



## Agrupamento de Escolas de Valbom

Sede: Escola Secundária de Valbom

Ano letivo 2023/2024

**Planificação Anual 1º ano**

**Curso Profissional Técnico de Desporto**

**Disciplina: DPMDC - Didática, Pedagogia e Metodologia dos Desportos Coletivos**

**Aulas previstas: 180**

**1.º Período: 2.º Período: 3.º Período:**

<b>Organizador Curricular (Temas/Conteúdos)</b>	<b>Aprendizagens Essenciais</b>	<b>Estratégias de ensino e Tarefas de aprendizagem</b>	<b>Áreas de competência do perfil dos Alunos</b>	<b>Instrumentos de Avaliação</b>	<b>N.º de aulas</b>
Módulo - 9440 Basquetebol - Iniciação	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aplicar as várias técnicas individuais do basquetebol.</li> <li>- Aplicar os princípios de execução da posição defensiva básica e os princípios técnico-táticos do 1x1 nas diversas situações ofensivas do basquetebol.</li> <li>- Identificar os conceitos defensivos e ofensivos do jogo 3x3.</li> </ul>	<p>Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos adquirir conhecimento, informação e outros saberes, com rigor, articulação e uso consistente de conhecimentos.</p> <p>Atividades com progressões pedagógicas, permitindo uma evolução consistente.</p> <p>Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Analisar situações com diferentes pontos de vista;</li> </ul>	<p>A – Linguagens e textos;</p> <p>B - Informação e Comunicação</p> <p>C – Raciocínio e resolução de problemas</p> <p>D – Pensamento crítico e pensamento criativo;</p> <p>E – Relacionamento interpessoal;</p> <p>F – Desenvolvimento pessoal e autonomia</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fichas escritas e/ou avaliações práticas;</li> <li>- Controlo da assiduidade, pontualidade, falta do material e cumprimento das rotinas de organização da aula.</li> <li>- Avaliação da participação, responsabilidade e empenho no trabalho de projetos da turma, colocação de questões e debate de ideias;</li> </ul>	30



## Agrupamento de Escolas de Valbom

Sede: Escola Secundária de Valbom

Ano letivo 2023/2024

Organizador Curricular (Temas/Conteúdos)	Aprendizagens Essenciais	Estratégias de ensino e Tarefas de aprendizagem	Áreas de competência do perfil dos Alunos	Instrumentos de Avaliação	N.º de aulas
	<p>- Identificar os conceitos do contra-ataque e os princípios gerais do ataque de posição do basquetebol.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Confrontar argumentos para encontrar semelhanças, diferenças entre outras;</li><li>- Analisar factos, situações, identificando os seus elementos ou dados, em particular numa perspetiva disciplinar e interdisciplinar;</li><li>- Analisar os seus desempenhos e o dos outros dando e aceitando sugestões de melhoria;</li><li>- Identificar aspetos críticos que permitam a melhoria do seu desempenho;</li><li>- Identificar pontos fracos e fortes das suas aprendizagens;</li><li>- Utilizar os dados da sua autoavaliação para se envolver na aprendizagem;</li><li>- Interpretar e explicar as suas opções;</li><li>- Descrever processos de pensamento e ação, usados durante a realização de uma tarefa ou abordagem de um problema.</li></ul>	<p>I – Saber científico, técnico e tecnológico</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Avaliação referente aos parâmetros definidos para a execução e respetiva apresentação (escrita e/ou oral) do trabalho de pesquisa referente a uma das qualidades físicas, individual ou em grupo.</li><li>- Questões de aula e/ou fichas de avaliação escritas, referentes a cada domínio abordado no módulo.</li></ul>	



