

Planificação Anual • Educação Física 2.º Ano • 2025/2026

1.º PERÍODO

SETEMBRO			
ORGANIZADOR	APRENDIZAGENS ESSENCIAIS (AE)	PERFIL DOS ALUNOS	
		Ações estratégicas	Descritores
Área das atividades físicas	Jogos 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.	Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos: - estabelecer relações intra e interdisciplinares; - utilizar conhecimento para participar de forma adequada e resolver problemas em contextos diferenciados.	Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J)
	Perícias e manipulações Realizar 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. Pontos 1, 2, 3, 4, 5, 6 do anexo 1 do Bloco 1 (1.º e 2.º anos).	Proporcionar atividades formativas, como por exemplo situações de jogo, concursos e outras tarefas a par ou em grupos homogêneos e heterogêneos, que possibilitem aos alunos: - resolver problemas em situações de jogo; - explorar materiais; - explorar o espaço, relações interpessoais, etc.	Criativo/ Expressivo (A, C, D, J) Respeitador da diferença (A, B, E, F, H)
		Proporcionar atividades formativas, em grupos homogêneos e heterogêneos, que possibilitem aos alunos: - aceitar opções, falhas e erros dos companheiros; - aceitar o apoio dos companheiros nos esforços de aperfeiçoamento próprio; - aceitar ou argumentar pontos de vista diferentes; - promover estratégias que induzam respeito por diferenças de características, crenças ou opiniões.	Crítico/Analítico e Autoavaliador/ Heteroavaliador (Transversal a todas as áreas)
		Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos, em todas as situações: - apreciar os seus desempenhos; - identificar pontos fracos e fortes das suas aprendizagens.	
Pasta de Educação Física - Plano Toca e congela e Roldana.			

OUTUBRO

ORGANIZADOR	APRENDIZAGENS ESSENCIAIS (AE)	PERFIL DOS ALUNOS	
		Ações estratégicas	Descritores
Área das atividades físicas	Jogos 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.	Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos: - estabelecer relações intra e interdisciplinares; - utilizar conhecimento para participar de forma adequada e resolver problemas em contextos diferenciados.	Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J)
	Deslocamentos e equilíbrios Realizar 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. Pontos 3, 4, 5 do anexo 1 do Bloco 2 (2º ano).	Proporcionar atividades formativas, como por exemplo situações de jogo, concursos e outras tarefas a par ou em grupos homogêneos e heterogêneos, que possibilitem aos alunos: - participar em sequências de habilidades, coreografias, etc. - resolver problemas em situações de jogo; - explorar materiais; - explorar o espaço, ritmos, música, relações interpessoais, etc.	Criativo/ Expressivo (A, C, D, J)
	Perícias e manipulações Realizar 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. Ponto 9 (1.º e 2.º anos) e pontos 1, 5, 6 (2.º ano) do anexo 1 do Bloco 1.	Proporcionar atividades formativas, em grupos homogêneos e heterogêneos, que possibilitem aos alunos: - aceitar opções, falhas e erros dos companheiros; - aceitar o apoio dos companheiros nos esforços de aperfeiçoamento próprio; - aceitar ou argumentar pontos de vista diferentes; - promover estratégias que induzam respeito por diferenças de características, crenças ou opiniões.	Respeitador da diferença (A, B, E, F, H)
		Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos, em todas as situações: - apreciar os seus desempenhos; - identificar pontos fracos e fortes das suas aprendizagens.	Crítico/Analítico e Autoavaliador/ Heteroavaliador (Transversal a todas as áreas)
Pasta de Educação Física – Planos: Gavião e Relógio; Tubarão e Procurar a casa.			

