

<p>Conhecimento sobre as habilidades técnicas abordadas</p> <ul style="list-style-type: none"> Voleibol Conhecimento e aplicação das regras e regulamento da modalidade; Conhecimento sobre as habilidades técnico-táticas abordadas. 	<p>saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras;</p> <ul style="list-style-type: none"> Identificar e interpretar os valores olímpicos e paralímpicos, compreendendo a sua importância para a construção de uma sociedade moderna e inclusiva. 	<ul style="list-style-type: none"> criar soluções estéticas criativas e pessoais. <p>Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos:</p> <ul style="list-style-type: none"> analisar situações com diferentes pontos de vista; analisar factos, situações, identificando os seus elementos ou dados, em particular numa perspetiva disciplinar e interdisciplinar; analisar os seus desempenhos e o dos outros, dando e aceitando sugestões de melhoria. 	<p>Crítico/Analítico (A, B, C, D, G)</p>
2º Período			
<p>ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS</p> <ul style="list-style-type: none"> Futebol (14 aulas) Passe/recepção, condução de bola, drible, remate. Jogo 3x3 e 4x4 (Utilização da técnica correta, comunicação com os colegas, enquadramento defensivo, enquadramento ofensivo). Ginástica de Aparelhos (10 aulas) Salto de eixo e entre mãos; Saltos no minitrampolim (extensão, engrupado, carpa, meia pirueta e pirueta) <p>ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA</p> <ul style="list-style-type: none"> Força Flexibilidade Agilidade Equilíbrio Destreza Coordenação <p>ÁREA DOS CONHECIMENTOS</p> <ul style="list-style-type: none"> Futebol Conhecimento e aplicação das regras e regulamento da modalidade; Conhecimento sobre as habilidades técnico-táticas abordadas. Ginástica de aparelhos Conhecimento e aplicação dos regulamentos das modalidades; Conhecimento sobre as habilidades técnico- 		<p>Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos:</p> <ul style="list-style-type: none"> realizar tarefas de síntese; realizar tarefas de planificação, de revisão e de monitorização. <p>Proporcionar atividades formativas, em grupos homogéneos e heterogéneos, que possibilitem aos alunos:</p> <ul style="list-style-type: none"> aceitar opções, falhas e erros dos companheiros aceitar o apoio dos companheiros nos esforços de aperfeiçoamento próprio; aceitar ou argumentar pontos de vista diferentes, relacionados com as tarefas a serem realizadas; promover estratégias que induzam respeito por diferenças de características, crenças ou opiniões. <p>Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos:</p> <ul style="list-style-type: none"> saber questionar uma situação; desencadear ações de comunicação verbal e não verbal pluridirecional. 	<p>Indagador/ Investigador/ Sistematizador/ Organizador (A, B, C, D, F, H, I, J)</p> <p>Respeitador da diferença (A, B, E, F, H)</p> <p>Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J)</p>

táticas abordadas.			
3º Período			
<p>ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS</p> <ul style="list-style-type: none"> Badminton (16 aulas) Pega da raqueta, pega do volante, posição base, deslocamentos, serviço, remate, amortie, clear e lob. Jogo 1x1 <p>ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA</p> <ul style="list-style-type: none"> Velocidade Destreza Coordenação Agilidade Equilíbrio. <p>ÁREA DOS CONHECIMENTOS</p> <ul style="list-style-type: none"> Badminton Conhecimento e aplicação das regras e regulamento da modalidade; Conhecimento sobre as habilidades técnicas abordadas. 		<p>Proporcionar atividades formativas, que possibilitem aos alunos:</p> <ul style="list-style-type: none"> apreciar os seus desempenhos e os dos outros, dando e aceitando sugestões de melhoria; identificar aspetos críticos que permitam a melhoria do seu desempenho; identificar pontos fracos e fortes das suas aprendizagens; utilizar os dados da sua autoavaliação para se envolver na aprendizagem; interpretar e explicar as suas opções; descrever processos de pensamento e ação, usados durante a realização de uma tarefa ou abordagem de um problema. <p>Proporcionar atividades formativas que criem oportunidades de:</p> <ul style="list-style-type: none"> cooperar com os companheiros na procura do êxito pessoal e do grupo; cooperar, promovendo um clima relacional favorável ao aperfeiçoamento pessoal e gosto proporcionado pelas atividades; aplicar as regras de participação, definidas na turma; agir com cordialidade e respeito na relação com os colegas e com o professor; respeitar as regras organizativas que permitam atuar em segurança; cumprir e fazer cumprir regras de arbitragem; apresentar iniciativas e propostas; ser autónomo na realização das tarefas; cooperar na preparação e organização dos materiais. <p>Proporcionar atividades formativas que impliquem, por parte do aluno:</p> <ul style="list-style-type: none"> conhecer e aplicar cuidados de higiene; conhecer e aplicar as regras de segurança pessoal e dos companheiros; conhecer e aplicar regras de preservação dos recursos materiais e do ambiente; 	<p>Autoavaliador/ Heteroavaliador (transversal às áreas)</p> <p>Participativo/ colaborador/ Cooperante/ Responsável/ Autónomo (B, C, D, E, F, G, I, J)</p> <p>Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)</p>

