

ENSINO SEGUNDÁRIO

10º ANO TURMA D



UNIDADE DIDÁTICA DE FUTEBOL

João Esteves nº6 10ºD

Associação Desportiva de Figueiró dos vinhos

Unidade Didáctica de Futebol

Índice

Introdução.....	3
História do futebol.....	4\5
Caracterização do futebol.....	6\7
Regras e arbitragem.....	8a11
Habilidades psicomotoras.....	12\13
Caracterização dos recursos.....	14
Definição dos objectivos.....	15ª19
Estruturação dos recursos por treino e tempo/Treinos Previstos.....	20
Estratégias Gerais.....	21a24
Avaliação e Controlo.....	25\26
Bibliografia.....	27

João Esteves nº6 10ºD

Associação Desportiva de Figueiró dos vinhos

Unidade Didáctica de Futebol

INTRODUÇÃO

O presente documento refere-se à Unidade Didáctica de Futebol, para os juvenis e juniores do ano 2013/2014, elaborado pela Associação desportiva de Figueiró dos Vinhos. Este, foi concebido com base na criação dos escalões de juvenis e juniores no âmbito de incentivar os jogadores a prática.

Esta unidade didáctica, foi construída tendo em conta a especificidade da população alvo e dos recursos existentes. Assim sendo, começamos por apresentar a estrutura de conhecimentos do Futebol para este ano, da qual destacamos dois capítulos, a cultura desportiva e as habilidades motoras. No primeiro caracterizamos a modalidade, a sua história, as regras e sinais de arbitragem. No segundo descrevemos as tácticas do Futebol.

A partir destes pressupostos, delineamos os objectivos gerais e, após definição e revisão dos objectivos de pré-requisito, os objectivos comportamentais terminais, seguido da sequencialização dos conteúdos e respectivas funções didácticas. Por último definimos os métodos de controlo e as estratégias gerais de abordagem da Unidade Didáctica. Deste modo, a mesma, segue uma ordem que julgamos ser a mais correcta para se torna um documento prático e facilitado à acção educativa, principalmente da prática da juventude.

No entanto, este documento é flexível, estando por isso sujeito a alterações consoante o nível dos jogadores que será diagnosticado no primeiro treino, no sentido de adequar as tarefas aos treinos, tendo sempre em conta o seu sucesso.

João Esteves nº6 10ºD

Associação Desportiva de Figueiró dos vinhos

Unidade Didáctica de Futebol



HISTÓRIA DO FUTEBOL

Não é certa nem isenta de polémica a atribuição a uma cultura ou país da invenção do futebol. Sabe-se entretanto que as primeiras manifestações do chamado *football* (do inglês *foot*, pé; e *ball*, bola) surgiram entre 3.000 e 2.500 a.C, na China.

Conhecido como paixão nacional, o futebol é um jogo que hoje mobiliza a paixão de diversas pessoas espalhadas pelo mundo. Ganhando destaque ímpar no mundo dos desportos, a Copa do Mundo de Futebol é considerada o maior evento desportivo do planeta. Porém, todo esse destaque dado ao desporto coletivo, remonta uma história bastante longa, bem mais antiga que a do tempo em que o britânico Charles Miller viria a ser considerado o inventor desse desporte. Essas primeiras manifestações do jogo de futebol são consideradas tentativas de dar origens mais remotas do que àquela estabelecida pelo senso comum: a Inglaterra do século XIX. No século anterior, um dos primeiros “ensaios” desse jogo aconteceu com o “mass football”, disputa onde dois grandes grupos da cidade de Chester tentavam fazer uma bola ultrapassar um dos portões da cidade.

De acordo com os registros da época, a competitividade e o raciocínio rápido exigidos em sua prática seriam grandes aliados na formação de mentes de grande astúcia e determinação. Em pouco tempo, as agitadas massas operárias britânicas viriam a incorporar a prática do futebol. Sendo uma ótima atividade recreativa, que segundo alguns críticos arrefeceriam o espírito revolucionário da classe, o desporto começou a ganhar times de origem operária.

João Esteves nº6 10ºD

Associação Desportiva de Figueiró dos vinhos

Unidade Didáctica de Futebol

Em 1500 em Florença, praticava-se um jogo disputado por duas equipas de 27 elementos, constituindo um espectáculo para distrair o cidadão Italiano e que tinha como objectivo colocar uma bola num determinado espaço. Este espaço era vigiado por jogadores adversários. A bola podia ser agarrada com as mãos, mas somente impelida com os pés. Esse jogo designava-se por “cálcio”.

Contudo foi na Inglaterra que o futebol moderno nasceu, graças à acção dos colégios britânicos de Eton, Harrow e Rugby. Surge, na altura, o *dribbling game* (um misto de Futebol e de Rugby), que já contava com um número fixo de jogadores para cada equipa – 11. O comprimento do campo fixou-se em 70 metros, e, nos seus limites extremos, apareciam duas balizas através das quais os jogadores podiam fazer passar a bola. Posteriormente (1863), dá-se a separação de regras com a distinção do *rugby* e do *futebol*, proibindo-se, para o futebol, o uso das mãos.

