

**DISTRIBUIÇÃO DAS UNIDADES DIDÁTICAS
ANO LETIVO DE 2020/2021**

6º ANO

Disciplina	DISTRIBUIÇÃO DAS UNIDADES DIDÁTICAS					
	1º Período	Aulas Previstas.	2º Período	Aulas Previstas.	3º Período	Aulas Previstas
		39		33		36
Educação Física	Currículo da Disciplina					
	CATEGORIAS DO PROGRAMA					
	Categoria A – Jogos Categoria B – Andebol, Basquetebol, Futebol e Voleibol Categoria D – Atletismo Categoria F – Dança Categoria G – Outras					
	A - Jogos B - Futebol, Voleibol D - Atletismo - Corridas, Lançamentos F - Dança G - Outras (Orientação / Ténis / Boccia / Frisbee ...)		A - Jogos B - Futebol, Voleibol D - Atletismo - Corridas, Saltos F - Dança G - Outras (Orientação / Ténis / Boccia)		A – Jogos B - Futebol, Voleibol D – Atletismo - Corridas, Lançamentos, Saltos F – Dança G – Outras (Orientação / Ténis / Boccia)	
	ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA					
	Fitescola®.					
	- Realização dos testes de aptidão física. - Controlo da aptidão física. - Desenvolvimento das áreas da aptidão física					
	ÁREA DOS CONHECIMENTOS					
	Temas		Atividades			
	- Regras fundamentais para a aula de Educação Física: - Processos de desenvolvimento e manutenção da condição física. - Estruturas e fenómenos sociais extra-escolares - O movimento e o exercício. - O espírito Desportivo. - A condição física e a preparação física.		-O objetivo e a história do jogo (matéria). - A função e o modo de execução das principais ações. - As suas regras e os respetivos sinais.			

Observação: Dada a especificidade da disciplina, a Recuperação e consolidação das aprendizagens será feita ao longo do ano letivo.