



# INSTITUTO DOS PUPILOS DO EXÉRCITO

## SERVIÇO ESCOLAR

### DEPARTAMENTO CURRICULAR DE EXPRESSÕES

### PLANO CURRICULAR DA DISCIPLINA / MÓDULO EDUCAÇÃO FÍSICA - 8º 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 /<br>CONTEÚDOS DE APRENDIZAGEM/ TEMAS ORGANIZADORES <sup>1</sup>   | AULAS PREVISTAS*  |
|---|---|
| <b>BASQUETEBOL</b><br>Nível Introdução<br><br><b>NATAÇÃO</b><br>Nível Elementar<br><br><b>GINÁSTICA de APARELHOS</b><br>Nível Elementar<br><br><b>Domínio de Autonomia Curricular (DAC)</b><br>TEMA: "Lisboa está na Moda"<br><br>Subtema: "Amar Lisboa caminhando"<br>Nível Introdução da atividade física de Orientação   | <b>1º PERÍODO</b><br>Nº de aulas<br>42<br><br>Nº de testes<br>1 |
| <b>BASQUETEBOL</b><br>Nível Elementar<br><br><b>NATAÇÃO</b><br>Nível Elementar<br><br><b>GINÁSTICA DE APARELHOS</b><br>Nível Elementar<br><br><b>VOLEIBOL</b><br>Nível Introdução/ Elementar<br><br><b>PATINAGEM</b><br>Nível Introdução/ Elementar<br><br><b>Domínio de Autonomia Curricular (DAC)</b><br>TEMA: "Lisboa está na Moda"<br><br>Subtema: "Amar Lisboa caminhando"<br>Nível Introdução da atividade física de Orientação | <b>2º PERÍODO</b><br>Nº de aulas<br>36<br><br>Nº de testes<br>1 |



# INSTITUTO DOS PUPILOS DO EXÉRCITO

## SERVIÇO ESCOLAR

|   |  |
|---|--|
| <b>ATLETISMO</b><br>Nível elementar<br>-Salto em Comprimento<br>-Salto em Altura - técnica de Tesoura; técnica Fosbury Flop | <b>3º PERÍODO</b><br>Nº de aulas<br>19 |
| <b>BADMINTON</b><br>Nível Elementar   | Nº de testes<br>0                      |
| <b>NATAÇÃO</b><br>Nível Elementar   |  |

|   |                          |
|---|--------------------------|
| <b>Testes do FitEscola</b>  | Todo o ano letivo        |
| Área dos conhecimentos:<br>Aptidão física e saúde<br>- Lesões desportivas<br>- Índice de massa corporal<br>- Substâncias Dopantes | Todo o ano letivo        |
| * Não estão contabilizadas as faltas não imputáveis ao professor:<br>Eventos do IPE, Visitas de estudo, etc.                      | Nº total de aulas:<br>97 |

**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)