

DEPARTAMENTO DE EXPRESSÕES

Disciplina: Educação Física

Ano: 7º Ano

Ano Letivo 2025/2026

TEMAS/CONTEÚDOS	Nº AULAS PREVISTAS
Testes de Condição Física - Fitescola	6
Atletismo:	
Corrida de resistência	6
Corrida de velocidade	6
Corrida de estafetas	5
Salto em comprimento	4
Lançamento do peso	5
Ginástica de solo	10
Voleibol	15
Basquetebol	14
Badminton	10
Futsala	9
Patinagem	5
Atividades Rítmicas Expressivas -Opcional	3
Mobilidade Urbana (bicicleta)	3

DEPARTAMENTO DE EXPRESSÕES

Disciplina: Educação Física

Ano: 8º Ano

Ano Letivo 2025/2026

TEMAS/CONTEÚDOS	Nº AULAS PREVISTAS
Testes de Condição Física - Fitescola	6
Atletismo:	
Corrida de resistência	5
Corrida de velocidade	4
Corrida de estafetas	4
Salto em altura	4
Salto em comprimento	4
Corrida de obstáculos	4
Ginástica de solo	10
Voleibol	15
Andebol	14
Badminton	10
Futsal	9
Patinagem	5
Atividades Rítmicas Expressivas -Opcional	3
Mobilidade Urbana (bicicleta)	3

DEPARTAMENTO DE EXPRESSÕES

Disciplina: Educação Física

Ano: 9º Ano

Ano Letivo 2025/2026

TEMAS/CONTEÚDOS	Nº AULAS PREVISTAS
Testes de Condição Física - Fitescola	6
Atletismo:	
Corrida de resistência	6
Corrida de velocidade	6
Salto em comprimento	3
Lançamento do peso	4
Lançamento do dardo	4
Ginástica de aparelhos	8
Voleibol	11
Andebol	11
Basquetebol	9
Badminton	9
Futsal	9
Patinagem	5
Atividades Rítmicas Expressivas -Opcional	3
Mobilidade Urbana (bicicleta)	3