

Referenciais de FORMAÇÃO Corfebol

Grau



Referenciais de FORMAÇÃO Corfebol

Grau

Edição: Instituto Português do Desporto e Juventude, I.P.
Conteúdos: Federação Portuguesa de Corfebol
Data: Maio'13

Linguagem inclusiva: Por economia de espaço e simplificação da leitura, este documento não faz recurso a uma referência explícita a ambos os sexos através da marcação sistemática e simétrica do género gramatical, pelo que o uso da forma masculina refere-se invariavelmente também à forma feminina.

Notas úteis: Se já efetuou o carregamento deste documento há algum tempo, verifique se existe uma versão mais atualizada, confirmando o número na capa (canto superior esquerdo).



Por uma questão ambiental, evite imprimir o documento.



Índice

A. PREÂMBULO	4
B. UNIDADES DE FORMAÇÃO	6
1. HISTÓRIA DO CORFEBOL	8
2. REGRAS DO JOGO	10
3. O ENSINO DOS PRINCÍPIOS DO JOGO	12
4. O ENSINO DA TÉCNICA OFENSIVA/TÉCNICA OFENSIVA	15
5. O ENSINO DA TÉCNICA DEFENSIVA/TÉCNICA DEFENSIVA	20
6. O ENSINO DA TÁCTICA OFENSIVA/TÁCTICA OFENSIVA	24
7. O ENSINO DA TÁCTICA DEFENSIVA/TÁCTICA DEFENSIVA	27



A.

Preâmbulo



Preâmbulo

Os referenciais de formação específica vão caracterizar a segunda componente de formação dos cursos de treinadores, contemplando as unidades de formação e os temas associados às competências do treinador diretamente relacionadas com os aspetos particulares da modalidade desportiva em causa, respeitando, naturalmente, o perfil de treinador estabelecido legalmente para essa qualificação e as necessidades da preparação dos praticantes nas etapas em que ele pode intervir.

Seguindo uma estrutura e uma apresentação idênticas às utilizadas nos referenciais de formação geral, este documento estará na base da homologação dos cursos de treinadores correspondentes, realizados por qualquer entidade formadora devidamente certificada e em condições de organizar este tipo de formação.

A autoria deste documento pertence à Federação com Estatuto de Utilidade Pública Desportiva que regula a modalidade, correspondendo, por isso, à opção por si assumida relativamente às necessidades de formação dos respetivos treinadores.

O Programa Nacional de Formação de Treinadores estabelece, para cada grau, uma carga horária mínima, podendo, cada federação de modalidade chegar a valores superiores, em função das suas próprias características e necessidades.



B. Unidades de Formação



Unidades de Formação e Cargas Horárias – Corfebol Grau I

UNIDADES DE FORMAÇÃO	HORAS
1. HISTÓRIA DO CORFEBOL	1,5
2. REGRAS DO JOGO	3
3. O ENSINO DOS PRINCÍPIOS DO JOGO	6
4. O ENSINO DA TÉCNICA OFENSIVA/TÉCNICA OFENSIVA	10
5. O ENSINO DA TÉCNICA DEFENSIVA/TÉCNICA DEFENSIVA	8
6. O ENSINO DA TÁTICA OFENSIVA/TÁTICA OFENSIVA	6
7. O ENSINO DA TÁTICA DEFENSIVA/TÁTICA DEFENSIVA	6
Total	40,5



UNIDADE DE FORMAÇÃO/

História do Corfebol

GRAU DE FORMAÇÃO_1/

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS/PRÁTICAS (H)
1. ORIGEM DO CORFEBOL	0,5	0,5/0
2. PRIMEIROS CONTACTOS COM O CORFEBOL EM PORTUGAL	1	1/0
Total	1,5	0/0



HISTÓRIA DO CORFEBOL

SUBUNIDADE 1.

ORIGEM DO CORFEBOL

- 1.1. A origem do Corfebol
- 1.2. O nascimento do Corfebol na Holanda
- 1.3. A criação da Federação Internacional de Corfebol (IKF)
- 1.4. O 1º campeonato do mundo

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- . Identificar e descrever a origem do Corfebol.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- . Identifica e descreve a origem do Corfebol.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- . Teste escrito
- . Trabalho individual

SUBUNIDADE 2.

