

Síntese da Planificação da Disciplina de Educação Física- 2025/2026

8º Ano

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

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

1º Período	Matérias	Instrumentos e Critérios de Avaliação
		<u>Instrumentos de avaliação:</u>
	JDC (Voleibol e Futebol) Atletismo	<ul style="list-style-type: none"> Atividades Físicas/Aptidão Física (60%): <ul style="list-style-type: none"> -Testes práticos, observação direta e grelhas de observação -Bateria de testes FIT escola, Observação direta, grelhas de observação de aulas e outros Conhecimentos (10%) : Regulamentos, arbitragens, fundamentos técnico-táticos e hábitos de vida saudável. <p>Atitudes (30%): - Valores do Desporto, comportamento, assiduidade, pontualidade, cumprimento de regras e de higiene</p>

2º Período	Matérias	Instrumentos e Critérios de Avaliação
		<u>Instrumentos de avaliação:</u>
	ARE (Dança) JDC (Andebol) Ginástica	<ul style="list-style-type: none"> Atividades Físicas/Aptidão Física (60%): <ul style="list-style-type: none"> -Testes práticos, observação direta e grelhas de observação -Bateria de testes FIT escola, Observação direta, grelhas de observação de aulas e outros Conhecimentos (10%) : Regulamentos, arbitragens, fundamentos técnico-táticos e hábitos de vida saudável. <p>Atitudes (30%): - Valores do Desporto, comportamento, assiduidade, pontualidade, cumprimento de regras e de higiene</p>

3º Período	Matérias	Instrumentos e Critérios de Avaliação
		<u>Instrumentos de avaliação:</u>
	JDC (Basquetebol) Desportos de Raquetes	<ul style="list-style-type: none"> Atividades Físicas/Aptidão Física (60%): <ul style="list-style-type: none"> -Testes práticos, observação direta e grelhas de observação -Bateria de testes FIT escola, Observação direta, grelhas de observação de aulas e outros Conhecimentos (10%) : Regulamentos, arbitragens, fundamentos técnico-táticos e hábitos de vida saudável. <p>Atitudes (30%): - Valores do Desporto, comportamento, assiduidade, pontualidade, cumprimento de regras e de higiene</p>

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).