

Ano Letivo 2023-2024



## PLANIFICAÇÃO ANUAL - 2.º ANO



### AVALIAÇÃO

#### Tipos de avaliação:

- formativa
- sumativa

#### Instrumentos de recolha de informação:

1. Observação direta;
2. Formulação de questões oralmente;
3. Autoavaliação;
4. Heteroavaliação;
5. Rubrica;
6. Lista de verificação;
7. Apresentação oral;
8. Teste;
9. Desafios e Tarefas;
10. Relatórios experimentais;
11. Resolução de problemas;
12. Textos de natureza diversa;
13. Dramatização/Teatro;
14. Desenho;
15. Questionário

# PORTUGUÊS

Domínios	Subdomínios / Conteúdos programáticos		OBJETIVOS ESSENCIAIS DE APRENDIZAGEM CONHECIMENTOS, CAPACIDADES E ATITUDES	PRÁTICAS ESSENCIAIS DE APRENDIZAGEM	DESCRITORES DO PERFIL DOS ALUNOS
	1º Semestre	2º Semestre			
<b>Oralidade</b>	<p><b><u>Interação discursiva</u></b></p> <p>Princípio de cortesia; formas de tratamento</p> <p>Resposta, pergunta, pedido</p> <p><b><u>Compreensão e expressão</u></b></p> <p>Tom de voz, articulação, entoação, ritmo</p> <p>Vocabulário: alargamento, adequação, variedade</p> <p>Informação essencial</p> <p>Frase (complexidade crescente)</p> <p>Expressão de ideias e de sentimentos</p> <p>Expressão orientada: reconto, conto; simulação, dramatização</p>	<p><b><u>Interação discursiva</u></b></p> <p>Princípio de cortesia; formas de tratamento</p> <p>Resposta, pergunta, pedido</p> <p><b><u>Compreensão e expressão</u></b></p> <p>Tom de voz, articulação, entoação, ritmo</p> <p>Vocabulário: alargamento, adequação, variedade</p> <p>Informação essencial</p> <p>Frase (complexidade crescente)</p> <p>Expressão de ideias e de sentimentos</p> <p>Expressão orientada: reconto, conto; simulação, dramatização</p>	<p><b>Compreensão</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar intenções comunicativas de textos orais, designadamente perguntas, afirmações, exclamações apreciativas, ordens, pedidos.</li> <li>• Selecionar informação relevante em função dos objetivos de escuta e registá-la por meio de técnicas diversas.</li> </ul> <p><b>Expressão</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Falar com clareza e articular de modo adequado as palavras.</li> <li>• Usar a palavra na sua vez e empregar formas de tratamento adequadas na interação oral, com respeito pelos princípios de cooperação e cortesia.</li> <li>• Variar adequadamente a prosódia e o ritmo discursivo em função da finalidade comunicativa.</li> <li>• Formular perguntas, pedidos e respostas a questões considerando a situação e interlocutor.</li> <li>• Planear, produzir e avaliar os seus próprios textos.</li> <li>• Recontar histórias e narrar situações vividas e imaginadas.</li> <li>• Representar diferentes papéis comunicativos em jogos de simulação e dramatizações.</li> </ul>	<p><b>Promover estratégias que envolvam:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Compreensão de textos em diferentes suportes audiovisuais para: <ul style="list-style-type: none"> <li>• aquisição de padrões de entoação associados a perguntas, afirmações, exclamações apreciativas, ordens e pedidos;</li> </ul> </li> <li>• seleção de informação relevante para um determinado objetivo;</li> <li>• análise de diferentes situações comunicativas (entre outras possíveis, contar uma história, pedir/dar informações, a opinião, um conselho);</li> <li>• Recontar histórias lidas em livros para diferentes finalidades (por exemplo, recomendar um livro);</li> <li>• Narrar situações vividas ou imaginadas para sustentar uma <b>opinião</b>, identificar problemas a resolver;</li> <li>• Descrever situações, pessoas/personagens, espaços.</li> </ul>	<p>Conhecedor/sabedor/ culto/informado (A, B, G, I, J)</p> <p>Comunicador (A, B, D, E, H)</p> <p>Sistematizador/ organizador (A, B, C, I, J)</p> <p>Respeitador da diferença/do outro (A, B, E, F, H)</p> <p>Participativo/ colaborador (B, C, D, E, F)</p> <p>Criativo (A, C, D, J)</p>

<p><b>Leitura e Escrita</b></p>	<p><u>Alfabeto e grafemas</u></p> <p>Correspondências grafofonémicas (grafemas com diacrítico, dígrafos e ditongos)</p> <p>Correspondências fonográficas</p> <p><u>Fluência de leitura: velocidade, precisão e prosódia</u></p> <p>Palavras e pseudopalavras, com complexidade silábica crescente; palavras regulares e irregulares; textos</p> <p><u>Compreensão de texto</u></p> <p>Textos de características: narrativas, descritivas</p> <p>Poema, banda desenhada</p> <p>Vocabulário: alargamento, adequação e variedade</p> <p>Paráfrase</p> <p>Sentidos do texto: sequência de acontecimentos, mudança de espaço; encadeamentos de causa e efeito; tema, assunto; informação essencial; articulação de factos e de ideias</p> <p><u>Pesquisa e registo da informação</u></p> <p><u>Ortografia e pontuação</u></p> <p>Sílabas, palavras, pseudopalavras, frases, texto</p> <p>Acentos e til</p> <p>Sinal de pontuação: vírgula</p> <p>Letra de imprensa, letra manuscrita</p> <p><u>Produção de texto</u></p>	<p>Correspondências grafofonémicas (grafemas com diacrítico, dígrafos e ditongos)</p> <p>Correspondências fonográficas</p> <p><u>Fluência de leitura: velocidade, precisão e prosódia</u></p> <p>Palavras e pseudopalavras, com complexidade silábica crescente; palavras regulares e irregulares; textos</p> <p><u>Compreensão de texto</u></p> <p>Textos de características: narrativas, descritivas</p> <p>Poema, banda desenhada</p> <p>Vocabulário: alargamento, adequação e variedade</p> <p>Paráfrase</p> <p>Sentidos do texto: sequência de acontecimentos, mudança de espaço; encadeamentos de causa e efeito; tema, assunto; informação essencial; articulação de factos e de ideias</p> <p><u>Pesquisa e registo da informação</u></p> <p><u>Ortografia e pontuação</u></p> <p>Sílabas, palavras, pseudopalavras, frases, texto</p> <p>Acentos e til</p> <p>Sinal de pontuação: vírgula</p> <p><u>Produção de texto</u></p> <p>Paráfrase, informações, explicações; pequenas narrativas</p> <p>Planificação de texto: ideias-chave</p>	<p><b>Leitura</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Associar a cada letra do alfabeto as respetivas formas maiúscula e minúscula.</li> <li>• Compreender o sentido de textos com características narrativas e descritivas, associados a finalidades diferentes (lúdicas, estéticas, informativas).</li> <li>• Mobilizar as suas experiências e saberes no processo de construção de sentidos do texto.</li> <li>• Identificar informação explícita no texto.</li> <li>• Identificar e referir o essencial de textos lidos.</li> <li>• Ler com articulação correta, entoação e velocidade adequadas ao sentido dos textos.</li> <li>• Recriar pequenos textos em diferentes formas de expressão (verbal, gestual, corporal, musical, plástica).</li> </ul> <p><b>Escrita</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Representar por escrito os fonemas através dos respetivos grafemas e dígrafos, incluindo os casos que dependem de diferentes posições dos fonemas ou dos grafemas na palavra.</li> <li>• Indicar as possibilidades de representar na escrita as relações fonema-grafema e grafema-fonema mais frequentes.</li> <li>• Escrever corretamente palavras com todos os tipos de sílabas, com utilização correta dos acentos gráficos e do til.</li> <li>• Escrever textos curtos com diversas finalidades (narrar, informar, explicar).</li> </ul>	<p><b>Promover estratégias que envolvam:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- manipulação de unidades de sentido como: <ul style="list-style-type: none"> <li>• segmentação de textos em frases e de frases em palavras;</li> <li>• reconstituição de textos;</li> <li>• realização de diferentes tipos de leitura em voz alta (leitura coletiva, leitura dramatizada, leitura expressiva);</li> <li>• Compreensão de textos através de atividades orientadas para: <ul style="list-style-type: none"> <li>☐ localização de informação explícita relevante para a construção do sentido;</li> <li>☐ inferências baseadas em informação explícita;</li> <li>☐ aquisição de saberes relacionados com a organização do texto própria do género a que pertence (narrar, descrever, informar);</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>- Monitorização da compreensão na leitura.</li> </ul> <p><b>Promover estratégias que envolvam:</b></p>	<p>Conhecedor/sabedor/ culto/informado (A, B, G, I, J)</p> <p>Questionador (A, F, G, I, J)</p> <p>Sistematizador/ organizador (A, B, C, I, J)</p> <p>Leitor (A, B, C, D, F, H, I)</p> <p>Criativo (A, C, D, J)</p>
---------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	<p>Paráfrase, informações, explicações; pequenas narrativas</p> <p>Planificação de texto: ideias-chave</p> <p>Redação e revisão de texto: concordância; tempos verbais; utilização de sinónimos e de pronomes; apresentação gráfica</p>	<p>Redação e revisão de texto: concordância; tempos verbais; utilização de sinónimos e de pronomes; apresentação gráfica</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Redigir textos coerentes e coesos com recurso a elementos como a concordância entre constituintes, a correlação de tempos verbais, a sinonímia e a pronominalização.</li> <li>• Articular segmentos do texto através do emprego de elementos gramaticais que marcam relações de tempo e causa.</li> <li>• Utilizar o ponto final na delimitação de frases e a vírgula em enumerações e em mecanismos de coordenação.</li> <li>• Proceder à revisão de texto, individualmente ou em grupo após discussão de diferentes pontos de vista.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- aquisição de conhecimento relacionado com o alfabeto e com as regras convencionais de escrita (ortografia, pontuação, sinais auxiliares da escrita);</li> <li>- consciencialização da existência de diferentes modos de organizar um texto, tendo em conta finalidades como narrar, descrever, informar;</li> <li>- planificação do que se vai escrever através de procedimentos que impliquem, por exemplo:             <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> decidir o tema e a situação de escrita;</li> <li><input type="checkbox"/> definir o objetivo da escrita;</li> <li><input type="checkbox"/> decidir o destinatário do texto;</li> <li><input type="checkbox"/> conhecer as características do género textual que se pretende escrever.</li> </ul> </li> <li>- revisão (em função dos objetivos iniciais e da coerência e coesão do texto) e aperfeiçoamento textual, o que implica reler, avaliar (com recurso a auto e a heteroavaliação) e corrigir;</li> <li>- preparação da versão final, que implica passar a limpo (adequado para</li> </ul>	
--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

