

|   |                              |
|---|------------------------------|
| <b>CURSO: TÉCNICO DE DESPORTO</b>                             | <b>ANO: 1º</b>               |
| <b>DOMÍNIO DE FORMAÇÃO/UFCD: 9 (9441) FUTEBOL - INICIAÇÃO</b> | <b>DOCENTE: JOÃO ESTEVES</b> |
| <b>DURAÇÃO: 25 HORAS (34 TEMPOS DE 45 MINUTOS)</b>            |                              |

### COMPETÊNCIAS

Participar no planeamento, na organização e no desenvolvimento do treino de modalidades desportivas, individuais ou colectivas, bem como organizar e dinamizar actividades físicas e desportivas em contexto de ocupação de tempos livres, animação e lazer.

Elaborar o plano anual de preparação em colaboração com os técnicos de grau superior responsáveis pela modalidade desportiva.

Coadjuvar na preparação e organização das sessões de treino. Orientar, com supervisão de um técnico de grau superior, as sessões de treino com vista ao aperfeiçoamento dos praticantes na modalidade desportiva, promovendo o cumprimento das regras da modalidade e das regras de disciplina.

Organizar a participação e orientar os praticantes em competição, com supervisão de um técnico de grau superior.

Colaborar na avaliação dos resultados das sessões de treino em função da sua adequação aos objectivos estabelecidos, sob supervisão de um técnico de grau superior.

Participar, sob supervisão de um técnico de grau superior, no planeamento e coadjuvar na implementação de actividades, individuais ou de grupo, de melhoria da aptidão física, no âmbito do treino desportivo.

Participar na conceção e implementação de programas de actividades físicas e desportivas em contexto de animação e de ocupação de tempos livres.

Coadjuvar o técnico superior no aconselhamento aos praticantes na adopção de hábitos saudáveis e de cuidados de higiene na sua vida quotidiana.

| <b>UFCD: 9 (9441)</b>  | <b>DURAÇÃO: 25H</b>   | <b>CALENDARIZAÇÃO: 1º/2º SEMESTRE</b>   |   |  |
|--|---|---|---|--|
| <b>TEMA: FUTEBOL- INICIAÇÃO</b>  |   |   |   |  |
| <b>COMPETÊNCIAS ESPECÍFICAS</b>  | <b>OBJETIVOS</b>  | <b>CONTEÚDOS</b>  | <b>ATIVIDADES/ESTRATÉGIAS</b>   | <b>AVALIAÇÃO</b>   |
| <b>Caracterizar modelos de jogo.</b><br><b>Caracterizar fundamentos nas fases de jogo.</b><br><b>Identificar e aplicar procedimentos técnico-táticos nas diversas fases de jogo.</b> | Identificar e aplicar procedimentos individuais do jogo durante as fases ofensiva e defensiva.<br><br>Caraterizar os objetivos e fundamentos do jogo de Futebol no ataque e na defesa, no quadro da sua organização dinâmica. | Metodologia das ações técnicas individuais.<br>Ações individuais ofensivas<br>Ações individuais defensivas<br>Jogo de futebol<br>Finalidades e a organização do jogo de futebol<br>Perspetiva dualista de organização do jogo de futebol<br>Processo ofensivo<br>Processo defensivo | Trabalho individual<br><br>Trabalho de grupo<br><br>Trabalho em vaga<br><br>Trabalho por estações | Diagnóstica<br>Formativa, reflexiva e participativa, centrada na observação direta<br>Sumativa, balanço das aquisições da atividade. |