



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 (*)
ATLETISMO I: Nível Elementar: VOLEIBOL: Nível Elementar	1º MÓDULO Nº de Horas: 15 Nº de Trabalhos: 1
PATINAGEM: Nível introdução. GINÁSTICA DE SOLO: Nível introdução. GINASTICA DE APARELHOS: Nível Introdução.	2º MÓDULO Nº de Horas: 15 Nº de Trabalhos: 1
NATAÇÃO: Nível Introdução. BADMINGTON: Nível Introdução.	3º MÓDULO Nº de Horas: 18 Nº de Trabalhos: 1



INSTITUTO DOS PUIPILOS DO EXÉRCITO

SERVIÇO ESCOLAR

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

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

Competências	
Capacidades/ Conhecimentos (Saber e Saber fazer)	Atitudes e Valores (Saber ser e Saber estar)
90%	10%
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
