Síntese da Planificação da Disciplina de Educação Física do 10ª Ano

1/2/3º Períodos		
Unidades Temáticas	**Instrumentos e Critérios de Avaliação**	
Domínio Psicomotor Atividades Físicas Desportivas: Voleibol, Basquetebol, Futebol e Andebol; Desporto alternativo	-Realiza com oportunidade e correção global, no jogo e em exercícios critério,	60%
Dança	- Prepara pequenas coreografias de acordo com a música e o tema escolhido, apresentando-as em pequenos grupos, na turma, integrando as habilidades e combinações exercitadas com coordenação, fluidez de movimentos e sintonia	
Ginástica	-Realiza com correção os elementos gímnicos	
Atletismo	- Realiza saltos, lançamentos e corridas com correção efetuando as marcas pedidas	
Testes de condição física	-Realiza os testes de aptidão física na zona saudável da aptidão física(Fitescola)	10%
Domínio Atitudinal	Autonomia (25 %) Responsabilidade (25%) Empenho/Cooperação e Participação (25%) Sociabilidade (25%)	30%
Classificação final dos Períodos: Resulta da aplicação dos critérios de avaliação em cada uma das atividades abordadas nas aulas		

Material Básico para a aula: Equipamento próprio para atividade física e material adequado para a higiene pessoal