João Esteves nº6 10ºD

Associação Desportiva de Figueiró dos vinhos

Unidade Didáctica de Futebol

3.CARACTERIZAÇÃO DO FUTEBOL

Futebol é um Jogo Desportivo Colectivo cujo objectivo é introduzir a bola na baliza da equipa adversária e impedir que esta faça o mesmo, de acordo com as regras de jogo.

O Futebol pode ser praticado com 11 atletas ou 7 variando os escalões, no futebol de onze as regras já são mais aprofundadas e com isso só podem ter 18 atletas inscritos na folha de jogo.

A bola é passada com qualquer parte do corpo, excepto as mãos e os braços quando usados intencionalmente. O guarda-redes, desde que se encontre colocado dentro da grande área, é o único jogador que pode jogar a bola utilizando também as mãos.

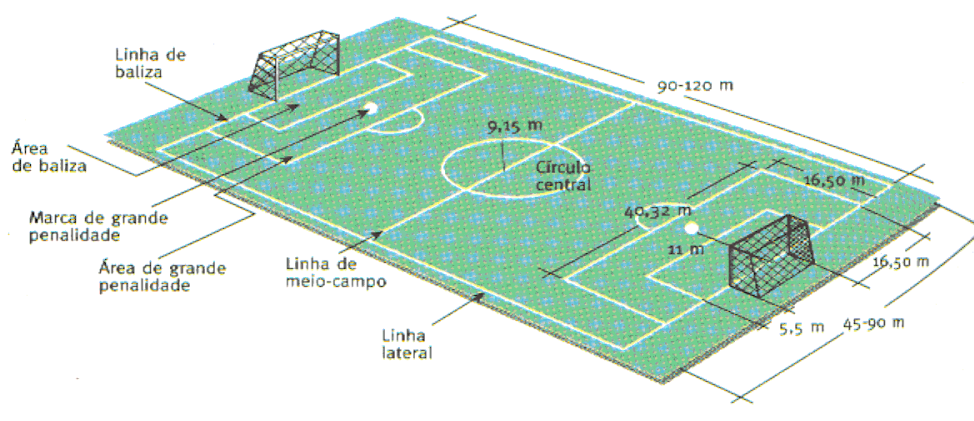
O Futebol é actualmente a modalidade desportiva com maior implementação a nível mundial, não só pelos milhões de espectadores que frequentemente assistem aos jogos, como também pelos cerca de cinquenta milhões de jogadores federados que possui em todo o mundo.

João Esteves nº6 10ºD

Associação Desportiva de Figueiró dos vinhos

Unidade Didáctica de Futebol

Número de jogadores	- 11 Elementos (um guarda-redes e dez jogadores de campo) - 7 Suplentes (um guarda-redes e seis jogadores de campo)
Material	- Uma bola nº5 - Duas balizas com 7,32 m de comprimento e 2,44 m de altura
Duração do jogo	- Duas partes de 45 minutos mais o tempo de compensação, com um intervalo de 15 minutos
Equipa de arbitragem	- Um árbitro (assegura o cumprimento das leis do jogo) - Dois árbitros auxiliares ou fiscais de linha (auxiliam o árbitro no cumprimento das leis) - Um quarto árbitro (colabora com o árbitro controlando os bancos dos suplentes, as substituições e, se necessário, as bolas de substituição).
Terreno de jogo	- Superfície rectangular com 90 a 120 m de comprimento e 45 a 90 m de largura



João Esteves nº6 10ºD

Associação Desportiva de Figueiró dos vinhos

Unidade Didáctica de Futebol

4. REGRAS E ARBITRAGEM

Regras fundamentais

São dezassete as leis do jogo impostas pela FIFA (Federação Internacional de Futebol Association) que regulamentam o Futebol a nível Mundial, sendo as mais importantes as seguintes:

Começo do jogo – faz-se um sorteio com uma moeda para se determinar a escolha do campo e do pontapé de saída. Depois do sinal do árbitro, o jogo inicia-se com um pontapé de saída na direcção do campo adversário, estando a bola parada sobre a marca do meio campo. Todos os jogadores têm que estar colocados no seu meio campo a uma distância mínima, em relação à bola, de 9,15 metros. Após a marcação de um golo ou após o intervalo, o jogo recomeça de forma idêntica.

Marcação de golos – é golo quando a bola transpuser completamente a linha de baliza, entre os postes, por debaixo da trave e de acordo com as regras do jogo. Ganha a equipa que, no final do tempo de jogo, tenha marcado o maior número de golos. Não serão válidos os golos obtidos directamente de pontapés livres indirectos, de lançamentos de bola ao solo e da linha lateral.

Bola fora e bola em jogo – considera-se bola fora quando a bola ultrapassa completamente as linhas laterais ou de baliza, quer junto ao solo quer por alto. Considera-se bola em jogo durante toda a parte activa do jogo com excepção dos casos em que o árbitro, por qualquer motivo, interrompa o jogo.

