



ESCOLA SECUNDÁRIA DA LOUSÃ – 403842

Ano lectivo – 2011/12

DISCIPLINA DE EDUCAÇÃO FÍSICA

UNIDADE DIDÁCTICA

ORIENTAÇÃO NA ESCOLA

PROFESSOR :

Carlos Quaresma

ÍNDICE

I	INTRODUÇÃO.....	3
II	CARACTERIZAÇÃO DA POPULAÇÃO ALVO.....	3
III	CARACTERIZAÇÃO DOS RECURSOS.....	3
	3.1 Temporais.....	3
	3.2 Materiais.....	4
	3.3 Humanos.....	4
IV	DEFINIÇÃO DE OBJECTIVOS.....	4
	4.1 Objectivos gerais.....	4
	4.2 Alvos	5
	4.3 Objectivos comportamentais terminais.....	5
V	ESTRUTURAÇÃO DOS CONTEÚDOS.....	6
VI	MÉTODOS DE CONTROLO.....	6
	6.1 Parâmetros a avaliar.....	6
	6.2 Avaliação diagnóstica.....	7
	6.3 Avaliação formativa.....	7
	6.4 Avaliação sumativa.....	8
	6.5 Critérios de avaliação para alunos com atestado médico.....	9
VII	ESTRATÉGIA GERAL DA UNIDADE DIDÁCTICA.....	10

I – INTRODUÇÃO

A presente Unidade Didáctica (U.D.) de Orientação destina-se aos alunos do 3º ciclo da Escola Secundária c/3º Ciclo da Lousã.

Tendo em conta as potencialidades pedagógicas que são reconhecidas, a disciplina de Educação Física deve oferecer oportunidades formativas diversificadas e complementares, promovendo a elevação da aptidão física, a adaptabilidade aos diferentes tipos de actividade e interesse para continuar a aprender e descobrir.

Seguindo esta perspectiva, torna-se de primordial importância definir o estado inicial em que os alunos se encontram nesta modalidade desportiva de modo a que os objectivos finais a cumprir, se ajustem às suas reais capacidades.

Assim, esta Unidade Didáctica tem como principal objectivo a operacionalização de um plano curricular relativo à Educação Física, centrado no desenvolvimento de exercícios de Orientação para os alunos da turma C do 8º ano desta escola. Para isso, factores como as premissas do programa de Educação Física, da responsabilidade do Ministério da Educação e os recursos humanos, materiais e temporais, foram tidos em conta na sua elaboração.

II – CARACTERIZAÇÃO DA POPULAÇÃO ALVO

A presente Unidade Didáctica (UD) destina-se a Turmas do 3º Ciclo: (referir a turma, o nº de alunos – x masc. e y fem. E a média das idades)

III – CARACTERIZAÇÃO DOS RECURSOS

3.1 Temporais

- Aulas previstas: 6
- Tempo programa: 3 aulas de 45' + 3 aulas de 180' = 675'

Aula de 0,45 Hora	__ª feira	__h__ - __-__
	__ª feira	__h__ - __h__

- Início da UD: __ de _____ de 2__
- Fim da UD: __ de _____ de 2__

3.2 Materiais

- *Instalações:*
 - Pavilhão Desportivo: 1/3 do espaço
 - Recinto exterior
 - Área da escola
- *Material Didáctico:* (56) pontos de controlo, mapa da escola, cartões de controlo.

3.3 Humanos

- Professor:
 - Professor Carlos Quaresma
- Alunos:
 - Manipulação do material

IV – DEFINIÇÃO DE OBJECTIVOS

4.1 Objectivos Gerais

Durante o processo de ensino-aprendizagem pretende-se que o aluno participe activamente em todas as situações e procurem o êxito pessoal e do grupo.