PRIMEIROS CONTACTOS COM O CORFEBOL EM PORTUGAL

- 2.1. Primeiros contactos com o Corfebol em Portugal
- 2.2. O aparecimento do Corfebol em Portugal
- 2.3. O 1º núcleo de Corfebol com atividade regular
- 2.4. A 1ª ação de formação para professores de Educação Física
- 2.5. O 1º contato internacional
- 2.6. O 1º campeonato nacional

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- . Identificar e descrever os primeiros contactos com o Corfebol em Portugal.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- . Identifica e descreve os primeiros contactos com o Corfebol em Portugal.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- . Teste escrito.
- . Trabalho individual.



UNIDADE DE FORMAÇÃO/

Regras de Jogo

GRAU DE FORMAÇÃO_I /

HORAS	TEÓRICAS/PRÁTICAS (H)
3	2 / 1



REGRAS DE JOGO

- 1.1. O Jogo ao longo dos tempos
- 1.2. Estrutura do Livro de Regras
- 1.3. Infrações às Regras do Jogo
- 1.4. Análise de casos práticos

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- . Descrever as infrações às regras oficiais.
- . Aplicar as regras do jogo no treino.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- . Identifica e interpreta as regras do jogo.
- . Aplica e faz respeitar as regras do jogo.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- . Teste escrito.
 - . Trabalho individual.
-



UNIDADE DE FORMAÇÃO/

O Ensino dos Princípios do Jogo

GRAU DE FORMAÇÃO_I /

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS/PRÁTICAS (H)
1. ETAPAS DE DESENVOLVIMENTO DO PRATICANTE DE CORFEBOL	1,5	1,5/0
2. CONCEITOS E INSTRUMENTOS DE TRABALHO	1	1/0
3. PRINCÍPIOS ORIENTADORES DO ENSINO DO JOGO	3,5	1/2,5
Total	6	3,5/2,5



O ENSINO DOS PRINCÍPIOS DO JOGO

SUBUNIDADE 1.

ETAPAS DE DESENVOLVIMENTO DO PRATICANTE DE CORFEBOL

- 1.1. Caracterização geral das 5 etapas de desenvolvimento do praticante de Corfebol
- 1.2. Capacidades físicas e psicológicas de desenvolvimento prioritário nas etapas 1 e 2
- 1.3. Solicitações específicas da modalidade nas etapas 1 e 2
- 1.4. Particularidades da intervenção do treinador nas etapas 1 e 2

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar e descrever as Etapas de desenvolvimento do praticante de Corfebol.
- Descrever as capacidades físicas e psicológicas de desenvolvimento prioritário, as solicitações específicas da modalidade e as particularidades da intervenção do treinador nas etapas 1 e 2.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Identifica e descreve as etapas de desenvolvimento do praticante de Corfebol.
- Identifica as capacidades físicas e psicológicas de desenvolvimento prioritário, as solicitações específicas da modalidade e as particularidades da intervenção do treinador nas etapas 1 e 2.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Teste escrito.
- Trabalho individual.

SUBUNIDADE 2.

CONCEITOS E INSTRUMENTOS DE TRABALHO

- 2.1. Regras elementares do jogo
- 2.2. Objetivos do Mono-corfebol
- 2.3. Fases do jogo de Mono-corfebol
- 2.4. O Mono-corfebol na etapa 1 (Brincar com Mono-corfebol) e na etapa 2 (Aprender os fundamentos do Corfebol)
- 2.5. Os princípios do jogo
- 2.6. Terminologia específica da modalidade
- 2.7. Referencias ao campo e material

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar e descrever as regras do jogo, os objetivos e as fases do Mono-corfebol.
- Identificar a terminologia específica.
- Descrever o material adequado.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Organiza atividades de acordo com as regras do jogo.
- Aplica os princípios do jogo no ensino das fases do Mono-corfebol, tendo em conta a etapa de desenvolvimento dos praticantes.
- Utiliza terminologia específica.