				editar e reproduzir textos).	
<b>Iniciação à Educação Literária</b>	<p><u>Audição e leitura</u></p> <p>Obras de literatura para a infância, textos da tradição popular; outros textos literários selecionados pelo aluno, sob orientação (Listagem PNL)</p> <p>Formas de leitura: silenciosa; em voz alta; em coro</p> <p><u>Compreensão de texto</u></p> <p>Cadência dos versos</p> <p>Antecipação de conteúdos</p> <p>Intenções e emoções das personagens</p> <p>Inferências (de sentimento – atitude)</p> <p>Reconto; alteração de passagens em texto narrativo Expressão de sentimentos e de emoções</p> <p><u>Memorização e recitação</u></p> <p>Lengalenga, adivinha rimada; poema</p> <p><u>Produção expressiva</u></p> <p>Histórias inventadas</p> <p>Recriação de textos</p> <p>Texto escrito (prosa e verso rimado)</p>	<p><u>Audição e leitura</u></p> <p>Obras de literatura para a infância, textos da tradição popular; outros textos literários selecionados pelo aluno, sob orientação (Listagem PNL)</p> <p>Formas de leitura: silenciosa; em voz alta; em coro</p> <p><u>Compreensão de texto</u></p> <p>Cadência dos versos</p> <p>Antecipação de conteúdos</p> <p>Intenções e emoções das personagens</p> <p>Inferências (de sentimento – atitude)</p> <p>Reconto; alteração de passagens em texto narrativo Expressão de sentimentos e de emoções</p> <p><u>Memorização e recitação</u></p> <p>Lengalenga, adivinha rimada; poema</p> <p><u>Produção expressiva</u></p> <p>Histórias inventadas</p> <p>Recriação de textos</p> <p>Texto escrito (prosa e verso rimado)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ouvir ler obras literárias e textos da tradição popular.</li> <li>• Ler narrativas e poemas adequados à idade, por iniciativa própria ou de outrem.</li> <li>• Antecipar o(s) tema(s) com base em noções elementares de género (contos de fadas, lengalengas, poemas, etc.) em elementos do paratexto e nos textos visuais (ilustrações).</li> <li>• Compreender narrativas literárias (temas, experiências e valores).</li> <li>• Explicitar o sentido dos poemas escutados ou lidos.</li> <li>• (Re)contar histórias.</li> <li>• Valorizar a diversidade cultural dos textos (ouvidos ou lidos).</li> <li>• Dizer, de modo dramatizado, trava-línguas, lengalengas e poemas memorizados, de modo a incluir treino da voz, dos gestos, das pausas, da entoação e expressão facial.</li> <li>• Manifestar preferências, de entre textos lidos, e explicar as reações derivadas da leitura.</li> <li>• Selecionar livros para leitura pessoal, apresentando as razões das suas escolhas.</li> </ul>	<p><b>Promover estratégias que envolvam:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aquisição de saberes (noções elementares de géneros como contos de fadas, lengalengas, poemas) proporcionados por: <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> escuta ativa;</li> <li><input type="checkbox"/> leitura.</li> </ul> </li> <li>- compreensão de narrativas literárias com base num percurso de leitura que implique <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> imaginar desenvolvimentos narrativos a partir de elementos do paratexto e da mobilização de experiências e vivências;</li> <li><input type="checkbox"/> antecipar ações narrativas a partir de sequências de descrição e de narração;</li> <li><input type="checkbox"/> mobilizar conhecimentos sobre a língua e sobre o mundo para interpretar expressões e segmentos de texto;</li> <li><input type="checkbox"/> justificar as interpretações;</li> <li><input type="checkbox"/> questionar aspetos da narrativa.</li> </ul> </li> </ul>	<p>Conhecedor/sabedor/ Culto/Informado (A, B, G, I, J)</p> <p>Indagador/investigador (C, D, F, H, I)</p> <p>Criativo (A, C, D, J)</p> <p>Responsável/autónomo (C, D, E, F, G, I, J)</p> <p>Comunicador (A, B, D, E, H)</p> <p>Leitor (A, B, C, D, F, H, I)</p> <p>Crítico/analítico (A, B, C, D, G)</p>

