



Informações da disciplina de Educação Física

CALENDARIZAÇÃO ANUAL

Módulos / Nível Programa	Horas	Aulas (45')
Módulo 16 – Aptidão Física - (Zona Saudável)	12	16
Módulo 10 – Dança I - (N I)	5	7
Módulo 13 – Atividades Físicas/Contextos e Saúde I - (Parte 1, 2 e 3 do programa)	6	8
Módulo 7 – Atletismo/Desportos de raquetes/Patinagem I - (N I)	9	12
Módulo 1 – Jogos Desportivos Coletivos I - (N E)	9	12
Módulo 4 – Ginástica I – (N E)	9	12
TOTAL	50	67

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

COMPONENTES DA AVALIAÇÃO - MÓDULOS PRÁTICOS		
Competências de Ação ● Domínio dos elementos técnico/táticos das diferentes habilidades motoras * (65%). * A evolução do aluno será tida em conta na avaliação (5%).	*70%	14 Valores
Competências de Atitude ● Empenho - 10% (2 Valores) ● Assiduidade - 5% (1 Valor) ● Pontualidade - 5% (1 Valor) ● Comportamento - 10% (2 Valores)	30%	6 Valores
Total	100%	20 Valores
Nota: Para os alunos que apresentem atestado médico relativamente aos módulos práticos, a avaliação centrar-se-á no domínio dos conhecimentos relativos aos elementos técnico/táticos das diferentes habilidades motoras e com ponderação idêntica à do Módulo Teórico.		
COMPONENTES DA AVALIAÇÃO - MÓDULOS TEÓRICOS		
Competências de Conhecimento	70%	14 Valores
Competências de Atitude ● Empenho - 10% (2 Valores) ● Assiduidade - 5% (1 Valor) ● Pontualidade - 5% (1 Valor) ● Comportamento - 10% (2 Valores)	30%	6 Valores
Total	100%	20 Valores

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.