

CONTEÚDOS	
Educação Física	2.º Ciclo

5.º Ano / 6.º Ano

Capacidades Físicas

- Aptidão Física

Futsal

Voleibol

Basquetebol

Badminton

- História da modalidade
- Regras
- Acções técnicas
- Acções tácticas

Jogos Pré-desportivos (5.º Ano)

- Acções técnicas
- Acções tácticas
- Regras

Ginástica (Solo e Aparelhos)

- História da modalidade
- Regulamento
- Elementos técnicos
- Material e manuseamento
- Regras de segurança

Atletismo (Corridas, Saltos e Lançamentos)

- História da modalidade
- Regulamento
- Elementos técnicos

Luta (opção)

- História da modalidade
- Regras de segurança
- Regulamento
- Acções técnicas

Dança (opção)

- Acções técnicas
- Expressão corporal

Nota: As planificações das actividades foram definidas em função dos espaços disponíveis devido às obras (ano lectivo 2010-2011)