4.1.1 Domínio Sócio-afectivo

- Cooperar com os companheiros, respeitando as suas capacidades;
- Admite as indicações que lhe dirigem e aceita as opções e falhas dos seus colegas;
- Cooperar com os companheiros, aceitando e dando sugestões que favoreçam a melhoria das suas acções cumprindo as regras de segurança, bem como, na preparação, arrumação e preservação do material

4.1.2 Domínio Cognitivo

- Analisa e interpreta a realização de actividades físicas seleccionadas, aplicando os conhecimentos sobre a técnica, organização, participação e ética desportiva;

- Conhece e interpreta factores de saúde e risco associados à prática das actividades físicas e aplica as regras de higiene e segurança; e,
- Conhece os objectivos da modalidade – Orientação – a função e o modo de execução dos principais elementos apresentados.

4.2 Alvos

4.2.1 – Domínio Sócio-afectivo

- Ganha interesse pela aprendizagem;
- Revela e desenvolve espírito competitivo;
- Promove relações interpessoais;
- Desenvolve conhecimentos sobre a ética desportiva;
- Adquire comportamentos de assiduidade e pontualidade; e,
- Desenvolve espírito moralizados e animador.

4.2.2 – Domínio Cognitivo

- Conhece a história da modalidade;
- Conhece as regras fundamentais;
- Compreende a importância da correcta execução dos elementos técnicos;

4.3 Objectivos comportamentais terminais

4.3.1 Domínio psicomotor

- O aluno domina a:
 - *Noção de planificação*
 - *Diferencia o plano horizontal do vertical*
 - *Desenha planos em perspectiva vertical*
 - *Localização e orientação do mapa*
 - Identifica os pontos de referência do terreno no mapa
 - Orienta o mapa de acordo com a disposição dos pontos de referência
 - Localiza-se a partir destes
 - *Automatização do gesto*
 - Mantém permanentemente o mapa orientado
 - Coloca o dedo polegar no local onde se encontra no mapa
 - Movimenta o polegar no mapa à medida que se desloca no terreno
 - *Leitura e interpretação do mapa*
 - Identifica a simbologia do mapa

- De acordo com esta, selecciona a opção mais correcta do trajecto a seguir
- *Noção das distâncias e escalas*
- Elabora planos à escala
 - Executa operações aritméticas de acordo com a escala do mapa
 - Relaciona o espaço representado no mapa e a sua correspondência no terreno

V – ESTRUTURAÇÃO DOS CONTEÚDOS

5.1 Elementos técnicos

- Noção de planificação
- Localização e orientação do mapa
- Automatização do gesto
- Leitura e interpretação do mapa
- Noção das distâncias e escalas

VI – MÉTODOS DE CONTROLO

A avaliação dos alunos nesta UD não se limita ao acto de classificar, corresponde também a uma atitude crítica e renovadora permitindo à escola assumir-se como algo mais humano. Para além disso, todo o processo de controlo e avaliação tem um papel regulador da actividade, tanto do professor como dos alunos. Este processo, ocorrerá em três momentos distintos:

- 1º No início da UD através de uma Avaliação Diagnóstica;
- 2º Durante o decorrer da UD será realizada uma Avaliação Formativa; e,
- 3º No final da UD, segundo iguais critérios utilizados na avaliação diagnóstica numa Avaliação Sumativa.

6.1 Parâmetros a avaliar

Parâmetros seleccionados segundo os vários domínios:

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO		cotações %
Domínio motor:		55%
Domínio Socio-Afetivo:		40%
<i>Assiduidade</i>		10%
Empenhamento		20%
Comportamento/Cooperação/ Afetividade		10%
Domínio Cognitivo:		5%
Oralidade		5%

6.2 Avaliação diagnóstica

Esta avaliação tem como finalidade obter informações sobre conhecimentos, aptidões e interesses dos alunos em relação à disponibilidade motora e cognitiva destes. Os dados recolhidos permitirão reajustar, caso seja necessário, os objectivos comportamentais terminais estabelecidos para a UD.

Os alunos serão avaliados no domínio psicomotor, relativamente aos conteúdos seleccionados, onde os seus resultados serão registados em ficha própria (anexo I), em consonância com as componentes críticas seleccionadas. Os resultados obtidos permitirão determinar as maiores deficiências relativamente aos diversos conteúdos estabelecidos, bem como, identificar casos pontuais de diferentes níveis de desempenho.