		<ul style="list-style-type: none"> • reforçar o gosto pela prática regular de atividade física; • aplicar processos de elevação do nível funcional da aptidão física. 	
--	--	---	--

Nota: Os conteúdos programáticos abordados ao longo do ano letivo poderão estar sujeitos a reestruturação, de acordo com necessidades dos alunos e com a situação didática específica.

Avaliação		
Domínios	Modalidades	Instrumentos de avaliação
<p>Aprendizagens (80%): Conhecimento e aplicação de: regulamentos/regras; regras de segurança; habilidades técnicas/táticas, nas modalidades desportivas abordadas.</p> <p>Execução técnico/tática das habilidades, segundo os perfis de desempenho motor, e evolução do desempenho do aluno em situação de jogo e de exercícios critério.</p> <p>Evolução geral do desempenho do aluno, ao longo do período/ano letivo.</p> <p>Todos estes parâmetros são avaliados através da seguinte escala:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Observação de desempenho (20%) - Desportos coletivos (40%) - Desportos individuais (40%) <p>Observação de desempenho (20%):</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conhecimentos da regras e regulamentos 30% - Operações/ações necessárias para aprender 40% - Evolução do desempenho geral 30% <p>Nos desportos coletivos e nos desportos individuais a avaliação final é traduzida pelo somatório da avaliação formativa (70%) e da avaliação sumativa (30%).</p> <p>Os alunos impossibilitados de realização da componente prática da disciplina, por um período prolongado (apresentação de atestado médico) serão avaliados na componente dos conhecimentos/capacidades, através da observação de desempenho (tarefas de aula: ajudas, arbitragem, etc.), e através dos trabalhos realizados sobre as modalidades desportivas abordadas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> . Contínua e formativa; . Sumativa; . Autoavaliação; . Heteroavaliação. 	<ul style="list-style-type: none"> • Observação direta; • Trabalho individual, em pares e em grupos, em contexto de aula • Compreensão e expressão oral • Grelhas de observação e de avaliação

Atitudes e valores (20%):

Comportamento (30%):

- Está atento;
- Intervém de forma oportuna e pertinente;
- Respeita os outros;
- Cumpre as regras da aula e do regulamento interno;
- Cumpre as indicações do professor.

Autonomia (20%):

- Realiza as tarefas sozinho;
- Toma iniciativa, adequada à tarefa proposta;
- Procura soluções para os problemas;
- Revela espírito criativo;
- Reflete sobre o seu trabalho e avalia-o adequadamente.

Participação/empenho (25%):

- Participa de forma organizada;
- Realiza as tarefas indicadas com dedicação e interesse;
- Procura superar dificuldades;
- Colabora no trabalho de grupo, participando ativamente;
- Promove a entreaajuda.

Responsabilidade (25%):

- É assíduo e pontual;
- Apresenta o material/equipamento para as aulas;
- Revela hábitos de higiene (apresenta-se com higiene e toma banho no fim da aula);
- Assume a responsabilidade dos seus atos e procura corrigi-los;
- Preserva o material/equipamento e instalações escolares.