Fora de jogo – um jogador está em posição de fora de jogo quando se encontra dentro do meio campo da equipa adversária e à frente da linha da bola e tende somente 1 adversário entre si e a baliza adversária no momento em que a bola lhe é passada por um seu colega de equipa. A lei do fora de jogo não se aplica quando um jogador recebe a bola directamente de um pontapé de baliza, de um pontapé de canto ou de um lançamento da linha lateral. A posição de fora de jogo deve ser julgada em função do momento em que a bola é passada e não em relação ao momento em que o jogador recebe a bola. Um jogador que se encontra em linha com o penúltimo defensor adversário ou com os dois últimos adversários, não está em posição de fora de jogo. Se um jogador estiver em fora de jogo, o árbitro concederá um pontapé livre indirecto à equipa contrária, que será executada no local onde a infracção foi cometida.

Lançamento de linha lateral – a bola é reposta em jogo pela equipa que não teve responsabilidade na sua saída, no local onde a bola saiu, devendo na sua execução, o jogador ter os dois pés em contacto com o solo, sem pisar a linha lateral e efectuar o lançamento com as duas mãos, levando a bola atrás e acima do nível da cabeça. Não pode ser marcado golo directamente com um lançamento da bola pela linha lateral. O jogador que executa o lançamento não pode voltar a jogar a bola antes de esta ser tocada ou jogada por outro jogador.

Pontapé de canto – quando a bola sai pela linha de baliza tocada em último lugar por um defesa, a bola é reposta em jogo através de um pontapé efectuado no quarto de círculo mais próximo do local por onde a bola saiu. Pode ser marcado golo directamente através de um pontapé de canto. Os jogadores adversários da equipa que executa o pontapé de canto não podem aproximar-se da bola a menos de 9,15 m. O jogador que executou o pontapé não pode voltar a jogar a bola antes de esta ser tocada ou jogada por outro jogador.

João Esteves nº6 10ºD

Associação Desportiva de Figueiró dos vinhos

Unidade Didáctica de Futebol

Pontapé de baliza – quando a bola sai pela linha de baliza tocada em último lugar por um atacante, a bola é reposta em jogo por um pontapé efectuado num ponto qualquer da área de baliza por um elemento da equipa que não teve responsabilidade pela sua saída. Não pode ser marcado golo directamente com um pontapé de baliza. O pontapé de baliza será repetido, se a bola não ultrapassar a área de grande penalidade. Os jogadores adversários devem encontrar-se fora da área de grande penalidade no momento de execução do pontapé de baliza, até que a bola tenha sido atirada para fora daquela área.

Pontapé de grande penalidade – quando uma das 10 faltas que dão origem à marcação de livre directo forem cometidas por um jogador que defende, dentro da sua área de grande penalidade, procede-se à marcação de um pontapé de grande penalidade. É também assinalada quando, qualquer que seja a posição da bola, uma falta for cometida dentro da grande área e a bola esteja em jogo. O guarda-redes deverá permanecer sobre a sua linha de baliza entre os postes (sem mover os pés) até que o pontapé seja executado. O jogador que executa o pontapé deve atirar obrigatoriamente a bola para a frente e não pode voltar a jogá-la antes que ela tenha sido tocada ou jogada por outro jogador. A bola será considerada em jogo logo que tenha sido aplicado o pontapé. Todos os jogadores devem, à excepção do marcador e do guarda-redes da equipa que defende, de estar colocados fora da área, a uma distância mínima de 9,15 m.

Pontapés livres – classificam-se em duas categorias: o pontapé livre directo (por meio do qual pode ser marcado directamente um golo contra a equipa infractora) e o pontapé livre indirecto (por meio do qual só pode ser marcado um golo, desde que a bola, antes de entrar na baliza, tenha sido tocada ou jogada por um jogador diferente do que executou o castigo). Quando um jogador executa um pontapé livre indirecto ou directo, fora da sua própria área de grande penalidade, todos os adversários devem encontrar-se à distância de, pelo menos, 9,15 m da bola, até que esta entre em jogo.

Faltas e incorrecções - quando um jogador comete uma das seguintes faltas: dar ou tentar dar um pontapé num adversário; rasteirar um adversário; saltar sobre um adversário; carregar ou tentar agredir um adversário; empurrar um adversário; entrar em *takle* (carrinho) sobre um adversário; cuspir; agarrar; jogar intencionalmente a bola com as mãos. Deve ser sancionado com um pontapé livre directo a favor da equipa adversária, executado no local onde essa falta foi cometida. Se a falta for cometida dentro da sua área de grande penalidade, será punido com um pontapé de grande penalidade.

Quando um jogador comete uma das seguintes faltas: jogo perigoso; obstrução ilegal: carga fora de tempo; carga ilegal ao guarda-redes; quando o guarda-redes toca a bola com as mãos depois de um passe intencional de um seu colega de equipa feito com o pé; quando tenha atitudes para queimar tempo. Deve ser sancionado com um pontapé livre indirecto, concedido à equipa adversária e executado no local onde a falta foi cometida.

