

Síntese da Planificação da Disciplina de Educação Física- 2026/2027

8º Ano

Período	Dias de aulas previstos				
	2.ª	3.ª	4.ª	5.ª	6.ª
1.º período	13	12	14	14	13
2.º período	11	11	11	11	11
3.º período	9	10	10	8	10

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

1º Período	Matérias	Instrumentos e Critérios de Avaliação
	JDC (Voleibol e Futebol) Atletismo	Instrumentos de avaliação: Atividades Físicas/Aptidão Física (60%): -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. Atitudes (30%): - Valores do Desporto, comportamento, assiduidade, pontualidade, cumprimento de regras e de higiene

2º Período	Matérias	Instrumentos e Critérios de Avaliação
	ARE (Dança) JDC (Andebol) Ginástica	Instrumentos de avaliação: Atividades Físicas/Aptidão Física (60%): -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. Atitudes (30%): - Valores do Desporto, comportamento, assiduidade, pontualidade, cumprimento de regras e de higiene

3º Período	Matérias	Instrumentos e Critérios de Avaliação
	JDC (Basquetebol) Desportos de Raquetes	Instrumentos de avaliação: Atividades Físicas/Aptidão Física (60%): -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. Atitudes (30%): - Valores do Desporto, comportamento, assiduidade, pontualidade, cumprimento de regras e de higiene

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).