

PLANO ANUAL 2023/2024

Disciplina: **Educação Física**

Ano: 2.º

Constituem-se únicos suportes para a planificação, realização e avaliação do ensino e da aprendizagem, o estabelecido no Projeto Educativo do Agrupamento, na Estratégia Nacional de Educação para a Cidadania e ainda as Aprendizagens Essenciais por área de desenvolvimento das competências identificando domínios e temas, a sua ligação com o Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória e sugestões de abordagens metodológicas.

OPERACIONALIZAÇÃO DAS ÁREAS DE COMPETÊNCIAS DEFINIDAS NO PERFIL DOS ALUNOS

- **A (Linguagens e Textos):** utilizar de modo proficiente diferentes linguagens e símbolos associados ao corpo e aos movimentos, aplicar estas linguagens de modo adequado aos diferentes contextos de comunicação e ambientes.
- **B (Informação e Comunicação):** transformar a informação em conhecimento; colaborar em diferentes contextos comunicativos, de forma adequada e segura, utilizando diferentes tipos de ferramentas com base nas regras de conduta próprias de cada ambiente.
- **C (Raciocínio e Resolução de Problemas):** interpretar informação, planear e conduzir pesquisas; gerir projetos e tomar decisões para resolver problemas; desenvolver processos conducentes à construção de produtos e de conhecimento, usando recursos diversificados.
- **D (Pensamento Crítico e Pensamento Criativo):** pensar de modo abrangente e em profundidade, de forma lógica, observando, analisando informação, experiências ou ideias, argumentando com recurso a critérios implícitos ou explícitos, com vista à tomada de posição fundamentada; convocar diferentes conhecimentos, de matriz científica e humanística, utilizando diferentes metodologias e ferramentas para pensarem criticamente; prever e avaliar o impacto das suas decisões; desenvolver novas ideias e soluções, de forma imaginativa e inovadora, como resultado da interação com outros ou da reflexão pessoal, aplicando-as a diferentes contextos e áreas de aprendizagem.
- **E (Relacionamento Interpessoal):** adequar comportamentos em contextos de cooperação, partilha, colaboração e competição; trabalhar em equipa e usar diferentes meios para comunicar presencialmente e em rede; interagir com tolerância, empatia e responsabilidade e argumentar, negociar e aceitar diferentes pontos de vista, desenvolvendo novas formas de estar, olhar e participar na sociedade.
- **F (Desenvolvimento Pessoal e Autonomia):** estabelecer relações entre conhecimentos, emoções e comportamentos; identificar áreas de interesse e de necessidade de aquisição de novas competências; consolidar e aprofundar as competências que já possuem, numa perspetiva de aprendizagem ao longo da vida; estabelecer objetivos, traçar planos e concretizar projetos, com sentido de responsabilidade e autonomia.
- **G (Bem-Estar, Saúde e Ambiente):** adotar comportamentos que promovem a saúde e o bem-estar, designadamente nos hábitos quotidianos, na alimentação, nos consumos, na prática de exercício físico, na sexualidade e nas suas relações com o ambiente e a sociedade; compreender os equilíbrios e as fragilidades do mundo natural na adoção de comportamentos que respondam aos grandes desafios globais do ambiente;

manifestar consciência e responsabilidade ambiental e social, trabalhando colaborativamente para o bem comum, com vista à construção de um futuro sustentável.

- **H (Sensibilidade Estética e Artística):** apreciar criticamente as realidades artísticas, pelo contacto com os diversos universos culturais; valorizar o papel das várias formas de expressão artística e do património material e imaterial na vida e na cultura das comunidades.
- **I (Saber Científico Técnico e Tecnológico):** compreender processos e fenómenos científicos que permitam a tomada de decisão e a participação em fóruns de cidadania; • manipular e manusear materiais e instrumentos diversificados para controlar, utilizar, transformar, imaginar e criar; • executar operações técnicas, segundo uma metodologia de trabalho adequada, para atingir um objetivo ou chegar a uma decisão ou conclusão fundamentada, adequando os meios materiais e técnicos à ideia ou intenção expressa; • adequar a ação de transformação e criação de produtos aos diferentes contextos naturais, em atividades experimentais, projetos e aplicações práticas desenvolvidos em ambientes físicos.
- **J (Consciência e Domínio do Corpo):** realizar atividades motoras, locomotoras, não-locomotoras e manipulativas, integradas nas diferentes circunstâncias vivenciadas na relação do seu próprio corpo com o espaço; dominar a capacidade percetivo-motora (imagem corporal, direcionalidade, afinamento percetivo e estruturação espacial e temporal); ter consciência de si próprios a nível emocional, cognitivo, psicossocial, estético e moral por forma a estabelecer consigo próprios e com os outros uma relação harmoniosa e salutar.

