

COLÉGIO MILITAR

Esgrima

3º e 4º anos

Ano letivo 2016/17

Objetivos da Esgrima

Iniciar o contato com a modalidade, onde se irá desenvolver o equilíbrio, a coordenação oculo-manual, a coordenação membros superiores/inferiores e a precisão, através de situações de jogo. Com isto, a esgrima pretende desenvolver também, os aspetos psicossociais, como o autocontrolo, a autoconfiança, a concentração e o respeito pelas regras.

Avaliação

À semelhança do que se sucedeu o ano letivo passado, propõe-se que a Esgrima não seja objeto de avaliação, pois os alunos têm poucas aulas e estão numa fase de iniciação.

Lisboa, 12 de Setembro de 2016

O Mestre de Esgrima

Helder Jorge Coelho Alves

TCor Art^a Res