FICHA_UNIDADE DE FORMAÇÃO

REFERENCIAIS DE FORMAÇÃO ESPECÍFICA

ENTIDADE PROPONENTE	Federação Portuguesa de Judo	CURSO DE TREINADORES DE	JUDO	GRAU	II

UNIDADE DE FORMAÇÃO	3. Técnica de Katas

PERFIL DO FORMADOR	• Treinador de Judo Grau II • Com experiência pedagógica e com a graduação mínima de 3ºDan

COMPONENTE PRÁTICA: 4 horas COMPONENTE TEÓRICA: horas TOTAL DE HORAS: 4

SUBUNIDADES DE FORMAÇÃO/TEMAS E SUBTEMAS DE FORMAÇÃO					COMPETÊNCIAS DE SAÍDA	CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA	FORMAS DE AVALIAÇÃO
3.1. 1º Grupo do Katame-No-Kata	DURAÇÃO				Demonstrar de forma correta as técnicas de controlo do 1º Grupo do Katame-No-Kata; Diagnosticar e corrigir erros de execução; Selecionar os feedbacks de aprendizagem mais adequados a situações aleatórias; Selecionar as técnicas do 1º Grupo do Nage-No-Kata que melhor correspondem às situações de aprendizagem desejadas.	Executa corretamente as técnicas de controlo referentes ao 1º Grupo do Katame -No-Kata; Corrige adequadamente os erros cometidos durante uma execução; Aplica de forma adequada as técnicas de controlo no processo ensino-aprendizagem.	Inquirição Oral e Demonstração
	CP	1	CT				
3.1.1 Osaekomi-waza: • KESA-GATAME • KATA-GATAME • KAMI-SHIHO-GATAME • YOKO-SHIHO-GATAME • KUZURE-KAMI-SHIHO-GATAME							

SUBUNIDADES DE FORMAÇÃO/TEMAS E SUBTEMAS DE FORMAÇÃO					COMPETÊNCIAS DE SAÍDA	CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA	FORMAS DE AVALIAÇÃO
3.2. 2º Grupo do Katame-No-Kata – Shime-waza	DURAÇÃO				Demonstrar de forma correta as técnicas de controlo do 2º Grupo do Katame-No-Kata; Diagnosticar e corrigir erros de execução; Selecionar os feedbacks de aprendizagem mais adequados a situações aleatórias; Selecionar as técnicas do 2º Grupo do Katame-No-Kata que melhor correspondem às situações de aprendizagem desejadas.	Executa corretamente as técnicas de controlo referentes ao 2º Grupo do Katame-No-Kata; Corrige adequadamente os erros cometidos durante uma execução; Aplica de forma adequada a as técnicas de controlo no processo ensino-aprendizagem.	Inquirição Oral e Demonstração
	CP	1,5	CT				
3.2.1. Shime-waza • KATA-JUJI-JIME • HADAKA-JIME • OKURI-ERI-JIME • KATAHA-JIME • GYAKU-JUJI-JIME							

SUBUNIDADES DE FORMAÇÃO/TEMAS E SUBTEMAS DE FORMAÇÃO					COMPETÊNCIAS DE SAÍDA	CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA	FORMAS DE AVALIAÇÃO
3.3. 3º Grupo do Katame-No-Kata	DURAÇÃO				Demonstrar de forma correta as técnicas de controlo do 3º Grupo do Katame-No-Kata; Diagnosticar e corrigir erros de execução; Selecionar os feedbacks de aprendizagem mais adequados a situações aleatórias; Selecionar as técnicas do 3º Grupo do Katame-No-Kata que melhor correspondem às situações de aprendizagem desejadas.	Executa corretamente as técnicas de controlo referentes ao 3º Grupo do Katame-No-Kata; Corrige adequadamente os erros cometidos durante uma execução; Aplica de forma adequada a as técnicas de controlo no processo ensino-aprendizagem.	Inquirição Oral e Demonstração
	CP	1,5	CT				
3.3.1. Kansetsu-waza • UDE-GARAMI • UDE-HISHIGI-JUJI-GATAME • UDE-HISHIGI-UDE-GATAME • UDE-HISHIGI-HIZA-GATAME • ASHI-GARAMI							