

ATIVIDADES DE COMPLEMENTO CURRICULAR

PLANIFICAÇÃO DAS ATIVIDADES DESPORTIVAS - VOLEIBOL

FINALIDADES	OBJETIVOS	CONTEÚDOS	ESTRATÉGIAS		
			ATIVIDADES	MATERIAIS	TEMPO
<p>Contribuir para a formação integral dos alunos, de modo a desenvolver valores relevantes para a vida adulta.</p> <p>Permitir fenómenos de sociabilização, bem como contribuir para a valorização pessoal do aluno.</p> <p>Permitir a compreensão e aplicação dos princípios de responsabilidade pessoal e colectiva, cooperação e solidariedade;</p> <p>Reforçar o gosto pela prática das actividades físicas e aprofundar a compreensão da sua importância como factores de saúde ao longo da vida:</p> <p>Promover uma útil ocupação dos tempos livres e contribuir para a organização pessoal do trabalho escolar.</p>	<p>Desenvolver capacidades físicas, técnicas e táticas dentro da modalidade de Voleibol</p> <p>Proporcionar o convívio entre colegas de diferentes turmas e anos de escolaridade, bem como com colegas de outras escolas.</p> <p>Fomentar espírito de “fair-play” e desportivismo.</p> <p>Desenvolver a concentração, o respeito, a disciplina e a confiança.</p> <p>Desenvolver hábitos de higiene e segurança no desporto.</p>	<p>Conhecimento dos princípios de jogo e das acções que são desenvolvidas em cada princípio ;</p> <p>Aperfeiçoamento dos gestos técnicos mais relevantes.</p> <p>Desenvolvimento das aptidões físicas dos alunos de acordo com as exigências competitivas;</p> <p>Noções táticas do jogo;</p> <p>Apresentação e desenvolvimento das diferentes fases do jogo.</p>	<p>Exercício-critério, em pares e em pequenos grupos;</p> <p>Trabalho por estações;</p> <p>Jogo reduzido;</p> <p>Jogo condicionado;</p> <p>Jogo formal</p> <p>Evolução das capacidades físicas</p> <p>Participação no Quadro Competitivo do Desporto Escolar</p>	<p>Espaço físico e materiais cedidos pela disciplina de Educação Física</p>	<p>2 (dois) treinos semanais</p>

