

**Planificação Geral  
2021/2022**

Disciplina **Educação Física**  
Ano **6.º**

1.º Semestre		2.º Semestre	
N.º de aulas previstas	48	N.º de aulas previstas	54
Aprendizagens Essenciais			
<p><b>Área das Atividades Físicas</b>  <b>Subárea Jogos:</b> Jogo das Raquetas.  <b>Subárea Jogos coletivos:</b> Basquetebol, Voleibol, Futsal.  <b>Subárea Ginástica:</b> Solo e Aparelhos  <b>Subárea Atletismo:</b> Corridas, saltos e Orientação  <b>Subárea:</b> Natação (EBISJL)</p>		<p><b>Área dos conhecimentos:</b> Identifica capacidades físicas, gestos técnicos e componentes críticas das modalidades abordadas.  <b>Área da Aptidão Física:</b> “Testes de Aptidão Física” (fitescola): Aptidão Aeróbia; índice massa corporal; Aptidão Neuromuscular.</p>	

Nota: A lecionação dos conteúdos é flexível.

PONDERAÇÃO POR DOMÍNIOS E CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO			
Domínios de aprendizagem		Ponderação	Critérios de avaliação
<b>Conhecimentos e Capacidades</b> (70%)	Atividade Física	40%	<b>Compreensão</b>
	Aptidão Física	20%	<b>Apropriação</b>
	Conhecimento	10%	<b>Rigor</b>
			<b>Clareza</b>
<b>Atitudes e Valores</b>	Responsabilidade e Integridade Excelência e Exigência Curiosidade, Reflexão e Inovação Cidadania e Participação Liberdade	30%	<b>Raciocínio</b>
			<b>Responsabilidade</b>
			<b>Participação</b>
			<b>Reflexão</b>
			<b>Cooperação</b>

**Obs.:** Para efeitos de classificação, deverão ser utilizados três processos de recolha de informação de diferentes tipologias, a negociar/discutir com os alunos.