REPÚBLICA PORTUGUESA | EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E INOVAÇÃO

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS Nº2 DE ABRANTES

PLANIFICAÇÃO

Disciplina: EDUCAÇÃO FÍSICA	Ano Letivo 2026/27	1º/2º Semestre
Ano: 11º		

Domínios/Temas	Aprendizagens Essenciais Conhecimentos / Capacidades / Atitudes	Propostas de Trabalhos b)	Nº de Aulas
ATIVIDADES FÍSICAS: ATLETISMO TÉNIS BASQUETEBOL FUTEBOL ANDEBOL VOLEIBOL GINÁSTICA SOLO GINÁSTICA APARELHOS GIN. ACROBÁTICA	**TRABALHO EM GRUPO-EQUIPA** Colaborar e cooperar de forma sistemática com a equipa na realização de tarefas comuns, com fairplay e espírito de entreajuda. **COMUNICAÇÃO** Utiliza com rigor o vocabulário específico da modalidade. **RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS** Mobilizar, com rigor e de forma sistemática, o conhecimento necessário para a resolução de situações e problemas diversificados, em contextos variados. **ATITIUDES - PARTICIPAÇÃO E EMPENHO** Estabelecer, de forma sistemática, interações positivas com os pares e com o/a professor/a, manifestando interesse e empenho na disciplina. **ATLETISMO** Realizar e analisar corridas, saltos e lançamentos cumprindo corretamente as exigências técnicas e do regulamento. **JOGOS DE RAQUETES - TÉNIS** Realizar com oportunidade e correção as ações técnicas, nos JOGOS DE RAQUETES, garantindo a iniciativa em participação individual, em regime de cooperação e aplicando as regras.	**Recuperação e consolidação das Aprendizagens:** Exercícios critério: −Individuais −Grupos reduzidos **Avaliação Formativa:** Exercícios critério individuais ou em grupos reduzidos Questionamento oral Exercícios de autocorreção e de reformulação em função dos feedbacks fornecidos **Avaliação Sumativa:** Exercícios critério individuais Jogo reduzido Coreografia	**1º Semestre** **51 a 54** **2º Semestre** **40 a 46**

	GINÁSTICA DE SOLO Compor, realizar e analisar na GINÁSTICA DE SOLO as destrezas elementares de acrobacia, dos saltos, do solo, em esquemas individuais e/ou de grupo, aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios. **GINÁSTICA DE APARELHOS** Compor, realizar e analisar a GINÁSTICA DE APARELHOS as destrezas elementares dos saltos e outros aparelhos. **GINÁSTICA ACROBÁTICA** Compor, realizar e analisar esquemas individuais e em grupo da Ginástica Acrobática, aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação das destrezas, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios. **JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS – BASQUETEBOL, FUTEBOL, ANDEBOL E VOLEIBOL** Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, nos Jogos Desportivos Coletivos (Basquetebol, Futebol, Andebol, Voleibol), realizando com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares em todas as funções, conforme a oposição em cada fase do jogo, aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.		
APTIDÃO FÍSICA	**APTIDÃO NEUROMUSCULAR** Realizar os testes de aptidão muscular, da bateria de testes do FITescola. **APTIDÃO AERÓBIA** Realizar o teste de aptidão aeróbia, da bateria de testes do FITescola.	**Avaliação Formativa:** Exercícios critério individuais Questionamento oral Exercícios de autocorreção e de	

	<u>COMUNICAÇÃO</u> Utilizar com rigor o vocabulário específico da modalidade. **<u>RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS</u>** Realizar os testes de aptidão física, evidenciando autossuperação. **<u>ATITUDES – PARTICIPAÇÃO E EMPENHO</u>** Estabelece, de forma sistemática, interações positivas com os pares e com o/a professor/a, manifestando interesse e empenho no desenvolvimento da sua aptidão física.	reformulação em função dos feedbacks fornecidos **Avaliação Sumativa** Bateria de testes do Fitescola	

CONHECIMENTOS: - MEIOS E MÉTODOS DE TREINO - CAPACIDADES MOTORAS - DOPAGEM E RISCOS DE VISA E/OU SAÚDE - DOENÇAS E LESÕES - CONDIÇÕES MATERIAIS, CONDIÇÕES DOS EQUIPAMENTOS E DE ORIENTAÇÃO DO TREINO.	**CONCEITOS** Identificar, aplicar e relacionar integralmente os conceitos da disciplina. **COMUNICAÇÃO** Expressar de forma estruturada, utilizando corretamente o vocabulário específico da disciplina. **RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS** Mobilizar, com rigor e de forma sistemática, o conhecimento necessário para a resolução de situações e problemas diversificados, em contextos variados **ATITUDES – PARTICIPAÇÃO E EMPENHO** Estabelece, de forma sistemática, interações positivas com os pares e com o/a professor/a, manifestando interesse e evidenciando uma participação ativa e adequada acerca das temáticas.	**Avaliação Formativa:** Questionamento oral Exercícios de autocorreção e de reformulação em função dos feedbacks fornecidos **Avaliação Sumativa:** Teste	

OBSERVAÇÃO: A sequência de Domínios / Temas para cada turma está dependente da rotação das turmas pelas instalações desportivas, assim como das condiçõesclimatéricas e ainda da especificidade da turma.

