

Desportos de Raquete

• 6 ECTS

• 2.º Ano, 2.º Semestre

| Área Científica

Educação Física e Desporto (EFD)

| Objetivos de Aprendizagem

- Nível teórico:
 - Conhecer os principais factos históricos da modalidade e sua evolução;
 - Dominar as regras do jogo de Badminton;
 - Desenvolver a capacidade de observação e análise do(s) próprio(s) jogador(es) e do(s) opositor(es).
- Nível técnico-prático:
 - Conhecer e dominar as técnicas da pega de raquetas;
 - Conhecer e dominar os tipos de serviço;
 - Conhecer e dominar a classificação dos batimentos;
 - Conhecer e executar técnica de batimentos;
 - Conhecer e executar as técnicas de movimentação em campo a partir da posição base;
 - Conhecer e dominar técnicas e táticas do jogo de singulares;
 - Conhecer e dominar técnicas e táticas do jogo de pares Homens / Senhoras;
 - Conhecer e dominar técnicas e táticas do jogo de pares mistos.
- Nível organizacional:
 - Conhecer e dominar aspetos relacionados com a organização do treino/aula de Badminton;
 - Conhecer e dominar a organização dos quadros competitivos.

| Conteúdos Programáticos

- O jogo de Badminton e a sua história
 - Desenvolvimento Mundial
 - Desenvolvimento em Portugal

- Regras do Jogo de Badminton
- Aspectos técnicos:
 - Tipos de pega de raquetes
 - Tipos de serviço
 - Técnicas e batimentos
- Aspectos táticos:
 - Táticas de jogos singulares
 - Táticas de jogos de pares
 - Táticas de jogos de pares mistos
 - Observação e análise de opositores
- Estrutura do plano de treino
- Organização de torneios

| Metodologia de Ensino

- Teórico expositivo - o professor expõe os conteúdos programáticos recorrendo aos alunos para a exemplificação prática;
- Aulas práticas - os alunos vivenciarão na prática os exercícios, com a finalidade de posteriormente os prescreverem.
- Aulas de investigação - realização de investigação relativa a temas em análise.