Continua>



FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Teste escrito.
 - Trabalho individual.
-

SUBUNIDADE 3.**PRINCÍPIOS ORIENTADORES DO ENSINO DO JOGO**

- 3.1. Desmarcação (deslocamentos, enquadramento ofensivo, exploração do espaço do jogo)
- 3.2. Finalização
- 3.3. Corte
- 3.4. Reajustamento
- 3.5. Defesa individual (PBD, deslocamentos)
- 3.6. Definição de cada princípio
- 3.7. Situações de aprendizagem. Erros mais comuns. Estratégias de correção

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar e descrever os princípios do jogo.
- Descrever situações de aprendizagem de cada princípio de jogo.
- Distinguir os erros mais comuns.
- Preparar estratégias de correção.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Organiza e aplica situações de aprendizagem dos princípios do jogo, tendo em conta a etapa de desenvolvimento dos praticantes.
 - Aplica os princípios do jogo no ensino do Mono-córfebol.
 - Identifica os erros mais comuns e adota estratégias de correção.
-

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Teste escrito.
 - Trabalho individual.
 - Teste prático dirigindo uma situação de exercício.
-



UNIDADE DE FORMAÇÃO/

O Ensino da Técnica Ofensiva/Técnica Ofensiva

GRAU DE FORMAÇÃO_I /

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS/PRÁTICAS (H)
1. O ENSINO DAS TÉCNICAS	1	1/0
2. PASSE E RECEPÇÃO	1,5	0,5/1
3. DESMARCAÇÃO	1,5	0,5/1
4. LANÇAMENTOS	2,5	1/1,5
5. UM CONTRA UM (1x1)	1,5	0,5/1
6. RESSALTO OFENSIVO	1	0,5/0,5
7. ASSISTÊNCIA	1	0,5/0,5
Total	10	4,5/5,5



O ENSINO DA TÉCNICA OFENSIVA / TÉCNICA OFENSIVA

SUBUNIDADE 1.

O ENSINO DAS TÉCNICAS

- 1.1. Pega da bola
- 1.2. Passe e receção
- 1.3. Deslocamentos
- 1.4. Lançamentos

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar e descrever as técnicas.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Organiza situações de aprendizagem das técnicas base, tendo em conta a etapa de desenvolvimento dos praticantes.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Teste escrito.
- Trabalho individual.
- Teste prático dirigindo uma situação de exercício.

SUBUNIDADE 2.

PASSE E RECEÇÃO

- 2.1. Execução do passe e da receção
- 2.2. Passe de peito, passe de ombro, passe picado
- 2.3. Situações de aprendizagem. Erros mais comuns. Estratégias de correção

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar e descrever as técnicas de passe de peito, passe de ombro, passe picado e receção.
- Descrever situações de aprendizagem.
- Distinguir erros mais comuns e preparar estratégias de correção.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Organiza e aplica situações de aprendizagem do passe e receção.
- Demonstra a forma de execução.
- Identifica os erros mais comuns e adota estratégias de correção.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Teste escrito.
- Trabalho individual.
- Teste prático dirigindo uma situação de exercício.



SUBUNIDADE 3.

DESMARCAÇÃO

- 3.1. Deslocamentos específicos do Corfebol
- 3.2. Enquadramento ofensivo
- 3.3. Exploração do espaço de jogo
- 3.4. Situações de aprendizagem. Erros mais comuns. Estratégias de correção

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar e descrever a técnica de desmarcação.
- Descrever situações de aprendizagem.
- Distinguir erros mais comuns e preparar estratégias de correção.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Organiza e aplica situações de aprendizagem da desmarcação.
- Demonstra a forma de execução.
- Identifica os erros mais comuns e adota estratégias de correção.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Teste escrito.
- Trabalho individual.
- Teste prático dirigindo uma situação de exercício.

SUBUNIDADE 4.

