



INSTITUTO DOS PUPILOS DO EXÉRCITO

SERVIÇO ESCOLAR

DEPARTAMENTO CURRICULAR DE EXPRESSÕES

PLANO CURRICULAR DA DISCIPLINA / MÓDULO EDUCAÇÃO FÍSICA - 5º 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 (*)
ATLETISMO Parte do Nível Introdução Corrida de Resistência Corrida de Velocidade (40 metros)	1º PERÍODO
ANDEBOL Parte do Nível Introdução	
NATAÇÃO Nível Introdução	
PATINAGEM Parte do Nível Elementar	
JOGOS Nível Avançado Jogo Bola ao Capitão/Jogo do Mata/Jogo de Futebol Humano	Nº de Aulas 41
CONHECIMENTOS - Regras do jogo - Capacidades Físicas - Estilos de vida saudável	Nº de TESTES 1
Domínio de Autonomia Curricular (DAC) TEMA: Património “Lisboa está na Moda” Subtema: “É com Certeza uma casa portuguesa”	

**INSTITUTO DOS PUPILOS DO EXÉRCITO****SERVIÇO ESCOLAR**

<p>ATLETISMO Parte do Nível Introdução</p> <p>Salto em comprimento Lançamento do peso Salto em altura com Técnica de "tesoura"</p> <p>NATAÇÃO Nível Introdução</p> <p>BASQUETEBOL Nível Introdução</p> <p>GINÁSTICA NO SOLO (Nível Elementar)</p> <p>GINÁSTICA DE APARELHOS (Nível Introdução)</p> <p>CONHECIMENTOS</p> <ul style="list-style-type: none">- Regras do jogo- Capacidades Físicas- Estilos de vida saudável <p>Domínio de Autonomia Curricular (DAC)</p> <p>TEMA: Património "Lisboa está na Moda"</p> <p>Subtema: "É com Certeza uma casa portuguesa"</p>	<p>2º PERÍODO</p> <p>Nº de AULAS 48</p> <p>Nº TESTES 1</p>
<p>VOLEIBOL (Nível Elementar)</p> <p>FUTEBOL (Nível Elementar)</p> <p>BADMINTON (Nível Introdução)</p> <p>NATAÇÃO (Nível Introdução / -Nível Elementar)</p> <p>CONHECIMENTOS</p> <ul style="list-style-type: none">- Regras do jogo	<p>3º PERÍODO</p> <p>Nº de AULAS 18</p> <p>Nº TESTES/TRABALHOS 1</p>
<p>Testes do FitEscola</p>	<p>Todo o ano letivo</p>
<p>(*) Não estão contabilizadas as faltas não imputáveis ao professor: Eventos do IPE, Visitas de estudo, etc.</p>	<p>Nº total de aulas: 107</p>

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.



INSTITUTO DOS PUPILOS DO EXÉRCITO

SERVIÇO ESCOLAR

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)