Amostragem do cartão amarelo – um jogador será advertido com um cartão amarelo quando: entre ou reentre em campo ou o abandone; depois do jogo ter começado, sem que tenha recebido autorização do árbitro; persistir em infringir as leis do jogo; manifeste por palavras ou gestos, desacordo com as decisões do árbitro; revele um comportamento incorrecto.

Amostragem do cartão vermelho – um jogador será expulso do terreno com a amostragem de um cartão vermelho quando: tiver uma conduta violenta; tiver um comportamento muito agressivo; tiver um comportamento injurioso ou grosseiro; repetir um comportamento incorrecto, para o qual já tinha sido anteriormente advertido (2º amarelo).

João Esteves nº6 10ºD

Associação Desportiva de Figueiró dos vinhos

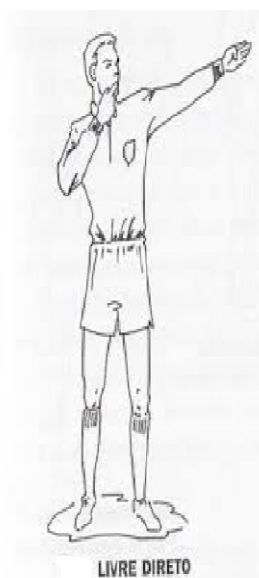
Unidade Didáctica de Futebol

Sinais do árbitro

Árbitro Assistente



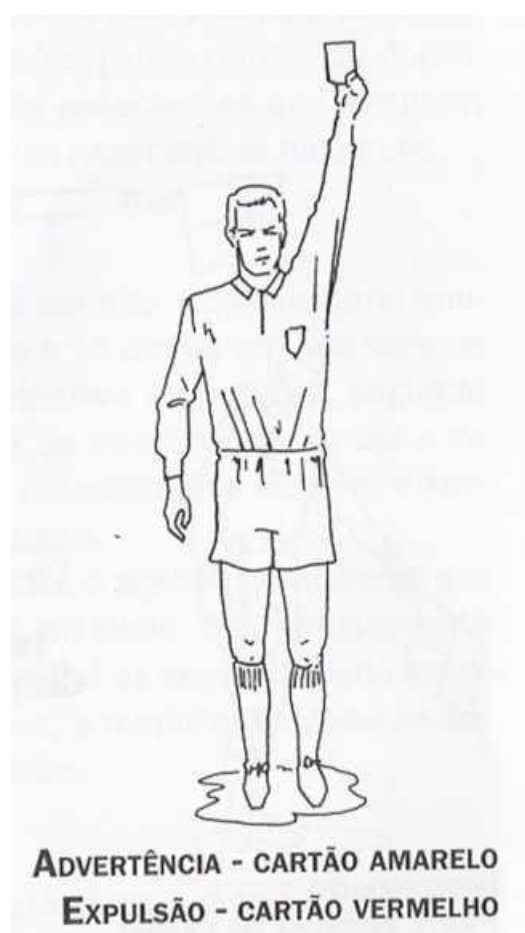
Árbitro Principal



João Esteves nº6 10ºD

Associação Desportiva de Figueiró dos vinhos

Unidade Didáctica de Futebol



João Esteves nº6 10ºD

Associação Desportiva de Figueiró dos vinhos

Unidade Didáctica de Futebol

5. HABILIDADES PSICOMOTORAS

Acções técnico-táticas

O Futebol é um jogo de oposição entre os jogadores de duas equipas e, simultaneamente, um jogo de cooperação entre os elementos da mesma equipa que procuram, a todo o momento, a adopção de comportamentos adequados, por forma a alcançarem os objectivos do jogo, isto é, a finalização (o gol) ou impedir a finalização.

Passe – é um gesto de grande importância no Futebol, que consiste no envio da bola na direcção de um companheiro, sendo também uma forma de progredir no terreno. A precisão, a forma e a velocidade de execução são determinantes na eficácia do passe. As superfícies de contacto podem ser: o pé (peito, exterior, interior, ponta ou bico, calcanhar), a cabeça, a coxa e o peito.

Recepção – a continuidade das acções de jogo está muito dependente da forma como o jogador recebe e domina a bola, quer em trajectória rasa quer em trajectória aérea, devendo, se possível, ser feita num só toque, para que não se perca muito tempo a construir uma jogada de ataque. Pode-se utilizar todas as partes corporais excepto as mãos e os braços.

Condução de bola – consiste em fazer rolar a bola no solo através de vários toques com o pé, sendo utilizada quando o jogador pretende proteger a bola enquanto aguarda uma linha de passe ou quando tem espaço disponível para a progressão no terreno. Deve ser feita com o pé (parte interior, exterior e peito). A condução da bola deve ser feita com o pé contrário ao lado onde se encontrar o adversário directo.