LANÇAMENTOS

- 4.1. Lançamento de fora parado
- 4.2. Lançamento na passada
- 4.3. Penalidade
- 4.4. Lançamento curto debaixo do cesto
- 4.5. Lançamento de fora em movimento
- 4.6. Situações de aprendizagem. Erros mais comuns. Estratégias de correção

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar e descrever as técnicas de lançamento (LF, LP, P, LC, LF m.).
- Descrever situações de aprendizagem.
- Distinguir erros mais comuns e preparar estratégias de correção.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Organiza e aplica situações de aprendizagem dos lançamentos (LF, LP, P, LC, LF m.).
- Demonstra a forma de execução.
- Identifica os erros mais comuns e adota estratégias de correção.

Continua>



FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Teste escrito.
 - Trabalho individual.
 - Teste prático dirigindo uma situação de exercício.
-

SUBUNIDADE 5.**UM CONTRA UM (1x1)****5.1. 1x1****5.2. Situações de aprendizagem. Erros mais comuns. Estratégias de correção**

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar e descrever a técnica do 1x1.
- Descrever situações de aprendizagem.
- Distinguir erros mais comuns e preparar estratégias de correção.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Organiza e dirige exercícios de 1x1, fornecendo instruções que ajudam o jogador a alcançar o objetivo (técnicas a usar e tomada de decisão).
-

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Teste escrito.
 - Trabalho individual.
 - Teste prático dirigindo uma situação de exercício.
-

SUBUNIDADE 6.**RESSALTO OFENSIVO****6.1. Ressalto ofensivo****6.2. Objetivos do ressalto****6.3. Situações de aprendizagem. Erros mais comuns. Estratégias de correção**

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar e descrever a técnica de ressalto ofensivo.
- Descrever situações de aprendizagem.
- Distinguir erros mais comuns e preparar estratégias de correção.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Organiza e aplica situações de aprendizagem do ressalto ofensivo.
 - Demonstra a forma de execução.
 - Identifica os erros mais comuns e adota estratégias de correção.
-

Continua>



FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Teste escrito.
 - Trabalho individual.
 - Teste prático dirigindo uma situação de exercício.
-

SUBUNIDADE 7.**ASSISTÊNCIA**

- 7.1. Assistência
- 7.2. Objetivos da assistência
- 7.3. Situações de aprendizagem. Erros mais comuns. Estratégias de correção

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar e descrever a técnica de assistência.
- Descrever situações de aprendizagem.
- Distinguir erros mais comuns e preparar estratégias de correção.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Organiza e aplica situações de aprendizagem da assistência.
 - Demonstra a forma de execução.
 - Identifica os erros mais comuns e adota estratégias de correção.
-

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Teste escrito.
 - Trabalho individual.
 - Teste prático dirigindo uma situação de exercício.
-



UNIDADE DE FORMAÇÃO/

O Ensino da Técnica Defensiva/Técnica Defensiva

GRAU DE FORMAÇÃO_1 /

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS/PRÁTICAS (H)
1. O ENSINO DAS TÉCNICAS DEFENSIVAS	1	1/0
2. POSIÇÃO BÁSICA DEFENSIVA	1	0,5/0,5
3. DESLOCAMENTOS DEFENSIVOS	1	0,5/0,5
4. ENQUADRAMENTO DEFENSIVO	1	0,5/0,5
5. UM CONTRA UM (1x1)	2	1/1
6. DEFESA PELA FRENTE NA ZONA DO POSTE	2	1/1
Total	8	4,5/3,5



O ENSINO DA TÉCNICA DEFENSIVA/ TÉCNICA DEFENSIVA

SUBUNIDADE 1.

O ENSINO DAS TÉCNICAS DEFENSIVAS

- 1.1. Posição básica defensiva
- 1.2. Deslocamentos defensivos
- 1.3. Enquadramento defensivo
- 1.4. 1x1
- 1.5. Defesa pela frente na zona do poste

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar e descrever as técnicas.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Organiza situações de aprendizagem das técnicas base, tendo em conta a etapa de desenvolvimento dos praticantes.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Teste escrito.
- Trabalho individual.
- Teste prático dirigindo uma situação de exercício.

