REPÚBLICA PORTUGUESA | EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E INOVAÇÃO

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS Nº2 DE ABRANTES

PLANIFICAÇÃO

Disciplina: EDUCAÇÃO FÍSICA	Ano Letivo 2026/27	1º/2º Semestre
Ano: 7º		

Domínios/Temas	Aprendizagens Essenciais Conhecimentos / Capacidades / Atitudes	Propostas de Trabalhos b)	Nº de Aulas
ATIVIDADES FÍSICAS ATLETISMO TÉNIS (ESMF) BADMINTON (EODF) GINÁSTICA SOLO GINÁSTICA APARELHOS FUTEBOL ANDEBOL VOLEIBOL	**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. **ATITUDES - 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.	**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** **50 - 54** **2º Semestre** **43 - 52**

	JOGOS DE RAQUETES – TÉNIS OU BADMINTON 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. **GINÁSTICA DE SOLO** Compor, realizar e analisar a 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. **JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS – FUTEBOL, ANDEBOL E VOLEIBOL** Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, nos Jogos Desportivos Coletivos (Voleibol, Futebol, Andebol), 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. **COMUNICAÇÃO** Utilizar com rigor o vocabulário específico da modalidade. **RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS** Realizar os testes de aptidão física, evidenciando autossuperação. **ATITUDES – PARTICIPAÇÃO E EMPENHO** 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.	**Avaliação Formativa:** Exercícios critério individuais Questionamento oral Exercícios de autocorreção e de reformulação em função dos feedbacks fornecidos **Avaliação Sumativa:** Bateria de testes do FITescola	
CONHECIMENTOS - CONCEITOS DE SAÚDE E APTIDÃO FÍSICA - COMPOSIÇÃO CORPORAL - ESTILOS DE VIDA SAUDÁVEL - QUALIDADE DO MEIO AMBIENTE	**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	**Avaliação Formativa:** Questionamento oral Exercícios de autocorreção e de reformulação em função dos feedbacks fornecidos **Avaliação Sumativa:**	

	ATITUDES – PARTICIPAÇÃO E EMPENHO Estabelece, de forma sistemática, interações positivas com os pares e com o/a professor/a, manifestando interesse e empenho nas atividades físicas.	Teste	

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

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS Nº2 DE ABRANTES

REPÚBLICA PORTUGUESA
EDUCAÇÃO

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS Nº2 DE ABRANTES

PLANIFICAÇÃO ANUAL DA DISCIPLINA DE EDUCAÇÃO VISUAL - 2026/2027

7º ANO DE ESCOLARIDADE

		Aulas Previstas:36
Semestres Escolares	**Temas/Conteúdos programáticos**	**Para Lecionação de Conteúdos**
1º Semestre **Início:11 set. 2026** **Termo:02 fev.-2027**	**1.MATERIAIS E TÉCNICAS DE EXPRESSÃO** ● **Suportes e instrumentos de registo** ● **Técnicas de expressão** ● **Representação e transformação de uma silhueta feminina** **2. PATRIMÓNIO GLOBAL E LOCAL** ● **Suportes e instrumentos de registo** ● **Esquadria, legenda e escrita normalizada** ● **Tipos de património** ● **Patrimonio e sociedade** ● **Património e identidade nacional** ● **Património mundial imaterial da humanidade** ● **Coleções e museus** ● **Pintura** **3. Projeto de NATAL** ● **Método de resolução de problemas**	**+ / - 36**

	• **Forma** • **Espaço** • **Elementos visuais** • **Exposição**	

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS Nº2 DE ABRANTES

PLANIFICAÇÃO ANUAL DA DISCIPLINA DE EDUCAÇÃO VISUAL- 2026/2027

7º ANO DE ESCOLARIDADE

		Aulas Previstas: 32
Semestres Escolares	**Temas/Conteúdos programáticos**	**Para Lecionação de Conteúdos**
2º Semestre **Início: 15 fev. 2027** **Termo:11 junho 2027**	**4. MECANISMOS DA VISÃO E CONSTRUÇÃO DE IMAGENS** ● **Suportes e instrumentos de registo** ● **Esquadria, legenda e escrita normalizada** ● **O olho humano** ● **Formação das imagens** **5. ORGANIZAÇÃO E SUPORTE DA FORMA** ● **Suportes e instrumentos de registo** ● **Esquadria, legenda e escrita normalizada** ● **Elementos visuais** ● **Estruturas modulares** ● **Módulo Padrão** ● **Pintura** **6. NORMAS E MATERIAIS DE DESENHO TÉCNICO** ● **Suportes e instrumentos de registo** ● **Elementos visuais** ● **Esquadria, legenda e escrita normalizada** ● **Traçado de retas paralelas e perpendiculares** ● **Divisão de um segmento de reta** ● **Ângulos, polígonos, triângulo, circunferência e circulo** ● **Divisão da circunferência em partes iguais e polígonos regulares inscritos** ● **Tangências e concordâncias** ● **Arcos, oval, óvulo e espirais** ● **Forma/ espaço** ● **Pintura**	**+ / - 32**