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS Nº2 DE ABRANTES

AGRUPAMENTO ESCOLAS Nº 2 DE ABRANTES

REPÚBLICA PORTUGUESA EDUCAÇÃO

PLANIFICAÇÃO ANUAL

Disciplina: **Geometria Descritiva A**	Ano Letivo **2026/2027**	**1º e 2º Semestres**
Ano: **11º Ano**		

DOMÍNIOS	Temas/Conteúdos das Aprendizagens Essenciais a) (Conhecimentos / Capacidades / Atitudes)	Aulas Previstas (50 minutos)	
		Para lecionação de conteúdos	**Para avaliação**
1º SEMESTRE **2. REPRESENTAÇÃO DIÉDRICA** 2.12. Métodos Geométricos Auxiliares II: Rebatimento de planos não--projetantes	• Relembrar noções essenciais de Geometria no Espaço sobre paralelismo entre retas e planos: o Paralelismo de retas e de planos: - retas paralelas - reta paralela a um plano - planos paralelos • Relembrar noções essenciais de Geometria no Espaço sobre perpendicularidade entre retas e planos: o Perpendicularidade de retas e de planos: - retas perpendiculares - retas ortogonais - reta perpendicular a um plano - planos perpendiculares. • Representar uma reta paralela a um plano. • Representar uma reta perpendicular a um plano. • Aplicar métodos geométricos auxiliares para determinar a verdadeira grandeza das relações métricas entre elementos geométricos contidos em planos não-projetantes: o Rotações (casos que impliquem mais do que uma rotação) para proceder ao: - rebatimento do plano oblíquo; - rebatimento do plano de rampa; - rebatimento do plano passante.	106 (1º sem.) + 86 (2º sem.)	4 4

	• Compreender espacialmente o método auxiliar em estudo. • Identificar o eixo de rotação ou charneira do rebatimento como eixo de afinidade, por aplicação do teorema de Desargues.		
2.13. Figuras planas III	• Representar polígonos contidos em planos oblíquos. • Representar polígonos contidos em planos de rampa. • Representar polígonos contidos em planos passantes.		
2.14. Sólidos III	• Representar pirâmides retas e prismas retos, de base(s) regular(es), situada(s) em plano(s) não-projetante(s). • Representar paralelepípedos retângulos com faces situadas em planos não-projetantes.		
2.15. Secções	• Relembrar noções essenciais de Geometria no Espaço sobre secções planas de sólidos e truncagem. • Representar a figura da secção produzida por um plano horizontal, frontal ou de perfil em: o pirâmides retas e prismas retos, de base(s) regular(es), situada(s) em qualquer tipo de plano; o paralelepípedos retângulos com faces situadas em qualquer tipo de plano. • Representar a figura da secção produzida por qualquer tipo de plano em: o pirâmides (retas ou oblíquas) e prismas (retos ou oblíquos), de base(s) regular(es), situada(s) em plano(s) horizontal(ais), frontal(ais) ou de perfil; o paralelepípedos retângulos com faces situadas em planos horizontais, frontais e/ou de perfil. • Representar a figura da secção produzida por um plano projetante: o em cones (retos ou oblíquos) e cilindros (retos ou oblíquos), de base(s) circular(es), situada(s) em plano(s) horizontal(ais), frontal(ais) ou de perfil; o na esfera. • Diferenciar graficamente os sólidos resultantes de uma truncagem.		