NOVEMBRO			
ORGANIZADOR	APRENDIZAGENS ESSENCIAIS (AE)	PERFIL DOS ALUNOS	
		Ações estratégicas	Descritores
Área das atividades físicas	Jogos 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.	Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos: - estabelecer relações intra e interdisciplinares; - utilizar conhecimento para participar de forma adequada e resolver problemas em contextos diferenciados.	Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J)
	Deslocamentos e equilíbrios Realizar 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. Pontos 6, 7, 9 (1.º e 2.º anos) e pontos 1, 2, 6, 8, 9 (2.º ano) do anexo 1 do Bloco 2.	Proporcionar atividades formativas, como por exemplo situações de jogo, concursos e outras tarefas a par ou em grupos homogêneos e heterogêneos, que possibilitem aos alunos: - participar em sequências de habilidades, coreografias, etc. - resolver problemas em situações de jogo; - explorar materiais; - explorar o espaço, ritmos, música, relações interpessoais, etc.	Criativo/ Expressivo (A, C, D, J)
	Perícias e manipulações Realizar 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. Pontos 7, 8 (1.º e 2.º anos) e pontos 7, 10 (2.º ano) do anexo 1 do Bloco 1.	Proporcionar atividades formativas, em grupos homogêneos e heterogêneos, que possibilitem aos alunos: - aceitar opções, falhas e erros dos companheiros; - aceitar o apoio dos companheiros nos esforços de aperfeiçoamento próprio; - aceitar ou argumentar pontos de vista diferentes; - promover estratégias que induzam respeito por diferenças de características, crenças ou opiniões.	Respeitador da diferença (A, B, E, F, H)
		Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos, em todas as situações: - apreciar os seus desempenhos; - identificar pontos fracos e fortes das suas aprendizagens.	Crítico/Analítico e Autoavaliador/ Heteroavaliador (Transversal a todas as áreas)
Pasta de Educação Física – Planos: Rabos de raposa e Muro do Chinês; Corrente			

DEZEMBRO			
ORGANIZADOR	APRENDIZAGENS ESSENCIAIS (AE)	PERFIL DOS ALUNOS	
		Ações estratégicas	Descritores
Área das atividades físicas	Jogos 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.	Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos: - estabelecer relações intra e interdisciplinares; - utilizar conhecimento para participar de forma adequada e resolver problemas em contextos diferenciados.	Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J)
	Deslocamentos e equilíbrios Realizar 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. Pontos 1, 2, 3, 4, 5 do anexo 1 do Bloco 2 (1.º e 2.º anos).	Proporcionar atividades formativas, como por exemplo situações de jogo, concursos e outras tarefas a par ou em grupos homogêneos e heterogêneos, que possibilitem aos alunos: - participar em sequências de habilidades, coreografias, etc. - resolver problemas em situações de jogo; - explorar materiais; - explorar o espaço, ritmos, música, relações interpessoais, etc.	Criativo/ Expressivo (A, C, D, J)
		Proporcionar atividades formativas, em grupos homogêneos e heterogêneos, que possibilitem aos alunos: - aceitar opções, falhas e erros dos companheiros; - aceitar o apoio dos companheiros nos esforços de aperfeiçoamento próprio; - aceitar ou argumentar pontos de vista diferentes; - promover estratégias que induzam respeito por diferenças de características, crenças ou opiniões.	Respeitador da diferença (A, B, E, F, H)
		Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos, em todas as situações: - apreciar os seus desempenhos; - identificar pontos fracos e fortes das suas aprendizagens.	Crítico/Analítico e Autoavaliador/ Heteroavaliador (Transversal a todas as áreas)
Pasta de Educação Física – Plano: Patins engraçados e Peixinhos			

2.º PERÍODO

JANEIRO			
ORGANIZADOR	APRENDIZAGENS ESSENCIAIS (AE)	PERFIL DOS ALUNOS	
		Ações estratégicas	Descritores
Área das atividades físicas	Jogos 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.	Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos: - estabelecer relações intra e interdisciplinares; - utilizar conhecimento para participar de forma adequada e resolver problemas em contextos diferenciados.	Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J)
	Deslocamentos e equilíbrios Realizar 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. Pontos 10, 11 do anexo 1 do Bloco 2 (2.º ano).	Proporcionar atividades formativas, como por exemplo situações de jogo, concursos e outras tarefas a par ou em grupos homogêneos e heterogêneos, que possibilitem aos alunos: - participar em sequências de habilidades, coreografias, etc. - resolver problemas em situações de jogo; - explorar materiais; - explorar o espaço, ritmos, música, relações interpessoais, etc.	Criativo/ Expressivo (A, C, D, J)
	Perícias e manipulações Realizar 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. Pontos 8, 9 do anexo 1 do Bloco 1 (2.º ano).	Proporcionar atividades formativas, em grupos homogêneos e heterogêneos, que possibilitem aos alunos: - aceitar opções, falhas e erros dos companheiros; - aceitar o apoio dos companheiros nos esforços de aperfeiçoamento próprio; - aceitar ou argumentar pontos de vista diferentes; - promover estratégias que induzam respeito por diferenças de características, crenças ou opiniões.	Respeitador da diferença (A, B, E, F, H)
		Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos, em todas as situações: - apreciar os seus desempenhos; - identificar pontos fracos e fortes das suas aprendizagens.	Crítico/Analítico e Autoavaliador/ Heteroavaliador (Transversal a todas as áreas)
Pasta de Educação Física – Planos: Comboio e Bola queimada; Salto a pares e Bola andante			

