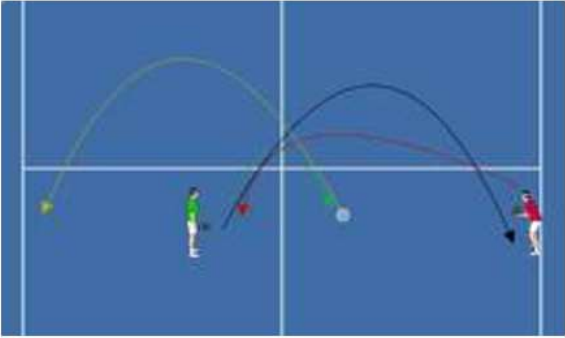
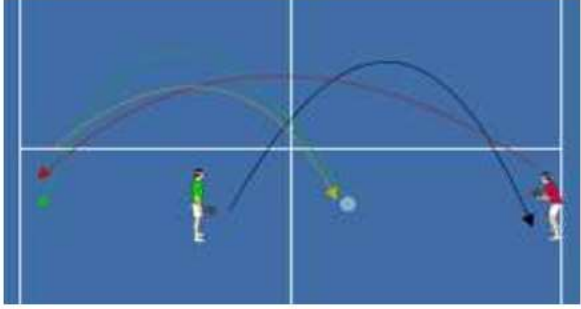





Plano de Aula Nº8/9

Professora: Micaela Abreu				Turma: 12º08
Data: 05/12/2025	Hora: 08:00 -09:30	Duração: 90 min	Alunos: 22	Espaço: Pavilhão
Unidade Didática: Badminton				Material: 22 raquetes, 12 volantes, 1 pack sinalizadores.
Tema: Avaliação Sumativa Objetivos da aula: Avaliar a capacidade dos alunos de executar corretamente e de forma controlada os gestos técnicos do badminton (lob, amorti, encosto, clear e serviço longo) em situações de jogo 1x1, demonstrando domínio dos deslocamentos, ocupação racional do campo e capacidade de escolha adequada do gesto técnico.				

	Tempo	Objetivo Específico	Conteúdos/Situações de Aprendizagem	Critérios de Êxito
Inicial	10'	08:00 - 08:10	Receção dos alunos, realização da chamada e apresentação dos conteúdos a realizar.	-
	40'	08:10 - 08:50	<p style="text-align: center;">1.</p> <p style="text-align: center;">Os alunos formam pares e realizam as seguintes sequências:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. SL – Amorti – Encosto – Lob 2. SL – Clear – Amorti - Lob <p style="text-align: center;">1.</p>  <p style="text-align: center;">2.</p> 	<p style="text-align: center;">Amortie:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bater por cima e à frente da cabeça; - Estende o braço, acompanhando de uma desaceleração no final do movimento; - Imprime uma trajetória descendente e lenta para que o volante caia próximo da rede do campo adversário; <p style="text-align: center;">Lob:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Coloca o pé direito à frente; - Bate de modo explosivo, à frente do corpo e abaixo da cintura; - Imprime ao volante uma trajetória ascendente, alta e profunda, para que o volante caia perto da linha de fundo do campo adversário; <p style="text-align: center;">Encosto:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Afundo da perna do lado da raquete; - Devolver o volante para junto da rede; <p style="text-align: center;">Clear:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bater no volante por cima e à frente da cabeça; - Colocar o volante no fundo do campo do adversário; <p style="text-align: center;">Deslocamentos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Utilizar a perna do lado do braço dominante para iniciar e guiar o movimento;

	25'	08:50 - 09:15	<p>2. Realizar jogo 1x1 aplicando corretamente as regras, promovendo o respeito pelos adversários e colegas, demonstrando atitudes de fair play durante toda a competição.</p>	<p>2.Jogo 1x1</p> <p>A turma é dividida em 4 equipes de 5 alunos, que se defrontam todas entre si em formato 1x1. Cada jogo terá uma duração de 3 minutos, e cada jogo ganho por um membro de cada equipe vale 1 ponto para o jogador e para a sua equipe.</p> <p>No final de cada jogo os capitães de cada equipe informam da pontuação e soma-se a pontuação total de cada equipe nos 4 campos, determinando o vencedor.</p>  <p>Tabela de Pontuação:</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>Campo 1 e 2</th> <th>Pontuação</th> <th>Campo 3 e 4</th> <th>Pontuação</th> <th>Classificação</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Ronda 1</td> <td>A vs B</td> <td></td> <td>C vs D</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Ronda 2</td> <td>A vs C</td> <td></td> <td>B vs D</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Ronda 3</td> <td>A vs D</td> <td></td> <td>B vs C</td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>		Campo 1 e 2	Pontuação	Campo 3 e 4	Pontuação	Classificação	Ronda 1	A vs B		C vs D			Ronda 2	A vs C		B vs D			Ronda 3	A vs D		B vs C			
	Campo 1 e 2	Pontuação	Campo 3 e 4	Pontuação	Classificação																								
Ronda 1	A vs B		C vs D																										
Ronda 2	A vs C		B vs D																										
Ronda 3	A vs D		B vs C																										
Final	5'	09:15 - 09:20	-	<p>- Arrumar o material; - Breve reflexão/análise;</p>	-																								