

DEPARTAMENTO: EXPRESSÕES

GRUPO DISCIPLINAR: 620

DISCIPLINA: EDUCAÇÃO FÍSICA

3º CICLO

Turma: _____

7º ANO

OBJETIVOS GERAIS	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	CONTEÚDOS	Descritores Perfil do aluno	AVALIAÇÃO	GESTÃO LETIVA
Mobilizar saberes culturais, científicos e tecnológicos para compreender a realidade e para abordar situações e problemas do quotidiano; Usar corretamente a língua portuguesa para comunicar de forma adequada e para estruturar pensamento próprio; Adotar metodologias personalizadas de trabalho e de aprendizagem adequadas a objetivos visados; Pesquisar, selecionar e organizar informação para a transformar em conhecimento mobilizável; Adotar estratégias adequadas à resolução de problemas e à tomada de decisões; Realizar atividades de forma autónoma, responsável e criativa; Cooperar com outros em tarefas e projetos comuns; Relacionar harmoniosamente o corpo com o espaço, numa perspectiva pessoal e interpessoal promotora da saúde e da qualidade de vida. Usar adequadamente linguagens das diferentes áreas do saber cultural, científico e tecnológico para se expressar;	Desenvolver as capacidades motoras condicionais e coordenativas. Aprender os processos de desenvolvimento e manutenção da Condição Física. Aprender os fenómenos relativos à interpretação e participação nas estruturas e fenómenos sociais extra /escolares, no seio dos quais se realizam as atividades físicas.	Aptidão Física e Formação Desportiva Atletismo: - Corrida de Resistência - Corrida de Barreiras - Corrida de Velocidade - Corrida de Estafetas - Salto em altura - Lançamento da bola Ginástica Desportiva: - Ginástica de solo - Ginástica acrobática - Ginástica de aparelhos Desportos coletivos: - Futebol - Basquetebol - Andebol - Voleibol Atividades Rítmicas e Expressivas Componente Teórica: Conteúdos Teóricos do Programa da Disciplina	A, B, G, I, J A, D, G, H, J A, B, D, E, F, G, H, I A, B, C, D, F, H, I, J A, B, D, E, F, G, J	- Grelhas de observação e registo - Grelha de valores Fit-Escola - Fichas de avaliação do domínio do saber-estar e do saber-fazer - Fichas de avaliação inicial e final - Grelhas de observação e registo - Fichas de avaliação do domínio do saber/estar e do saber/fazer - Fichas de avaliação inicial e final - Grelhas de observação e registo - Fichas de avaliação do domínio do saber/estar e do saber/fazer - Fichas de avaliação inicial e final - Grelhas de observação e registo - Fichas de avaliação do domínio do saber/estar e do saber/fazer - Fichas de avaliação inicial e final - Grelhas de observação e registo - Fichas de avaliação do domínio do saber/estar e do saber/fazer - Fichas de avaliação inicial e final - Participação oral, Fichas formativas e de avaliação.	02 Aulas no 1º período 02 Aulas no 2º período 02 Aulas no 3º período 07 Aulas no 1º período 02 Aulas no 2º período 01 Aula no 3º período 06 Aulas no 1º período 04 Aulas no 2º período 04 Aulas no 2º período 10 Aulas de Basquetebol no 2º período 10 Aulas de Futebol no 2º período 10 Aulas de Andebol no 1º período 10 Aulas de Voleibol no 3º período 02 Aulas no 2º período 16 Aulas no 1º Período 09 Aulas no 2º Período 11 Aulas no 3º Período

Nota: A gestão letiva prevista será sempre condicionada pelo ritmo de aprendizagem/ progressão apresentado pelos Alunos; pelo plano anual de atividades; outras atividades.