FEVEREIRO			
ORGANIZADOR	APRENDIZAGENS ESSENCIAIS (AE)	PERFIL DOS ALUNOS	
		Ações estratégicas	Descritores
Área das atividades físicas	Jogos 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.	Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos: - estabelecer relações intra e interdisciplinares; - utilizar conhecimento para participar de forma adequada e resolver problemas em contextos diferenciados.	Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J)
	Deslocamentos e equilíbrios Realizar 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.	Proporcionar atividades formativas, como por exemplo situações de jogo, concursos e outras tarefas a par ou em grupos homogêneos e heterogêneos, que possibilitem aos alunos: - participar em sequências de habilidades, coreografias, etc. - resolver problemas em situações de jogo; - explorar materiais; - explorar o espaço, ritmos, música, relações interpessoais, etc.	Criativo/ Expressivo (A, C, D, J)
	Perícias e manipulações Realizar 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.	Proporcionar atividades formativas, em grupos homogêneos e heterogêneos, que possibilitem aos alunos: - aceitar opções, falhas e erros dos companheiros; - aceitar o apoio dos companheiros nos esforços de aperfeiçoamento próprio; - aceitar ou argumentar pontos de vista diferentes; - promover estratégias que induzam respeito por diferenças de características, crenças ou opiniões.	Respeitador da diferença (A, B, E, F, H)
	Ponto 10 (1.º e 2.º anos) e pontos 12, 13, 14 (2.º ano) do anexo 1 do Bloco 2.	Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos, em todas as situações: - apreciar os seus desempenhos; - identificar pontos fracos e fortes das suas aprendizagens.	Crítico/Analítico e Autoavaliador/ Heteroavaliador (Transversal a todas as áreas)
Pasta de Educação Física – Planos: Túnel e estafetas com arco; Futebol humano e espelho			

MARÇO			
ORGANIZADOR	APRENDIZAGENS ESSENCIAIS (AE)	PERFIL DOS ALUNOS	
		Ações estratégicas	Descritores
Área das atividades físicas	Jogos 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.	Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos: - estabelecer relações intra e interdisciplinares; - utilizar conhecimento para participar de forma adequada e resolver problemas em contextos diferenciados.	Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J)
	Perícias e manipulações Realizar 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. Ponto 8 do anexo 1 do Bloco 1 (1.º e 2.º anos).	Proporcionar atividades formativas, como por exemplo situações de jogo, concursos e outras tarefas a par ou em grupos homogêneos e heterogêneos, que possibilitem aos alunos: - participar em sequências de habilidades, coreografias, etc. - resolver problemas em situações de jogo; - explorar materiais; - explorar o espaço, ritmos, música, relações interpessoais, etc.	Criativo/ Expressivo (A, C, D, J)
	Deslocamentos e equilíbrios Realizar 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. Pontos 1, 9 do anexo 1 do Bloco 2 (2.º ano).	Proporcionar atividades formativas, em grupos homogêneos e heterogêneos, que possibilitem aos alunos: - aceitar opções, falhas e erros dos companheiros; - aceitar o apoio dos companheiros nos esforços de aperfeiçoamento próprio; - aceitar ou argumentar pontos de vista diferentes; - promover estratégias que induzam respeito por diferenças de características, crenças ou opiniões.	Respeitador da diferença (A, B, E, F, H)
		Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos, em todas as situações: - apreciar os seus desempenhos; - identificar pontos fracos e fortes das suas aprendizagens.	Crítico/Analítico e Autoavaliador/ Heteroavaliador (Transversal a todas as áreas)
Pasta de Educação Física – Plano: Apanhada com bola e A cauda do cão			

