



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	39	24	
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	7	Voleibol	5
Jogos Pré-desportivos	10	Ginástica de Aparelhos (Mini Trampolim;Bock;Rolamentos)	8	Jogos Pré-desportivos	2
Ginástica de Solo (Rolamentos à frente, retaguarda, avião, ponte, elementos flexibilidade)	7	Atletismo (Velocidade; Salto em comprimento)	5	Futebol	7
Atletismo (Resistência, Salto em altura)	6	Basquetebol	9	Percurso na Natureza / Orientação	4
Raquetes	5	Raquetes	7	Atletismo (Lançamento da bola; Estafetas)	3
Apresentação / Avaliação/Auto e heteroavaliação	3	Avaliação/Auto e heteroavaliação	3	Avaliação/Auto e heteroavaliação	3
-	39	-	39	-	24
Provas de Avaliação		2	2	1	

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

Componentes da Avaliação	S/ Atestado Médico	C/ Atestado Médico
Domínio de Conhecimento	10%	55% + (5%) Progressão do aluno
Domínio de Ação Domínio dos elementos técnico/táticos das diferentes habilidades motoras * (55%) + Progressão do aluno (5%)	60%	----- -----
Domínio de Atitude Empenho (10%); Pontualidade (5%); Assiduidade (5%); Comportamento (10%)	30%	40%

Classificação do 1º período =	Avaliação do 1.º Período.
Classificação do 2º período =	(Avaliação do 1.º Período + Avaliação do 2.º período) / 2
Classificação do 3º período =	(Avaliação do 1.º Período + Avaliação do 2.º período + Avaliação do 3.º período) / 3

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.