Através do método de observação directa, os resultados serão apresentados na referida ficha segundo a escala: 1 – muito fraco, 2 – fraco, 3 – razoável, 4 – bom, 5 – muito bom, assinalando o nível evidenciado pelo nível médio da turma. Após a análise desta avaliação (diagnóstica) será elaborada uma adenda à UD que será constituída pelas decisões de ajustamento. Estas decisões de ajustamento têm como ponto de partida o nível médio da turma bem como os elementos técnicos nos quais os alunos revelarem mais dificuldades de execução.

6.3 Avaliação formativa

A avaliação formativa assume um papel relevante por permitir ao professor acompanhar todo o processo de ensino-aprendizagem. Sempre que se avança na matéria, torna-se absolutamente necessário verificar se os alunos estão, ou não, a acompanhar o processo de ensino-aprendizagem, devendo-se repetir sempre que necessário a realização das tarefas até se constatar que as mesmas foram interiorizadas. O balanço final, integrado nos planos de aula, é um mecanismo que permite ao professor realizar as modificações necessárias, para que os alunos sejam conduzidos ao sucesso. Além disso, cada plano de aula inclui um conjunto de objectivos operacionais que concorrem para os objectivos específicos e que por sua vez, contribuem para a consecução dos objectivos comportamentais terminais estabelecidos para esta unidade didáctica.

6.3.1 Relativamente ao domínio psicomotor

A observação contínua do desempenho motor dos alunos será registado em ficha própria (anexo 2), onde o professor poderá obter informações que lhe permite controlar a actividade, detectando as dificuldades mais relevantes, com o objectivo de assim poder criar situações de aprendizagem e proceder as alterações que concorram para a evolução e sucesso de todos da turma. Através da observação directa, os resultados recolhidos neste domínio serão registados segundo a escala par:

- 1 – não executa;
- 2 – executa mal;
- 3 – executa bem; e,
- 4 – executa muito bem.

A classificação final referente ao domínio psicomotor resultará da aplicação de uma regra de três simples com os seguintes valores:

- 55% - ponderação atribuída ao domínio;
- 20 valores – máximo valor obtido segundo a escala (5 – elementos técnicos e acções técnico tácticas X 4 – executa muito bem);
- valor obtido pelo aluno segundo a escala; e,
- incógnita, percentagem respectiva ao valor obtido pelo aluno.

6.3.2 Relativamente ao domínio cognitivo

Relativamente ao domínio cognitivo, cada aula corresponderá a 0,833, valor este que será descontado ao aluno que responda incorrectamente, ou não responda, à questão que lhe é colocada. De igual forma, cada relatório exigido ao aluno que por qualquer motivo não participe activamente na aula valerá 0,833, valor este a descontar segundo o seu desempenho na elaboração do referido relatório. A informação relativa a este domínio será registada em ficha respectiva, anexo 2.

Caso não se verifique qualquer uma das situações enunciadas, questões e relatório, o aluno acumulará a totalidade da sua cotação (5% cada).

6.3.3 Relativamente ao domínio sócio-afectivo

O domínio sócio-afectivo estará dividido em dois parâmetros de avaliação, valendo cada uma deles igual cotação (ver anexo 3), são eles:

- 10% - Pontualidade e Assiduidade (AP); descontando 2,5 em relação à nota final sempre que qualquer um destes comportamentos se manifestar negativamente; e,
- 10% - Regras de disciplina e higiene, Comportamento e Perseverança (RCP);
- 6.4 Avaliação sumativa

Este último momento de avaliação que se realizará no final da Unidade Didáctica, permite ao professor verificar se realmente os objectivos inicialmente definidos foram, ou não, alcançados e verificar igualmente se houve aprendizagem ao nível da prestação motora dos alunos. A estratégia adoptada é a mesma relativamente à avaliação diagnóstica, ou seja, a opção por uma avaliação colectiva como forma de determinar o nível médio da turma no âmbito psicomotor. Por este facto, será utilizada uma ficha de observação idêntica à da avaliação diagnóstica (anexo 4).