Remate – é o gesto pelo qual se concluem os lances de ataque de uma equipa. Pode ser efectuado ao primeiro toque (remate de primeira), após a recepção e/ou condução de bola ou com a bola parada. A eficácia do remate está dependente da precisão, da potência, da velocidade e da forma de execução. Utilizam-se os pés nas suas várias superfícies de contacto (parte interior, parte exterior, peito, ponta ou bico, calcanhar). Também há o remate de cabeça. Neste tipo de remate a zona mais eficaz para efectuar o remate é a parte frontal da cabeça porque assim o jogador vai dispor de uma superfície mais ampla para o contacto e também vai conseguir ver melhor a trajectória e velocidade da bola. O jogador não deverá fechar os olhos no momento do contacto com a bola.

João Esteves nº6 10ºD

Associação Desportiva de Figueiró dos vinhos

Unidade Didáctica de Futebol

Finta – é uma acção individual, feita ou não com a bola, com o intuito de enganar o adversário. Pretende-se dar a entender que se vai para um lado, para sair para o lado contrário, embora não implique a ultrapassagem do adversário. Na sua execução é muito importantes as mudanças de velocidade e de direcção.

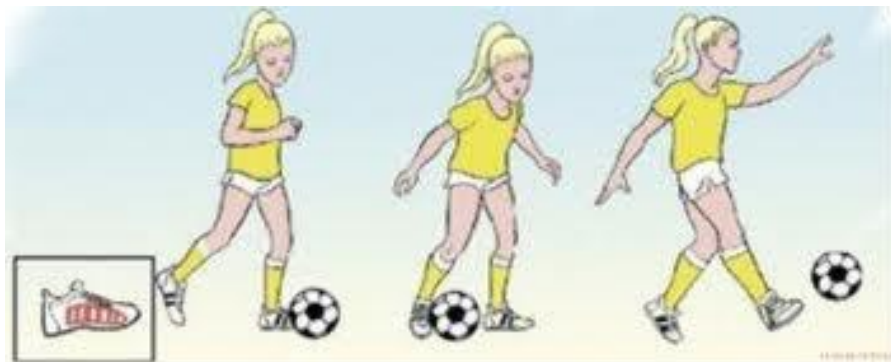
Drible – tem como função ultrapassar o adversário sem perder a posse de bola, de forma a criar uma situação de superioridade numérica. Através do drible pode-se conseguir penetrar em zonas que permitam melhores condições de finalização. Deve-se utilizar este gesto técnico preferencialmente em zonas de ataque.

Desarme – é uma acção técnico táctica em que o defensor procura retirar a bola quando esta se encontra de posse do adversário, geralmente numa situação de finta ou de drible. É muito importante que o defensor tenha o olhar dirigido para a bola e não para o adversário.

Marcação – é uma acção táctica em que os defensores se aproximam dos atacantes, procurando colocar-se entre estes, a bola e a baliza, com o objectivo de travarem a sua progressão, impedirem o passe, a finalização e recuperarem a posse de bola.

Desmarcação – é um movimento rápido feito por um atacante para um espaço vazio, no sentido de fugir à marcação do seu adversário, por forma a criar situações favoráveis que permitam a finalização ou uma eficaz circulação de bola. As desmarcações são muitas vezes precedidas de fintas, com mudanças de velocidade e de direcção. Há dois tipos de desmarcações: desmarcações de apoio (quando um jogador se desloca, aproximando-se do seu colega que tem a posse de bola) e de progressão (é aquela em que o atacante se afasta do portador da bola).

Drible e Remate



João Esteves nº6 10ºD

Associação Desportiva de Figueiró dos vinhos

Unidade Didáctica de Futebol

6. CARACTERIZAÇÃO DOS RECURSOS

Os recursos disponíveis para a realização desta Unidade Didáctica são os seguintes:

HUMANOS:

- Treinador da equipa;
- Jogadores da equipa;
- Staff.

ESPACIAIS:

- Campo de futebol (Afonso Lacerda)
- Minicampo
- Piscina Municipal

MATERIAIS:

- Bolas de futebol
- Balizas;
- Coletes;
- Pinos;
- Arcos;
- Apito;
- Ficha de Registo.

TEMPORAIS:

- 40 Treinos

João Esteves nº6 10ºD

Associação Desportiva de Figueiró dos vinhos

Unidade Didáctica de Futebol

7.DEFINIÇÃO DOS OBJECTIVOS

OBJECTIVOS GERAIS

Domínio Sócio-afectivo

- ❖ Participar activamente em todas as situações e procurar o êxito pessoal e de grupo: - relacionando-se com cordialidade e respeito pelos companheiros, quer no papel de parceiro, quer no de adversários;
- ❖ Aceitando o apoio dos companheiros nos esforços de aperfeiçoamento próprio, bem como nas opções dos outros e as dificuldades reveladas por eles;
- ❖ Interessando-se e apoiando os esforços dos companheiros com oportunidade, promovendo a entre ajuda para favorecer o aperfeiçoamento e satisfação própria e a dos outros;
- ❖ Cooperando nas situações de aprendizagem e organização, escolhendo as acções favoráveis ao êxito;
- ❖ Apresentando iniciativas e propostas pessoais de desenvolvimento da actividade pessoal e de grupo, considerando também as que são apresentadas pelos companheiros com interesse e objectividade;
Assumindo compromissos e responsabilidade de organização e preparação das actividades individuais e/ou de grupo, cumprindo com empenho e brio as tarefas inerentes.

