

CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS E AULAS PREVISTAS



Disciplina: Educação Física

10º Ano de Escolaridade Turma: D

2013/2014

	1º PERÍODO	2º PERÍODO	3º PERÍODO	TOTAIS
Nº de aulas previstas	40	38	21	99
Nº de aulas para avaliação de diagnóstico	A avaliação de diagnóstico será efetuada no início do ano letivo, após a aplicação da bateria de testes Fitnessgram.			
Nº de aulas para leccionação e avaliação de conteúdos	Deverá ser efetuado, em todas as aulas, um registo geral para a avaliação. No final de cada Unidade Didáctica proceder-se-á a uma avaliação sumativa.			

CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	Nº DE AULAS
Unidade 0 – Apresentação	1º P
Unidade 1 – Fitnessgram (Aplicação da bateria de testes para avaliação da aptidão física)	1ºP e 3ºP
Unidade 2 – Voleibol	1º P
Unidade 3 – Atletismo (Salto em comprimento e Corrida de barreiras)	1º P
Unidade 4 – Hóquei em Campo	2º P
Unidade 5 – Badminton	2º P
Unidade 6 – Ginástica de Solo e Ginástica de Aparelhos (Mini trampolim e Paralelas)	3º P
Unidade 7 – Futsal	3º P
Auto-Avaliação – No final de cada Período	

Observações: A planificação poderá ser sujeita a ajustes no decorrer do processo de ensino/aprendizagem.

A professora
Marisa Pais de Oliveira Almeida