				<ul style="list-style-type: none"> <li>- criação de experiências de leitura (por exemplo, na biblioteca escolar) que impliquem</li> <li><input type="checkbox"/> ler e ouvir ler;</li> <li><input type="checkbox"/> dramatizar, recitar, recontar, recriar, ilustrar;</li> <li><input type="checkbox"/> exprimir reações subjetivas de leitor;</li> <li><input type="checkbox"/> avaliar situações, comportamentos, modos de dizer, ilustrações, entre outras dimensões;</li> <li><input type="checkbox"/> persuadir colegas para a leitura de livros escolhidos.</li> </ul>	
<b>Gramática</b>	<p><u>Classes de palavras</u></p> <p>Nome</p> <p><u>Lexicologia</u></p> <p>Sinónimos e antónimos: reconhecimento</p>	<p><u>Classes de palavras</u></p> <p>Determinante artigo (definido e indefinido)</p> <p>Adjetivo qualificativo</p> <p><u>Classes de palavras</u></p> <p>Verbo</p>	<p>Classificar as palavras quanto ao número de sílabas (palavra escrita).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar e distinguir sílaba tónica de átona.</li> <li>• Identificar a classe das palavras: determinante artigo, nome (próprio e comum), adjetivo, verbo, pronome pessoal e interjeição.</li> <li>• Reconhecer diferentes processos para formar o feminino dos nomes e adjetivos.</li> <li>• Reconhecer a flexão nominal e adjetival quanto ao número.</li> <li>• Conhecer a forma do infinitivo dos verbos.</li> <li>• Conhecer as estruturas de coordenação copulativa e disjuntiva.</li> <li>• Usar de modo intencional e com adequação conectores de tempo, de causa, de explicação e de contraste de maior frequência, em textos narrativos e de opinião.</li> </ul>	<p><b>Promover estratégias que envolvam:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- desenvolvimento da consciência fonológica;</li> <li>- consciencialização de elementos e estruturas fonológicas como fonemas, sílabas, palavras por meio de atividades que impliquem</li> <li><input type="checkbox"/> manipular palavras fazendo variar fonemas e sílabas;</li> <li><input type="checkbox"/> construir/reconstruir palavras;</li> <li>- aquisição de conhecimento relacionado com alfabeto e representação escrita de fonemas, flexão em género e número do</li> </ul>	<p>Questionador (A, F, G, I, J)</p> <p>Conhecedor/sabedor/ culto/informado (A, B, G, I, J)</p> <p>Crítico/analítico (A, B, C, D, G)</p> <p>Sistematizador/ organizador (A, B, C, I, J)</p>

			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Depreender o significado de palavras a partir da sua ocorrência nas diferentes áreas disciplinares curriculares.</li> <li>• Associar significados conotativos a palavras e/ou expressões que não correspondam ao sentido literal.</li> <li>• Desenvolver o conhecimento lexical, passivo e ativo.</li> <li>• Mobilizar adequadamente as regras de ortografia, ao nível da correspondência grafema-fonema e da utilização dos sinais de escrita (diacríticos, incluindo os acentos; sinais gráficos e sinais de pontuação).</li> </ul>	<p>nome e do adjetivo, as classes de palavras previstas;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- distinção entre número (propriedade formal da gramática do português) e quantidade (noção semântica relativa a contagem e cardinalidade), com interseção com a matemática;</li> <li>- utilização de critérios semânticos, sintáticos e morfológicos para identificar a classe das palavras;</li> <li>- mobilização do conhecimento adquirido em situações que impliquem informar, explicar, questionar;</li> <li>- ampliação do conhecimento lexical de base do aluno por meio de atividades que, por exemplo, impliquem ler, deduzir significados, perguntar, observar semelhanças entre palavras, consultar fontes, construir famílias de palavras.</li> <li>- consciencialização do modo como a unidade frase se organiza em torno de palavras-centro por meio de atividades que impliquem</li> </ul> <p>□ construir frases a partir de palavras como nome, verbo;</p>	
--	--	--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

				<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> ampliar frases simples associando a nomes elementos como adjetivos, expressões nominais, determinantes, quantificadores;</li><li><input type="checkbox"/> exercitação de construções frásicas e textuais em que seja possível;</li><li><input type="checkbox"/> expandir, ampliar, associar elementos;</li><li><input type="checkbox"/> modificar, fazer variar, observar alterações;</li><li><input type="checkbox"/> substituir elementos e estruturas;</li></ul> <p>- Consciencialização do funcionamento da frase complexa por meio de atividades de manipulação de dados.</p> <p>- Ligar acontecimentos (pelo menos, dois) através de elementos subordinativos como quando, porque, mas (sem explicitação de metalinguagem).</p>	
--	--	--	--	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--



## LISTA DE OBRAS E TEXTOS PARA INICIAÇÃO À EDUCAÇÃO LITERÁRIA

1. Adolfo Coelho, “História da Carochinha”, “O Rabo do Gato”; “O Pinto Borrachudo”, “O Príncipe com Orelhas de Burro” in *Contos Populares Portugueses*
2. Papiniano Carlos, *A Menina Gotinha de Água*
3. Luísa Dacosta, *O Elefante Cor-de-rosa*
4. Manuel António Pina, “A revolução das Letras”, “O têpluquê”, “Gigões e anantes” in *O Têpluquê*
5. Sidónio Muralha, *Bichos, Bichinhos e Bicharocos*
6. Cecília Meireles, *Ou isto ou aquilo* (escolher 8 poemas)
7. José Eduardo Agualusa, *A Girafa que Comia Estrelas*

# MATEMÁTICA

Domínios	Subdomínios / Conteúdos programáticos		OBJETIVOS ESSENCIAIS DE APRENDIZAGEM CONHECIMENTOS, CAPACIDADES E ATITUDES	PRÁTICAS ESSENCIAIS DE APRENDIZAGEM	DESCRITORES DO PERFIL DOS ALUNOS
	1º Semestre	2º Semestre			
<b>Números e Operações</b>	<p><b><u>Números naturais</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Numerais ordinais até vigésimo;</li> <li>- Números naturais até 500;</li> <li>- Contagens de 2 em 2, de 5 em 5, de 10 em 10 e de 100 em 100;</li> <li>- Números pares e número ímpares; identificação através do algarismo das unidades.</li> </ul> <p><b><u>Sistema de numeração decimal</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ordens decimais: unidades, dezenas e centenas;</li> <li>- Valor posicional dos algarismos;</li> <li>- Comparação e ordenação de números até 500.</li> </ul> <p><b><u>Adição e subtração</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cálculo mental: somas de números de um algarismo, -diferenças de números até 20, adições e subtrações de números de três algarismos;</li> <li>- Adições cuja soma seja inferior a 500;</li> <li>- Subtrações de números até 500;</li> <li>- Problemas de um ou dois passos envolvendo situações de juntar, acrescentar, retirar, comparar ou completar.</li> </ul> <p><b><u>Multiplicação</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sentido aditivo e combinatório;</li> </ul>	<p><b><u>Números naturais</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Números naturais até 1000;</li> <li>- Contagens de 2 em 2, de 5 em 5, de 10 em 10 e de 100 em 100;</li> </ul> <p><b><u>Sistema de numeração decimal</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ordens decimais: unidades, dezenas e centenas;</li> <li>- Valor posicional dos algarismos;</li> <li>- Comparação e ordenação de números até 1000.</li> </ul> <p><b><u>Adição e subtração</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cálculo mental: somas de números de dois algarismos, adições e subtrações de números de três algarismos</li> <li>- Adições cuja soma seja inferior a 1000;</li> <li>- Subtrações de números até 1000;</li> <li>- Problemas de um ou dois passos envolvendo situações de juntar, acrescentar, retirar, comparar ou completar.</li> </ul> <p><b><u>Multiplicação</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tabuadas, 3, 6</li> <li>- O termo «triplo»</li> <li>- Problemas de um ou dois passos envolvendo situações multiplicativas nos sentidos aditivo e combinatório.</li> </ul>	<p><b>Números naturais</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ler e representar números no sistema de numeração decimal até 1000 e identificar o valor posicional de um algarismo.</li> <li>• Identificar e dar exemplos de números pares e ímpares.</li> </ul> <p><b>Adição, subtração, multiplicação e divisão</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconhecer e memorizar factos básicos das operações e calcular com os números inteiros não negativos recorrendo à representação horizontal do cálculo, em diferentes situações e usando diversas estratégias que mobilizem relações numéricas e propriedades das operações.</li> <li>• Reconhecer e utilizar diferentes representações para o mesmo número e relacioná-las.</li> <li>• Comparar e ordenar números, e realizar estimativas plausíveis de quantidades e de somas, diferenças e produtos, com e sem recurso a material concreto.</li> </ul> <p><b>Resolução de problemas / Raciocínio matemático / Comunicação matemática</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explorar, analisar e interpretar situações de contextos variados que favoreçam e apoiem uma aprendizagem matemática com sentido (dos conceitos, propriedades, operações e procedimentos matemáticos).</li> <li>• Realizar tarefas de natureza diversificada (projetos, explorações, investigações, resolução de problemas, exercícios, jogos).</li> <li>• Utilizar materiais manipuláveis estruturados e não estruturados e outros recursos na resolução de problemas e em outras tarefas de aprendizagem.</li> <li>• Utilizar números naturais em situações variadas e com diferentes significados (de quantidade, ordem, localização, designação).</li> <li>• Utilizar factos básicos das operações em situações de cálculo, designadamente factos básicos da adição (ex.: <math>3 + 3 = 6</math>,</li> </ul>	<p><b>Conhecedor/s abedor/ culto/informado</b> (A, B, G, I, J)</p> <p><b>Criativo</b> (A, C, D, J)</p> <p><b>Crítico/analítico</b> (A, B, C, D, G)</p> <p><b>Indagador/ investigador</b> (C, D, F, H, I)</p> <p><b>Respeitador da diferença/do outro</b> (A, B, E, F, H)</p> <p><b>Sistematizador/ organizador</b> (A, B, C, I, J)</p>