SEMESTRES TEMPOS LETIVOS TOTAIS	TEMPOS LETIVOS POR SUBDOMÍNIO	SUBDOMÍNIOS E CONTEÚDOS <i>(prevendo a identificação dos conteúdos/ disciplinas passíveis de articulação curricular, incluindo os domínios definidos na EECE)</i>	DESENVOLVIMENTO DE ATITUDES	PERFIL DO ALUNO
1.º Semestre (+/-18 tempos letivos) 18 semanas		<p>Perícias e Manipulações</p> <p>- Ações motoras básicas com aparelhos portáteis (bola, arco, balão, corda), segundo uma estrutura rítmica, encadeamento ou combinação de movimentos, conjugando as qualidades da ação própria ao efeito pretendido da movimentação do aparelho.</p> <p><i>(Estudo do Meio, Cidadania e Desenvolvimento e Matemática)</i></p> <p>Deslocamentos e equilíbrios</p> <p>- Ações motoras básicas de deslocamento (corrida, cambalhota, salto, etc.), no solo e em aparelhos (banco sueco, patins, plinto, barra, skate), segundo uma estrutura rítmica, encadeamento ou</p>	<p>RESPONSABILIDADE</p> <p>Realização das tarefas dentro e fora da sala de aula; CUMPRIMENTO DE PRAZOS.</p> <p>RESPEITO/CUMPRIMENTO DE REGRAS</p> <p>Respeito por colegas e professores; Cumprimento das regras de sala de aula.</p> <p>AUTONOMIA, COOPERAÇÃO, INICIATIVA</p> <p>Realização das tarefas de forma autónoma;</p>	<p>Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, H, I, J)</p> <p>Criativo (A, C, D, J)</p> <p>Crítico/Analítico (A, B, C, D, E, G)</p> <p>Indagador/ Investigador (C, D, F, G, H, I, J)</p> <p>Respeitador da diferença/ do outro (E, F, H, J)</p>

		<p>combinação de movimentos, coordenando a sua ação para aproveitar as qualidades motoras possibilitadas pela situação (Estudo do Meio, Cidadania e Desenvolvimento e Matemática)</p> <p>Jogos - Habilidades básicas e ações técnico--táticas fundamentais, com oportunidade e correção de movimentos; - Jogos infantis. (Estudo do Meio, Cidadania e Desenvolvimento, Português e Matemática)</p>	<p>Participação e cooperação; Espírito de iniciativa e curiosidade pelo saber.</p>	<p>Sistematizador/organizador (A, B, C, D, I, J)</p> <p>Questionador (A, B, C, D, F, G, I, J)</p> <p>Comunicador (A, B, D, E, H)</p> <p>Autoavaliador (transversal às áreas)</p> <p>Participativo/colaborador (B, C, D, E, F)</p>
<p>2.º Semestre (+/- 19 tempos letivos) 19 semanas</p>		<p>Perícias e Manipulações - Ações motoras básicas com aparelhos portáteis (bola, arco, balão, corda), segundo uma estrutura rítmica, encadeamento ou combinação de movimentos, conjugando as qualidades da ação própria ao efeito pretendido da movimentação do aparelho. (Estudo do Meio, Cidadania e Desenvolvimento e Matemática)</p> <p>Deslocamentos e equilíbrios - Ações motoras básicas de deslocamento (corrida, cambalhota, salto, etc.), no solo e em aparelhos (banco sueco, patins, plinto, barra, skate), segundo uma estrutura rítmica, encadeamento ou combinação de movimentos, coordenando a sua ação para aproveitar as qualidades motoras possibilitadas pela situação. (Matemática)</p> <p>Jogos - Habilidades básicas e ações técnico--táticas fundamentais, com oportunidade e correção de movimentos; - Jogos infantis.</p>	<p>RESPONSABILIDADE Realização das tarefas dentro e fora da sala de aula; CUMPRIMENTO DE PRAZOS.</p> <p>RESPEITO/CUMPRIMENTO DE REGRAS Respeito por colegas e professores; Cumprimento das regras de sala de aula.</p> <p>AUTONOMIA, COOPERAÇÃO, INICIATIVA Realização das tarefas de forma autónoma; Participação e cooperação; Espírito de iniciativa e curiosidade pelo saber.</p>	<p>Responsável/autónomo (C, D, E, F, G, I, J)</p> <p>Cuidador de si e do outro (B, E, F, G, J)</p>

		(Estudo do Meio, Cidadania e Desenvolvimento, Português e Matemática)		
--	--	---	--	--