



Educação Física – 5.º ano

Informações da disciplina de Educação Física – 5.º ano

Resumo da Planificação: Conteúdos			1.º Período	2.º Período	3.º Período	
Aulas Previstas			39	33	27	
Planificação Anual	1.º Período		2.º Período		3.º Período	
	Matérias	Aulas previstas	Matérias	Aulas previstas	Matérias	Aulas prevista
	Condição Física T. diagnóstico	8	Jogos Pré-desportivos	6	Voleibol	7
	Jogos Pré - desportivos	11	Ginástica de Aparelhos (Mini Trampolim;Bock;Rolamentos)	6	Jogos Pré-desportivos	2
	Ginástica de Solo (Rolamentos à frente, retaguarda, avião, ponte, elementos flexibilidade)	5	Atletismo (Velocidade; Salto em comprimento)	5	Futebol	7
	Atletismo (Resistência, Salto em altura)	7	Basquetebol	7	Atividades Alternativas	4
	Raquetes	5	Raquetes	6	Atletismo (Lançamento da bola; Estafetas)	4
	Apresentação / Avaliação/Auto e heteroavaliação	3	Avaliação/Auto e heteroavaliação	3	Avaliação/Auto e heteroavaliação	3
	-	39	-	33	-	27
Provas de Avaliação			2	2	1	

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

Componentes da Avaliação	SI/ Atestado Médico	C/ Atestado Médico
Domínio de Conhecimento * (9%)+ Progressão do aluno (1%)	10%	55% + (5%) Progressão do aluno
Domínio de Ação Domínio dos elementos técnico/táticos das diferentes habilidades motoras * (56%) + Progressão do aluno (4%)	60%	----- -----
Domínio de Atitude Empenho (10%); Pontualidade (5%); Assiduidade (5%); Comportamento (10%)	30%	40%
Classificação do 1.º período =	Avaliação do 1.º Período.	
Classificação do 2.º período =	(Avaliação do 1.º Período + Avaliação do 2.º período) / 2	
Classificação do 3.º período =	(Avaliação do 2.º período + Avaliação do 3.º período) / 2	

MATERIAL NECESSÁRIO

Equipamento desportivo obrigatório: Camisola, calções, meias e sapatilhas e a título facultativo fato de treino. O banho é aconselhado a todos os alunos, que por isso, devem trazer os artigos de higiene pessoal (chinelos, toalha, sabonete/gel de banho).O cabelo tem que estar apanhado e não é permitido usar piercings ou objetos que ponham em causa a integridade física dos alunos.