

FICHA_UNIDADE DE FORMAÇÃO

REFERENCIAIS DE FORMAÇÃO ESPECÍFICA

ENTIDADE PROPONENTE	Federação Portuguesa de Judo	CURSO DE TREINADORES DE	JUDO	GRAU	I
---------------------	------------------------------	-------------------------	------	------	---

UNIDADE DE FORMAÇÃO	3. Técnica de Katas I
---------------------	---------------------------------------

PERFIL DO FORMADOR	Treinador de Judo de Grau II e com a graduação mínima de 3º Dan.
--------------------	--

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 Nage-No-Kata Te-waza		DURAÇÃO					
		CP	0,5	CT			
					Demonstrar de forma correta as técnicas de projeção do 1º Grupo do Nage-No-Kata.	Executa corretamente as técnicas de projeção referentes ao 1º Grupo do Nage-No-Kata. Corrige adequadamente os erros cometidos durante uma execução Aplica de forma adequada as técnicas de projeção no processo ensino-aprendizagem.	Inquirição Oral e Demonstração
					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.		
3.1.1.	UKI OTOSHI						
3.1.2.	SEOI NAGE						
3.1.3.	KATA GURUMA						

SUBUNIDADES DE FORMAÇÃO/TEMAS E SUBTEMAS DE FORMAÇÃO					COMPETÊNCIAS DE SAÍDA	CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA	FORMAS DE AVALIAÇÃO
3.2. 2º Grupo do Nage-No-Kata Koshi-waza		DURAÇÃO			Demonstrar de forma correta as técnicas de projeção do 2º Grupo do Nage-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 Nage-No-Kata que melhor correspondem às situações de aprendizagem desejadas.	Executa corretamente as técnicas de projeção referentes ao 2º Grupo do Nage-No-Kata. Corrige adequadamente os erros cometidos durante uma execução Aplica de forma adequada as técnicas de projeção no processo ensino-aprendizagem.	Inquirição Oral e Demonstração
		CP	0,5	CT			
3.2.1. UKI GOSHI							
3.2.2. HARAI GOSHI							
3.2.3. TSURIKOMI GOSHI							

SUBUNIDADES DE FORMAÇÃO/TEMAS E SUBTEMAS DE FORMAÇÃO					COMPETÊNCIAS DE SAÍDA	CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA	FORMAS DE AVALIAÇÃO
3.3. 3º Grupo do Nage-No-Kata Ashi-waza		DURAÇÃO			Demonstrar de forma correta as técnicas de projeção do 3º Grupo do Nage-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 Nage-No-Kata que melhor correspondem às situações de aprendizagem desejadas.	Executa corretamente as técnicas de projeção referentes ao 3º Grupo do Nage-No-Kata. Corrige adequadamente os erros cometidos durante uma execução Aplica de forma adequada as técnicas de projeção no processo ensino-aprendizagem.	Inquirição Oral e Demonstração
		CP	1	CT			
3.3.1. OKURI ASHI HARAI							
3.3.2. SASAE TSURIKOMI ASHI							
3.3.3. UCHIMATA							

SUBUNIDADES DE FORMAÇÃO/TEMAS E SUBTEMAS DE FORMAÇÃO					COMPETÊNCIAS DE SAÍDA	CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA	FORMAS DE AVALIAÇÃO
3.4. 4º Grupo do Nage-No-Kata Mae-sutemi-waza		DURAÇÃO			Demonstrar de forma correta as técnicas de projeção do 4º Grupo do Nage-No-Kata. Diagnosticar e corrigir erros de execução. Selecionar os feedbacks de aprendizagem mais adequados a situações aleatórias. Selecionar as técnicas do 4º Grupo do Nage-No-Kata que melhor correspondem às situações de aprendizagem desejadas.	Executa corretamente as técnicas de projeção referentes ao 4º Grupo do Nage-No-Kata. Corrige adequadamente os erros cometidos durante uma execução Aplica de forma adequada as técnicas de projeção no processo ensino-aprendizagem.	Inquirição Oral e Demonstração
		CP	1	CT			
3.4.1. TOMOE-NAGE 3.4.2. URA-NAGE 3.4.3. SUMI-GAESHI							

SUBUNIDADES DE FORMAÇÃO/TEMAS E SUBTEMAS DE FORMAÇÃO					COMPETÊNCIAS DE SAÍDA	CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA	FORMAS DE AVALIAÇÃO
3.5. 5º Grupo do Nage-No-Kata Yoko-sutemi-waza		DURAÇÃO			Demonstrar de forma correta as técnicas de projeção do 5º Grupo do Nage-No-Kata. Diagnosticar e corrigir erros de execução. Selecionar os feedbacks de aprendizagem mais adequados a situações aleatórias. Selecionar as técnicas do 5º Grupo do Nage-No-Kata que melhor correspondem às situações de aprendizagem desejadas.	Executa corretamente as técnicas de projeção referentes ao 5º Grupo do Nage-No-Kata. Corrige adequadamente os erros cometidos durante uma execução Aplica de forma adequada as técnicas de projeção no processo ensino-aprendizagem.	Inquirição Oral e Demonstração
		CP	1	CT			
3.5.1. YOKO-GAKE 3.5.2. YOKO-GURUMA 3.5.3. UKI-WAZA							