



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE FAFE

**PLANO CURRICULAR
EDUCAÇÃO FÍSICA**

1.º ANO

TURMAS – ASR1a/ASR1b/ C12/F12/M12

Departamento da Educação Pré - Escolar e 1º CEB

2023/2024

1. Planificação a médio/longo prazo

Período Letivo	Domínios/Temas	Aprendizagens Essenciais (Conhecimentos, capacidades e atitudes)	Ações estratégicas/Tarefas a desenvolver	Áreas de competência do PASEO	Processos de recolha de informação (Avaliação)	N.º de aulas
1.º/ 2.º/ 3.º	Apropriação e Reflexão Interpretação e Comunicação Experimentação e Criação	Cooperar com os companheiros nos jogos e exercícios, compreendendo e aplicando as regras combinadas na turma, bem como os princípios de cordialidade e respeito na relação com os colegas e com o professor. Participar com o empenho no aperfeiçoamento da sua habilidade nos diferentes tipos de atividades, procurando realizar as ações adequadas com correção e oportunidade. Proporcionar atividades formativas, como por exemplo situações de jogo, concursos e outras tarefas a par ou em grupos homogéneos e heterogéneos, que possibilitem os alunos: - participar em sequências de	Promover atividades formativas que envolvam: - utilizar os dados da sua autoavaliação para se envolverem na aprendizagem; - descrever as suas opções durante a realização de uma tarefa ou abordagem de um problema; Promover atividades formativas que possibilitem ao aluno: - realizar tarefas de síntese; - realizar tarefas de planificação, de revisão e de monitorização; - elaborar planos gerais, esquemas; - Participação organizada na sala de aula/polivalente/campo de jogos.	Conhecedor/S abedor/ Culto/Informa do (A, B, G, I, J) Participativo/c olaborador (A,B,D,E,H) Criativo (A,C,D,J) Participativo/c olaborador (A,B,D,E,H)	-Observação: - Grelha de observação do desempenho atitudinal - Grelha de observação do trabalho de pares/grupo	74

	<p>habilidades, coreografias, etc.</p> <ul style="list-style-type: none"> - resolver problemas em situações de jogo; - explorar materiais; - explorar espaço, <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, <p>Promover estratégias que requeiram/induzam por parte do aluno:</p> <ul style="list-style-type: none"> - saber questionar uma situação; - desencadear ações de comunicação verbal e não verbal pluridirecional 	<p>Promover atividades formativas, em grupos homogêneos e heterogêneos, que possibilitem ao aluno:</p> <ul style="list-style-type: none"> - aceitar opções, falhas, erros dos companheiros; - aceitar o apoio dos companheiros nos esforços de aperfeiçoamento próprio; - aceitar ou argumentar pontos de vista diferentes; - respeitar as regras definidas nos jogos; - saber perder/ Manifestar Fair Play nos jogos coletivos; - promover estratégias que induzam respeito por diferenças de características e opiniões. <p>Promover estratégias que requeiram/induzam por parte do aluno:</p> <ul style="list-style-type: none"> - saber questionar uma situação; - desencadear ações de comunicação verbal e não verbal pluridirecional 	<p>Criativo (A,C,D,J)</p> <p>Questionador (A, F, G, I, J)</p> <p>Participativo/colaborador (A,B,D,E,H)</p>		
Total de aulas previstas					74

ÁREAS DE
COMPETÊNCIAS
DO PERFIL DOS
ALUNOS (ACPA)



2. Critérios de avaliação das aprendizagens

Critérios Transversais	Domínios	Ponderação	Processos de recolha de informação para a avaliação ¹
CONHECIMENTO COMUNICAÇÃO AUTONOMIA/COLABORAÇÃO	Perícias e manipulações 1º e 2º	30%	Observação: - Grelha de observação do desempenho atitudinal - Grelha de observação do trabalho de pares/grupo
	Deslocamentos e equilíbrios	30%	
	Jogos	40%	

¹ Processo(s) a utilizar na avaliação sumativa, tendo em conta as técnicas de recolha de informação apresentadas no Referencial de Avaliação do Agrupamento.

2.1. Descritores de desempenho

Domínios	Descritores de desempenho ²			
	Muito Bom	Bom	Suficiente	Insuficiente
Perícias e manipulações	Revela muita facilidade na realização de ações motoras básicas (segundo uma estrutura rítmica, encadeamento ou combinação de movimentos).	Revela facilidade na realização de ações motoras básicas (segundo uma estrutura rítmica, encadeamento ou combinação de movimentos).	Revela alguma facilidade na realização de ações motoras básicas (segundo uma estrutura rítmica, encadeamento ou combinação de movimentos).	Revela dificuldade na realização de ações motoras básicas (segundo uma estrutura rítmica, encadeamento ou combinação de movimentos).
Deslocamentos e equilíbrios	Revela muita facilidade na realização de ações motoras básicas de deslocamento, (no solo e em aparelhos, segundo uma estrutura rítmica, encadeamento, ou combinação de movimentos).	Revela facilidade na realização de ações motoras básicas de deslocamento, (no solo e em aparelhos, segundo uma estrutura rítmica, encadeamento, ou combinação de movimentos).	Revela alguma facilidade na realização de ações motoras básicas de deslocamento, (no solo e em aparelhos, segundo uma estrutura rítmica, encadeamento, ou combinação de movimentos).	Revela dificuldade na realização de ações motoras básicas de deslocamento, (no solo e em aparelhos, segundo uma estrutura rítmica, encadeamento, ou combinação de movimentos).
Jogos	Revela muita facilidade na realização de jogos, cumprindo as regras estabelecidas.	Revela facilidade na realização de jogos, cumprindo as regras estabelecidas.	Revela alguma facilidade na realização de jogos, cumprindo algumas das regras estabelecidas.	Revela dificuldade na realização de jogos e não cumpre as regras estabelecidas.

23/10/2023

A Coordenadora de Departamento
Maria Goretti Correia Martins

² Em consonância com as Aprendizagens Essenciais e as áreas de competências inscritas no Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória. À avaliação qualitativa do nível de desempenho, corresponde, quando aplicável, o intervalo quantitativo previsto no Referencial de Avaliação do Agrupamento.