

Síntese da Planificação da Disciplina de Educação Física- 2022/2023

8º Ano

Período	Dias de aulas previstos				
	2.ª	3.ª	4.ª	5.ª	6.ª
1.º período	13	12	12	11	14
2.º período	11	12	12	13	13
3.º período	8	8	9	7	8

(As Aulas previstas são contabilizadas em unidades de 50 minutos)

	Matérias	Instrumentos e Critérios de Avaliação
1º Período	JDC (Andebol e Futebol)	<p>Instrumentos de avaliação:</p> <ul style="list-style-type: none"> Atividades Físicas (60%) -Testes práticos, observação direta e grelhas de observação Conhecimentos (10%): Regulamentos, arbitragens, fundamentos técnico-táticos e hábitos de vida saudável. <p>Outros Instrumentos (20%)</p> <ul style="list-style-type: none"> Aptidão Física (bateria de testes FIT escola) <p>(Observação direta, grelhas de observação de aulas e outros).</p> <p>Atitudes (10%): - Valores do Desporto, comportamento, assiduidade, pontualidade, cumprimento</p>
	Atletismo	

	Matérias	Instrumentos e Critérios de Avaliação
2º Período	Desportos de Raquete	<p>Instrumentos de avaliação:</p> <ul style="list-style-type: none"> Atividades Físicas (60%) -Testes práticos, observação direta e grelhas de observação Conhecimentos (10%) : Regulamentos, arbitragens, fundamentos técnico-táticos e hábitos de vida saudável. <p>Outros Instrumentos (20%)</p> <ul style="list-style-type: none"> Aptidão Física (bateria de testes FIT escola) <p>(Observação direta, grelhas de observação de aulas e outros).</p> <p>Atitudes (10%): - Valores do Desporto, comportamento, assiduidade, pontualidade, cumprimento de regras e de higiene.</p>
	JDC (Basquetebol) e Ginástica	

	Matérias	Instrumentos e Critérios de Avaliação
3º Período	JDC (Voleibol)	<p>Instrumentos de avaliação:</p> <ul style="list-style-type: none"> Atividades Físicas (60%) -Testes práticos, observação direta e grelhas de observação Conhecimentos (10%) : Regulamentos, arbitragens, fundamentos técnico-táticos e hábitos de vida saudável. <p>Outros Instrumentos (20%)</p> <ul style="list-style-type: none"> Aptidão Física (bateria de testes FIT escola) <p>(Observação direta, grelhas de observação de aulas e outros).</p> <p>Atitudes (10%): - Valores do Desporto, comportamento, assiduidade, pontualidade, cumprimento de regras e de higiene.</p>
	ARE (Dança)	

Observação: O aluno desenvolve as Aprendizagens Essenciais no 8.ºano, quando atinge o Nível Introdução em 6 matérias de diferentes subáreas:

- Jogos Desportivos Coletivos (uma matéria); Ginástica (uma matéria); Atletismo (uma matéria); ARE (Dança) (uma matéria) e Outras (raquetes) (uma matéria)