

PLANIFICAÇÃO ANUAL

(Anos de escolaridade abrangidos pelo D.L n.º 55/2018 de 6 de julho: 5.º, 6.º,7.º e 8º ano)

Disciplina: Educação Física	5º Ano
------------------------------------	---------------

Domínios e Unidades temáticas/Conteúdos	Aprendizagens Essenciais <i>(Conhecimentos, capacidades e atitudes)</i>	Ações Estratégicas de Ensino <i>(Orientadas para o Perfil dos Alunos à saída da escolaridade obrigatória)</i>	Áreas de competências a desenvolver	N.º de aulas previstas
1 - ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS	Participar em 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.	Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos: analisar situações com diferentes pontos de vista; confrontar argumentos para encontrar semelhanças, diferenças, etc.; analisar fatores situações, identificando os seus elementos ou dados, em particular numa perspetiva disciplinar e interdisciplinar; analisar os seus desempenhos e os dos outros, dando e aceitando sugestões de melhoria.	A, B, C, D, G	9
1.1. - JOGOS PRÉ-DESPORTIVOS				
1.2. JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS: Basquetebol, Futebol, Voleibol	- Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo dos JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (Basquetebol, Futebol, Andebol, Voleibol), desempenhando com oportunidade e correção as ações solicitadas pelas situações de jogo, aplicando a ética do jogo e as suas regras.	Proporcionar atividades formativas, que possibilitem aos alunos: realizar tarefas de síntese; realizar tarefas de planificação, de revisão e de monitorização; elaborar planos gerais, esquemas.	A, B, C, D, F, H, I, J	36
1.3. GINÁSTICA: Solo, Aparelhos e Mini-trampolim	- Compor e realizar, da GINÁSTICA (Solo, Aparelhos), as destrezas elementares de solo, aparelhos e mini-trampolim, em esquemas individuais e/ou de grupo, aplicando os critérios de correção técnica e expressão, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios	Proporcionar atividades formativas, em grupos homogéneos e heterogéneos, que possibilitem aos alunos: aceitar opções, falhas e erros dos companheiros; aceitar o apoio dos companheiros nos esforços de aperfeiçoamento próprio; aceitar ou argumentar pontos de vista diferentes; promover estratégias que induzam respeito por diferenças de características, crenças ou opiniões.	A, B, E, F, H	21
1.4. ATLETISMO: saltos e corridas;	- Realizar, do ATLETISMO, saltos e corridas, segundo padrões simplificados, e cumprindo corretamente as exigências elementares técnicas e regulamentares.			18
1.5. ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS (Danças modernas, Danças Sociais, Danças Tradicionais)	- Interpretar, nas ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS (Danças modernas, Danças Sociais, Danças Tradicionais), sequências de elementos técnicos elementares, em coreografias individuais e ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições.			12

Orientação para a distribuição das Unidades temáticas pelos períodos letivos

Calendarização	Nº de aulas previstas	Unidades Temáticas
1.º Período	39 a 42	JOGOS PRÉ DESPORTIVOS, ATLETISMO (velocidade, resistência), GINÁSTICA DE SOLO, DANÇA.
2.º Período	33 a 35	VOLEIBOL, GINÁSTICA DE APARELHOS/ MINITRAMPOLIM; BASQUETEBOL.
3.º Período	21 a 24	FUTEBOL, ATLETISMO (salto em comprimento, estafetas).

N.º total de aulas previstas: 93 a 101

Áreas de competências elencadas no “Perfil dos Alunos à saída da escolaridade obrigatória”:

- | | |
|--|---|
| (A) Linguagens e textos | (F) Desenvolvimento pessoal e autonomia |
| (B) Informação e comunicação | (G) Bem-estar, saúde e ambiente |
| (C) Raciocínio e resolução de problemas | (H) Sensibilidade estética e artística |
| (D) Pensamento crítico e pensamento criativo | (I) Saber científico, técnico e tecnológico |
| (E) Relacionamento interpessoal | (J) Consciência e domínio do corpo. |

Barcelinhos, 09 de setembro de 2019