

**INSTITUTO DOS PUILOS DO EXÉRCITO****SERVIÇO ESCOLAR****DEPARTAMENTO CURRICULAR DE EXPRESSÕES****PLANO CURRICULAR DA DISCIPLINA / MÓDULO EDUCAÇÃO FÍSICA - 6º A****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.

<b>DOMÍNIOS ESTRUTURANTES / CONTEÚDOS DE APRENDIZAGEM/ TEMAS ORGANIZADORES<sup>1</sup></b>	<b>Aulas Previstas (*)</b>
<b>ATLETISMO</b> Conclusão do Nível Introdução Corrida de Resistência Corrida de Velocidade (40 metros) Corrida de Estafetas (4 X 50 metros)	<b>1º PERÍODO</b>  Nº de Aulas 41
<b>ANDEBOL</b> Parte do Nível Introdução	
<b>NATAÇÃO</b> Nível Introdução / Nível Elementar	Nº de TESTES
<b>PATINAGEM</b> Parte do Nível Elementar	1
<b>SOFTEBOL</b> Nível Introdução	
<b>CONHECIMENTOS</b> - Capacidades Físicas - Estilos de vida saudável- Vantagens do exercício físico e Frequência cardíaca. - Principais regras das diferentes modalidades	
<b>Domínio de Autonomia Curricular (DAC)</b>  TEMA: Património “Lisboa está na Moda”  Subtema: “Sabe bem sabe a Lisboa”	



<p><b>ATLETISMO</b> Conclusão do Nível Introdução Salto em comprimento Lançamento do peso Salto em altura com Técnica de "tesoura"</p> <p><b>NATAÇÃO</b> Nível Introdução / Nível Elementar</p> <p><b>BASQUETEBOL</b> Nível Introdução</p> <p><b>GINÁSTICA NO SOLO</b> Nível Elementar</p> <p><b>GINÁSTICA DE APARELHOS</b> Nível Introdução e parte do Nível Elementar</p> <p><b>CONHECIMENTOS</b> - Capacidades Físicas - Estilos de vida saudável- Vantagens do exercício físico e Frequência cardíaca. - Principais regras das diferentes modalidades</p> <p><b>Domínio de Autonomia Curricular (DAC)</b> TEMA: Património "Lisboa está na Moda" Subtema: "Sabe bem sabe a Lisboa"</p>	<p><b>2º PERÍODO</b></p> <p>Nº de AULAS 48</p> <p>Nº TESTES 1</p>
<p><b>VOLEIBOL</b> Parte Nível Elementar</p> <p><b>FUTEBOL</b> Nível elementar</p> <p><b>BADMINTON</b> Nível Introdução</p> <p><b>NATAÇÃO</b> Nível Introdução/ Nível Elementar</p>	<p><b>3º PERÍODO</b></p> <p>Nº de Aulas 17</p> <p>Trabalho 1</p>



## INSTITUTO DOS PUPILOS DO EXÉRCITO

### SERVIÇO ESCOLAR

<b>CONHECIMENTOS</b> - Principais regras das diferentes modalidades	
<b>Testes do FitEscola</b>	Todo o ano letivo
(*) Não estão contabilizadas as faltas não imputáveis ao professor: Eventos do IPE, Visitas de estudo, etc.	Nº total de aulas: 106

**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)