

Curso Profissional
EDUCAÇÃO FÍSICA
Módulo 11 – Jogos Desportivos Coletivos III
Duração da Prova: 90 minutos
Tipo de Prova: Prática

ESTRUTURA	COMPETÊNCIAS	CONTEÚDOS	AVALIAÇÃO
<p>A prova referente ao Módulo 11 «Jogos Desportivos Coletivos III» é uma prova prática de uma modalidade coletiva. Terá a duração de noventa (90) minutos.</p>	<p>Jogos Desportivos Coletivos III</p> <p>O aluno realiza competências do nível ELEMENTAR na modalidade coletiva de Voleibol.</p>	<p>O aluno conhece o objetivo do jogo, a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas e as regras do jogo: a) dois toques, b) transporte, c) violações da rede e da linha divisória, d) formas de jogar a bola, e) número de toques consecutivos por equipa, f) bola fora, g) faltas no serviço, h) rotação ao serviço e i) sistema de pontuação, adequando a sua ação a esse conhecimento.</p> <p>1. Em situação de jogo 4x4 num campo reduzido (12 m x 6 m), com a rede aproximadamente a 2,10 m/2,15 m de altura:</p> <p>1.1. Serve por baixo ou por cima (tipo ténis), colocando a bola numa zona de difícil receção ou em profundidade.</p>	<p>O aluno para ter sucesso deverá alcançar os seguintes resultados nas provas realizadas:</p> <p>Competência final de Introdução: Introdução - 40 pontos</p> <p>Parte Elementar - 70 pontos Elementar - 100 pontos Parte Avançada - 170 pontos Avançada - 200 pontos</p>

ESTRUTURA	COMPETÊNCIAS	CONTEÚDOS	AVALIAÇÃO
		<p>1.2. Recebe o serviço em manchete ou com as duas mãos por cima (de acordo com a trajetória da bola), posicionando-se correta e oportunamente para direcionar a bola para cima e para a frente por forma a dar continuidade às ações da sua equipa.</p> <p>1.3. Na sequência da receção do serviço, posiciona-se correta e oportunamente para passar a bola a um companheiro em condições de este dar continuidade às ações ofensivas (segundo toque), ou receber/enviar a bola, em passe colocado ou remate (em apoio), para o campo contrário (se tem condições vantajosas).</p> <p>1.4. Ao passe (segundo toque) de um companheiro, posiciona-se para finalizar o ataque, executando com oportunidade e correção um passe colocado (para um espaço vazio) ou remate (em apoio) que, de preferência, dificulte a ação dos adversários.</p> <p>1.5. Na defesa, e se é o jogador mais próximo da zona da queda da bola, posiciona-se para, de acordo com a sua trajetória, executar um passe alto ou manchete, favorecendo a continuidade das ações da sua equipa.</p> <p>2. Em situação de exercício no campo de Voleibol, com a rede colocada aproximadamente a 2,10 m/2,15 m de altura:</p> <p>2.1. Remata ao passe do companheiro, executando corretamente a estrutura rítmica da chamada e impulsionando-se para bater a bola no ponto mais alto do salto.</p> <p>2.2. Desloca-se e posiciona-se corretamente para defesa baixa do remate (em manchete).</p>	

ESTRUTURA	COMPETÊNCIAS	CONTEÚDOS	AVALIAÇÃO
		<p>3. Realiza com correção e oportunidade, no jogo e em exercícios critério, as técnicas de:</p> <p>a) passe alto de frente, b) manchete, c) serviço por baixo, d) serviço por cima e e) remate em apoio e, em situação de exercício, o f) passe alto de costas e g) remate com salto.</p>	