

PLANIFICAÇÃO ANUAL 2023/2024

Educação Física

4º Ano

PERÍODO	Domínios	Resumo	Aprendizagens essenciais	Perfil do aluno a trabalhar*	Nº de aulas
1º Período	Área das Atividades Físicas	<p>JOGOS</p> <p>GINÁSTICA</p>	<p>- Participar nos JOGOS: ajustando a iniciativa própria e as qualidades motoras na prestação às possibilidades oferecidas pela situação de jogo e ao seu objetivo, realizando habilidades básicas e ações técnico-táticas fundamentais, com oportunidade e correção de movimentos em jogos coletivos com bola, jogos de perseguição, jogos de oposição e jogos de raquete.</p> <p>- Em percursos que integram várias habilidades, realizar habilidades gímnicas básicas em esquemas ou sequências no solo e em aparelhos, encadeando e ou combinando as ações com fluidez e harmonia de movimento.</p>	<p>A, B, G, I, J</p> <p>A, C, D, J</p> <p>Autoavaliador/ Heteroavaliador (Transversal às áreas)</p> <p>A, B, C, D, F, H, I, J</p> <p>A, B, E, F, H</p>	12h
Total aulas 1º Período: 12 horas					



PERÍODO	Domínios	Resumo	Aprendizagens essenciais	Perfil do aluno a trabalhar*	Nº de aulas
2.º Período	Área das Atividades Físicas	JOGOS GINÁSTICA	- Participar nos JOGOS: ajustando a iniciativa própria e as qualidades motoras na prestação às possibilidades oferecidas pela situação de jogo e ao seu objetivo, realizando habilidades básicas e ações técnico-táticas fundamentais, com oportunidade e correção de movimentos em jogos coletivos com bola, jogos de perseguição, jogos de oposição e jogos de raquete. - Realizar habilidades gímnicas básicas em esquemas ou sequências no solo e em aparelhos, encadeando e ou combinando as ações com fluidez e harmonia de movimento.	A, B, G, I, J A, C, D, J Autoavaliador/ Heteroavaliador (Transversal às áreas) A, B, C, D, F, H, I, J A, B, E, F, H	11h
Total aulas 2º Período: 11h					

PERÍODO	Domínios	Resumo	Aprendizagens essenciais	Perfil do aluno a trabalhar*	Nº de aulas
3.º Período	Área das Atividades Físicas	PERCURSOS NA NATUREZA	- Escolher e realizar habilidades apropriadas em percursos na natureza, de acordo com as características do terreno e os sinais de orientação, colaborando com os colegas e respeitando as regras de segurança e preservação do ambiente.	A, B, G, I, J	11h
		JOGOS	- Participar nos JOGOS: ajustando a iniciativa própria e as qualidades motoras na prestação às possibilidades oferecidas pela situação de jogo e ao seu objetivo, realizando habilidades básicas e ações técnico-táticas fundamentais, com oportunidade e correção de movimentos em jogos coletivos com bola, jogos de perseguição, jogos de oposição e jogos de raquete.	A, C, D, J Autoavaliador/ Heteroavaliador (Transversal às áreas) A, B, C, D, F, H, I, J	
		GINÁSTICA	- Realizar habilidades gímnicas básicas em esquemas ou sequências no solo e em aparelhos, encadeando e ou combinando as ações com fluidez e harmonia de movimento.	A, B, E, F, H	
Total de aulas 3º Período: 11 horas					
TOTAL DE AULAS DO ANO: 34 horas					

*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

Os professores responsáveis: Alda Soeiro e Cláudia Faria