



Plano de Aula N°4/6

Professores: Eva Castro, Gonçalo Mendes e Micaela Abreu				Turma: 6º1
Data: 18/03/2026	Hora: 08:15–09:00	Duração: 45'	Alunos: 27	Espaço: Pavilhão
Unidade Didática: Andebol				Material: Cones; Coletes; Bolas de andebol; Pack de Sinalizadores;
Objetivos da aula: Desenvolver situações de aprendizagem para trabalhar o drible.				

	Tempo	Objetivo Específico	Conteúdos/Situações de Aprendizagem	CrITÉrios de Êxito
Inicial	5' 08:15 - 08:20	-	Receção dos alunos, realização da chamada e apresentação dos conteúdos a realizar.	-
	5' 08:20 - 08:25	1. Ativar o organismo para a parte fundamental da aula.	1. Jogo Lúdico: São designados um ou mais jogadores que assumem a função de caçador(es), com o objetivo de roubar uma bola, por via do desarme do drible. Caso os caçadores conquistem uma bola passam a fugitivos. São considerados caçados os jogadores que interromperem de forma voluntária o drible, devendo trocar de funções com o caçador. Variante 1: Os caçadores deslocam-se de mãos dadas.	<u>Jogador sem bola (caçador):</u> Desloca-se atrás dos fugitivos e tenta interceptar a bola e ficar com a sua posse. <u>Jogador com bola (fugitivo):</u> - Deslocam-se em drible sem perder o controlo da bola e procuram observar/controlar os caçadores. - Movimentam-se sem interromper o drible ou incorrer em dribles.
Fundamental	15' 08:25 - 08:40	2. Desenvolver situações de aprendizagem para trabalhar o drible.	1. Estações para o drible: Os alunos dividem-se em grupos pelas 4 estações, realizando tarefas relacionadas com a preparação e execução do drible no andebol. Ao comando do professor rodam para a estação seguinte: Estação 1: Os alunos estão numa área delimitada, cada um com uma bola e o objetivo é manter a posse de bola enquanto tenta desarmar os colegas, ou seja tocar na bola dos outros para a fazer sair do controlo. Estação 2: Contornar os cones em drible e rematar à baliza. Estação 3: 1x1, onde o atacante começa com bola na linha final. O defensor está à frente do atacante com a bola no chão e, ao sinal do professor jogam 1x1, onde o atacante corre em direção à baliza para rematar.	Drible: - Driblar com controlo e proteção da bola; - Realizar mudanças de direção; - Protege a bola com o corpo; - Mantém o controlo da bola em progressão.

	15'	8:40 - 08:55	<p>5. Aplicar o conteúdo técnico (drible) abordado na aula em jogo.</p>	<p>1. Andebol: Jogo 5x5</p> <p>Os alunos dividem-se em quatro equipas de quatro elementos, realizando-se dois jogos, um em cada meio-campo, numa situação de 4x3+GR. A equipa que defende, para passar a atacar, deve chegar com bola controlada à linha do meio-campo. Obrigatoriedade de defesa individual.</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - O aluno quando possui a bola pode dar um drible. - O aluno que ataca procura criar linhas de passe; - Cada defensor marca o seu respetivo atacante; - O aluno com bola passa e procura desmarcar-se logo;
Final	5'	08:55 - 09:00	-	<ul style="list-style-type: none"> - Arrumar o material; - Breve reflexão/análise; 	-