

ATIVIDADES DE ENRIQUECIMENTO CURRICULAR PLANIFICAÇÃO ANUAL DO DESPORTO

Planificação Anual de Estudo para o desenvolvimento do Desporto para este ano letivo, elaborada de acordo com as orientações programáticas do Ministério da Educação e Ciência e com o Currículo do 1.º Ciclo do Ensino Básico:

OBJETIVOS GERAIS

- Estimular a tomada de consciência para a fruição da Natureza numa perspetiva da sua preservação.
- Melhorar a realização das habilidades motoras nos diferentes tipos de atividades, conjugando as suas iniciativas com a ação dos colegas e aplicando corretamente as regras.
- Promover o desenvolvimento integral do aluno, favorecendo o reforço da oferta educativa numa perspetiva interdisciplinar e integrada com as restantes aprendizagens escolares.
- Fomentar a aquisição de hábitos e comportamentos de estilos de vida saudáveis que se mantenham na idade adulta, contribuindo para o aumento dos índices de prática desportiva da população portuguesa.
- Fomentar o espírito desportivo e do *fair-play*, no respeito pelas regras das atividades e por todos os intervenientes.
- Desenvolver o nível funcional das capacidades motoras dos alunos.

NOTA: A operacionalização desta planificação terá de considerar as condições de frequência das AEC pelos alunos com necessidades educativas especiais, constantes no seu Programa Educativo Individual



CONTEÚDOS	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	1.º Período				2.º Período				3.º Período			
		1.º ano	2.º ano	3.º ano	4.º ano	1.º ano	2.º ano	3.º ano	4.º ano	1.º ano	2.º ano	3.º ano	4.º ano
Exploração da Natureza	Integrar habilidades motoras (trepar, correr, saltar, etc.) no contacto com a Natureza e em conformidade com as respetivas características.	X	X	X	X								
	Aplicar o sentido de orientação no espaço, em clima de descoberta.	X	X	X	X								
Deslocamentos e Equilíbrios	Ajustar o equilíbrio às reações motoras básicas de deslocamento, no solo e em aparelhos.	X	X	X	X								
Rítmicas e Expressivas	Combinar deslocamentos, movimentos não locomotores e equilíbrios, adequados às ações rítmicas e aos motivos respetivos.					X	X	X	X				
Jogos	Praticar jogos infantis cumprindo as suas regras, selecionando e realizando com intencionalidade e oportunidade as ações características desses jogos.					X	X	X	X				
Perícia e Manipulação	Realizar habilidades variadas, manipulando diferentes implementos/instrumentos									X	X	X	X
Oposição e Luta	Controlar a agressividade e respeitar as regras.									X	X	X	X
	Ajustar em função das ações e reações do opositor.									X	X	X	X
Atletismo	Realizar as ações motoras fundamentais de cada modalidade do Atletismo.			X	X								
Ginástica	Conhecer e executar as principais habilidades gímnicas.							X	X				
Jogos pré desportivos	Adquirir competências fundamentais para potenciar a aprendizagem dos jogos desportivos coletivos.											X	X
	Aplicar a capacidade criativa numa perspetiva interdisciplinar.							X	X				
Jogos coletivos	Realizar habilidades básicas, ajustando-as às ações técnico-táticas fundamentais da respetiva modalidade.							X	X				
	Cumprir as regras e o objetivo do jogo, em cooperação com os companheiros.					X	X	X	X				