	<p>- O símbolo «x» e os termos «fator» e «produto»;</p> <p>- Produto por 1 e por 0;</p> <p>- Tabuadas do 2, 4, 5, 10</p> <p>- Os termos «dobro», «quádruplo» e «quíntuplo»;</p> <p>- Problemas de um ou dois passos envolvendo situações multiplicativas nos sentidos aditivo e combinatório.</p> <p><b><u>Sequências e regularidades</u></b></p> <p>- Problemas envolvendo a determinação de termos de uma sequência dada a lei de formação e a determinação de uma lei de formação compatível com uma sequência parcialmente conhecida.</p>	<p><b><u>Divisão inteira</u></b></p> <p>- Divisão exata por métodos informais;</p> <p>- Os termos «metade», «terça parte», «quarta parte» e «quinta parte»;</p> <p>- Problemas de um passo envolvendo situações de partilha equitativa e de agrupamento.</p> <p><b><u>Sequências e regularidades</u></b></p> <p>- Problemas envolvendo a determinação de termos de uma sequência dada a lei de formação e a determinação de uma lei de formação compatível com uma sequência parcialmente conhecida.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conceber e aplicar estratégias na resolução de problemas com números naturais, em contextos matemáticos e não matemáticos, e avaliar a plausibilidade dos resultados.</li> <li>• Reconhecer e descrever regularidades em sequências e em tabelas numéricas, formular conjecturas e explicar como são geradas essas regularidades.</li> <li>• Expressar, oralmente e por escrito, ideias matemáticas, e explicar raciocínios, procedimentos e conclusões.</li> <li>• Desenvolver interesse pela Matemática e valorizar o seu papel no desenvolvimento das outras ciências e domínios da atividade humana e social.</li> <li>• Desenvolver confiança nas suas capacidades e conhecimentos matemáticos, e a capacidade de analisar o próprio trabalho e regular a sua aprendizagem.</li> <li>• Desenvolver persistência, autonomia e à-vontade em lidar com situações que envolvam a Matemática no seu percurso escolar e na vida em sociedade.</li> </ul>	<p>5 + 5 = 10) e da multiplicação (tabuada do 2, 3, 4, 5 e 10).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Explorar situações de partilha equitativa e de divisão da unidade em partes iguais, envolvendo grandezas discretas e contínuas.</li> <li>• Resolver problemas que envolvam a adição nos sentidos de juntar e acrescentar; subtração nos sentidos de retirar, comparar e completar; multiplicação nos sentidos aditivo e combinatório; divisão nos sentidos de partilha e medida; e analisar estratégias variadas de resolução.</li> <li>• Realizar cálculos recorrendo a diferentes estratégias de cálculo mental, em contextos diversos.</li> <li>• Explorar e descrever padrões de repetição e regularidades numéricas, em contextos diversos.</li> <li>• Resolver problemas que requeiram a aplicação de conhecimentos já aprendidos e apoiem a aprendizagem de novos conhecimentos.</li> <li>• Resolver e formular problemas, analisar estratégias variadas de resolução de problemas e apreciar os resultados obtidos.</li> </ul>	<p><b>Questionador</b> (A, F, G, I, J)</p> <p><b>Comunicador</b> (A, B, D, E, H)</p> <p><b>Autoavaliador (transversal às áreas)</b></p> <p><b>Participativo/ colaborador</b> (B, C, D, E, F)</p> <p><b>Responsável/ autónomo</b> (C, D, E, F, G, I, J)</p> <p><b>Cuidador de si e do outro</b> (B, E, F, G)</p>
--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

				<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comunicar utilizando linguagem matemática, oralmente e por escrito, para descrever e explicar raciocínios, procedimentos e conclusões.</li> <li>• Analisar o próprio trabalho para identificar progressos, lacunas e dificuldades na sua aprendizagem.</li> </ul>	
<p><b>Geometria e Medida</b></p>	<p><b><u>Localização e orientação no espaço</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Direções no espaço relativamente a um observador;</li> <li>- Voltas inteiras, meias voltas, quartos de volta, viragens à direita e à esquerda;</li> <li>- Itinerários em grelhas quadriculadas.</li> </ul> <p><b><u>Figuras geométricas</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Retas e semirretas;</li> <li>- Quadriláteros (retângulo e quadrado);</li> <li>- Polígonos e linhas poligonais;</li> <li>- Parte interna e externa de linhas planas fechadas;</li> <li>- Quadriláteros (retângulo, quadrado e losango);</li> <li>- Pentágonos e hexágonos;</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Atributos geométricos e não geométricos de um objeto;</li> </ul> <p><b><u>Problemas</u></b></p>	<p><b><u>Figuras geométricas</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sólidos geométricos – poliedros e não poliedros; pirâmides e cones; vértice, aresta e face;</li> <li>- Atributos geométricos e não geométricos de um objeto;</li> </ul> <p><b><u>Medida</u></b></p> <p><b><u>Distância e comprimento</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Comparação de medidas de comprimento em dada unidade;</li> <li>- Unidades do sistema métrico;</li> </ul> <p><b><u>Área</u></b></p> <p>Figuras equidecomponíveis e figuras equivalentes</p> <p><b><u>Volume e capacidade.</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Medidas de volume em unidades não convencionais;</li> <li>- Ordenação de capacidades de recipientes;</li> <li>- Medidas de capacidades em unidades não convencionais;</li> <li>- O litro como unidade de medida de capacidade;</li> </ul>	<p><b>Geometria e Medida</b></p> <p><b><u>Medida: Comprimento - Dinheiro – Tempo</u></b></p> <p>Comparar e ordenar objetos de acordo com a grandeza comprimento e medi-los utilizando unidades de medida não convencionais.</p> <p>Reconhecer e relacionar entre si o valor das moedas e notas da Zona Euro, e usá-las em contextos diversos.</p> <p>Reconhecer e relacionar entre si, intervalos de tempo (dia semana, mês e ano) e identificar a hora como unidade de medida de tempo.</p> <p><b><u>Localização e orientação no espaço</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar, interpretar e descrever relações espaciais, situando-se no espaço em relação aos outros e aos objetos.</li> </ul> <p><b><u>Figuras geométricas</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar e comparar sólidos geométricos, reconhecendo semelhanças e diferenças e</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explorar, analisar e interpretar situações de contextos variados, numa abordagem do espaço ao plano, que favoreçam e apoiem uma aprendizagem matemática com sentido dos conceitos matemáticos.</li> <li>• Realizar tarefas de natureza diversificada (projetos, explorações, investigações, resolução de problemas, exercícios, jogos).</li> <li>• Utilizar unidades de medida não convencionais em contextos variados e utilizar unidades de tempo na descrição de acontecimentos quotidianos.</li> <li>• Ler e escrever quantias de dinheiro decompostas em euros e cêntimos, envolvendo números até 1000, em contextos do quotidiano, como, por exemplo, folhetos com preços.</li> </ul>	