3.º PERÍODO

ABRIL			
ORGANIZADOR	APRENDIZAGENS ESSENCIAIS (AE)	PERFIL DOS ALUNOS	
		Ações estratégicas	Descritores
Área das atividades físicas	Jogos 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. Deslocamentos e equilíbrios Realizar 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. Pontos 7, 8 (1.º e 2.º anos) e pontos 3, 5, 6, 7 (2.º ano) do anexo 1 do Bloco 2.	Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos: - estabelecer relações intra e interdisciplinares; - utilizar conhecimento para participar de forma adequada e resolver problemas em contextos diferenciados.	Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J)
		Proporcionar atividades formativas, como por exemplo situações de jogo, concursos e outras tarefas a par ou em grupos homogêneos e heterogêneos, que possibilitem aos alunos: - participar em sequências de habilidades, coreografias, etc. - resolver problemas em situações de jogo; - explorar materiais; - explorar o espaço, ritmos, música, relações interpessoais, etc.	Criativo/ Expressivo (A, C, D, J)
		Proporcionar atividades formativas, em grupos homogêneos e heterogêneos, que possibilitem aos alunos: - aceitar opções, falhas e erros dos companheiros; - aceitar o apoio dos companheiros nos esforços de aperfeiçoamento próprio; - aceitar ou argumentar pontos de vista diferentes; - promover estratégias que induzam respeito por diferenças de características, crenças ou opiniões.	Respeitador da diferença (A, B, E, F, H)
		Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos, em todas as situações: - apreciar os seus desempenhos; - identificar pontos fracos e fortes das suas aprendizagens.	Crítico/Analítico e Autoavaliador/ Heteroavaliador (Transversal a todas as áreas)
Pasta de Educação Física – Plano Rolha e Números			

ORGANIZADOR	APRENDIZAGENS ESSENCIAIS (AE)	PERFIL DOS ALUNOS	
		Ações estratégicas	Descritores
Área das atividades físicas	Jogos 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. Perícias e manipulações Realizar 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.	Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos: - estabelecer relações intra e interdisciplinares; - utilizar conhecimento para participar de forma adequada e resolver problemas em contextos diferenciados.	Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J)
		Proporcionar atividades formativas, como por exemplo situações de jogo, concursos e outras tarefas a par ou em grupos homogêneos e heterogêneos, que possibilitem aos alunos: - resolver problemas em situações de jogo; - explorar materiais; - explorar o espaço, relações interpessoais, etc.	Criativo/ Expressivo (A, C, D, J)
		Proporcionar atividades formativas, em grupos homogêneos e heterogêneos, que possibilitem aos alunos: - aceitar opções, falhas e erros dos companheiros; - aceitar o apoio dos companheiros nos esforços de aperfeiçoamento próprio; - aceitar ou argumentar pontos de vista diferentes; - promover estratégias que induzam respeito por diferenças de características, crenças ou opiniões.	Respeitador da diferença (A, B, E, F, H)
		Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos, em todas as situações: - apreciar os seus desempenhos; - identificar pontos fracos e fortes das suas aprendizagens.	Crítico/Analítico e Autoavaliador/ Heteroavaliador (Transversal a todas as áreas)

Pasta de Educação Física – Planos: Tiro ao alvo e Toque na bola; Mata livre, Barra do lenço e Bola quente

JUNHO			
ORGANIZADOR	APRENDIZAGENS ESSENCIAIS (AE)	PERFIL DOS ALUNOS	
		Ações estratégicas	Descritores
Área das atividades físicas	Jogos 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.	Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos: - estabelecer relações intra e interdisciplinares; - utilizar conhecimento para participar de forma adequada e resolver problemas em contextos diferenciados.	Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J)
		Proporcionar atividades formativas, como por exemplo situações de jogo, concursos e outras tarefas a par ou em grupos homogêneos e heterogêneos, que possibilitem aos alunos: - resolver problemas em situações de jogo; - explorar materiais; - explorar o espaço, relações interpessoais, etc.	Criativo/ Expressivo (A, C, D, J)
		Proporcionar atividades formativas, em grupos homogêneos e heterogêneos, que possibilitem aos alunos: - aceitar opções, falhas e erros dos companheiros; - aceitar o apoio dos companheiros nos esforços de aperfeiçoamento próprio; - aceitar ou argumentar pontos de vista diferentes; - promover estratégias que induzam respeito por diferenças de características, crenças ou opiniões.	Respeitador da diferença (A, B, E, F, H)
		Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos, em todas as situações: - apreciar os seus desempenhos; - identificar pontos fracos e fortes das suas aprendizagens.	Crítico/Analítico e Autoavaliador/ Heteroavaliador (Transversal a todas as áreas)
Pasta de Educação Física – Planos: Ação/Reação, Numerbol e Bola no túnel; Túnel humano, Escalada humana e Corrida de tartarugas			