SUBUNIDADE 2.

POSIÇÃO BÁSICA DEFENSIVA

- 2.1. Posição básica defensiva (PBD)
- 2.2. Situações de aprendizagem. Erros mais comuns. Estratégias de correção

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar e descrever a técnica PBD.
- Descrever situações de aprendizagem.
- Distinguir erros mais comuns e preparar estratégias de correção.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Organiza e aplica situações de aprendizagem.
- Demonstra a forma de execução.
- Identifica os erros mais comuns e adota estratégias de correção.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Teste escrito.
- Trabalho individual.
- Teste prático dirigindo uma situação de exercício.



SUBUNIDADE 3.

DESLOCAMENTOS DEFENSIVOS

3.1. Deslocamentos defensivos

3.2. Situações de aprendizagem. Erros mais comuns. Estratégias de correção

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar e descrever a técnica deslocamentos defensivos.
- Descrever situações de aprendizagem.
- Distinguir erros mais comuns e preparar estratégias de correção.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Organiza e aplica situações de aprendizagem.
- Demonstra a forma de execução.
- Identifica os erros mais comuns e adota estratégias de correção.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Teste escrito.
- Trabalho individual.
- Teste prático dirigindo uma situação de exercício.

SUBUNIDADE 4.

ENQUADRAMENTO DEFENSIVO

5.1. Enquadramento defensivo

5.2. Situações de aprendizagem. Erros mais comuns. Estratégias de correção

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar e descrever a técnica enquadramento defensivo.
- Descrever situações de aprendizagem.
- Distinguir erros mais comuns e preparar estratégias de correção.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Organiza e aplica situações de aprendizagem.
- Demonstra a forma de execução.
- Identifica os erros mais comuns e adota estratégias de correção.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Teste escrito.
- Trabalho individual.
- Teste prático dirigindo uma situação de exercício.



SUBUNIDADE 5.

UM CONTRA UM (1x1)

5.1. 1x1

5.2. Situações de aprendizagem. Erros mais comuns. Estratégias de correção

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar e descrever a técnica do 1x1.
- Descrever situações de aprendizagem.
- Distinguir erros mais comuns e preparar estratégias de correção.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Planifica e dirige exercícios de 1x1, fornecendo instruções que ajudam o jogador a alcançar o objetivo (técnicas a usar e tomada de decisão).

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Teste escrito.
- Trabalho individual.
- Teste prático dirigindo uma situação de exercício.

SUBUNIDADE 6.

DEFESA PELA FRENTE NA ZONA DO POSTE

6.1. Defesa pela frente na zona do poste

6.2. Situações de aprendizagem. Erros mais comuns. Estratégias de correção

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar e descrever a técnica de defesa pela frente na zona do poste.
- Descrever situações de aprendizagem.
- Distinguir erros mais comuns e preparar estratégias de correção.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Planifica e dirige exercícios de defesa pela frente e adota estratégias de correção.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Teste escrito.
- Trabalho individual.
- Teste prático dirigindo uma situação de exercício.



UNIDADE DE FORMAÇÃO/

O Ensino da Tática Ofensiva/Tática Ofensiva

GRAU DE FORMAÇÃO_I /

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS/PRÁTICAS (H)
1.O ENSINO DO JOGO	1	1/0
2.ATAQUE EM 4:0	2,5	0,5/2
3.CORTE NAS COSTAS E MOVIMENTAÇÕES ASSOCIADAS	2,5	0,5/2
Total	6	2/4



O ENSINO DA TÁTICA OFENSIVA/ TÁTICA OFENSIVA

SUBUNIDADE 1.

O ENSINO DO JOGO

- 1.1. O ensino dos princípios do jogo (ataque)
- 1.2. Situações de aprendizagem: ensinar a decidir

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- . Identificar e descrever os princípios do jogo (ataque).
- . Distinguir a ação “ensinar a decidir” da ação “ensinar a repetir”.
- . Selecionar exercícios de acordo com a etapa de desenvolvimento do praticante.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- . Organiza e aplica exercícios de ensino dos princípios do jogo, de acordo com a etapa de desenvolvimento do praticante.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- . Teste prático, dirigindo um exercício ou situação de jogo.