João Esteves nº6 10ºD

Associação Desportiva de Figueiró dos vinhos

Unidade Didáctica de Futebol

Domínio Cognitivo

- ❖ Analisar e interpretar a realização das actividades físicas seleccionadas, aplicando conhecimentos sobre técnica, organização, participação, ética desportiva, etc;
- ❖ Identificar e interpretar os fenómenos da industrialização, urbanismo e poluição como factores limitativos da aptidão física das populações e das possibilidades práticas das modalidades de cultura física;
- ❖ Conhecer e interpretar os factores de saúde e risco, associadas as práticas das actividades físicas e aplicar regras de higiene e segurança.

Domínio Psicomotor

- ❖ Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas gerais, particularmente a resistência geral de longa e média duração, força resistente, força rápida, velocidade de reacção, destrezas gerais e específicas.

OBJECTIVOS POR ÁREA: cooperar com os companheiros para o alcance do objectivo dos jogos desportivos colectivos, realizando com oportunidade e correcção as acções técnico-tácticas elementares em todas as funções, conforme a oposição em cada fase do jogo, aplicando as regras não só como jogador mas também como árbitro.

João Esteves nº6 10ºD

Associação Desportiva de Figueiró dos vinhos

Unidade Didáctica de Futebol

OBJECTIVOS DE PRÉ-REQUISITO

Domínio Sócio-afectivo

O atleta:

- Coopera com os colegas, respeitando-os nas suas capacidades e atitudes;
- Colabora com o treinador no cumprimento das tarefas do treino e das regras de segurança;
- Respeita e preserva o material, bem como colabora na arrumação do mesmo.
- Escuta e respeita integralmente as explicações do treinador , manifestando, todavia uma atitude crítica reveladora de atenção e empenhamento nas actividades.

Domínio Cognitivo

O atleta:

- Tem conhecimento cognitivo das regras da modalidade e das definições/conceitos das acções motoras da modalidade.
- Tem conhecimento das principais componentes críticas de :
 - a) Recepção
 - b) Passe longo
 - c) Finta
 - d) Drible de protecção
 - e) Remate
 - f) Desmarcação

João Esteves nº6 10ºD

Associação Desportiva de Figueiró dos vinhos

Unidade Didáctica de Futebol

Domínio Psicomotor

O atleta:

Tem alguma vivência motora de algumas acções e gestos; a saber :

1. Recepção
2. Passe longo
3. Finta
4. Drible de protecção
5. Remate
6. Desmarcação

OBJECTIVOS COMPORTAMENTAIS TERMINAIS

Domínio Sócio-afectivo

O atleta:

- 3 Cooperar com os companheiros e o treinador em todas as tarefas critério propostas para o processo ensino- aprendizagem;
- 3 Privilegiar as acções de êxito colectivo em oposição às acções individuais;
- 3 Respeita e admite as indicações dadas pelo treinador, bem como as falhas dos colegas;
- 3 Cumprir as regras de segurança e leis do jogo;
- 3 Respeita os adversários bem como as decisões do árbitro, mesmo que isso implique a derrota da sua equipa;
- 3 Colabora na preparação, preservação e arrumação do material;

João Esteves nº6 10ºD

Associação Desportiva de Figueiró dos vinhos

Unidade Didáctica de Futebol

Domínio Cognitivo

O atleta:

3 Possui referências da génese da modalidade, assim como das características do material;

3 Quando questionado sobre os conteúdos da matéria leccionados, responde correctamente;

□ Conhece o objectivo do jogo, a função e o modo de execução das principais acções técnico-tácticas e as regras:

- a) Obtenção de golos;
- b) Como jogar a bola;
- c) Bola fora;
- d) Faltas;
- e) Livre;
- f) Reposição da bola em jogo;

Domínio Psicomotor

O atleta:

3 com um toque de bola a cima da média, e joga em médio centro, realiza com correcção e oportunidade em situação analítica, as técnicas de:

- Passe curto
- Passe longo
- Drible
- Desmarcação

João Esteves nº6 10ºD

Associação Desportiva de Figueiró dos vinhos

Unidade Didáctica de Futebol

ESTRUTURAÇÃO DOS RECURSOS POR TREINO E TEMPO/TREINOS PREVISTAS

Treinos Nº	Aulas nº da U,D	Recursos Materiais	Recursos Temporais		Recursos Espaciais
			Tempo Programado	Tempo Útil	
1\2	1\2	-Bolas de Futebol -Ficha de registo de Avaliação Diagnóstica	120	100	Campo de Futebol
3\4	3\4	-Bolas de Futebol -Pinos	120	100	
5\6	5\6	-Bolas de Futebol -Pinos -Coletes	120	100	
7\8	7\8	-Bolas de Futebol -Pinos -Coletes	120	100	
9\10	9\10	-Bolas de Futebol -Pinos -Coletes	120	100	
11\12	11\12	-Bolas de Futebol -Pinos -Coletes	120	100	
13\14	13\14	-Bolas de Futebol -Coletes	120	100	
15\16	15\16	-Bolas de Futebol -Coletes	120	100	
17\18	17\18	-Bolas de Futebol -Coletes	120	100	
19\20	19\20	-Bolas de Futebol -Coletes	120	100	
21\22	21\22	-Bolas de Futebol -Coletes	120	100	
23\24	23\24	-Bolas de Futebol -Coletes -Ficha de registo de Avaliação	120	100	

