

EDUCAÇÃO FÍSICA - PLANO ANUAL – 3ºciclo

	7º ano	8º ano	9º ano	Semana/Tempo de aula
1º Período	14/17 setembro a 18 de dezembro de 2020			14 semanas 40 a 42 tempos
2º Período	4 de janeiro a 24 de março de 2021 Interrupção: 15 a 17 de fevereiro			12 semanas 34 a 36 tempos
3º Período	6 de abril a 9 de junho (9º) e 15 de junho (7º e 8º)			9 e 10 semanas 27 e 30 tempos

	7º ano	8º ano	9º ano
1º Período (+/- 42) tempos letivos	<p><u>Domínio das Atividades Físicas:</u> Consolidação de Conteúdos (3t) Andebol (11t) Ginástica de Solo (12t) Ginástica de Aparelhos: minitrampolim (6t)</p> <p><u>Domínio da Aptidão Física (7t)</u> <u>Domínio dos conhecimentos (3t)</u></p>	<p><u>Domínio das Atividades Físicas:</u> Consolidação de Conteúdos (3t) Basquetebol (10t) Danças (9t) Badminton (10t)</p> <p><u>Domínio da Aptidão Física (7t)</u> <u>Domínio dos conhecimentos (3t)</u></p>	<p><u>Domínio das Atividades Físicas:</u> Consolidação de Conteúdos (3t) Basquetebol(14t) Atletismo (6t) Ginástica Acrobática (9t)</p> <p><u>Domínio da Aptidão Física (7t)</u> <u>Domínio dos conhecimentos (3t)</u></p>
2º Período (+/- 36) tempos letivos	<p><u>Domínio das Atividades Físicas:</u> Consolidação de Conteúdos (3t) Basquetebol (10t) Badminton (9t) Atletismo: Velocidade (3t) Atletismo: Estafetas (4t)</p> <p><u>Domínio da Aptidão Física (4t)</u> <u>Domínio dos conhecimentos (3t)</u></p>	<p><u>Domínio das Atividades Físicas:</u> Consolidação de Conteúdos (3t) Futsal (10t) Ginástica de Solo (9t) Ginástica de Aparelhos: Boque (4t) Atletismo: Barreiras (3t)</p> <p><u>Domínio da Aptidão Física (4t)</u> <u>Domínio dos conhecimentos (3t)</u></p>	<p><u>Domínio das Atividades Físicas:</u> Consolidação de Conteúdos (3t) Danças (8t) Ginástica de Aparelhos: minitrampolim (8t) Voleibol(10t)</p> <p><u>Domínio da Aptidão Física (4t)</u> <u>Domínio dos conhecimentos (3t)</u></p>
3º Período (+/- 27/30) tempos letivos	<p><u>Domínio das Atividades Físicas:</u> Consolidação de Conteúdos (3t) Voleibol (12t) Atletismo: Salto Altura (4t) Danças (7t)</p> <p><u>Domínio da Aptidão Física (2t)</u> <u>Domínio dos conhecimentos (2t)</u></p>	<p><u>Domínio das Atividades Físicas:</u> Consolidação de Conteúdos (3t) Voleibol (12t) Atletismo: Lanç. (Peso) (5t) Orientação(6t)</p> <p><u>Domínio da Aptidão Física (2t)</u> <u>Domínio dos conhecimentos (2t)</u></p>	<p><u>Domínio das Atividades Físicas:</u> Consolidação de Conteúdos (3t) Badminton(10t) Voleibol (10t)</p> <p><u>Domínio da Aptidão Física (2t)</u> <u>Domínio dos conhecimentos (2t)</u></p>