



INSTITUTO DOS PUPILOS DO EXÉRCITO

SERVIÇO ESCOLAR

DEPARTAMENTO CURRICULAR DE EXPRESSÕES

PLANO CURRICULAR DA DISCIPLINA / MÓDULO EDUCAÇÃO FÍSICA - 7º B

Ano letivo 2018-2019

As competências do perfil dos alunos são trabalhadas ao longo do ano, de acordo com os temas e as áreas curriculares:

A- Linguagens e textos; **B-** Informação e comunicação; **C-** Raciocínio e resolução de problemas; **D-** Pensamento crítico e pensamento criativo; **E-** Relacionamento interpessoal; **F-** Desenvolvimento pessoal e autonomia; **G-** Bem-estar, saúde e ambiente; **H-** Sensibilidade estética e artística; **I-** Saber científico, técnico e tecnológico; **J-** Consciência e domínio do corpo.

DOMÍNIOS ESTRUTURANTES / CONTEÚDOS DE APRENDIZAGEM/ TEMAS ORGANIZADORES ¹	AULAS PREVISTAS*
<p>ATLETISMO Nível Elementar</p> <ul style="list-style-type: none">-Corrida de Resistência-Corrida de Velocidade 60 metros-Corrida de Barreiras 60m <p>ANDEBOL Nível Introdução</p> <p>NATAÇÃO Nível Elementar</p> <p>Domínio de Autonomia Curricular (DAC) TEMA: “ Lisboa está na Moda ” Subtema: “ Uma paisagem uma identidade”</p>	<p>1º PERÍODO Nº de aulas 42</p> <p>Nº de testes 1</p>
<p>ATLETISMO Nível Elementar</p> <ul style="list-style-type: none">-Salto em Comprimento-Salto em Altura – técnica de Tesoura <p>ANDEBOL Nível Introdução</p> <p>NATAÇÃO Nível Elementar</p> <p>GINÁSTICA DE SOLO Nível Parte do Elementar</p> <p>PATINAGEM Nível Introdução</p> <p>Domínio de Autonomia Curricular (DAC) TEMA: “ Lisboa está na Moda ” Subtema: “ Uma paisagem uma identidade”</p>	<p>2º PERÍODO Nº de aulas 36</p> <p>Nº de testes 1</p>



INSTITUTO DOS PUILOS DO EXÉRCITO

SERVIÇO ESCOLAR

ANDEBOL Nível Elementar	3º PERÍODO Nº de aulas 20 Nº de testes 0
NATAÇÃO Nível Elementar	
GINÁSTICA DE SOLO Nível Parte do Elementar	
PATINAGEM Nível Elementar	
NATAÇÃO Nível Elementar	

Testes do FitEscola	Todo o ano letivo
Área dos conhecimentos: Aptidão física e saúde - Capacidades motoras; - Frequência cardíaca; - Revisão das regras das diferentes atividades físicas e dos nomes dos materiais desportivos.	Todo o ano letivo
* Não estão contabilizadas as faltas não imputáveis ao professor: Eventos do IMPE, Visitas de estudo, etc.	Nº total de aulas: 98

Nota: A planificação do Domínio de Autonomia Curricular (DAC) será feita com base nos temas organizadores / Domínios estruturantes/ Conteúdos de aprendizagens abordados e nas aprendizagens essenciais focadas.

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

Disciplina	Instrumentos de Avaliação			
	Domínio Cognitivo			Domínio Atitudinal
	Conhecimentos/ DAC	Aptidão Física	Atividades Físicas	
Educação Física	20%	20%	50%	10%

Nota: A avaliação do Domínio de Autonomia Curricular (DAC) será feita de acordo com os critérios definidos e tendo em conta os temas organizadores / Domínios estruturantes/ Conteúdos de aprendizagens abordados e nas aprendizagens essenciais focadas.

IPE, 20 de Setembro de 2018

A equipa disciplinar de Educação Física

(Pedro Tomás)

O Coordenador do Departamento Curricular

(Pedro Fernandes)