



## Informações da disciplina de Educação Física - Escola Básica de Palmeira

Resumo da Planificação			1.º Período	2.º Período	3.º Período
<i>Aulas Previstas (A.P.)</i>			39	38	24
	<b>SUBÁREAS a)</b>	<b>Matérias a)</b>	Referência ao nível do Programa de Educação Física Ensino Secundário		Estimativa de A.P.
<b>ÁREA ATIVIDADES FÍSICAS</b>	Jogos	Jogos	Nível Avançado		22
	Jogos Desportivos Coletivos	Basquetebol	Nível Introdutório		8
		Futebol	Nível Elementar		6
		Voleibol	Nível Elementar		4
	Ginástica	Solo	Nível Elementar		5
		Aparelhos	Nível Elementar		
	Atletismo	Corridas / Saltos / Lançamentos	Nível Introdutório		18
	OUTRAS	Lutas	Nível Introdutório		4
		Raquetes	Nível Introdutório		10
		Percurso na Natureza	Nível Introdutório		4
<b>ÁREA APTIDÃO FÍSICA</b>			Aplicação da Bateria Testes de Aptidão Física - FITescola		7
			Apresentação e Auto e Heteroavaliação		7

a) O aluno desenvolve as competências essenciais (<http://www.dge.mec.pt>) para o 5.º ano de escolaridade de nível INTRODUÇÃO em 3 matérias de diferentes subáreas.

## CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

Domínio da Avaliação	S/ Atestado Médico	C/ Atestado Médico a)
<b>Conhecimentos e competências /capacidade</b> Conhecimento (10%) Desenvolvimento dos elementos técnico/táticos das diferentes habilidades motoras (60%)	70%	60%
<b>Comportamentos, Atitude e Valores</b> Pontualidade/Assiduidade/Material (10%); Empenho/Participação (10%); (** 15%) Autonomia/Responsabilidade (10%) / (** 15%)	30%	40% **
Classificação do 1º período =	Avaliação 1º período	
Classificação do 2º período =	(Avaliação do 1º período + Avaliação do 2º Período) / 2	
Classificação do 3º período =	(Avaliação do 2º período + Avaliação do 3º Período) / 2	

## MATERIAL NECESSÁRIO

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