	<p>- Problemas de um ou dois passos envolvendo medidas de diferentes grandezas.</p>	<p><b>Massa</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Comparação de massas em balanças de dois pratos;</li> <li>- Pesagens em unidades não convencionais;</li> <li>- O quilograma como unidade de medida de massa.</li> </ul> <p><b>Dinheiro</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Contagens de dinheiro em euros e cêntimos envolvendo números até 1000.</li> </ul> <p><b>Tempo</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Instrumentos de medida do tempo;</li> <li>- A hora;</li> <li>- Relógios de ponteiros e a medida do tempo em horas, meias horas e quartos de hora;</li> <li>- Calendários e horários.</li> </ul> <p><b>Problemas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Problemas de um ou dois passos envolvendo medidas de diferentes grandezas.</li> </ul>	<p>identificando polígonos (triângulos, quadrados, retângulos, pentágonos e hexágonos) e círculos nesses sólidos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Descrever figuras planas, identificando as suas propriedades, e representá-las a partir de atributos especificados.</li> <li>• Compor e decompor figuras planas, a partir de figuras dadas, identificando atributos que se mantêm ou que se alteram nas figuras construídas.</li> </ul> <p><b>Medida:</b></p> <p><b>Comprimento e área / capacidade / massa</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Comparar e ordenar objetos de acordo com diferentes grandezas (comprimento, massa, capacidade e área), identificando e utilizando unidades de medida não convencionais.</li> </ul> <p><b>Dinheiro</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconhecer e relacionar entre si o valor das moedas e notas da Zona Euro, e usá-las em contextos diversos.</li> </ul> <p><b>Tempo</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconhecer e relacionar entre si intervalos de tempo (hora, dia, semana, mês e ano).</li> </ul> <p><b>Resolução de problemas / Raciocínio matemático / Comunicação matemática</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conceber e aplicar estratégias na resolução de problemas envolvendo a visualização e a</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ler e escrever a medida de tempo apresentada num relógio de ponteiros, em horas, meias horas e quartos de hora, relacionando-as, respetivamente, com voltas, meias voltas e quartos de volta do ponteiro dos minutos.</li> <li>• Utilizar materiais manipuláveis estruturados e não estruturados, na resolução de problemas e em outras tarefas de aprendizagem.</li> <li>• Resolver problemas que requeiram a aplicação de conhecimentos já aprendidos e apoiem a aprendizagem de novos conhecimentos.</li> </ul>	
--	-------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

			<p>medida em contextos matemáticos e não matemáticos, e avaliar a plausibilidade dos resultados.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Expressar, oralmente e por escrito, ideias matemáticas e explicar raciocínios, procedimentos e conclusões.</li> <li>• Desenvolver interesse pela Matemática e valorizar o seu papel no desenvolvimento das outras ciências e domínios da atividade humana e social.</li> <li>• Desenvolver confiança nas suas capacidades e conhecimentos matemáticos e a capacidade de analisar o próprio trabalho e de regular a sua aprendizagem.</li> <li>• Desenvolver persistência, autonomia e à-vontade em lidar com situações que envolvam a Matemática no seu percurso escolar e na vida em sociedade.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Resolver e formular problemas, analisar estratégias variadas de resolução e apreciar os resultados obtidos.</li> <li>• Comunicar utilizando linguagem matemática, oralmente e por escrito, para descrever e explicar raciocínios, procedimentos e conclusões.</li> <li>• Analisar o próprio trabalho para identificar progressos, lacunas e dificuldades na sua aprendizagem.</li> </ul>	
<p><b>Organização e Tratamento de Dados</b></p>	<p><b><u>Representação de conjuntos</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Reunião e interseção de conjuntos;</li> <li>- Diagramas de Venn e Carroll.</li> </ul> <p><b><u>Representação de dados</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Esquemas de contagem (<i>tally charts</i>).</li> </ul>	<p><b><u>Representação de dados</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tabelas de frequências absolutas e gráficos;</li> <li>- Tabelas, diagramas e pictogramas.</li> </ul>	<p><b>Representação e interpretação de dados</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Recolher, organizar e representar dados qualitativos e quantitativos discretos, utilizando diferentes representações, e interpretar a informação representada.</li> </ul> <p><b>Resolução de problemas / Raciocínio matemático / Comunicação matemática</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Resolver problemas envolvendo a organização e tratamento de dados em contextos familiares variados.</li> <li>• Comunicar raciocínios, procedimentos e resultados</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explorar, analisar e interpretar situações de contextos variados que favoreçam e apoiem uma aprendizagem matemática com sentido (dos conceitos, propriedades, regras e procedimentos matemáticos).</li> <li>• Formular questões em contextos familiares variados para recolha e tratamento de dados.</li> <li>• Utilizar esquemas de contagem, tabelas de frequências absolutas, gráficos de barras, pictogramas, diagramas de Venn e de Carroll na</li> </ul>	

			baseando-se nos dados recolhidos e tratados. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Desenvolver interesse pela Matemática e valorizar o seu papel no desenvolvimento das outras ciências e domínios da atividade humana e social.</li> <li>• Desenvolver confiança nas suas capacidades e conhecimentos matemáticos e a capacidade de analisar o próprio trabalho e de regular a sua aprendizagem.</li> <li>• Desenvolver persistência, autonomia e à-vontade em lidar com situações que envolvam a Matemática no seu percurso escolar e na vida em sociedade.</li> </ul>	organização e representação de dados. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Resolver problemas recorrendo à recolha de dados e à sua organização e representação.</li> <li>• Comunicar, oralmente e por escrito, para descrever e explicar representações dos dados e as interpretações realizadas.</li> <li>• Analisar o próprio trabalho para identificar progressos, lacunas e dificuldades na sua aprendizagem.</li> </ul>	
--	--	--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

## ESTUDO DO MEIO

Organizador (Blocos do programa)		OBJETIVOS ESSENCIAIS DE APRENDIZAGEM CONHECIMENTOS, CAPACIDADES E ATITUDES	Práticas Essenciais de Aprendizagem	Descritores do Perfil dos alunos
Conteúdos programáticos				
1º Semestre	2º Semestre			



