



Aulas Previstas/Turma			Observações
Período	A	B	
1.º Período	37	37	
2.º Período	38	38	
3.º Período	21	21	
Total	96	96	

As aulas previstas são contabilizadas em unidades de 50 minutos

Unidades Temáticas	Instrumentos e Critérios de Avaliação					
	Instrumentos base		%	Instrumentos complementares		%
1.º Período	Descrição dos Instrumentos	%	75%	Descrição dos Instrumentos	%	25%
Voleibol Corrida de estafetas ou salto em comprimento ou corrida de barreiras (avaliação no 2.º período) Ginástica no solo	Modalidade Coletiva Ginástica	50% 50%		Faltas de material/Pontualidade Participação	30% 70%	
2.º Período	Descrição dos Instrumentos	%	75%	Descrição dos Instrumentos	%	25%
Badminton Corrida de estafetas ou salto em comprimento ou corrida de barreiras Ginástica Acrobática (avaliação no 3.º período)	Desporto de Raquetes Atletismo	50% 50%		Faltas de material/Pontualidade Participação	30% 70%	
3.º Período	Descrição dos Instrumentos	%	75%	Descrição dos Instrumentos	%	25%
Ginástica Acrobática Basquetebol <i>Nota: a introdução da modalidade coletiva, justifica-se pelas características das instalações da ESEQ e consequente Rotação de Instalações.</i>	Ginástica Modalidade Coletiva	50% 50%		Faltas de material/Pontualidade Participação	30% 70%	

Aptidão Física: Transversal a todas as matérias. Aplicação da bateria *FITescola* (testes: Vaivém, Abdominais, Impulsão horizontal e Flexibilidade membros inf.) para enquadrar o aluno na Zona Saudável de Aptidão Física.

Material básico para a aula
T-shirt, meias de algodão, sapatilhas e calções/fato de treino.

Classificação Final	Ensino Básico	Ensino Secundário
1.º Período	Resulta da aplicação dos critérios de avaliação	Resulta da aplicação dos critérios de avaliação
2.º Período	(Resultados obtidos nos instrumentos de avaliação do 2º período x 0,6) + (0,4 x resultados médios obtidos nos instrumentos de avaliação do 1º período).	(Critérios de avaliação no 2º período x 0,6) + (0,4 x Classificação do 1º período)
3.º Período	(Resultados obtidos nos instrumentos de avaliação do 3º período x 0,4) + (0,6 x média aritmética dos resultados obtidos nos instrumentos de avaliação dos 1º e 2º períodos)	(Critérios de avaliação no 3º período x 0,4) + (0,6 x Classificação do 2º período)

Avaliação dos Alunos com atestado médico: total - 2 testes escritos nos 1.º e 2.º períodos/1 teste escrito no 3.º período; parcial – 1 teste escrito por período à modalidade condicionada.