



INSTITUTO DOS PUPILOS DO EXÉRCITO

SERVIÇO ESCOLAR

DEPARTAMENTO CURRICULAR EXPRESSÕES

PLANO CURRICULAR DA DISCIPLINA DE EDUCAÇÃO FÍSICA – 10º Ano

Ano Letivo 2018- 2019

TEMAS/ CONTEÚDOS	Aulas Previstas (* )
<b>ATLETISMO I:</b> Nível Elementar:  <b>VOLEIBOL:</b> Nível Elementar	<b>1º MÓDULO</b>  Nº de Horas: 15  Nº de Trabalhos: 1
<b>PATINAGEM:</b> Nível introdução.  <b>GINÁSTICA DE SOLO:</b> Nível introdução.  <b>GINASTICA DE APARELHOS:</b> Nível Introdução.	<b>2º MÓDULO</b>  Nº de Horas: 15  Nº de Trabalhos: 1
<b>NATAÇÃO:</b> Nível Introdução.  <b>BADMINGTON:</b> Nível Introdução.	<b>3º MÓDULO</b>  Nº de Horas: 18  Nº de Trabalhos: 1



## INSTITUTO DOS PUPILOS DO EXÉRCITO

### SERVIÇO ESCOLAR

<b>APTIDÃO FÍSICA:</b> Avaliação da aptidão física (Testes de admissão para as academias militares)  <b>Conhecimentos:</b> Atividades Físicas / Contextos e Saúde I	<b>1º, 2º, 3º MÓDULOS</b>
(*) Não estão contabilizadas as faltas não imputáveis ao professor: eventos do IPE, visitas de estudo, etc.	<b>Nº Horas: 48</b>

### CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

Competências	
Capacidades/ Conhecimentos ( Saber e Saber fazer )	Atitudes e Valores ( Saber ser e Saber estar )
<b>90%</b>	<b>10%</b>
Atividades Físicas – 50% Aptidão Física – 30% Conhecimentos – 10%	Comportamento e atitudes – 10%

IPE, setembro 2018

O Delegado de Grupo de Educação Física

Pedro Tomás

O Coordenador do Departamento Curricular

Pedro Fernandes

---