



Aulas Previstas/Turma			Observações
Período	A	B	
1.º Período	38	38	As aulas previstas são contabilizadas em unidades de 50 minutos
2.º Período	33	33	
3.º Período	29	29	
<b>Total</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	

Unidades Temáticas	Instrumentos e Critérios de Avaliação					
	Instrumentos base		%	Instrumentos complementares		%
<b>1.º Período</b>	Descrição dos Instrumentos		%	Descrição dos Instrumentos		%
Voleibol Atividades Rítmicas Expressivas (ARE)	Avaliação prática a cada uma das modalidades	50 + 50	70	Faltas de material/Pontualidade Participação	30 70	30
<b>2.º Período</b>	Descrição dos Instrumentos		%	Descrição dos Instrumentos		%
Badminton Andebol	Avaliação prática a cada uma das modalidades	50 + 50	70	Faltas de material/Pontualidade Participação	30 70	30
<b>3.º Período</b>	Descrição dos Instrumentos		%	Descrição dos Instrumentos		%
Basquetebol Futebol	Avaliação prática a cada uma das modalidades	50 + 50	70	Faltas de material/Pontualidade Participação	30 70	30

**Nota:** Esta planificação está sujeita a alterações, em função de possíveis novas indicações da DGE e DGS.

**Aptidão Física:** Transversal a todas as matérias. Aplicação da bateria *FITescola* (testes: Vaivém, Agilidade 4x10 m, Abdominais, Impulsão horizontal e Flexibilidade articular de ombros.) para enquadrar o aluno na Zona Saudável de Aptidão Física (1.º e 2.º períodos).

**Área dos Conhecimentos:** Relacionar Aptidão Física e Saúde e identificar os benefícios do exercício físico para a saúde; Interpretar a dimensão sociocultural dos desportos na atualidade e ao longo dos tempos, nomeadamente os Jogos Olímpicos e Paralímpicos.

Material básico para a aula: T-shirt, meias de algodão, sapatilhas e calções/fato de treino, máscara, invólucro para a máscara e cadeado.	
Classificação Final	Ensino Básico
1.º Período	Resulta da aplicação dos critérios de avaliação
2.º Período	(Resultados obtidos nos instrumentos de avaliação do 2º período x 0,6) + (0,4 x resultados médios obtidos nos instrumentos de avaliação do 1º período).
3.º Período	(Resultados obtidos nos instrumentos de avaliação do 3º período x 0,4) + (0,6 x média aritmética dos resultados obtidos nos instrumentos de avaliação dos 1º e 2º períodos)

**Avaliação dos Alunos com atestado médico:** total - 2 testes escritos nos 1.º e 2.º períodos/1 teste escrito no 3.º período; parcial - 1 teste escrito por período à modalidade condicionada.