

PLANEAMENTO ANUAL - EDUCAÇÃO FÍSICA – 9ºA – 2023/2024

UNIDADES	CONTEÚDOS	ESPECIFICAÇÃO DOS CONTEÚDOS	CALENDARIZAÇÃO
Aptidão Física	<ul style="list-style-type: none"> - Resistência; - Força; - Velocidade; - Flexibilidade; - Destreza Geral. 	OBJETIVOS	1ºPER. – 37 2ºPER. – 34 3ºPER. – 24 Nº DE AULAS 1ºPER: 4 2ºPER: 2 3ºPER: 3
		Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física, para a sua idade e sexo.	
Área dos Conhecimentos		<ul style="list-style-type: none"> - Conhecer e aplicar cuidados higiénicos, bem como as regras de segurança pessoal e dos companheiros, e de preservação dos recursos materiais. - Identificar as capacidades físicas: Resistência, Força, Velocidade, Flexibilidade, Agilidade e Coordenação (Geral), de acordo com as características do esforço realizado. - Conhecer os processos fundamentais das adaptações morfológicas, funcionais e psicológicas, que lhe permitem compreender os diversos fatores da Aptidão Física. 	AO LONGO DE TODO O ANO LETIVO
Basquetebol A,B,C,D,E, F,G,J	<ul style="list-style-type: none"> - Regras básicas de jogo; - Manejo de bola; - Paragem a um e dois tempos; - Rotação; - Lançamento (em apoio, na passada); - Drible de progressão; - Fintas e mudanças de direcção; - Passe (de peito, picado e de ombro) / Recepção; - Posição base defensiva; 	O aluno: 1. Cooperar com os companheiros nos exercícios e no jogo reduzido e condicionado, escolhendo as ações favoráveis ao êxito pessoal e do pequeno grupo, admitindo as indicações que lhe dirigem e aceitando as opções e falhas dos seus colegas. 2. Aceita as decisões da arbitragem e trata com igual cordialidade e respeito os companheiros e adversários. 3. Conhece o objetivo do jogo, a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas e as regras: a) formas de jogar a bola, b) início e recomeço do jogo, c) bola fora, d) passos, e) dribles, f) bola presa e g) faltas pessoais, adequando as suas ações a esse conhecimento. 3. Conhece o objetivo do jogo, a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas e as regras: a) formas de jogar a bola, b) início e recomeço do jogo, c) bola fora, d) passos, e) dribles, f) bola presa, g) faltas pessoais e h) três segundos, adequando as suas ações a esse conhecimento. 4. Realiza com correção e oportunidade, no jogo e em exercícios critério, as ações referidas no programa Introdução e ainda: a) fintas de arranque em drible, b) receção-enquadramento, c) lançamento em salto, d) drible de progressão com mudanças de direção pela frente, e) drible de proteção, f) passe com uma mão, g) passe e corte, h) ressalto, i) posição defensiva básica e j) enquadramento defensivo e em exercícios critério, l) mudanças de direção entre pernas e por trás das costas, m) lançamento com interposição de uma perna e n) arranque em drible (direto ou cruzado).	1º PERÍODO Nº AULAS 9
Futsal A,B,C,D,E, F,G,J	<ul style="list-style-type: none"> - Regras básicas de jogo; - Controlo e condução de bola; - Remate; - Passe / Recepção; Drible / Finta; 	O aluno: 1. Cooperar com os companheiros nos exercícios e no jogo reduzido e condicionado, escolhendo as ações favoráveis ao êxito pessoal e do pequeno grupo, admitindo as indicações que lhe dirigem e aceitando as opções e falhas dos seus colegas. 2. Aceita as decisões da arbitragem e trata com igual cordialidade e respeito os companheiros e adversários. 3. Conhece o objetivo do jogo, a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas e as regras. 4. Realiza com correção global em exercícios critério, as ações: a) receção de bola, b) remate, c) condução de bola, d) passe, e) cabeceamento.	2º 3º PERÍODO Nº AULAS 2ºPER: 5 3ºPER: 4
Badminton	<ul style="list-style-type: none"> -Regras básicas de jogo (singulares) - Pegas da raquete – 	O aluno: 1 - Cooperar com os companheiros, nas diferentes situações, escolhendo as ações favoráveis ao êxito pessoal e do companheiro, admitindo as indicações que lhe dirigem, aceitando as opções e falhas dos seus colegas e dando sugestões que favoreçam a sua	1º PERÍODO Nº AULAS