<p style="text-align: center;"><b><u>SOCIEDADE</u></b></p> <p><b>À descoberta de si mesmo</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- O passado mais longínquo da criança.</li> <li>- O passado próximo familiar.</li> <li>- O seu corpo.</li> <li>- A saúde do seu corpo.</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b><u>TECNOLOGIA</u></b></p> <p><b>À descoberta dos materiais e objetos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Manusear objetos em situações concretas.</li> <li>- Realizar experiências com alguns materiais e objetos de uso corrente.</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b><u>SOCIEDADE</u></b></p> <p><b>À descoberta dos outros e das instituições</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- A vida em sociedade.</li> <li>- A qualidade do ambiente</li> <li>- Modos de vida e funções de alguns membros da comunidade.</li> <li>- Instituições e serviços existentes na comunidade.</li> </ul> <p><b>À descoberta de si mesmo</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- A segurança do seu corpo.</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b><u>SOCIEDADE / NATUREZA / TECNOLOGIA</u></b></p> <p><b>À descoberta das inter- -relações entre espaços</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Os seus itinerários.</li> <li>- Localização de espaços em relação a um ponto de referência</li> <li>- Os meios de comunicação.</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b><u>NATUREZA</u></b></p> <p><b>À descoberta do ambiente natural</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Os seres vivos do seu ambiente.</li> <li>- Conhecer aspetos físicos e seres vivos de outras regiões ou países.</li> <li>- Os aspetos físicos do meio local.</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b><u>SOCIEDADE</u></b></p> <p><b>À descoberta de si mesmo</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- A segurança do seu corpo.</li> <li>- As suas perspetivas para um futuro mais longínquo.</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b><u>TECNOLOGIA</u></b></p> <p><b>À descoberta dos materiais e objetos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- A origem dos materiais.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconhecer a importância de fontes documentais na construção do conhecimento do seu passado pessoal e familiar (Registo de Nascimento, Cartão de Cidadão, Boletim Individual de Saúde, Registo de Vacinações, fotografias pessoais, álbuns, etc.).</li> <li>• Reconhecer datas, factos e locais significativos para a história pessoal ou das pessoas que lhe são próximas, localizando-os em mapas ou plantas e numa linha de tempo.</li> <li>• Relacionar instituições e serviços que contribuem para o bem-estar das populações com as respetivas atividades e funções.</li> <li>• Relacionar a importância do diálogo, da negociação e do compromisso na resolução pacífica de situações de conflito.</li> <li>• Reconhecer as múltiplas pertenças de cada pessoa e diferentes grupos e comunidades.</li> <li>• Reconhecer influências de outros países e culturas em diversos aspetos do seu dia a dia (alimentação, vestuário, música, comunicação, etc.).</li> <li>• Valorizar a aplicação dos direitos consagrados na Convenção sobre os Direitos da Criança. (*a)</li> <li>• Distinguir os principais órgãos – coração, pulmões, estômago e rins – em representações do corpo humano, associando-os à sua função vital. (*a)</li> <li>• Associar os ossos e os músculos à posição, ao movimento e ao equilíbrio, reconhecendo que o seu bom funcionamento implica cuidados específicos (postura e atividade física). (*a)</li> <li>• Refletir sobre comportamentos e atitudes, vivenciados ou observados, que ocorrem para o bem-estar físico e psicológico, individual e coletivo.</li> </ul>	<p><b>Promover estratégias que envolvam aquisição de conhecimento, informação e outros saberes, relativos aos conteúdos das AE, que impliquem:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- seleção de informação;</li> <li>- mobilização do conhecimento em diferentes áreas e em contextos diversos;</li> <li>- análise de documentos (por ex.: Boletim de Saúde Infantil e Juvenil), factos, situações, identificando os seus elementos ou dados;</li> <li>- utilização de <i>software</i> simples.</li> </ul> <p><b>Promover estratégias que envolvam a criatividade dos alunos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- formulação de hipóteses com vista a dar resposta a um problema que se coloca face a um determinado fenómeno;</li> <li>- conceção de situações em que determinado conhecimento possa ser aplicado;</li> <li>- criação de objetos, textos ou soluções face a um desafio;</li> <li>- utilização de modalidades diversas para expressar as aprendizagens (por exemplo, imagens).</li> </ul> <p><b>Promover estratégias que desenvolvam o pensamento crítico e analítico dos alunos, incidindo em:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- realização de assembleias de turma para discussão, entre outros assuntos, de aspetos da cidadania;</li> <li>- organização de debates que requeiram a formulação de opiniões e a respetiva fundamentação;</li> <li>- exposição de razões que sustentam afirmações;</li> <li>- identificação e avaliação da plausibilidade das razões que sustentam uma afirmação;</li> <li>- realização de jogos, jogos de papéis e simulações;</li> <li>- problematização de situações.</li> </ul> <p><b>Promover estratégias que envolvam por parte do aluno:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- formulação de questões-problema;</li> </ul>	<p>Conhecedor/ sabor/culto/ informado (A, B, G, I, J)</p> <p>Criativo (A, C, D, J)</p> <p>Crítico/analítico (A, B, C, D, G)</p> <p>Indagador/ investigador (C, D, F, H, I)</p>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------



		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconhecer a importância da vacinação e do uso correto dos medicamentos, nomeadamente dos antibióticos.</li> <li>• Identificar situações e comportamentos de risco para a saúde e a segurança individual e coletiva, propondo medidas de prevenção e proteção adequadas.</li> <li>• Identificar símbolos informativos fundamentais para o consumidor, relacionados com a produção e a utilização de bens.</li> <li>• Localizar Portugal, na Europa e no Mundo, em diferentes representações cartográficas, reconhecendo as suas fronteiras. (*a)</li> <li>• Caracterizar estados de tempo típicos das estações do ano em Portugal e a sua variabilidade.</li> <li>• Estabelecer a correspondência entre as mudanças de estado físico (evaporação, condensação, solidificação, fusão) e as condições que as originam com o ciclo da água. (*a)</li> <li>• Categorizar os seres vivos de acordo com semelhanças e diferenças observáveis (animais, tipos de: revestimento, alimentação, locomoção e reprodução; plantas: tipo de raiz, tipo de caule, forma da folha, folha caduca/persistente, cor da flor, fruto e semente, etc.).</li> <li>• Relacionar as características dos seres vivos (animais e plantas) com o seu habitat.</li> <li>• Relacionar ameaças à biodiversidade dos seres vivos com a necessidade de desenvolvimento de atitudes responsáveis face à Natureza.</li> <li>• Distinguir vantagens e desvantagens da utilização de recursos tecnológicos (analógicos e digitais) do seu quotidiano.</li> <li>• Prever as transformações causadas pelo aquecimento e arrefecimento de materiais.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- registo seletivo de ideias prévias, da planificação de atividades a realizar, dos dados recolhidos e das conclusões construídas a partir dos dados;</li> <li>- confrontação de resultados obtidos com previsões feitas;</li> <li>- identificação de alguns fatores que influenciam uma experiência;</li> <li>- recolha de dados e opiniões relacionados com as temáticas em estudo;</li> <li>- incentivo à investigação/pesquisa, seleção e tratamento de informação sustentados por critérios, com apoio do professor;</li> <li>- formulação de hipóteses com vista a dar resposta a um problema que se coloca face a um determinado fenómeno;</li> <li>- manipulação de diferentes representações cartográficas.</li> </ul> <p><b>Promover estratégias que requeiram/induzam por parte do aluno:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- respeito pela diferença;</li> <li>- confronto de ideias sobre a abordagem de um dado problema e/ou maneira de o resolver.</li> </ul> <p><b>Promover estratégias que envolvam por parte do aluno:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- realização de assembleias de turma para organização, entre outros aspetos, da agenda semanal de atividades e da distribuição de tarefas;</li> <li>- utilização de sinalética própria orientadora de tarefas (anotações, previsões, conclusões), de cuidados a ter com a manipulação de instrumentos e materiais e procedimentos a seguir;</li> <li>- tarefas de síntese;</li> <li>- tarefas de planificação, de revisão e de monitorização;</li> <li>- organização, por exemplo, de construções de sumários com recurso a símbolos previamente acordados, registos de observações, relatórios de visitas segundo critérios e objetivos;</li> <li>- promoção do estudo autónomo com o apoio do professor, identificando quais os obstáculos e formas de os ultrapassar;</li> <li>- apresentação esquemática da informação, com o apoio do professor;</li> </ul>	<p><b>Respeitador da diferença/do outro</b> (A, B, E, F, H)</p> <p><b>Sistematizador/organizador</b> (A, B, C, I, J)</p>
				<p><b>Questionador</b> (A, F, G, I, J)</p>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Elaborar itinerários do quotidiano, em plantas simplificadas do seu meio, assinalando diferentes elementos naturais e humanos.</li> <li>• Descrever elementos naturais e humanos do lugar onde vive através da recolha de informação em várias fontes documentais.</li> <li>• Comunicar conhecimentos relativos a lugares, regiões e acontecimentos.</li> <li>• Representar lugares reais que lhe são próximos no tempo e no espaço.</li> <li>• Reconhecer a existência de bens comuns à humanidade (água, ar, solo, etc.) e a necessidade da sua preservação.</li> <li>• Saber colocar questões sobre problemas ambientais existentes na localidade onde vive, nomeadamente relacionados com a água, a energia, os resíduos, o ar, os solos, apresentando propostas de intervenção.</li> <li>• Saber colocar questões, levantar hipóteses, fazer inferências, comprovar resultados e saber comunicar, reconhecendo como se constrói o conhecimento.</li> <li>• Comparar meios de comunicação e informação, atribuindo-lhes relevância pessoal e social.</li> <li>• Realizar experiências em condições de segurança, seguindo os procedimentos experimentais.</li> <li>• Saber manusear materiais e objetos do quotidiano, em segurança, explorando relações lógicas de forma e de função (tesoura, agrafador, furador, espremedor, saca-rolhas, talheres, etc.).</li> <li>• Identificar as propriedades de diferentes materiais (Ex.: forma, textura, cor, sabor, cheiro, brilho, fluabilidade, solubilidade), agrupando-os de acordo com as suas características, e relacionando-os com as suas aplicações.</li> </ul>	<p>- preenchimento de tabelas, a partir de exposições orais ou da leitura de conteúdos da disciplina.</p> <p><b>Promover estratégias que impliquem por parte do aluno:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- organização de questões a colocar a terceiros, sobre conteúdos estudados;</li> <li>- pesquisa e partilha de informação sobre temáticas de interesse do aluno ou relacionadas com os temas em estudo;</li> <li>- apresentações orais livres, seguidas de questionamento por parte da turma;</li> <li>- exposição de diferentes pontos de vista, como resposta a questões polémicas colocadas pelo professor ou aluno(s);</li> <li>- desenvolvimento de ações solidárias, como resposta a situações-problema;</li> <li>- saber questionar uma situação.</li> </ul> <p><b>Promover estratégias que impliquem por parte do aluno:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ações de comunicação uni e bidirecional, designadamente assembleia de turma, jornal de parede, "Ler, Contar e Mostrar";</li> <li>- apresentações orais, por iniciativa própria ou por sugestão do professor;</li> <li>- escutar os outros e saber tomar a palavra;</li> <li>- respeitar o princípio de cortesia;</li> <li>- usar formas de tratamento adequadas;</li> <li>- interação com adequação ao contexto e a diversas finalidades comunicativas.</li> </ul> <p><b>Promover estratégias envolvendo tarefas em Autoavaliador que, com base em critérios, se oriente o aluno (transversal às áreas) para:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- autoavaliação com recurso a linguagem icónica e verbal;</li> <li>- monitorização da aprendizagem, com recurso a linguagem icónica;</li> <li>- descrição/representação dos processos de pensamento usados durante a realização de uma tarefa ou abordagem de um problema.</li> <li>- reorientação de atitudes e de trabalhos, individualmente ou em grupos, a partir do feedback do professor e/ou pares.</li> </ul>	<p><b>Comunicador</b> (A, B, D, E, H)</p> <p><b>Autoavaliador</b> (transversal às áreas)</p> <p><b>Participativo/ colaborador</b> (B, C, D, E, F)</p> <p><b>Responsável/ Autónimo</b> (C, D, E, F, G, I, J)</p>
--	--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		<ul style="list-style-type: none"><li>- Agrupar, montar, desmontar, ligar, sobrepor etc., explorando objetos livremente.</li><li>Saber colocar questões, levantar hipóteses, fazer inferências, comprovar resultados e saber comunicar, reconhecendo como se constrói o conhecimento.</li></ul>	<p><b>Promover estratégias que criem oportunidades para o aluno:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- gestão/organização de sala de aula;</li><li>- gestão participada do currículo, envolvendo os alunos na escolha de temas a abordar em trabalho de projeto;</li><li>- colaboração interpares.</li></ul> <p><b>Promover estratégias e modos de organização das tarefas que impliquem por parte do aluno:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- organização do espaço e do tempo de trabalho individual e coletivo;</li><li>- controlo do tempo dedicado ao estudo;</li><li>- identificação de elementos distratores e/ou que afetam o processo de estudo;</li><li>- assunção de responsabilidades adequadas ao que lhe for pedido;</li><li>- organização e realização autónoma de tarefas;</li><li>- contratualização de tarefas e relato a outros do seu cumprimento.</li></ul> <p><b>Promover estratégias que induzam:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- ações solidárias que concorram para o bem-estar de outros;</li><li>- realização de tutorias interpares;</li><li>- apadrinhamento de causas;</li><li>- posicionamento perante situações dilemáticas de ajuda a outros e de proteção de si.</li></ul>	<p>Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)</p>
--	--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------