## Agrupamento de Escolas de Valbom

Sede: Escola Secundária de Valbom

Ano letivo 2023/2024

Organizador Curricular (Temas/Conteúdos)	Aprendizagens Essenciais	Estratégias de ensino e Tarefas de aprendizagem	Áreas de competência do perfil dos Alunos	Instrumentos de Avaliação	N.º de aulas
Módulo - 9443 Rugby - Iniciação	<ul style="list-style-type: none"><li>- Reconhecer os valores do <i>rugby</i> e código de conduta.</li><li>- Aplicar os conceitos relativos ao plano de segurança e procedimentos em caso de lesão e emergência.</li><li>- Identificar a metodologia de ensino dos jogos preparatórios.</li><li>- Aplicar as leis dos jogos preparatórios a os escalões Sub 8 a Sub 14, diferenciando as faltas técnicas de outras infrações.</li></ul>	<p>Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos adquirir conhecimento, informação e outros saberes, com rigor, articulação e uso consistente de conhecimentos.</p> <p>Atividades com progressões pedagógicas, permitindo uma evolução consistente.</p> <p>Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Analisar situações com diferentes pontos de vista;</li><li>- Analisar factos, situações, identificando os seus elementos ou dados, em particular numa perspetiva disciplinar e interdisciplinar;</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>A – Linguagens e textos;</li><li>B - Informação e Comunicação</li><li>C – Raciocínio e resolução de problemas</li><li>D – Pensamento crítico e pensamento criativo;</li><li>E – Relacionamento interpessoal;</li><li>F – Desenvolvimento pessoal e autonomia</li><li>I – Saber científico, técnico e tecnológico</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Fichas escritas e/ou avaliações práticas;</li><li>- Controlo da assiduidade, pontualidade, falta do material e cumprimento das rotinas de organização da aula.</li><li>- Avaliação da participação, responsabilidade e empenho no trabalho de projetos da turma, colocação de questões e debate de ideias;</li><li>- Avaliação referente aos parâmetros definidos para a execução e respetiva apresentação (escrita e/ou oral) do trabalho de pesquisa referente a uma das</li></ul>	30



## Agrupamento de Escolas de Valbom

Sede: Escola Secundária de Valbom

Ano letivo 2023/2024

Organizador Curricular (Temas/Conteúdos)	Aprendizagens Essenciais	Estratégias de ensino e Tarefas de aprendizagem	Áreas de competência do perfil dos Alunos	Instrumentos de Avaliação	N.º de aulas
		<ul style="list-style-type: none"><li>- Analisar os seus desempenhos e o dos outros dando e aceitando sugestões de melhoria;</li><li>- Identificar aspetos críticos que permitam a melhoria do seu desempenho;</li><li>- Identificar pontos fracos e fortes das suas aprendizagens;</li><li>- Utilizar os dados da sua autoavaliação para se envolver na aprendizagem;</li><li>- Interpretar e explicar as suas opções;</li><li>- Descrever processos de pensamento e ação, usados durante a realização de uma tarefa ou abordagem de um problema.</li></ul>		<p>qualidades físicas, individual ou em grupo.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Questões de aula e/ou fichas de avaliação escritas, referentes a cada domínio abordado no módulo.</li></ul>	
Módulo - 9437 O corpo humano – nutrição e doping	- Descrever conceitos básicos sobre anatomia humana e fisiologia relacionados com o movimento, o esforço e a recuperação funcional.	Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos adquirir conhecimento, informação e outros saberes, com rigor, articulação e uso consistente de conhecimentos.	A – Linguagens e textos; B - Informação e Comunicação C – Raciocínio e	- Fichas escritas e/ou avaliações práticas;  - Controlo da assiduidade, pontualidade, falta do	60