PLANEAMENTO ANUAL - EDUCAÇÃO FÍSICA – 9ºA – 2023/2024

UNIDADES	CONTEÚDOS	ESPECIFICAÇÃO DOS CONTEÚDOS	CALENDARIZAÇÃO
A,B,C,D,E, F,G,J	universal, de direita e de esquerda; - Posição-base; - Situação de jogo 1x1 -Deslocamentos à frente, laterais, à retaguarda e passo caçado. -Serviço curto e serviço comprido; - Clear de direita e esquerda; - Lob de direita e esquerda; - Drive; - Remate	melhoria. 2 – Conhece o objectivo do jogo, a função e o modo de execução das principais acções técnico-táticas, adequando as suas acções a esse conhecimento. 3 – Em situação de jogo singulares, desloca-se e posiciona-se correctamente, para devolver o volante, utilizando diferentes tipos de batimentos: 3.1- Serviço curto e comprido; 3.2 – Em clear, batendo o volante num movimento contínuo, por cima da cabeça e à frente do corpo, com rotação do tronco; 3.3 – Em lob, batendo o volante num movimento contínuo, avançando a perna do lado da raquete (afundo); 3.4 – Em drive (à direita e à esquerda), executando o batimento à frente do corpo, com a cabeça da raquete paralela à rede e imprimindo ao volante uma trajectória tensa; 3.5 – Em remate, batendo o volante acima da cabeça e à frente do corpo com rotação do corpo, imprimindo-lhe uma trajectória descendente e rápida.	12
Atletismo A,B,C,D,E, F,G,J	- Corrida de velocidade -Corrida de resistência - Corrida de estafetas	O aluno: 1. Coopera com os companheiros, admitindo as indicações que lhe dirigem e cumprindo as regras que garantam as condições de segurança e a preparação, arrumação e preservação do material. 2. Efetua uma corrida de velocidade (40 m a 60 m), com partida de tacos. Acelera até à velocidade máxima, realizando apoios ativos sobre a parte anterior do pé (extensão completa da perna de impulsão) e termina sem desaceleração nítida, com inclinação do tronco à frente nas duas últimas passadas. 3. Efetua uma corrida de estafetas de 4 x 60 m, recebendo o testemunho em movimento, na zona de transmissão e entregando-o, após sinal sonoro, com segurança e sem acentuada desaceleração. 4. Efetua uma corrida de barreiras com partida de tacos. “Ataca” a barreira, apoiando o terço anterior do pé longe desta, facilitando a elevação do joelho e a extensão da perna de ataque. Passa as barreiras com trajetória rasante, mantendo o equilíbrio nas receções ao solo e sem desaceleração nítida.	2º PERÍODO Nº AULAS 6
Andebol A,B,C, D, E, F, G, H, J	- Regras básicas de jogo; - passe-receção em corrida, - receção-remate em salto, - drible- remate em salto, - acompanhamento do jogador com e sem bola. - interceção.	O aluno: 1. Coopera com os companheiros, quer nos exercícios quer no jogo, escolhendo as acções favoráveis ao êxito pessoal e do grupo, admitindo as indicações que lhe dirigem e aceitando as opções e falhas dos seus colegas. 2. Aceita as decisões da arbitragem e trata com igual cordialidade e respeito os companheiros e adversários, evitando acções que ponham em risco a sua integridade física, mesmo que isso implique desvantagem no jogo. 3. Conhece o objetivo do jogo, a função e o modo de execução das principais acções técnico-táticas e as regras do jogo: a) início e recomeço do jogo, b) formas de jogar a bola, c) violações por dribles e passos, d) violações da área de baliza, e) infrações à regra de conduta com o adversário e respetivas penalizações. 4. Em situação de jogo de Andebol de 5 (4+1 x 4+1) num campo reduzido, com aproximadamente 25m x 14m, baliza com aproximadamente 1,80m de altura e área de baliza de 5m, utilizando uma bola “afável” n.º 0: 4.1 Com a sua equipa em posse da bola: 4.1.1 Desmarca-se oferecendo linha de passe, se entre ele e o companheiro com bola se encontra um defesa (“quebra do alinhamento”), garantindo a ocupação equilibrada do espaço de jogo.	2º 3º PERÍODO Nº AULAS 2ºPER: 5 3ºPER: 4