# EDUCAÇÃO FÍSICA

## 1º e 2º Semestres

Blocos	Conteúdos programáticos	OBJETIVOS ESSENCIAIS DE APRENDIZAGEM CONHECIMENTOS, CAPACIDADES E ATITUDES	PRÁTICAS ESSENCIAIS DE APRENDIZAGEM	DESCRITORES DO PERFIL DOS ALUNOS
<b>Perícias e Manipulações</b>	<p>Em concurso individual:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>LANÇAR uma bola em distância com a «mão melhor» (a mão mais forte) e com as duas mãos, para além de uma marca.</li> <li>LANÇAR para cima (no plano vertical) uma bola (grande) e RECEBÊ-LA com as duas mãos acima da cabeça (o mais alto possível) e perto do solo (o mais baixo possível).</li> <li>ROLAR a bola, nos membros superiores e nos membros inferiores (deitado) unidos e em extensão, controlando o seu movimento pelo ajustamento dos segmentos corporais.</li> <li>PONTAPEAR a bola em precisão a um alvo, com um e outro pé, dando continuidade ao movimento da perna e mantendo o equilíbrio.</li> <li>PONTAPEAR a bola em distância, para além de uma zona/marca, com um e outro pé, dando continuidade ao movimento da perna e mantendo o equilíbrio.</li> <li>Fazer TOQUES DE SUSTENTAÇÃO de um «balão», com os membros superiores e a cabeça, posicionando-se no ponto de queda da bola.</li> </ol> <p>Em concurso a pares:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>CABECEAR um «balão» (lançado por um companheiro a «pingar»), posicionando-se num ponto de queda da bola, para a agarrar a seguir com o mínimo de deslocamento.</li> <li>PASSAR a bola a um companheiro com as duas mãos (passe «picado», a «pingar» ou de «peito») consoante a sua posição e ou deslocamento.</li> </ol>	<p>Em concurso individual, concurso a pares e estafetas,</p> <p>realizar PERÍCIAS E MANIPULAÇÕES relativas aos 1.º e 2.º anos de escolaridade, através de ações motoras básicas com aparelhos portáteis, segundo uma estrutura rítmica, encadeamento ou combinação de movimentos, conjugando as qualidades da ação própria ao efeito pretendido de movimentação do aparelho.</p> <p>Em concurso individual, concurso a pares e percursos que integrem várias habilidades, realizar DESLOCAMENTOS e EQUILÍBRIOS, relativos aos 1.º e 2.º anos, através de ações motoras básicas de deslocamento, no solo e em aparelhos, segundo uma estrutura rítmica, encadeamento, ou combinação de movimentos, coordenando a sua ação, no sentido de aproveitar as qualidades motoras possibilitadas pela situação.</p> <p>Participar nos JOGOS relativos aos 1.º e 2.º anos de escolaridade, 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</p>	<p><b>Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- estabelecer relações intra e interdisciplinares;</li> <li>- utilizar conhecimento para participar de forma adequada e resolver problemas em contextos diferenciados.</li> </ul> <p><b>Proporcionar atividades formativas, como, por exemplo, situações de jogo, concursos e outras tarefas a par ou em grupos homogéneos e heterogéneos, que possibilitem aos alunos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- participar em sequências de habilidades, coreografias, etc.;</li> <li>- resolver problemas em situações de jogo;</li> <li>- explorar materiais;</li> <li>- explorar o espaço, ritmos, música, relações interpessoais, etc.</li> </ul> <p><b>Proporcionar atividades formativas que possibilitem</b></p>	<p><b>Conhecedor/sabedor/ culto/informado</b> (A, B, G, I, J)</p> <p><b>Criativo/ expressivo</b> (A, C, D, J)</p>