De acordo com os parâmetros a avaliar, ponto 6.1, a nota final da Unidade Didáctica será resultante das seguintes ponderações:

D. Sócio-afectivo (Aspectos do domínio das Atitudes e Valores) **(40%)** + *D.motor* (Progressão das habilidades psicomotoras) **(55%)** + *D. Cognitivo* **(5%)**

6.5 Critérios de avaliação para alunos com atestado médico

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO	cotações
	<u>%</u>
Domínio motor:	0%
Domínio Socio-Afetivo:	50%
<i>Assiduidade</i>	15%
Empenhamento	20%
Comportamento/Cooperação/ Afetividade	15%
Domínio Cognitivo:	50%

Teste (avaliação teórica)* - Conhecimento das regras e aspetos	
tecnico-táticos	40%
Oralidade	10%

VII – ESTRATÉGIA GERAL DA UNIDADE DIDÁCTICA

No início de cada aula, antes da actividade propriamente dita, será destinado um período de instrução focalizando os seguintes aspectos:

- breve revisão dos conteúdos abordados na última aula;
- apresentação dos objectivos da aula e explicação dos pontos fundamentais dos conteúdos a abordar; e,
- palavras de incentivo no sentido de motivar os alunos para a aula e para as tarefas que se seguem.

Posteriormente, a aula iniciar-se-á preferencialmente com aquecimento específico, onde serão incluídos exercícios de estafeta, finalizando com o necessário retorno à calma por repouso activo, através da realização de exercícios de flexibilidade.

Relativamente às estratégias de controlo, o feedback será utilizado sistematicamente com incidência nas componentes críticas estabelecidas para os elementos seleccionados a trabalhar. Através do questionamento no início e no fim da aula objectiva-se uma melhor consolidação da matéria abordada, respectivamente sobre a aula anterior e a decorrente.

VIII - QUADRO GERAL DA UNIDADE DIDÁCTICA

Aula	Data	Espaço	Objectivo Geral	Objectivos Específicos	Conteúdos	Função Didáctica	Estratégias	Avaliação
1, 2	05.06	Polidesportivo Exterior	Avaliação técnica Melhoria técnica	Avaliar o nível inicial médio da turma Domínio da planificação Domínio da localização e orientação do mapa Domínio da automatização do gesto	Planificação Orientação do mapa	Avaliação / Controlo Transmissão / Assimilação	Individualmente	Diagnóstica
3	08.06	Polidesportivo Exterior	Melhoria técnica	Domínio da planificação Domínio da localização e orientação do mapa Domínio da automatização do gesto	Planificação Orientação do mapa	Exercitação / Consolidação	Individualmente	Formativa
4, 5	12.06	Polidesportivo Exterior	Melhoria técnica	Domínio da planificação Domínio da localização e orientação do mapa Domínio da automatização do gesto Domínio da leitura e interpretação do mapa Domínio das escalas	Planificação Orientação do mapa Percurso	Exercitação / Consolidação Transmissão / Assimilação	Em grupos	Formativa
6	15.06	Polidesportivo Exterior	Melhoria técnica	Domínio da leitura e interpretação do mapa Domínio das escalas	Planificação Orientação do mapa Percurso	Exercitação / Consolidação	Em grupos	Formativa
7, 8	19.06	Polidesportivo Exterior	Melhoria técnica	Domínio da planificação Domínio da localização e orientação do mapa Domínio da automatização do gesto Domínio da leitura e interpretação do mapa Domínio das escalas	Planificação Orientação do mapa Percurso	Exercitação / Consolidação	Em grupos	Formativa
9	22.06	Polidesportivo Exterior	Avaliação técnica	Avaliar o nível final médio da turma	Planificação Orientação do mapa Percurso	Avaliação / Controlo	Em grupos	Sumativa