PLANEAMENTO ANUAL - EDUCAÇÃO FÍSICA – 9ºA – 2023/2024

UNIDADES	CONTEÚDOS	ESPECIFICAÇÃO DOS CONTEÚDOS	CALENDARIZAÇÃO
		<p>4.1.2 Com boa pega de bola, opta por passe, armando o braço, a um jogador em posição mais ofensiva ou por drible em progressão para finalizar.</p> <p>4.1.3 Finaliza em remate em salto, se recebe a bola, junto da área, em condições favoráveis.</p> <p>4.2 Logo que a sua equipa perde a posse da bola assume atitude defensiva, procurando de imediato recuperar a sua posse:</p> <p>4.2.1 Tenta interceptar a bola, colocando-se numa posição diagonal de defesa, para intervir na linha de passe do adversário.</p> <p>4.2.2 Impede ou dificulta a progressão em drible, o passe e o remate, colocando-se entre a bola e a baliza na defesa do jogador com bola.</p> <p>4.3 Como guarda-redes:</p> <p>4.3.1 Enquadra-se com a bola, sem perder a noção da sua posição relativa à baliza, procurando impedir o golo.</p> <p>4.3.2 Inicia o contra ataque, se recupera a posse da bola, passando a um jogador desmarcado.</p> <p>5. Realiza com oportunidade e correção global, no jogo e em exercícios critério, as ações: a) passe-receção em corrida, b) receção-remate em salto, c) drible- remate em salto, d) acompanhamento do jogador com e sem bola e e) interceção.</p>	
Dança Social A, B, C, D, E, F, G, H, J		<p>O aluno:</p> <p>Seleciona com antecipação, do repertório desenvolvido, os passos/figuras a executar à sua vontade, e mediante a disponibilidade de espaço, respeitando a estrutura rítmica das danças latino-americanas/não progressivas - Merengue e Rumba Quadrada:</p> <p>4.1 Mantém uma postura natural, com a cabeça levantada, no enquadramento dos ombros, distinguindo “Posição Fechada” de “Posição Aberta” e identificando as posições relativas e pegas a utilizar quando em “Posição Aberta”.</p> <p>4.2 Domina princípios básicos de condução, nomeadamente para início e final de volta, identificando o elevar do braço da pega como sinal de início e o baixar como o final da mesma, tanto no papel de “condutor” (atempadamente e de forma precisa) como de “seguidor” (sem se antecipar às ações do outro).</p> <p>4.3 Dança o merengue, em situação de Line Dance com a organização espacial definida, e em situação de dança a pares, iniciando no 1o tempo do compasso e fazendo coincidir cada passo a um tempo, realizando sequências de passos que combinem:</p> <ul style="list-style-type: none"> passos no lugar e progredindo à frente e atrás; passos laterais à direita e à esquerda alternados com junção de apoios; passos cruzados pela frente ou por trás; · passos à frente e atrás com o mesmo apoio, alternados com transferências de peso do outro apoio no lugar; · voltas à direita e à esquerda. <p>4.4 Dança a rumba quadrada, iniciando no 1o tempo do compasso e respeitando a estrutura rítmica: Lento (1o e 2o tempos do compasso), Rápido (3o tempo do compasso), Rápido (4o tempo do compasso), realizando os seguintes passos/figuras:</p> <ul style="list-style-type: none"> Passo básico em “Posição Fechada” fazendo coincidir os passos em frente e atrás ao ritmo Lento, e os laterais (sem ultrapassar a largura dos ombros) e junção de apoios ao ritmo Rápido Passos progressivos em “Posição Fechada” em frente sem volta ou virando progressivamente até 1/4 volta para a esquerda ou para a direita, mantendo a posição relativa com o par, que simultaneamente executa os passos progressivos atrás Volta e Contravolta em “Posição Aberta pega E-D” mantendo o elemento masculino a mesma frente enquanto o elemento feminino executa uma volta à direita seguida de uma volta à esquerda. 	<p>2º 3º PERÍODO</p> <p>Nº AULAS</p> <p>2ºPER: 2</p> <p>3ºPER: 2</p>
Dança Tradicional A, B, C, D, E, F, G, H, J	Dança Tradicional	<p>O aluno:</p> <p>1. Cooperar com os companheiros, incentivar e apoiar a sua participação na atividade, apresentando sugestões de aperfeiçoamento, e considerando, por seu lado, as propostas que lhe são dirigidas.</p> <p>Conhece a origem cultural e histórica das Danças Tradicionais selecionadas e identifica as suas características bem como as zonas geográficas a que pertencem.</p>	<p>1º 2º PERÍODO</p> <p>Nº AULAS</p> <p>1ºPER: 2</p> <p>2ºPER: 2</p>

