



PLANEAMENTO ANUAL – GESTÃO PROGRAMÁTICA

3º Ciclo do Ensino Básico

EDUCAÇÃO FÍSICA - 2019/2020

PERÍODO	7º ANO	Aulas	8º ANO	Aulas	9º ANO	Aulas
1º 39 aulas	• FitnessGram Vai Vem / Agilidade / Força Inferior e IMC	4	• FitnessGram Vai Vem / Agilidade / Força Inferior e IMC	4	• FitnessGram Vai Vem / Agilidade / Força Inferior e IMC	4
	• Atletismo Corrida Contínua Corrida Velocidade Salto em Comprimento	10	• Atletismo Corrida Contínua Corrida Velocidade Salto em Comprimento	10	• Atletismo Corrida Contínua Corrida Velocidade Salto em Comprimento	10
	• Basquetebol	15	• Voleibol	15	• Futebol	15
	• Condição Física	10	• Condição Física	10	• Condição Física	10
2º 33 aulas	• Badminton	9	• Badminton	9	• Andebol	9
	• Ginástica Artística Solo / Aparelhos	12	• Ginástica Artística Solo / Aparelhos	12	• Ginástica Artística Solo / Aparelhos	12
	• Andebol	9	• Futebol	9	• Basquetebol	9
	• FitnessGram Vai Vem / Agilidade / Força Inferior e IMC	3	• FitnessGram Vai Vem / Agilidade / Força Inferior e IMC	3	• FitnessGram Vai Vem / Agilidade / Força Inferior e IMC	3
3º 24 aulas 21*	• Atletismo Salto em Altura	10	• Atletismo Estafetas	10	• Voleibol	10
	• Futebol	10	• Basquetebol	10	• Badminton	10
	• Outras atividades	4	• Outras atividades	4	• Outras atividades	1