SUBUNIDADE 2.

ATAQUE EM 4:0

- 2.1. Princípios do jogo, aplicação em 4:0
- 2.2. Ataque em 4:0 aberto e 4:0 com passe e corte
- 2.3. Exercícios e situações de jogo
- 2.4. Intervenção e direção de jogo

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- . Descrever o ataque em 4:0 aberto e 4:0 com passe e corte.
- . Selecionar e organizar situações de aprendizagem.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- . Organiza e aplica situações de aprendizagem de ataque em 4:0.
- . Demonstra a forma de execução.
- . Dirige o exercício e aplica estratégias de correção.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- . Teste prático, dirigindo um exercício ou situação de jogo.

**SUBUNIDADE 3.**

- 3.1. Corte nas costas
- 3.2. Movimentações específicas
- 3.3. Exercícios e situações de jogo
- 3.4. Intervenção e direção de jogo

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Descrever o corte nas costas e as movimentações associadas.
- Selecionar e organizar situações de aprendizagem.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Organiza e aplica situações de aprendizagem do corte nas costas e as movimentações associadas.
- Demonstra a forma de execução.
- Dirige o exercício e aplica estratégias de correção.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Teste prático, dirigindo um exercício ou situação de jogo.



UNIDADE DE FORMAÇÃO/

O Ensino da Tática Defensiva/Tática Defensiva

GRAU DE FORMAÇÃO_I /

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS/PRÁTICAS (H)
1. CONCEITOS BÁSICOS DE DEFESA	1	1/0
2. DEFESA PELA FRENTE	3	0,5/2,5
3. TROCAS DEFENSIVAS	2	0,5/1,5
Total	6	2/4



O ENSINO DA TÁTICA DEFENSIVA/ TÁTICA DEFENSIVA

SUBUNIDADE 1.

CONCEITOS BÁSICOS DE DEFESA

- 1.1. Princípios básicos da defesa
- 1.2. Situações de aprendizagem: ensinar a decidir
- 1.3. Exercícios e situações de jogo
- 1.4. Intervenção e direção de jogo

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- . Identificar e descrever os princípios básicos da defesa.
- . Selecionar exercícios de acordo com a etapa de desenvolvimento do praticante.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- . Organiza situações de aprendizagem dos princípios básicos da defesa, tendo em conta a etapa de desenvolvimento dos praticantes.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- . Teste prático, dirigindo um exercício ou situação de jogo.

SUBUNIDADE 2.

DEFESA PELA FRENTE

- 2.1. Conceitos fundamentais da defesa pela frente fora e da defesa pela frente na zona do poste
- 2.2. Objetivos
- 2.3. Situações de aprendizagem: ensinar a decidir
- 2.4. Exercícios e situações de jogo. Intervenção e direção de jogo

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- . Identificar e descrever a defesa pela frente.
- . Selecionar e organizar situações de aprendizagem.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- . Organiza e aplica situações de aprendizagem de defesa pela frente.
- . Demonstra a forma de execução.
- . Dirige o exercício e aplica estratégias de correção.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- . Teste prático, dirigindo um exercício ou situação de jogo.



SUBUNIDADE 3.

TROCAS DEFENSIVAS

- 3.1. Trocas defensivas
- 3.2. Objetivos
- 3.3. Movimentações específicas
- 3.4. Situações de aprendizagem: ensinar a decidir
- 3.5. Exercícios e situações de jogo. Intervenção e direção de jogo

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar e descrever as trocas defensivas.
- Selecionar e organizar situações de aprendizagem.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Organiza e aplica situações de aprendizagem de trocas defensivas.
- Demonstra a forma de execução.
- Dirige o exercício e aplica estratégias de correção.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Teste prático, dirigindo um exercício ou situação de jogo.



INSTITUTO PORTUGUÊS
DO DESPORTO
E JUVENTUDE, I. P.