PLANEAMENTO ANUAL - EDUCAÇÃO FÍSICA – 9ºA – 2023/2024

UNIDADES	CONTEÚDOS	ESPECIFICAÇÃO DOS CONTEÚDOS	CALENDARIZAÇÃO
		<p>2. Dança o Regadinho, a Erva Cidreira (simplificada, sem escovinha) e o Sariquité ou outras danças com as mesmas características (“passo de passeio”, “passo saltado”, “passo saltitado” e “passo corrido”) selecionadas pelo professor, respeitando as diferentes posturas e posições assumidas em cada dança e executando os passos em sincronia com a música, demonstrando as seguintes qualidades:</p> <p>A. No Regadinho: A “Maria” a “gingar” a bacia no “passo de passeio”. Inicia o “passo saltado cruzado” com a perna direita a cruzar pela frente e juntando-se os pés ao oitavo tempo, enquanto os membros superiores oscilam em oposição aos membros inferiores. Realiza o “passo saltitado” com impulsão e receção no mesmo pé, e as trocas com o braço dado em oposição.</p> <p>B. Na Erva Cidreira (simplificada, sem o passe de escovinha): Executa o “passo de passeio”, na primeira figura, com apoios sucessivos alternados, com pequena amplitude e ligeiramente arrastado, apoiando bem o pé no chão, e finalizando com o “Manel” voltado para o seu par. Realiza o “passo de passeio”, na segunda figura, em trajetória circular com palmas, avançando para o par e mantendo-se sempre voltado para o mesmo sentido. Executa o “passo de passeio”, na terceira figura, em trajetória circular com o par entrelaçado, regressando à posição inicial.</p> <p>C. No Sariquité: Eleva os calcanhares à retaguarda no “passo corrido”, finalizando com acentuação forte nos últimos dois apoios. Cruza atrás o calcanhar no “passo saltado lateral”, com batimentos fortes nos últimos dois apoios. Realiza os “rodopios” (individuais ou com o par) em passe de corrida rápido, finalizando com batimento forte nos dois últimos apoios.</p>	
Patinagem A, B, C, D, E, F, G, H, J	<p>Patinar com equilíbrio e segurança, ajustando as suas ações para orientar o seu deslocamento com intencionalidade e oportunidade na realização de sequências rítmicas e percursos.</p>	<p>O aluno:</p> <ol style="list-style-type: none"> Em patins, cumprindo as regras de segurança própria e dos companheiros, realiza com coordenação global e fluidez de movimentos, percursos, jogos de perseguição ou estafetas em que se combinem as seguintes habilidades: <ol style="list-style-type: none"> Arranca para a frente, para a esquerda e para a direita, apoiando o patim na direção desejada e impulsionando-se pela colocação do peso do corpo sobre esse apoio, coordenando a ação dos membros inferiores com a inclinação do tronco. Desliza para a sobre um apoio, fletindo a perna livre (com o patim à altura do joelho da perna de apoio), mantendo a figura e o controlo do deslocamento em equilíbrio (“Quatro”). Desliza para trás com os patins paralelos, após impulso inicial de um colega ou na parede. Desliza de “cócoras”, mantendo os patins paralelos e os braços à frente, elevando-se e baixando-se sem perder o equilíbrio. Desliza para a frente e também para trás, desenhando um encadeamento de círculos (“oitos”) afastando e juntando respetivamente as pontas dos pés e os calcanhares. Curva com os pés paralelos, à esquerda e à direita com ligeira inclinação dos pés e do tronco para o lado para onde vai virar, mantendo o equilíbrio. Trava em “T” após deslize para a frente, no menor espaço de tempo, mantendo o equilíbrio. 	<p>2º Período Nº AULAS 4</p>
Atletismo A, B, C, F, G, I, J	<p>- Salta em comprimento com a técnica de voo na passada</p> <p>- Salta em altura</p>	<p>O aluno:</p> <ol style="list-style-type: none"> Coopera com os companheiros, admitindo as indicações que lhe dirigem e cumprindo as regras que garantam as condições de segurança e a preparação, arrumação e preservação do material.. Salta em comprimento com a técnica de voo na passada, com corrida de balanço de oito a doze passadas e impulsão na tábua de chamada. Aumenta a cadência nas últimas passadas para realizar uma impulsão eficaz, mantendo o tronco direito. “Puxa” a perna de impulsão para junto da perna livre na fase descendente do voo, tocando o solo o mais longe possível, com flexão do tronco à frente. Salta em altura com técnica de Fosbury Flop, com cinco a oito passadas de balanço, sendo as últimas três/quatro em curva. Apoia 	<p>3º PERÍODO Nº AULAS 4</p>

