



BASQUETEBOLISTA

aquele que pratica Basquetebol

Desporto



LOBITOS

BASE

1. Consegue bater uma bola 10 vezes seguidas no chão.
2. Realiza exercícios simples de passe com um colega.
3. Lança a bola e faz cesto (em cinco entra pelo menos uma).

AVANÇADOS

4. Dribla a bola e avança no campo com a mesma.
5. Identifica as principais regras da modalidade e conhece as linhas do campo de basket.
6. Identifica o nome das posições de jogo dos cinco jogadores de campo.

EXPLORADORES E MOÇOS

BASE

1. Dribla a bola e avança no campo com a mesma.
2. Identifica as principais regras da modalidade e conhece as linhas do campo de basket.
3. Identifica o nome das posições de jogo dos cinco jogadores de campo.

AVANÇADOS

4. Explica a diferença entre o ataque e a defesa durante o jogo.
5. Identifica o lugar que ocupa em campo e experimenta jogar em todas as posições.
6. Consegue bater a bola só com uma mão e realiza todos os tipos de passes.

PIONEIROS E MARINHEIROS

BASE

1. Explica a diferença entre o ataque e a defesa durante o jogo.
2. Identifica o lugar que ocupa em campo e experimenta jogar em todas as posições.
3. Consegue bater a bola só com uma mão e realiza todos os tipos de passes.

AVANÇADOS

4. Joga com regularidade e durante um jogo faz pelo menos 15 pontos.
5. Lista todas as regras e entende a sinalética dos árbitros.
6. Joga ou já jogou numa equipa amadora ou profissional.

CAMINHEIROS E COMPANHEIROS

BASE

1. Joga com regularidade e durante um jogo faz pelo menos 15 pontos.
2. Lista todas as regras e entende a sinalética dos árbitros.
3. Joga ou já jogou numa equipa amadora ou profissional.

AVANÇADOS

4. Exemplifica táticas e ensina a outros a modalidade.
5. Participa em pelo menos num torneio de Basket.
6. Organiza um torneio da modalidade no agrupamento.