

## Informações da disciplina de Educação Física – 3.º Ano Profissional

### Planificação global (40 horas – 48 aulas)

N.º de aulas	Módulo	Data de início	Data de fim	Ações estratégicas de ensino	Descritores do Perfil do Aluno
11	Módulo 3 Jogos Desportivos Coletivos III	a)	a)	<p><b>Proporcionar atividades formativas que, em todas as situações, criem oportunidades de:</b> Cooperar com os colegas na procura do êxito pessoal e do grupo; Aplicar as regras de participação, definidas na turma; Agir com cordialidade e respeito na relação com os colegas e com o professor; Cumprir e fazer cumprir as regras de arbitragem;</p> <p><b>Proporcionar atividades formativas que impliquem, por parte do aluno:</b> Conhecer e aplicar regras de segurança pessoal e dos colegas; Promover o gosto pela prática regular da atividade física; Conhecer e aplicar as regras de preservação dos recursos materiais e do ambiente;</p> <p><b>Promover atividades formativas, a pares ou em grupos homogêneos que possibilitem aos alunos:</b> Resolver problemas em situação de jogo;</p> <p><b>Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos:</b> Apreciar os seus desempenhos e os dos outros, dando e aceitando sugestões de melhoria; Identificar aspetos críticos que permitam a melhoria do seu desempenho;</p> <p><b>Proporcionar atividades formativas que, em todas as situações, criem oportunidades de:</b> Ser autónomo na realização das tarefas; Cooperar na preparação e organização dos materiais;</p> <p><b>Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos:</b> Adquirir, com rigor, conhecimento e outros saberes; Realizar tarefas associadas à compreensão e mobilização dos conhecimentos; Elaborar seqüências de habilidades e/ou coreografias; Explorar o espaço, ritmos, música, relações interpessoais.</p>	A B C D E F G H I J
11	Módulo 6 Ginástica III	a)	a)		
5	Módulo 9 Atividades de Exploração da Natureza	a)	a)		
5	Módulo 12 Dança III	a)	a)		
6	Módulo 15 Atividades Físicas/Contextos e Saúde III	a)	a)		
10	Módulo 16 Aptidão Física - (Zona Saudável)	a)	a)		

a) A definir de acordo com a distribuição das turmas pelas instalações desportivas.

Critérios de Avaliação	Ponderação módulos práticos	Ponderação módulo teórico /aluno com Atestado Médico	Instrumentos e procedimentos de avaliação
<b>Conhecimentos e Capacidades</b>	%	%	
Escrita		50	Fichas, Testes, trabalhos, relatórios, portfólio
Oral	10	10	Apresentação de trabalhos, questões de aula
Prática e/ou Experimental	60	10	Grelhas de observação e registo
<b>Atitudes e Valores</b>	%	%	
Responsabilidade	15	15	Grelhas de observação e registo
Postura e Empenho	15	15	Grelhas de observação e registo

Material	Para todas as aulas:
Equipamento desportivo obrigatório: Camisola, calções/fato de treino, meias e sapatilhas. 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).	

#### ÁREAS DE COMPETÊNCIA DO PERFIL DOS ALUNOS

**A** - Linguagens e textos

**B** - Informação e comunicação

**C** - Raciocínio e resolução de problemas

**D** - Pensamento crítico e pensamento criativo

**E** - Relacionamento interpessoal

**F** - Desenvolvimento pessoal e autonomia

**G** - Bem-estar, saúde e ambiente

**H** - Sensibilidade estética e artística

**I** - Saber científico, técnico e tecnológico

**J** - Consciência e domínio do corpo.

#### VALORES

**a** - Responsabilidade e integridade

**b** - Excelência e exigência

**c** - Curiosidade, reflexão e inovação

**d** - Cidadania e participação

**e** - Liberdade