

Competências Gerais	Objectivos Gerais	Conteúdos Temas e conceitos fundamentais	Estratégias/atividades	Calendarização	Avaliação
<p>Apropriar-se das regras das atividades e jogos;</p> <p>Desenvolver a competência corporal;</p> <p>Desenvolver habilidades pessoais para jogar.</p>	<p>Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas: resistência, força, velocidade, flexibilidade e coordenação.</p> <p>Cooperar com os companheiros nos jogos e exercícios, compreendendo e aplicando as regras combinadas na turma bem como os princípios de cordialidade e respeito na relação com os colegas e com o professor.</p> <p>Participar com empenho no aperfeiçoamento da sua habilidade nos diferentes tipos de atividades, procurando realizar as acções adequadas com correcção e oportunidade.</p>	<p>Jogos pré desportivos;</p> <p>Andebol;</p> <p>Basquetebol;</p> <p>Futebol;</p> <p>Voleibol;</p> <p>Atletismo;</p> <p>Ginástica.</p>	<p>Receber a bola e avaliar correctamente a situação, decidindo o que fazer a seguir: rematar, passar...;</p> <p>Deslocar-se para o ponto de queda da bola;</p> <p>Correr de forma contínua e com ritmo adequado;</p> <p>Efetuar rolamento à frente e atrás;</p> <p>Fazer o pino, a ponte, a vela e a roda com perfeição;</p> <p>Participar em corridas de estafetas;</p> <p>Jogar diferentes tipos de jogos (mata, rabia, jogo dos seis passes, bola ao capitão, bitoque rãguebi).</p>	<p>Ao longo do ano letivo</p>	<p>ASPETOS AVALIADOS</p> <p>Transversais</p> <p>Empenho;</p> <p>Participação;</p> <p>Concentração;</p> <p>Atenção;</p> <p>Cumprimento das regras;</p> <p>Respeito pelos outros;</p> <p>Responsabilidade;</p> <p>Dinâmica de grupo;</p> <p>Específicos</p> <p>Desempenho nas atividades desportivas;</p> <p>Desenvolvimento das capacidades físicas.</p>