Educação Física
PLANEAMENTO CURRICULAR GERAL 2023 - 2027

Conteúdos Curriculares	1º/ 2º Ano	3º/4º Ano	5º Ano	6º Ano	7º Ano	8º Ano	9º Ano	10º Ano	11º Ano	12º Ano
Aptidão Física	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Perícia e manipulação	X	X								
Deslocamentos e equilíbrios	X	X								
Act. Rítmicas Expressivas (Dança)			X	X		X		X	X	X
JDC	X	X	X	X	X	X	2X	2X	2X	2X
Pré Desportivos	X	X	X	X						
Andebol				X	X				X	X
Basquetebol			X			X			X	X
Futebol/Futsal			a)	a)			X	X		
Voleibol			a)	X			X	X		
GINÁSTICA			X		X		X	X		
Solo			d)	a)	d)		d)			
AP. Boque										
AP. Barra fixa										
AP. Trave			d)	a)						
Minitrampolim			a)	a)						
Acrobática								d)		
ATLETISMO			X	X	X	X	X	X	X E	X E
Técnica corrida			a)	a)			d)	d)	d)	d)
Cr. Resistência			a)	a)	d)	d)	d)	d)	d)	d)
Cr. Velocidade			d)	a)		d)	d)	d)	d)	d)
Cr. Estafetas				d)						
Cr. Barreiras				d)						
Peso					d)			d)		d)
Dardo							d)		d)	
Comprimento			d)	d)	d)	d)		d)	d)	
Triplo Salto							d)			d)
Salto Altura			d)	d)		d)				
RAQUETES			a)	a)	X	X	X		X	X E
Badminton					d)	d)	d)		d)	d)
Ténis de Mesa										
Ténis										
Padel										
NATAÇÃO			X	X	X	X	X E	X E	X E	X E
A.E.Natureza			b)	b)	b)	b)	b)	b)	b)	b)
NAÚTICAS			b)	b)	b)	b)	b)	b)	b)	b)
BTT/Ciclismo			b)	b)	b)	b)	b)	b)	b)	b)
Patinagem						d)				
Râguebi										
Conteúdos Curriculares	**1º/ 2º Ano**	**3º/4º Ano**	**5º Ano**	**6º Ano**	**7º Ano**	**8º Ano**	**9º Ano**	**10º Ano**	**11º Ano**	**12º Ano**

Legenda:

a) Modalidade desportiva a vivenciar e não avaliada.
b) Modalidade desportiva a vivenciar e não avaliada, e dependente dos conteúdos ajustados em função da capacidade de operacionalização de espaços, equipamentos e meteorologia.
c) Avaliação qualitativa NS; S; B; MB).
d) Avaliação quantitativa (100%/200pts) (X).

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO 2023_2027

	1º/ 2º Ano	3º/4º Ano	5º Ano	6º Ano	7º Ano	8º Ano	9º Ano	10º Ano	11º Ano	12º Ano
Nível Desempenho					**5 I**	**6 I**	**5I+1E**	**5I+1E**	**4I+2E**	**3I+3E**

Aptidão Física	c)	c)	15%	15%	25%	25%	25%	30%	30%	30%
Atividade Física	c)	c)	55%	55%	50%	50%	50%	50%	50%	50%
Conhecimentos			10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%
Atitudes e Valores			20%	20%	15%	15%	15%	10%	10%	10%
Comportamento			5%	5%	5%	5%	5%	3%	3%	3%
Participação			10%	10%	5%	5%	5%	4%	4%	4%
Responsabilidade			5%	5%	5%	5%	5%	3%	3%	3%

JUSTIFICAÇÃO do planeamento curricular e critérios de avaliação

1. Adequar o planeamento à organização **semestral** do ano letivo de acordo com as Aprendizagens Essenciais por ciclo e ano.
2. Consolidar a aplicação da **Avaliação Formativa**, gestão dos feedbacks e a criação de rubricas, através das orientações do projecto MAIA.
3. A **UD Natação**, será modalidade estruturante e transversal das aprendizagens motoras, em todos os ciclos e anos, lecionada (principalmente) em aulas de 120min., com avaliação semestral.
4. Nos **JDC** vamos privilegiar, no processo de ensino/avaliação, o exercício-critério baseado nas componentes técnicas do jogo e a situação de jogo (formal e/ou reduzido) de acordo com as fichas de avaliação motora.
5. O **nível de desempenho Elementar** é concretizado: na UD de Natação através do nado das técnicas alternadas e/ou simultâneas; na UD de Atletismo com uma ponderação do registo da marca (corridas, saltos e lançamentos); na UD de Badminton com a execução da situação de jogo formal 1x1. As restantes modalidades serão avaliadas no **nível Introdutório** de acordo com as aprendizagens essências.
6. A distribuição dos conteúdos curriculares, a partir do 8ºano, terá por base 3 (**três) UD por semestre**, com forte conciliação no trabalho de Aptidão Física na aula.
7. Uma progressiva equidade nas ponderações dos **critérios de avaliação** nos diferentes ciclos de ensino, relativamente a Aptidão Física, Modalidades (Actividade Física) e Conhecimentos.
8. Valorização progressiva da **Aptidão Física** nos ciclos de ensino, com o objetivo de valorizar o conceito de actividade física regular (AFR), saúde, composição corporal e alimentação saudável.
9. Domínio dos **Conhecimentos** baseado em contextos teóricos referenciados à saúde, às ciências do desporto e ao fenómeno desportivo.
10. Domínio das **Atitudes e Valores** de acordo com os critérios gerais de avaliação para os diferentes ciclos de ensino do AEVagos.