

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

**8º ANO**

Disciplina	DISTRIBUIÇÃO DAS UNIDADES DIDÁTICAS					
	1º Período	Aulas Previstas.	2º Período	Aulas Previstas.	3º Período	Aulas Previstas
		39		33		30
Educação Física	Currículo da Disciplina					
	CATEGORIAS DO PROGRAMA					
	Categoria A – Andebol, Basquetebol, Futebol e Voleibol Categoria C – Atletismo Categoria E – Dança Categoria F – Raquetas - Ténis de Mesa e Ténis de Campo Categoria G – Outras (Orientação, Boccia e Luta)					
	A - Andebol, Basquetebol, Futebol, Voleibol. C - Atletismo - Corridas, Lançamentos E - Dança F - Raquetas - Ténis de mesa G - Outras (Orientação / Boccia / Tag Ragby, ...)		A - Andebol, Basquetebol, Futebol, Voleibol. C - Atletismo - Corridas, Saltos E - Dança F - Raquetas -Ténis de Mesa G - Outras (Orientação / Ténis / Boccia / Tag Ragby, ...)		A - Andebol, Basquetebol, Futebol, Voleibol. C - Atletismo - Corridas, Lançamentos Saltos E - Dança F - Raquets -Ténis de Mesa G - Outras (Orientação / Ténis / Boccia / Tag Ragby, ...)	
	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. - Desenvolvimento das capacidades motoras condicionais e coordenativas - Estruturas e fenómenos sociais extra-escolares			-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.