PLANEAMENTO ANUAL - EDUCAÇÃO FÍSICA – 9ºA – 2023/2024

UNIDADES	CONTEÚDOS	ESPECIFICAÇÃO DOS CONTEÚDOS	CALENDARIZAÇÃO
	- Lançamento do peso	ativamente o pé de chamada no sentido da corrida, com elevação enérgica da coxa da perna livre, conduzindo o joelho para dentro (provocando a rotação da bacia). Transpõe a fasquia com o corpo ligeiramente “arqueado”. Flexão das coxas e extensão das pernas na fase descendente do voo, caindo de costas no colchão com os braços afastados lateralmente. 4. Lança a bola (tipo hóquei), com quatro a sete passadas de balanço em aceleração progressiva. Executa as três passadas finais com os apoios e ritmo corretos, com a mão à retaguarda e o braço em extensão, realizando o último apoio pelo calcanhar da perna contrária. 5. Lança o peso de 3 kg/4 kg, de costas (duplo apoio) e sem balanço, num círculo de lançamentos. Roda e avança a bacia do lado do peso com extensão total (das pernas e do braço do lançamento), para empurrar o engenho para a frente e para cima, mantendo o cotovelo afastado em relação ao tronco.	
Ginástica no Solo A, B, C, D, E, F, G, H, J	- Rolamento à frente e à retaguarda engrupados; - Avião; - Ponte, bandeira ou espargata. - Elementos de ligação (saltos, voltas e afundo); -Roda;	1. O aluno combina as habilidades em seqüências, realizando: 1.1 Cambalhota à frente no colchão, terminando a pés juntos, mantendo a mesma direção durante o enrolamento. 1.2 Cambalhota à frente num plano inclinado, terminando com as pernas afastadas e em extensão. 1.6 Subida para pino apoiando as mãos no colchão e os pés num plano vertical, recuando as mãos e subindo gradualmente o apoio dos pés, aproximando-se da vertical (mantendo o olhar dirigido para as mãos), terminando em cambalhota à frente. 1.7 Roda com marcada extensão dos segmentos corporais e saída em equilíbrio, na direcção do ponto de partida. 1.8 Posições de flexibilidade variadas (afastamento lateral e frontal das pernas em pé e no chão, com máxima inclinação do tronco; mata-borrão; etc.).	1º 2º PERÍODO Nº AULAS 1ºPER: 5 2ºPER: 4
Ginástica de Aparelhos A, B, C, D, E, F, G, H, J	Boque / Plinto: - Salto de eixo; - Salto entre-mãos. Mini-trampolim: - Salto em extensão; - Salto engrupado; - Pirueta; - Carpa de pernas afastadas. Na trave baixa (banco sueco invertido): - Marcha à frente e atrás;	O aluno: 1. Coopera com os companheiros nas ajudas, paradas e correções que favoreçam a melhoria das suas prestações, garantindo condições de segurança, pessoal e dos companheiros, e colabora na preparação, arrumação e preservação do material. 2. Realiza, após corrida de balanço e chamada a pés juntos no trampolim (reuther ou sueco) e chegando ao solo em condições de equilíbrio para adotar a posição de sentido, os seguintes saltos: 2.1 Salto de eixo no boque, com os membros inferiores estendidos (com extensão dos joelhos). 2.2 Salto entre-mãos (boque e/ou plinto transversal), apoiando as mãos com a bacia acima da linha dos ombros, transpondo o aparelho com os joelhos junto ao peito. 2.3 Cambalhota à frente no plinto longitudinal com um colchão em cima, com acentuada elevação da bacia e fluidez no movimento. 3. No mini-trampolim, com chamada com elevação rápida dos braços e receção equilibrada no colchão de queda, realiza os seguintes saltos: 3.1 Salto em extensão (vela), após corrida de balanço (saída ventral) e também após 2 ou 3 saltos de impulsão no aparelho (saída dorsal), colocando a bacia em ligeira retroversão durante a fase aérea do salto. 3.2 Salto engrupado, após corrida de balanço (saída ventral) e também após 2 ou 3 saltos de impulsão no aparelho (saída dorsal), com fecho dos membros inferiores em relação ao tronco, na fase mais alta do voo, seguido de abertura rápida. 3.3 Pirueta vertical após corrida de balanço (saída ventral), quer para a direita quer para a esquerda, mantendo o controlo do salto. 3.4 Carpa de pernas afastadas, após corrida de balanço (saída ventral), realizando o fecho das pernas (em extensão) relativamente ao tronco, pouco antes de atingir o ponto mais alto do salto, seguido de abertura rápida. 4. Em equilíbrio elevado (na trave baixa), realiza um encadeamento das seguintes habilidades, utilizando a posição dos braços para ajudar a manter o equilíbrio: 4.1 Marcha à frente e atrás olhando em frente.	1º 2º PERÍODO Nº AULAS 1ºPER: 5 2ºPER: 4

