

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE VALE DE MILHAÇOS

PLANIFICAÇÃO ANUAL -3.º Ano

Disciplina de Educação Física

Ano Letivo - 2019/2020

Metas/Domínios	Conteúdos	Período letivo
<ul style="list-style-type: none">GinásticaJogosPatinagem, Atividades Rítmicas e Expressivas, Percursos na Natureza, Natação.	<p>Realizar habilidades gímnicas básicas em esquemas ou sequências no solo e em aparelhos, encadeando e ou combinando as ações com fluidez e harmonia de movimento.</p> <p>Participar em jogos 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 ações técnico-táticas fundamentais, com oportunidade e correção de movimentos.</p> <p>Patinar com equilíbrio e segurança, ajustando as suas ações para orientar o seu deslocamento com intencionalidade e oportunidade na realização de percursos variados.</p> <p>Combinar deslocamentos, movimentos não locomotores e equilíbrios adequados à expressão de motivos ou temas combinados com os colegas e professor, de acordo com a estrutura rítmica e melodia de composições musicais.</p> <p>Escolher e realizar habilidades apropriadas em percursos na natureza, de acordo com as características do terreno e os sinais de orientação, colaborando com os colegas e respeitando as regras de segurança e preservação do ambiente.</p>	<p>Ao longo do ano</p>