos pontos pretendidos para a aula.  Através da coregrafia , os alunos poderão trabalhar o seu pensamento crítico e a sua sensibilidade estética |

|  |
| --- |
| **Reflexão crítica** |
| Esta aula, todo os alunos demonstraram empenho na realização da sequência final, no entanto, foi notória alguma falta de exercitação de certos elementos gímnicos, devido às distrações em certos momentos da aula, o que influenciou na coreografia e também na parte estética.  Posto isto, de uma forma geral, todas as apresentações estavam dentro do proposto para a avaliação final. |

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