	<p>RECEBER a bola com as duas mãos, parado e em deslocamento.</p> <p>Em concurso individual ou estafeta:</p> <p>9. ROLAR O ARCO com pequenos «toques» à esquerda e à direita, controlando-o na trajetória pretendida.</p> <p>Em concurso individual:</p> <p>1. LANÇAR uma bola em precisão a um alvo móvel, por baixo e por cima, com cada uma e ambas as mãos.</p> <p>2. Impulsionar uma bola de espuma para a frente e para cima, posicionando-a para a «BATER» com a outra mão acima do plano da cabeça, numa direção determinada.</p> <p>3. Fazer TOQUES DE SUSTENTAÇÃO de uma bola de espuma com uma e outra das faces de uma raqueta, a alturas variadas, com e sem ressalto da bola no chão, parado e em deslocamento.</p> <p>4. SALTAR à corda no lugar e em progressão, com coordenação global e fluidez de movimentos.</p> <p>5. LANÇAR o arco na vertical e RECEBÊ-LO, com as duas mãos.</p> <p>6. PASSAR por dentro de um arco e rolar no chão, sem o derrubar.</p> <p>Em concurso individual ou estafeta:</p> <p>7. DRIBLAR «alto e baixo», com a mão esquerda e direita, em deslocamento, sem perder o controlo da bola.</p> <p>8. CONDUZIR a bola dentro dos limites duma zona definida, mantendo-a próximo dos pés.</p> <p>Em concurso a pares:</p>	<p>ações técnico-táticas fundamentais, com oportunidade e correção de movimentos em jogos coletivos com bola, jogos de perseguição, jogos de oposição e jogos de raqueta.</p>	<p><b>aos alunos, em todas as situações:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- apreciar os seus desempenhos;</li> <li>- identificar pontos fracos e fortes das suas aprendizagens;</li> <li>- utilizar os dados da sua autoavaliação para se envolverem na aprendizagem;</li> <li>- descrever as suas opções durante a realização de uma tarefa ou abordagem de um problema.</li> </ul> <p><b>Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- realizar tarefas de síntese;</li> <li>- realizar tarefas de planificação, de revisão e de monitorização;</li> <li>- elaborar planos gerais, esquemas.</li> </ul> <p><b>Proporcionar atividades formativas, em grupos homogéneos e heterogéneos, que possibilitem aos alunos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- aceitar opções, falhas e erros dos companheiros;</li> <li>- aceitar o apoio dos companheiros nos esforços de aperfeiçoamento próprio;</li> </ul>	<p><b>Crítico/analítico e autoavaliador/ Heteroavaliador (Transversal a todas as áreas)</b></p> <p><b>Indagador/ investigador e Sistematizador/ organizador (A, B, C, D, F, H, I, J)</b></p> <p><b>Respeitador da diferença (A, B, E, F, H)</b></p>
--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	<p>9. RECEBER a bola, controlando-a com o pé direito ou esquerdo, e PASSÁ-LA colocando-a ao alcance do companheiro.</p> <p>10. Fazer TOQUES DE SUSTENTAÇÃO para o companheiro, com as mãos, antebraços e ou cabeça, posicionando-se no ponto de queda da bola, para a devolver.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- aceitar ou argumentar pontos de vista diferentes;</li> <li>- promover estratégias que induzam respeito por diferenças de características, crenças ou opiniões.</li> </ul>	
<p><b>Deslocamentos e Equilíbrios</b></p>	<p>Em concurso individual, com patins:</p> <p>1. MARCHAR sobre os patins com variações de ritmo e amplitude da passada, mantendo o equilíbrio.</p> <p>2. RECUPERAR O EQUILÍBRIO agachando-se ou, ao desequilibrar-se totalmente, baixar-se e «fechar» para sentar ou rolar, amortecendo o impacto sem colocar as mãos ou braços no solo.</p> <p>3. DESLIZAR de «cócoras», após impulso de um colega, mantendo os patins paralelos e os braços à frente, ELEVANDO-SE (sem perder o equilíbrio) e BAIXANDO-SE para se sentar antes de parar.</p> <p>4. DESLIZAR sobre um patim, apoiando-o um passo à frente e deslocando o peso do corpo para esse apoio, mantendo-se em equilíbrio até se imobilizar totalmente.</p> <p>5. DESLIZAR para a frente com impulso alternado de um e outro pé, colocando o peso do corpo sobre o patim de apoio, movimentando os braços em harmonia com o deslocamento.</p> <p>Em percursos que integrem várias habilidades:</p> <p>6. SUBIR para um plano superior (mesa ou plinto), apoiando as mãos e elevando a bacia para apoiar um dos joelhos, mantendo os braços em extensão.</p> <p>7. SUSPENDER E BALANÇAR numa barra, saindo em equilíbrio.</p> <p>8. DESLOCAR-SE EM SUSPENSÃO, lateralmente e frontalmente, de uma à outra extremidade da barra, com pega alternada.</p>		<p><b>Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- saber questionar uma situação;</li> <li>- desencadear ações de comunicação verbal e não verbal pluridirecional.</li> </ul> <p><b>Proporcionar atividades formativas que, em todas as situações, criem oportunidades de:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- cooperar com os companheiros na procura do êxito pessoal e do grupo;</li> <li>- cooperar, promovendo um clima relacional favorável ao aperfeiçoamento pessoal e ao gosto proporcionado pelas atividades;</li> <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> </ul>	<p><b>Questionador e comunicador</b> <b>(A, B, D, E, F, G, H, I, J)</b></p> <p><b>Participativo/ colaborador/ cooperante/ responsável/ autónomo</b> <b>(B, C, D, E, F, G, I, J)</b></p>

	<p>9. DESLOCAR-SE para a frente, para os lados e para trás sobre superfícies reduzidas e elevadas, mantendo o equilíbrio.</p> <p>Em concurso individual:</p> <p>10. DESLIZAR sentado e deitado (ventral), em prancha, sobre o «skate», após impulso das mãos ou dos pés, mantendo o equilíbrio.</p> <p>Em percursos que integrem várias habilidades:</p> <p>1. TRANSPOR obstáculos sucessivos, em corrida, colocados a distâncias irregulares, sem acentuadas mudanças de velocidade.</p> <p>2. SUBIR E DESCER, pela tração dos braços, um banco sueco inclinado, deitado em posição ventral e dorsal.</p> <p>3. SALTAR de um plano superior, realizando, durante o voo, uma figura à sua escolha ou voltas, com receção em pé e equilibrada.</p> <p>4. Realizar SALTOS «de coelho» no solo, com amplitudes variadas, evitando o avanço dos ombros no momento do apoio das mãos.</p> <p>5. Fazer CAMBALHOTA à frente no colchão, terminando a pés juntos, mantendo a mesma direção durante o enrolamento.</p> <p>6. Fazer CAMBALHOTA à retaguarda sobre um colchão num plano inclinado, com repulsão dos braços na fase final, terminando com as pernas afastadas.</p> <p>7. ROLAR à frente numa barra (baixa), sem interrupção do movimento e com receção em segurança.</p> <p>8. SUBIR E DESCER o espaldar percorrendo todos os degraus e DESLOCAR-SE para ambos os lados face ao espaldar.</p> <p>9. SUBIR E DESCER uma corda suspensa, com nós, com a ação coordenada dos membros inferiores e superiores.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- respeitar as regras organizativas que permitam atuar em segurança;</li> <li>- ser autónomo na realização de tarefas;</li> <li>- colaborar na preparação e organização dos materiais.</li> </ul> <p><b>Proporcionar atividades formativas que impliquem, por parte do aluno:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- conhecer e aplicar cuidados de higiene;</li> <li>- 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>- promover o gosto pela prática regular de atividade física.</li> </ul>	<p><b>Cuidador de si e do outro</b> <b>(B, E, F, G)</b></p>
--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------



	<p>Em concurso individual, com coordenação e fluidez de movimentos:</p> <p>10. SALTAR em comprimento, após curta corrida de balanço e chamada a um pé numa zona elevada, com receção a pés juntos num colchão ou caixa de saltos.</p> <p>11. SALTAR em altura para tocar num objeto suspenso, após curta corrida de balanço e chamada a pés juntos e a um pé, com receção equilibrada.</p> <p>Em patins, combinar num percurso, com coordenação global e fluidez de movimentos, as destrezas aprendidas e as seguintes:</p> <p>12. CURVAR com os pés paralelos, à direita e à esquerda, com ligeira inclinação dos pés e do tronco para o lado para onde vai virar, mantendo o equilíbrio.</p> <p>13. TRAVAR em «T» após deslize para a frente, no menor espaço de tempo, mantendo o equilíbrio e ficando em condições de iniciar novo deslize.</p> <p>14. Em concurso individual, DESLIZAR com os dois pés sobre o «skate», após impulso de um outro pé, mantendo o equilíbrio.</p>			
<p><b>Jogos</b></p>	<p>1. Praticar jogos infantis, cumprindo as suas regras, selecionando e realizando com intencionalidade e oportunidade as ações características desses jogos, designadamente:</p> <p>Posições de equilíbrio;</p> <p>Deslocamentos em corrida com «fintas» e «mudanças de direção e de velocidade»;</p> <p>Combinações de apoios variados associados com corrida, marcha e voltas;</p> <p>Lançamentos de precisão e à distância;</p> <p>Pontapés de precisão e à distância.</p>			