



SÍNTESE DE PLANIFICAÇÃO ANUAL

Períodos Letivos	1.º		2.º		3.º	
Aulas Previstas	[±] 32		[±] 32		[±] 30	
Conteúdos Programáticos	<p>Jogos desportivo: Jogo dos passes Jogo “bola ao capitão” Jogo do mata Jogo “futebol humano” Futevolei Raquetes Ginástica: Rolamentos Posições de equilíbrio Posições de flexibilidade Roda Atletismo: Corrida contínua Corrida de velocidade Salto em comprimento Salto em altura</p>		<p>Futebol Gestos técnicos fundamentais Regras do jogo Jogo 5X5 Ginástica: Apoio facial invertido Salto de eixo e entre mãos no bock Badminton: Regras do jogo Pegas Posição base Batimentos Jogo 1x1 Atividades rítmicas expressivas Exploração de movimentos com música Atletismo: Corridas de estafetas</p>		<p>Voleibol: Passe Serviço por baixo Jogos:1x1e 2x2 Atletismo: Lançamento de bola Corrida de barreiras Ginástica: Sequência gímnica COM SUPORTE MUSICAL Saltos no minitrampolim Atividades rítmicas expressivas Luta No solo Em pé</p>	
Instrumentos e critérios de avaliação	Jogos desportivos	40%	FUTEBOL	40%	VOLEIBOL	40%
	GINÁSTICA ATLETISMO	40%	BADMINTON	40%	ATLETISMO GINÁSTICA	40%
	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Observação direta de empenho, ▪ Relacionamento interpessoal ▪ Organização do aluno na aprendizagem ▪ Participação na comunidade escolar 	20%	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Observação direta de empenho, ▪ Relacionamento interpessoal ▪ Organização do aluno na aprendizagem ▪ Participação na comunidade escolar 	20%	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Observação direta de empenho, ▪ Relacionamento interpessoal ▪ Organização do aluno na aprendizagem ▪ Participação na comunidade escolar 	20%

MATERIAL BÁSICO PARA A AULA

Equipamento desportivo:sapatilhas, calção e tshirt/fato de treino e material para banho.....