PLANEAMENTO ANUAL - EDUCAÇÃO FÍSICA – 9ºA – 2023/2024

UNIDADES	CONTEÚDOS	ESPECIFICAÇÃO DOS CONTEÚDOS	CALENDARIZAÇÃO
	- Marcha na ponta dos pés, atrás e à frente; - Meia volta; - Salto a pés juntos;	4.2 Marcha na ponta dos pés, atrás e à frente. 4.3 Meia volta, em apoio nas pontas dos pés. 4.4 Salto a pés juntos, com flexão de pernas durante o salto e receção equilibrada no aparelho.	
Natação A, B, C, F, G, I, J	-Ações técnicas -Terminologia básica	Em piscina com pé, em situação de exercício ou de jogo, utilizando objetos variados flutuantes e submersos, o aluno consegue: 1. Coordenar a inspiração e a expiração em diversas situações simples com e sem apoios, fazendo a inspiração curta e a expiração completa ativa e prolongada só pela boca, só pelo nariz e simultaneamente pelas duas vias. 2. Flutuar em equilíbrio, em diferentes posições partindo de apoio de pés e mãos para a flutuação vertical e horizontal (facial e dorsal). 3. Combinar as posições de flutuação em sequências (coordenando essas mudanças com os movimentos da cabeça e respiração): vertical-horizontal, horizontal facial-dorsal. 4. Associar o mergulho às diferentes posições de flutuação abrindo os olhos durante a imersão para se deslocar com intencionalidade em tarefas simples (apanhar objetos, etc.), a vários níveis de profundidade. 5. Deslocar-se em flutuação, coordenando as ações propulsivas das pernas e braços com a respiração em diferentes planos de água e eixos corporais. 6. Saltar para a piscina, partindo de posições e apoios variados (pés, pés e mãos, joelhos, frontal e lateral), mergulhando para apanhar um objeto no fundo e voltar para uma posição de flutuação. 7. Coordena os modos de respiração das técnicas crol, costas e bruços / desloca-se nas técnicas de crol, costas e bruços.	3º PERÍODO Nº AULAS 8
Modalidades Alternativas		• Orientação	AO LONGO DE TODO O ANO LETIVO
Planificação elaborada de acordo com as “Orientações para a Recuperação e Consolidação das Aprendizagens”, emanadas pelo Ministério da Educação, tendo por base os documentos curriculares – <i>Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória</i> (PA) e as Aprendizagens Essenciais (AE). A lecionação de alguns conteúdos (natação, ginástica, etc.) dependerá da disponibilidade de espaços e materiais.			

- A calendarização das atividades letivas poderá sofrer alterações de acordo com a disponibilidade dos espaços.
- Poderão ser introduzidas na planificação modalidades alternativas, de acordo com a disponibilidade dos espaços e dos materiais.

Pedrógão Grande, 15 de setembro de 2023

O Docente de Educação Física
Jorge Rafael Correia Faria