2.16. Interseções de retas com sólidos **2º SEMESTRE**	• Representar a interseção de uma reta com pirâmides (retas ou oblíquas) e prismas (retos ou oblíquos), de base(s) regular(es), situada(s) em plano(s) horizontal(ais), frontal(ais) ou de perfil. • Representar a interseção de uma reta com paralelepípedos retângulos com faces situadas em planos horizontais, frontais e/ou de perfil. • Representar a interseção de uma reta com cones (retos ou oblíquos) e cilindros (retos ou oblíquos), de base(s) circular(es), situada(s) em plano(s) horizontal(ais), frontal(ais) ou de perfil. • Representar a interseção de uma reta com a esfera.		
2.17. Sombras	• Compreender os conceitos de sombra própria, espacial, projetada (real e virtual). • Compreender espacialmente os planos rasantes a pirâmides e a prismas: - contendo um ponto da sua superfície; - passando por um ponto exterior; - paralelos a uma reta dada. • Compreender espacialmente os planos tangentes a cones e a cilindros: - contendo um ponto da sua superfície; - passando por um ponto exterior; - paralelos a uma reta dada. • Compreender espacialmente a direção luminosa convencional. • Representar a sombra projetada, nos planos de projeção, de qualquer ponto, segmento de reta ou reta. • Representar as sombras própria e projetada, sobre os planos de projeção, de polígonos contidos em qualquer tipo de plano e de círculos contidos em planos projetantes, segundo a direção luminosa convencional. • Representar as sombras própria e projetada, nos planos de projeção, de pirâmides (retas ou oblíquos) e prismas (retos ou oblíquos), com base(s) regular(es), situada(s) em plano(s) horizontal(ais),		

	frontal(ais) ou de perfil, segundo a direção luminosa convencional. • Representar as sombras própria e projetada, nos planos de projeção, de paralelepípedos retângulos com faces situadas em planos horizontais, frontais e/ou de perfil, segundo a direção luminosa convencional. • Representar as sombras própria e projetada, nos planos de projeção, de cones (retos ou oblíquos) e cilindros (retos ou oblíquos), de base(s) circular(es), situada(s) em plano(s) horizontal(ais), frontal(ais) ou de perfil, segundo a direção luminosa convencional.		
3**. REPRESENTAÇÃO AXONOMÉTRICA** 3.1. Introdução à Representação Axonométrica 3.2. Axonometrias Oblíquas ou Clinogonais: Cavaleira e Planométrica 3.3. Axonometrias Ortogonais: Trimetria, Dimetria e Isometria	• Identificar a função e vocação particular do sistema de representação axonométrica a partir de descrições gráficas de um mesmo objeto. • Identificar os planos que organizam o espaço no Sistema de Representação Axonométrica, diferenciando planos e eixos coordenados, do plano e eixos axonométricos. • Reconhecer a correspondência biunívoca entre a posição do sistema de eixos no espaço e a sua projeção no plano axonométrico. • Reconhecer as coordenadas ortogonais do Sistema de Representação Axonométrica e identificar as situações em que estas se projetam em verdadeira grandeza. • Compreender espacialmente a direção e inclinação particular das retas projetantes e os diferentes posicionamentos do sistema de eixos coordenados em relação ao plano axonométrico. • Determinar graficamente a escala axonométrica do eixo normal ao plano de projeção, através do rebatimento do plano projetante desse eixo, reconhecendo a influência da inclinação das retas projetantes na projeção das medidas. • Compreender espacialmente a direção das retas projetantes e os diferentes posicionamentos do sistema de eixos coordenados, em relação ao plano axonométrico. • Identificar as situações em que dois ou mais eixos coordenados têm inclinações comuns em relação ao plano axonométrico. • Determinar graficamente as escalas axonométricas através do rebatimento do plano definido por um		

3.4. Representação Axonométrica de Formas tridimensionais	par de eixos ou do rebatimento do plano projetante de um eixo. • Representar, em axonometria clinogonal, formas tridimensionais resultantes da justaposição de: o pirâmides retas ou oblíquas de base regular paralela a um dos planos coordenados em que, pelo menos, uma arresta da base é paralela a um eixo coordenado; o prismas retos ou oblíquos de bases regulares paralelas a um dos planos coordenados em que, pelo menos, uma aresta de uma das bases é paralela a um eixo coordenado; o paralelepípedos retângulos com faces paralelas aos planos coordenados; o cones retos ou oblíquos de base circular paralela ao plano axonométrico; o cilindros retos ou oblíquos de bases circulares paralelas ao plano axonométrico. • Representar, em axonometria ortogonal (e incluindo, como método de construção, o "método dos cortes" devido à sua relação direta com a representação diédrica e triédrica), formas tridimensionais resultantes da justaposição de: o pirâmides retas ou oblíquas de base regular paralela a um dos planos coordenados em que, pelo menos, uma aresta da base é paralela a um eixo coordenado; o prismas retos ou oblíquos de bases regulares paralelas a um dos planos coordenados em que, pelo menos, uma aresta de uma das bases é paralela a um eixo coordenado; o paralelepípedos retângulos com faces paralelas aos planos coordenados. • Representar formas tridimensionais no sistema de representação axonométrica, a partir da sua descrição gráfica nos sistemas de representação diédrica ou triédrica.		

Nota:

a) Os temas e conteúdos articular-se-ão com o *Perfil do Aluno à Saída da Escolaridade Obrigatória*, os planos e projetos em curso tais como o PADDE, DAC, PEST e Plano das Artes, entre outros.