

Quadro 1

Módulo/UFCD TEMA	APRENDIZAGENS ESSENCIAIS/ <i>Objetivos</i> (Conhecimentos, Capacidades e Atitudes)	Ações estratégicas/Atividades orientadas para o perfil dos alunos	Calendarização
UFCD 9450 Módulo 18 Escalada e Manobras de Corda (Escalada)	Escalada e segurança Escalada - Tipos e Formas Escalada de Competição: Velocidade, Bloco e Dificuldade Escalada desportiva de “dificuldade” - Materiais e equipamentos - Nós fundamentais - Noções de física aplicada à escalada- fator de queda e força de choque - Manobras de segurança com diferentes aparelhos Escalada desportiva em “boulder ou bloco” - Materiais e equipamentos	Proporcionar atividades formativas, como por exemplo: - Participar no planeamento, na organização e no desenvolvimento do treino de modalidades desportivas, individuais, bem como organizar e dinamizar atividades físicas e desportivas em contexto de ocupação de tempos livres, animação e lazer. - Resolver problemas em situações indoor e outdoor; - Utilizar os dados da sua autoavaliação para se envolver na aprendizagem. Nota: privilegiar apenas atividades centradas nos alunos.	1º semestre (30 aulas) Início – 2 outubro Final - 6 de junho
	Manobras de Cordas - Equipamento de ancoragens e amarrações de aparelhos de travessia - Sistemas de segurança e auto-segurança - Instalação de aparelhos de transposição de obstáculos - Nós fundamentais	Proporcionar atividades formativas, como por exemplo: - Participar no planeamento, na organização e no desenvolvimento do treino de modalidades desportivas, individuais, bem como organizar e dinamizar atividades físicas e desportivas em contexto de ocupação de tempos livres, animação e lazer.	2º semestre (30 aulas)

(Manobras de Corda)	<ul style="list-style-type: none"> - Montagem e desmontagem dos aparelhos (Rapel, Tirolesa, Slide, Paralelas e Pontes) - Dinamização de atividades: Vias Ferrata & Arborismo 	<ul style="list-style-type: none"> - Resolver problemas em situações indoor e outdoor; - Utilizar os dados da sua autoavaliação para se envolver na aprendizagem. <p>Nota: privilegiar apenas atividades centradas nos alunos.</p>	
---------------------	--	---	--

* Disciplinas com UFCDs

Quadro 2

Avaliação	
Modalidades	Instrumentos
Diagnóstica/Prognóstica Formativa Sumativa Autoavaliação	Observação em sala de aula e grelhas de registo Testes específicos de montagem e desmontagem Trabalho de pesquisa ou de projeto
<p>Nota: no início de cada módulo o professor dará a conhecer aos alunos o conjunto preferencial de instrumentos de avaliação a utilizar.</p>	
Estratégias / Recursos	
<p>Recursos: Material desportivo específico de cada aparelho</p> <p>Estratégias: Trabalho individualizado e em grupo</p>	