



INSTITUTO DOS PUPILOS DO EXÉRCITO

SERVIÇO ESCOLAR

DEPARTAMENTO CURRICULAR DE EXPRESSÕES

PLANO CURRICULAR DA DISCIPLINA / MÓDULO EDUCAÇÃO FÍSICA - 6º 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 ORGANIZADORES¹	Aulas Previstas (*)
ATLETISMO Conclusão do Nível Introdução Corrida de Resistência Corrida de Velocidade (40 metros) Corrida de Estafetas (4 X 50 metros)	1º PERÍODO Nº de Aulas 41
ANDEBOL Parte do Nível Introdução	
NATAÇÃO Nível Introdução / Nível Elementar	Nº de TESTES 1
PATINAGEM Parte do Nível Elementar	
SOFTEBOL Nível Introdução	
CONHECIMENTOS - Capacidades Físicas - Estilos de vida saudável- Vantagens do exercício físico e Frequência cardíaca. - Principais regras das diferentes modalidades.	
Domínio de Autonomia Curricular (DAC)	

1- Escolher com base na terminologia utilizada nos documentos oficiais referente às aprendizagens essenciais publicadas pela Direção Geral de Educação (DGE) em <http://www.dge.mec.pt/aprendizagens-essenciais-0>



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



INSTITUTO DOS PUPILOS DO EXÉRCITO

SERVIÇO ESCOLAR

NATAÇÃO Nível Introdução/Nível Elementar	1
CONHECIMENTOS Principais regras das diferentes modalidades	
Testes do FitEscola	Todo o ano letivo
(*) Não estão contabilizadas as faltas não imputáveis ao professor: Eventos do IPE, Visitas de estudo, etc.	Nº total de aulas: 107

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)

1- Escolher com base na terminologia utilizada nos documentos oficiais referente às aprendizagens essenciais publicadas pela Direção Geral de Educação (DGE) em <http://www.dge.mec.pt/aprendizagens-essenciais-0>