

Planificação Anual – 4.º ano – EDUCAÇÃO FÍSICA

Nota:

1-Cumprimento da meta do PE: 20% da Planificação em Metodologia de Projeto a assinalar na coluna das aprendizagens essenciais

2- Na coluna das ações estratégicas assinalar a cor verde as atividades/projetos/clubes/programas que integram a planificação

DOMÍNIO/ TEMA	APRENDIZAGENS Conhecimentos, Atitudes	ESSENCIAIS: Capacidades e	AÇÕES ESTRATÉGICAS	COMPETÊNCIAS DO PERFIL DOS ALUNOS	GESTÃO DO TEMPO
ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS	Participar nos JOGOS, relativos aos 3.º e 4.º anos e ao 4.º ano de escolaridade, 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>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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - participar em sequências de habilidades, coreografias, etc.; - resolver problemas em situações de jogo; - explorar materiais; - explorar o espaço, ritmos, música, relações interpessoais, etc. <p>Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos, em todas as situações:</p> <ul style="list-style-type: none"> - apreciar os seus desempenhos; - identificar pontos fracos e fortes das suas aprendizagens; - utilizar os dados da sua autoavaliação para se envolverem na aprendizagem; 	<p>Crítico/Analítico e Autoavaliador/ Heteroavaliador (Transversal a todas as áreas)</p> <p>Indagador/ Investigador e Sistematizador/ Organizador (A, B, C, D, F, H, I, J)</p>	<p>setembro</p> <p>outubro</p> <p>novembro</p>
	O aluno deve ficar capaz de demonstrar as habilidades de uma das seguintes subáreas:				
	SUBÁREA ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS				


REPÚBLICA PORTUGUESA | **EDUCAÇÃO**

UNIDADES DE APOIO AO ALTO RENDIMENTO NA ESCOLA

Desporto Escolar

REDE DE BIBLIOTECAS ESCOLARES

Twinning National QUALITY LABEL

erasmus+ PROJECT

Selo Europeu para as Línguas

delf

ECO-ESCOLAS

ESCOLA SAUDÁVEL MEN+e

Clube

Programação e Robótica

DOMÍNIO/ TEMA	APRENDIZAGENS ESSENCIAIS: Conhecimentos, Capacidades e Atitudes	AÇÕES ESTRATÉGICAS ATIVIDADES/PROJETOS/CLUBES/PROGRAMAS	COMPETÊNCIAS DO PERFIL DOS ALUNOS	GESTÃO DO TEMPO
ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS	SUBÁREA ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS Combinar deslocamentos, movimentos não locomotores e equilíbrios das ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS (DANÇA), relativos aos 3.º e 4.º anos e ao 4.º ano de escolaridade, adequados à expressão de motivos ou temas combinados com os colegas e com o professor, de acordo com a estrutura rítmica e melodia de composições musicais, em situação de exploração do movimento a pares, de exercitação e de criação.	Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos: - realizar tarefas de síntese; - realizar tarefas de planificação, de revisão e de monitorização; - elaborar planos gerais, esquemas.	Indagador/ Investigador e Sistematizador/ Organizador (A, B, C, D, F, H, I, J) Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J)	fevereiro
	SUBÁREA PERCURSOS NA NATUREZA Escolher e realizar habilidades apropriadas em PERCURSOS NA NATUREZA, relativas aos 3.º e 4.º anos de escolaridade, de acordo com as características do terreno e os sinais de orientação, colaborando com os	Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos: - saber questionar uma situação; - desencadear ações de comunicação verbal e não verbal pluridirecional.	Participativo/ colaborador/ Cooperante/ Responsável/ Autónomo (B, C, D, E, F, G, I, J)	março
		Proporcionar atividades formativas que, em todas as situações, criem oportunidades de: - cooperar com os companheiros na procura do êxito pessoal e do grupo; - cooperar, promovendo um clima relacional favorável ao aperfeiçoamento pessoal e ao gosto proporcionado pelas atividades; - aplicar as regras de participação, combinadas na turma; - agir com cordialidade e respeito na relação com os colegas e com o professor;		abril
				maio

	<p>colegas e respeitando as regras de segurança e preservação do ambiente.</p>	<p>- respeitar as regras organizativas que permitam atuar em segurança; - ser autónomo na realização de tarefas; - colaborar na preparação e organização dos materiais.</p> <p>Proporcionar atividades formativas que impliquem, por parte do aluno:</p> <p>- conhecer e aplicar cuidados de higiene; - conhecer e aplicar as regras de segurança pessoal e dos companheiros; - conhecer e aplicar regras de preservação dos recursos materiais e do ambiente; - promover o gosto pela prática regular de atividade física</p>	<p>Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)</p>	<p>junho</p>
--	--	---	---	--------------

Perfil dos alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória:

- 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

