



## Agrupamento de Escolas de Valbom

Sede: Escola Secundária de Valbom

Ano letivo 2023/2024



REPÚBLICA  
PORTUGUESA

EDUCAÇÃO Direção Geral dos Estabelecimentos  
Escolares  
Direção de Serviços da Região Norte

**Planificação Anual 3º ano**

**Curso Profissional Técnico de Desporto**

**Disciplina: MTDC\_DAPE -Metodologias do Treino dos Desportos Coletivos - Desportos Aventura e Populações Especiais**

**Aulas previstas: 120**

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

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
Andebol - Iniciação (9439)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificar a história da modalidade;</li> <li>- Andebol em Portugal;</li> <li>- Relacionar o Andebol com os outros jogos desportivos coletivos;</li> <li>- Identificar e aplicar as regras de jogo fundamentais;</li> <li>- Aplicar os regulamentos do jogo;</li> <li>- Metodologia do jogo de andebol;</li> <li>- Jogos pré-desportivos de andebol;</li> <li>- Componentes do jogo de andebol;</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>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 fatos, 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> </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> <p>G – Bem-estar, saúde e ambiente</p> <p>H – Sensibilidade estética e artística</p> <p>I – Saber científico, técnico e tecnológico</p> <p>J – Consciência e domínio do corpo.</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> <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,</li> </ul>	30



## Agrupamento de Escolas de Valbom

Sede: Escola Secundária de Valbom

Ano letivo 2023/2024



REPÚBLICA  
PORTUGUESA

EDUCAÇÃO Direção Geral dos Estabelecimentos  
Escolares  
Direção de Serviços da Região Norte

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>- Ações individuais ofensivas;</li><li>- Ações individuais defensivas.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><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>		<ul style="list-style-type: none"><li>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, referentes a cada domínio abordado no módulo.</li></ul>	
Voleibol - Iniciação (9493)	<ul style="list-style-type: none"><li>- Descrever os regulamentos básicos do Gira-Volei, Mini A e Mini B.</li><li>- Aplicar regras facilitadoras de aprendizagem adaptadas ao escalão Mini A.</li><li>- Relacionar a lógica inerente à organização defensiva e ofensiva do 4x4 e suas especificidades com a evolução futura para o jogo 6x6.</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>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 fatos, 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>G – Bem-estar, saúde e ambiente</li><li>H – Sensibilidade estética e</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></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>- Aplicar regras didáticas que potenciem a aprendizagem ao escalão Mini B.</li><li>- Gira-volei</li><li>- Minivoleibol – Escalão A</li><li>- Minivoleibol – Escalão B</li><li>- O jogo 4x4</li></ul>	<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>artística</p> <p>I – Saber científico, técnico e tecnológico</p> <p>J – Consciência e domínio do corpo.</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, 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, referentes a cada domínio abordado no módulo.</li></ul>	
Voleibol – A técnica no voleibol (9516)	<ul style="list-style-type: none"><li>- Aplicar exercícios de treino de voleibol segundo os pressupostos da formação na planificação da época e dos treinos.</li><li>- Descrever as determinantes</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>Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos:</p>	<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</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></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>para a execução técnica no voleibol.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Aplicar as progressões pedagógicas.</li><li>- Identificar os gestos técnicos específicos do voleibol de praia bem como as dificuldades e limitações físicas e técnicas do escalão etário no voleibol de praia.</li><li>- Planificar progressões de abordagem dos gestos técnicos do voleibol de praia.</li></ul>	<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 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>interpessoal;</p> <p>F – Desenvolvimento pessoal e autonomia</p> <p>G – Bem-estar, saúde e ambiente</p> <p>H – Sensibilidade estética e artística</p> <p>I – Saber científico, técnico e tecnológico</p> <p>J – Consciência e domínio do corpo.</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, 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, referentes a cada domínio abordado no módulo.</li></ul>	
	<ul style="list-style-type: none"><li>- Utilizar a terminologia específica da modalidade.</li></ul>	<p>Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos adquirir</p>	<p>A – Linguagens e textos;</p> <p>B – Informação e Comunicação</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Fichas escritas e/ou avaliações práticas;</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
Voleibol – A tática coletiva (9517)	<ul style="list-style-type: none"><li>- Identificar as especificidades técnicas em cada fase do jogo de voleibol.</li><li>- Relacionar os princípios dos jogos reduzidos com o jogo 6x6.</li><li>- Utilizar os jogos reduzidos e o treino competitivo como principal fator de formação tática dos jogadores de voleibol, perspetivando a formação do jogador a longo prazo.</li><li>- Relacionar a lógica inerente à organização defensiva com ofensiva num jogo de duplas no voleibol de praia.</li><li>- Aplicar as regras didáticas que potenciem a aprendizagem do voleibol de praia.</li></ul>	<p>conhecimento, informação e outros saberes, com rigor, articulação e uso consistente de conhecimentos.</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>- 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>	<ul style="list-style-type: none"><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>G – Bem-estar, saúde e ambiente</li><li>H – Sensibilidade estética e artística</li><li>I – Saber científico, técnico e tecnológico</li><li>J – Consciência e domínio do corpo.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><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 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>	