

#ESTUDOEMCASA

BLOCO N.º 27

DISCIPLINA Educação Física

ANO(S) 3º CEB x

APRENDIZAGENS ESSENCIAIS

Aptidão física: Manutenção e/ou elevação da aptidão física, na perspetiva da saúde e do bem-estar.

Conhecimentos: Identifica alguns fatores associados a um estilo de vida saudável. Desenvolvimento das competências relacionadas com o Bem Estar/Saúde, Consciência e Domínio do Corpo. Aplicação de processos de manutenção e/ou elevação do nível funcional de aptidão física, na perspetiva da saúde e do bem-estar

Como jogar Futsal



Tarefas/ Atividades/ Desafios

1. Toques na bola

Aproveitando os conhecimentos transmitidos durante o bloco pedagógico, conta quantos toques sucessivos consegues dar numa bola com o pé, sem a deixar cair.

3º ciclo/7º, 8º e 9º ano