## Agrupamento de Escolas de Valbom

Sede: Escola Secundária de Valbom

Ano letivo 2023/2024

Organizador Curricular (Temas/Conteúdos)	Aprendizagens Essenciais	Estratégias de ensino e Tarefas de aprendizagem	Áreas de competência do perfil dos Alunos	Instrumentos de Avaliação	N.º de aulas
	<ul style="list-style-type: none"><li>- Descrever os diferentes processos de transformação de energia química em mecânica no músculo.</li><li>- Descrever a importância das reservas de glicogénio muscular e hepático na génese da fadiga desportiva.</li><li>- Descrever a importância da hidratação e das vitaminas e minerais no rendimento desportivo.</li><li>- Descrever os procedimentos dos controlos de dopagem.</li></ul>	<p>Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Analisar situações com diferentes pontos de vista;</li><li>- Confrontar argumentos para encontrar semelhanças, diferenças entre outras;</li><li>- Analisar factos, situações, identificando os seus elementos ou dados, em particular numa perspetiva disciplinar e interdisciplinar;</li><li>- Analisar os seus desempenhos e o dos outros dando e aceitando sugestões de melhoria;</li><li>- Identificar aspetos críticos que permitam a melhoria do seu desempenho;</li><li>- Identificar pontos fracos e fortes das suas aprendizagens;</li><li>- Utilizar os dados da sua autoavaliação para se</li></ul>	<p>resolução de problemas</p> <p>D – Pensamento crítico e pensamento criativo;</p> <p>E – Relacionamento interpessoal;</p> <p>F – Desenvolvimento pessoal e autonomia</p> <p>I – Saber científico, técnico e tecnológico</p>	<p>material e cumprimento das rotinas de organização da aula.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Avaliação da participação, responsabilidade e empenho no trabalho de projetos da turma, colocação de questões e debate de ideias;</li><li>- Avaliação referente aos parâmetros definidos para a execução e respetiva apresentação (escrita e/ou oral) do trabalho de pesquisa referente a uma das qualidades físicas, individual ou em grupo.</li><li>- Questões de aula e/ou fichas de avaliação escritas,</li></ul>	



## Agrupamento de Escolas de Valbom

Sede: Escola Secundária de Valbom

Ano letivo 2023/2024

Organizador Curricular (Temas/Conteúdos)	Aprendizagens Essenciais	Estratégias de ensino e Tarefas de aprendizagem	Áreas de competência do perfil dos Alunos	Instrumentos de Avaliação	N.º de aulas
		envolver na aprendizagem;  - Interpretar e explicar as suas opções;  - Descrever processos de pensamento e ação, usados durante a realização de uma tarefa ou abordagem de um problema.		referentes a cada domínio abordado no módulo.	
Módulo - 9438  Teoria e Metodologia do Treino	- Relacionar os conceitos de carga de treino e de processos adaptativos.  - Planificar sessões de treino em função dos objetivos e recursos disponíveis e das características dos atletas.	Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos adquirir conhecimento, informação e outros saberes, com rigor, articulação e uso consistente de conhecimentos.  Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos:  - Analisar situações com diferentes pontos de vista;  - Confrontar argumentos para encontrar semelhanças, diferenças entre outras;  - Analisar factos, situações, identificando os seus elementos ou dados, em particular numa	A – Linguagens e textos;  B - Informação e Comunicação  C – Raciócinio e resolução de problemas  D – Pensamento crítico e pensamento criativo;  E – Relacionamento interpessoal;	- Fichas escritas e/ou avaliações práticas;  - Controlo da assiduidade, pontualidade, falta do material e cumprimento das rotinas de organização da aula.  - Avaliação da participação, responsabilidade e empenho no trabalho de projetos da	60



## Agrupamento de Escolas de Valbom

Sede: Escola Secundária de Valbom

Ano letivo 2023/2024

Organizador Curricular (Temas/Conteúdos)	Aprendizagens Essenciais	Estratégias de ensino e Tarefas de aprendizagem	Áreas de competência do perfil dos Alunos	Instrumentos de Avaliação	N.º de aulas
		<p>perspetiva disciplinar e interdisciplinar;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Analisar os seus desempenhos e o dos outros dando e aceitando sugestões de melhoria;</li><li>- Identificar aspetos críticos que permitam a melhoria do seu desempenho;</li><li>- Identificar pontos fracos e fortes das suas aprendizagens;</li><li>- Utilizar os dados da sua autoavaliação para se envolver na aprendizagem;</li><li>- Interpretar e explicar as suas opções;</li><li>- Descrever processos de pensamento e ação, usados durante a realização de uma tarefa ou abordagem de um problema.</li></ul>	<p>F – Desenvolvimento pessoal e autonomia</p> <p>I – Saber científico, técnico e tecnológico</p>	<p>turma, colocação de questões e debate de ideias;</p> <p>- Avaliação referente aos parâmetros definidos para a execução e respetiva apresentação (escrita e/ou oral) do trabalho de pesquisa referente a uma das qualidades físicas, individual ou em grupo.</p> <p>- Questões de aula e/ou fichas de avaliação escritas, referentes a cada domínio abordado no módulo.</p>	