

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

### 6º 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	J D C(Basquetebol)	<p><b>Instrumentos de avaliação:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Atividades Físicas (60%)</b> -Testes práticos, observação direta e grelhas de observação</li> <li>• <b>Conhecimentos (10%):</b> Regulamentos, arbitragens, fundamentos técnico-táticos e hábitos de vida saudável.</li> </ul> <p><b>Outros Instrumentos (15%)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Aptidão Física (bateria de testes FIT escola)</b> (Observação direta, grelhas de observação de aulas e outros).</li> </ul> <p><b>Atitudes (15%):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Valores do Desporto, comportamento, assiduidade, pontualidade, cumprimento de regras e de higiene</li> </ul>
	Desportos de raquetes	
	Atletismo	
2º Período	JDC (Voleibol)	<p><b>Instrumentos de avaliação:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Atividades Físicas (60%)</b> -Testes práticos, observação direta e grelhas de observação</li> <li>• <b>Conhecimentos (10%):</b> Regulamentos, arbitragens, fundamentos técnico-táticos e hábitos de vida saudável.</li> </ul> <p><b>Outros Instrumentos (15%)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Aptidão Física (bateria de testes FIT escola)</b> (Observação direta, grelhas de observação de aulas e outros).</li> </ul> <p><b>Atitudes (15%):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Valores do Desporto, comportamento, assiduidade, pontualidade, cumprimento de regras e de higiene</li> </ul>
	Atletismo	
	Ginástica	
3º Período	Orientação	<p><b>Instrumentos de avaliação:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Atividades Físicas (60%)</b> -Testes práticos, observação direta e grelhas de observação</li> <li>• <b>Conhecimentos (10%) :</b> Regulamentos, arbitragens, fundamentos técnico-táticos e hábitos de vida saudável.</li> </ul> <p><b>Outros Instrumentos (15%)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Aptidão Física (bateria de testes FIT escola)</b> (Observação direta, grelhas de observação de aulas e outros).</li> </ul> <p><b>Atitudes (15%):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Valores do Desporto, comportamento, assiduidade, pontualidade, cumprimento de regras e de higiene</li> </ul>
	Ginástica	
	ARE (Dança)	

**Observação:** O aluno desenvolve as Aprendizagens Essenciais no 6.ºano, quando atinge o Nível Introdução em **4 matérias** de diferentes subáreas:

- Jogos Desportivos Coletivos ; Atletismo ; ARE (Dança); Ginástica e (Orientação).