João Esteves nº6 10ºD

Associação Desportiva de Figueiró dos vinhos

Unidade Didáctica de Futebol

ESTRATÉGIAS GERAIS

No primeiro treino será aplicada a ficha de Avaliação Diagnóstica, com o objectivo de avaliar o nível inicial da equipa. A avaliação será feita em situação analítica com exercícios específicos para avaliar a técnica de execução de cada atleta.

Perante os resultados obtidos, a equipa poderá ser organizada, ou não, em grupos homogéneos e/ou heterogéneos, dependendo, claro, do objectivo do treino que pretendemos atingir. O grupo homogéneo permite-nos prestar maior atenção aos atletas com maiores dificuldades e, assim, fornecer-lhes mais feedbacks, dando assim maior autonomia a um grupo mais capaz. Os grupos heterogéneos permite aos menos aptos aprender com os mais aptos, utilizando assim os atletas como agentes de ensino, promovendo a cooperação entre os atletas, e, deste modo, liberta-nos mais para dar a devida atenção a todos e, assim, fornecer –lhes os feedbacks necessários. De qualquer das formas, o que se pretende com esta organização da equipa é melhorar (qualitativamente) o Tempo Potencial de Aprendizagem.

Antes de dar início à actividade propriamente dita, será feita uma introdução à mesma focando os seguintes aspectos:

- ⇒ Objectivos da U.D.;
- ⇒ Número de treinos disponíveis para atingir os objectivos;
- ⇒ Conteúdos a abordar;
- ⇒ Revisão das normas de paragem, transição e reunião e da arrumação do material (grupos formados de acordo com o critério do treinador).

João Esteves nº6 10ºD

Associação Desportiva de Figueiró dos vinhos

Unidade Didáctica de Futebol

Cada treino será iniciado com uma pequena revisão dos conteúdos já abordados, seguida da transmissão dos conteúdos a abordar, realçando as componentes críticas mais importantes.

Para abordar esta U.D. escolhemos o trabalho em situação analítica e/ou em jogos reduzidos, de modo a proporcionar a todos os atletas as tarefas mais adequadas, garantindo-lhes tempo de prática suficiente para aprendizagem das habilidades motoras propostas.

Para a organização/explicação das tarefas, utilizaremos a demonstração do treinador e/ou de um atleta que domine o gesto técnico e, sempre que possível, utilizaremos os atletas como agentes de ensino, desde que não interfira com a segurança dos colegas e dos próprios agentes.

Todos os treinos devem decorrer sob o controlo do treinador, devendo este estar colocado de uma forma eficaz, tendo sempre presente no seu campo de visão o maior número de atletas, se possível todos. Garantindo-lhes assim a máxima segurança. O treinador deve também interagir com os atletas, dedicando especial atenção aos mais necessitados, ajudando-os no cumprimento das suas tarefas e, conseqüentemente, dos objectivos propostos.

Ao longo da Avaliação Formativa, o treinador deverá acompanhar de perto cada atleta, verificando quais as suas dificuldades, podendo deste modo criar situações de aprendizagem específicas para combater as dificuldades destes.

Em situações excepcionais, podemos estabelecer objectivos comportamentais terminais diferentes dos estabelecidos para a equipa:

- ✓ para atletas com maiores dificuldades , estabelecemos objectivos de nível inferior;
- ✓ para atletas que facilmente superem os objectivos estabelecidos, propomos-lhes outros de nível superior.

Deste modo, todos os atletas têm um conjunto de objectivos adaptados ao seu nível, que podem alcançar no final da U.D. Portanto a avaliação final, e respectiva classificação, vai ser em função do seu nível inicial, confirmando ou não se atingiu os objectivos definidos.

Dentro do possível deve conseguir-se que todos os atletas "caminhem" ao mesmo tempo. Se se verificar que a equipa, ou pelo menos grande parte dela, não consegue acompanhar a matéria, deve-se repetir os conteúdos. Alterando, talvez, as situações de aprendizagem tantas vezes quantas as necessárias para a sua apreensão. Deve-se, se necessário, voltar atrás na matéria e implicar uma melhor apreensão dos conteúdos que queremos transmitir a seguir. Ou seja, e em jeito de resumo, nunca se deve avançar na matéria antes de se verificar que os conteúdos dados até então foram assimilados.

Portanto, é dentro deste contexto que a avaliação formativa tem a sua importância. Esta permite ao treinador fazer os ajustes necessários quer ao nível dos conteúdos, quer ao nível das situações de aprendizagem e até mesmo, ao nível dos objectivos comportamentais terminais.

