

## PLANIFICAÇÃO ANUAL - PAFC

DEPARTAMENTO: EXPRESSÕES ✦ ÁREA DISCIPLINAR: 620 - EDUCAÇÃO FÍSICA ✦ COMPONENTE DO CURRÍCULO /DISCIPLINA: Educação Física

NÍVEL DE ENSINO: 3.º Ciclo ✦ ANO: 7.º CURSO: ----- ✦ ANO LETIVO: 2018/19 ✦ MANUAL: Educação Física 7.º/8.º/9.º- Porto Editora ✦ ACPA\* - LEGENDA:

TEMA / DOMÍNIO / MÓDULO	CONHECIMENTOS CAPACIDADES E ATITUDES (AE) *	AÇÕES ESTRATÉGICAS DE ENSINO ORIENTADAS PARA O PERFIL DOS ALUNOS	COMPETÊNCIAS DO PERFIL DO ALUNO A DESENVOLVER   (ACPA)*	TEMPOS LETIVOS TRABALHO DISCIPLINAR	TEMPOS LETIVOS PARA TRABALHO INTERDISCIPLINAR (DAC)
<b>Área das Atividades Físicas</b>	<b>(Jogos Desportivos Coletivos - Voleibol)</b>  Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo do jogo de voleibol, realizando com oportunidade e correção as ações técnico-táticas em todas as funções, conforme a oposição em cada fase do jogo, aplicando as regras não só como jogador, mas também como árbitro.	<b>Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos:</b>  - adquirir conhecimento, informação e outros saberes, com rigor, articulação e uso consistente de conhecimentos; - selecionar informação pertinente que permita analisar e interpretar atividades físicas, utilizando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva, etc. - analisar situações, identificando os seus elementos ou dados; - estabelecer relações intra e interdisciplinares; - utilizar conhecimento, para participar de forma adequada e resolver problemas em contextos diferenciados. - elaborar sequências de habilidades; - elaborar coreografias; - resolver problemas em situações de jogo; - explorar materiais; - explorar o espaço, ritmos, música,	B, C, D, E, F, G, I, J	20	13
	<b>(Ginástica – Solo)</b>  Compor, realizar e analisar as destrezas do solo em esquemas individuais e/ou de grupo, aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios.		B, F, G, H, I, J		
	<b>(Atletismo)</b>  Realizar e analisar saltos, corridas, lançamentos e marcha, cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz.		B, C, D, E, F, G, I, J	18	
	<b>(Badminton)</b>				



TEMA / DOMÍNIO / MÓDULO	CONHECIMENTOS CAPACIDADES E ATITUDES (AE) *	AÇÕES ESTRATÉGICAS DE ENSINO ORIENTADAS PARA O PERFIL DOS ALUNOS	COMPETÊNCIAS DO PERFIL DO ALUNO A DESENVOLVER   (ACPA)*	TEMPOS LETIVOS TRABALHO DISCIPLINAR	TEMPOS LETIVOS PARA TRABALHO INTERDISCIPLINAR (DAC)
		<p>respeito por diferenças de características, crenças ou opiniões.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- saber questionar uma situação;</li> <li>- desencadear ações de comunicação verbal e não verbal pluridirecional.</li> <li>- apreciar os seus desempenhos e os dos outros, dando e aceitando sugestões de melhoria;</li> </ul>		18	
<b>Área da Aptidão Física</b>	Desenvolver as capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbica.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- identificar aspetos críticos que permitam a melhoria do seu desempenho;</li> <li>- identificar pontos fracos e fortes das suas aprendizagens;</li> <li>- utilizar os dados da sua autoavaliação para se envolver na aprendizagem;</li> </ul>	F, G, H, I, J	15	
<b>Área dos conhecimentos</b>	Relacionar aptidão física e saúde e identificar os benefícios do exercício físico para a saúde. Interpretar a dimensão sociocultural dos desportos na atualidade e ao longo dos tempos, nomeadamente os Jogos Olímpicos e Paralímpicos.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- interpretar e explicar as suas opções;</li> <li>- descrever processos de pensamento e ação, usados durante a realização de uma tarefa ou abordagem de um problema.</li> <li>- cooperar com os companheiros na procura do êxito pessoal e do grupo; - cooperar, promovendo um clima relacional favorável ao aperfeiçoamento pessoal e gosto proporcionado pelas atividades;</li> </ul>	C, D, F, G, I	8	

TEMA / DOMÍNIO / MÓDULO	CONHECIMENTOS CAPACIDADES E ATITUDES (AE) *	AÇÕES ESTRATÉGICAS DE ENSINO ORIENTADAS PARA O PERFIL DOS ALUNOS	COMPETÊNCIAS DO PERFIL DO ALUNO A DESENVOLVER   (ACPA)*	TEMPOS LETIVOS TRABALHO DISCIPLINAR	TEMPOS LETIVOS PARA TRABALHO INTERDISCIPLINAR (DAC)
		<ul style="list-style-type: none"> <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>- cumprir e fazer cumprir regras de arbitragem; apresentar iniciativas e propostas;</li> <li>- ser autónomo na realização das tarefas;</li> <li>- cooperar na preparação e organização dos materiais.</li>   <li>- conhecer e aplicar cuidados de higiene; - 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>- reforçar o gosto pela prática regular de atividade física;</li> <li>- aplicar processos de elevação do nível funcional da aptidão física.</li> </ul>			

Oliveira de Azeméis, de \_\_\_\_\_ de 2018

O/A Professor

O/A Coordenador(a) de Área disciplinar

Sérgio Godinho

O/A Coordenador(a) de Departamento

Mário Luís

LEGENDA:

\*AE - Aprendizagens Essenciais.

\* ACPA - Áreas de Competência-Chave do [Perfil de Competências do Aluno à Saída do Século XXI](#).