

## 2011/2012 Conteúdos a Leccionar 9º ano – Disciplina de Educação Física

1º Período	2º Período	3º Período
<p><b>Basquetebol</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Participação, Cooperação, Responsabilidade e Jogo Limpo;</li><li>- Fundamentos técnicos e táticos;</li><li>- Exercícios para a melhoria da técnica;</li><li>- Jogos para a melhoria da tática.</li></ul>	<p><b>Atletismo – Salto em Altura</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Participação, Cooperação, Responsabilidade e Jogo Limpo;</li><li>- Salto com a Técnica Fosbury flop</li></ul>	<p><b>Voleibol</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Participação, Cooperação, Responsabilidade e Jogo Limpo;</li><li>- Fundamentos técnicos e táticos;</li><li>- Exercícios para a melhoria da técnica;</li><li>- Jogos para melhorar a tática.</li></ul>
<p><b>Atletismo</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Participação, Cooperação, Responsabilidade e Jogo Limpo;</li><li>- Resistência Aeróbia</li></ul>	<p><b>Futebol</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Participação, Cooperação, Responsabilidade e Jogo Limpo;</li><li>- Fundamentos técnicos e táticos;</li><li>- Exercícios para a melhoria da técnica;</li><li>- Jogos para melhorar a tática.</li></ul>	<p><b>Andebol</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Participação, Cooperação, Responsabilidade e Jogo Limpo;</li><li>- Fundamentos técnicos e táticos;</li><li>- Exercícios para a melhoria da técnica;</li><li>- Jogos para melhorar a tática.</li></ul>
<p><b>Badminton</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Participação, Cooperação, Responsabilidade e Jogo Limpo;</li><li>- Fundamentos técnicos e táticos;</li><li>- Exercícios para a melhoria da técnica;</li><li>- Jogos para melhorar a tática.</li></ul>	<p><b>Rugby</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Participação, Cooperação, Responsabilidade e Jogo Limpo;</li><li>- Fundamentos técnicos e táticos;</li><li>- Exercícios para a melhoria da técnica;</li><li>- Jogos para melhorar a tática.</li></ul>	<p><b>Orientação</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Participação, Cooperação, Responsabilidade e Jogo Limpo;</li><li>- Identificação da orientação;</li><li>- Organização de um percurso de orientação.</li></ul>
<p><b>Ginástica de Solo</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Participação, Cooperação, Responsabilidade e Jogo Limpo;</li><li>- Exercícios para fixar e aperfeiçoar a técnica desportiva das actividades gímnicas.</li></ul>	<p><b>Ginástica de Aparelhos</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Participação, Cooperação, Responsabilidade e Jogo Limpo;</li><li>- Exercícios para fixar e aperfeiçoar a técnica desportiva das actividades gímnicas de aparelhos.</li></ul>	
<p><b>Ginástica Acrobática</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Participação, Cooperação, Responsabilidade e Jogo Limpo;</li><li>- Exercícios para fixar e aperfeiçoar a técnica desportiva das actividades gímnicas acrobáticas.</li></ul>		

