

Planificação Anual – Educação Física				
PERÍODO	Domínio	Aprendizagens essenciais	Perfil do aluno a trabalhar*	Nº de aulas
1º PERÍODO	Perícias Manipulações	<p><b>Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– estabelecer relações intra e interdisciplinares;</li> <li>– utilizar conhecimento para participar de forma adequada e resolver problemas em contextos diferenciados.</li> </ul>	<p>1, 2, 4, 5 A, B, G, I, J</p>	12h
		<p><b>Proporcionar atividades formativas, como por exemplo situações de jogo, concursos e outras tarefas a par ou em grupos homogêneos e heterogêneos, que possibilitem aos alunos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– participar em sequências de habilidades, coreografias, etc.;</li> <li>– resolver problemas em situações de jogo;</li> <li>– explorar materiais;</li> <li>– explorar o espaço, ritmos, música, relações interpessoais, etc.</li> </ul>	<p>1, 2, 4, 5 A, C, D, J</p>	
		<p><b>Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos, em todas as situações:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– apreciar os seus desempenhos;</li> <li>– identificar pontos fracos e fortes das suas aprendizagens;</li> <li>– utilizar os dados da sua autoavaliação para se envolverem na aprendizagem;</li> <li>– descrever as suas opções durante a realização de uma tarefa ou abordagem de um problema.</li> </ul>	<p>1, 2, 3, 4, 5 A, B, C, D, F, H, I, J</p>	
		<p><b>Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– realizar tarefas de síntese;</li> <li>– realizar tarefas de planificação, de revisão e de monitorização;</li> </ul>	<p>1, 2, 3, 4, 5 A, B, D, E, F, G, H,</p>	

Planificação Anual – Educação Física				
PERÍODO	Domínio	Aprendizagens essenciais	Perfil do aluno a trabalhar*	Nº de aulas
		– elaborar planos gerais, esquemas.	I, J  1, 2, 3, 4, 5 <b>B, C, D, E, F, G, I, J</b>  1, 2, 3, 4, 5 <b>B, E, F, G</b>	
2º PERÍODO	Deslocamentos e Equilíbrios	<p><b>Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos:</b></p> <p>– estabelecer relações intra e interdisciplinares;</p> <p>– utilizar conhecimento para participar de forma adequada e resolver problemas em contextos diferenciados.</p> <p><b>Proporcionar atividades formativas, como por exemplo situações de jogo, concursos e outras tarefas a par ou em grupos homogéneos e heterogéneos, que possibilitem aos alunos:</b></p>	3,4,5 <b>A, B, G, I, J</b>  1, 2, 3, 4, 5 <b>A, C, D, J</b>	13h



Planificação Anual – Educação Física				
PERÍODO	Domínio	Aprendizagens essenciais	Perfil do aluno a trabalhar*	Nº de aulas
		<ul style="list-style-type: none"> <li>– aceitar o apoio dos companheiros nos esforços de aperfeiçoamento próprio;</li> <li>– aceitar ou argumentar pontos de vista diferentes;</li> <li>–promover estratégias que induzam respeito por diferenças de características, crenças ou opiniões.</li> </ul> <p><b>Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– saber questionar uma situação;</li> <li>– desencadear ações de comunicação verbal e não verbal pluridirecional.</li> </ul> <p><b>Proporcionar atividades formativas que, em todas as situações, criem oportunidades de:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– cooperar com os companheiros na procura do êxito pessoal e do grupo;</li> <li>– cooperar, promovendo um clima relacional favorável ao aperfeiçoamento pessoal e ao gosto proporcionado pelas atividades;</li> <li>– aplicar as regras de participação, combinadas na turma;</li> <li>– agir com cordialidade e respeito na relação com os colegas e com o professor;</li> <li>– respeitar as regras organizativas que permitam atuar em segurança;</li> <li>– ser autónomo na realização de tarefas;</li> <li>– colaborar na preparação e organização dos materiais.</li> </ul>	<p>1, 2, 3, 4, 5  <b>A, B, D, E, F, G, H,</b>  <b>I, J</b></p> <p>1, 2, 3, 4, 5  <b>B, C, D, E, F, G, I, J</b></p> <p>1, 2, 3, 4, 5  <b>B, E, F, G</b></p>	

Planificação Anual – Educação Física				
PERÍODO	Domínio	Aprendizagens essenciais	Perfil do aluno a trabalhar*	Nº de aulas
		<p><b>Proporcionar atividades formativas que impliquem, por parte do aluno:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– conhecer e aplicar cuidados de higiene;</li> <li>– conhecer e aplicar as regras de segurança pessoal e dos companheiros;</li> <li>– conhecer e aplicar regras de preservação dos recursos materiais e do ambiente;</li> <li>– promover o gosto pela prática regular de atividade física.</li> </ul>		
3.º PERÍODO	<p><b>Jogos</b></p> <p><b>Percursos na Natureza</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cooperar com os companheiros nos jogos e exercícios, compreendendo e aplicando as regras combinadas na turma, bem como os princípios de cordialidade e respeito na relação com os colegas e com o professor.</li> <li>- Participar com empenho no aperfeiçoamento da sua habilidade nos diferentes tipos de atividades, procurando realizar as ações adequadas com correção e oportunidade.</li> </ul>	<p>1, 2, 3, 4, 5 F, G, H, J</p>	10h

\*Indicar de entre os valores e áreas de competência que serão trabalhados:

- Valores: 1. Responsabilidade e integridade; 2. Excelência e exigência; 3. Curiosidade, reflexão e inovação; 4. Cidadania e participação; 5. Liberdade
- Áreas de competência: A. Linguagens e textos; B. Informação e comunicação; C. Raciocínio e resolução de problemas; D. Pensamento crítico e pensamento criativo; E. Relacionamento interpessoal; F. Desenvolvimento pessoal e autonomia; G. Bem-estar, saúde e ambiente; H. Sensibilidade estética e artística; I. Saber científico, técnico e tecnológico; J. Consciência e domínio do corpo

O(s) professor(es) responsável(is):

Maria Augusta Pinto, Célia João e Fátima Susana Machado