No final da cada aula fazemos um balanço desta, para que o processo ensino-aprendizagem seja o melhor. Este é um bom método de controlo deste processo, garantindo sempre uma sequência correcta e lógica.

João Esteves nº6 10ºD

Associação Desportiva de Figueiró dos vinhos

Unidade Didáctica de Futebol

Nos dois últimos treinos da U.D. repetir-se-á a utilização das fichas de registo usadas para a Avaliação Diagnóstica, de forma a concretizar-se a Avaliação Sumativa. Será realizado um teste teórico sobre os conteúdos abordados.

No início dos treinos desta U.D. será entregue um documento de apoio que caracteriza a modalidade, contém um breve resumo histórico da modalidade e descreve as habilidades motoras a abordar, o qual servirá de base para a elaboração dos testes escritos.

João Esteves nº6 10ºD

Associação Desportiva de Figueiró dos vinhos

Unidade Didáctica de Futebol

AVALIAÇÃO E CONTROLO

8.1. Avaliação Diagnóstica, Formativa e Sumativa

A avaliação da U.D. irá ser processada em três momentos. Isto é, na primeira aula da U.D. será realizada a Avaliação Diagnóstica dos conteúdos a abordar no Futebol, a qual vai ser idêntica à Avaliação Sumativa (3º momento de avaliação) a realizar no último treino. O outro momento de avaliação corresponde à Avaliação Formativa, a realizar nas restantes treinos. Esta corresponde à avaliação do processo ensino-aprendizagem. Em relação à Avaliação Diagnóstica, iremos utilizar uma ficha de registo de avaliação (ver Anexos) para cada conteúdo a abordar, a qual incidirá sobre as componentes críticas que achamos mais relevantes. As quais serão avaliadas por dois critérios - executa ou não executa - sendo registada da seguinte forma:

- 0. - não executa a componente crítica;
- 1 - executa a componente crítica.

Com base na avaliação atrás referida, procedemos à quantificação de cada gesto para, posteriormente, atribuímos um nível de acordo com a percentagem total obtida. A avaliação terá por base uma escala de cinco níveis, à qual os atletas serão classificados. Classificação esta que tem os moldes adoptados pela escola, sendo os seguintes:

- Mau (1 - 20%, ou respectivamente 1-4)
- Medíocre (21 - 49%, ou respectivamente 5-10)
- Suficiente (50 - 70%, ou respectivamente 11-14)
- | Bom (71 - 89%, ou respectivamente 14-17)
- Muito bom (90 - 100%, ou respectivamente 18-20)

João Esteves nº6 10ºD

Associação Desportiva de Figueiró dos vinhos

Unidade Didáctica de Futebol

A valorização de cada gesto técnico está definida no subcapítulo seguinte - **Critérios de Avaliação do Domínio Psicomotor.**

Esta avaliação terá dois objectivos fundamentais: o primeiro refere-se à identificação do nível técnico médio da equipa e precede o segundo, que diz respeito à eventualidade de alteração da U.D..

A Avaliação Formativa irá consistir de todo o processo de ensino/aprendizagem que conseguirmos desenvolver nos treinos. Todos os treinos têm um carácter formativo, pelo que devemos criar as condições necessárias para a realização da Avaliação Formativa, de forma contínua e sistemática. Devemos também proporcionar, aos treinos, tarefas adequadas ao seu nível, procurando ajudá-los na sua evolução e garantir o tempo necessário para a aprendizagem das tarefas.

No decorrer dos treinos, utilizaremos o Questionamento como Método de Ensino e será neste momento de avaliação que a Avaliação Sócia afectiva terá mais ênfase, na qual iremos considerar a assiduidade, participação, e o comportamento dos atletas. Portanto esta avaliação é fundamental uma vez que nos permite recolher informações (através da observação directa nos atletas) sobre a prestação motora dos atletas, no sentido de poder controlar actividade e, conseqüentemente, poder fazer as adaptações necessárias à evolução na aprendizagem de todos atletas. Ou seja, este tipo de avaliação permite adequar o ensino realizado e as tarefas de aprendizagem propostas a cada atleta. Por tudo isto, esta avaliação (formativa) terá uma função reguladora de toda a actividade.

No que diz respeito à Avaliação Sumativa, serão utilizadas as mesmas fichas de avaliação da Avaliação Diagnóstica e será um teste teórico, visando a avaliação dos conhecimentos teóricos.

As fichas a utilizar evidenciarão os resultados alcançados pelos atletas na aquisição dos conteúdos abordados nesta U.D.. A comparação destes resultados com a Avaliação Diagnóstica permitir-nos-á avaliar a evolução do atleta, ponto avaliativo que consideramos de grande importância.

João Esteves nº6 10ºD

Associação Desportiva de Figueiró dos vinhos

Unidade Didáctica de Futebol

BIBLIOGRAFICA

Trabalho que a professora mandou para o mail.

João Esteves nº6 10ºD

Associação Desportiva de Figueiró dos vinhos

Unidade Didáctica de Futebol