



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS
DR. CARLOS PINTO FERREIRA

DEPARTAMENTO Curricular de Expressões

ANO LETIVO 2016-2017

DISCIPLINA Educação Física

ANO 7º, 8º e 9º anos

Planificação a longo prazo

CONTEÚDOS	CALENDARIZAÇÃO
Aptidão Física: <ul style="list-style-type: none">• Velocidade• Resistência• Força• Flexibilidade	Ao longo do ano letivo
Atividades Físicas:	Ao longo do ano letivo
Jogos Desportivos Coletivos <ul style="list-style-type: none">• Futebol• Andebol• Basquetebol• Voleibol	2º Período
Desportos Individuais <ul style="list-style-type: none">• Atletismo• Ginástica (solo, aparelhos e acrobática)• Dança• Raquetes (Badminton e Ténis)	Ao longo do ano letivo 2º Período 2º Período
Corrida de Orientação	3º Período (7º e 8º anos)