



Agrupamento de Escolas de Valbom

Sede: Escola Secundária de Valbom

Ano letivo 2023/2024



REPÚBLICA PORTUGUESA

EDUCAÇÃO Direção Geral dos Estabelecimentos Escolares
Direção de Serviços da Região Norte

Planificação Anual 2º ano

Curso Profissional Técnico de Desporto

Disciplina: Desp. de Aventura, Lazer e Populações Especiais

Aulas previstas: 120

1.º Período: 62 **2.º Período:** 2 **3.º Período:** 56

Organizador Curricular (Temas/Conteúdos)	Aprendizagens Essenciais	Estratégias de ensino e Tarefas de aprendizagem	Áreas de competência do perfil dos Alunos	Instrumentos de Avaliação	N.º de aulas
Módulo – Atividades de deslize (9521)	<ul style="list-style-type: none"> - Caracterizar o surf quanto à sua origem e desenvolvimento. - Identificar e caracterizar as várias modalidades e disciplinas que integram o surfing. - Aplicar e descrever as situações técnicas base no surfing - Interpretar as condições do contexto para uma prática segura de surfing 	<p>Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos adquirir conhecimento, informação e outros saberes, com rigor, articulação e uso consistente de conhecimentos.</p> <p>Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tomar conhecimento dos desportos de natureza de deslize, Surfing; - Identificar materiais e equipamentos específicos do surfing; - Identificar o contexto para uma prática segura de surfing; - Identificar movimentos técnicos e técnica no surfing; - Identificar aspetos críticos que permitam a melhoria do seu desempenho; 	<p>A – Linguagens e textos; B - Informação e Comunicação C – Raciocínio e resolução de problemas D – Pensamento crítico e pensamento criativo; E – Relacionamento interpessoal; F – Desenvolvimento pessoal e autonomia I – Saber científico, técnico e tecnológico</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Fichas escritas e/ou avaliações práticas; - Controlo da assiduidade, pontualidade, falta do material e cumprimento das rotinas de organização da aula. - Avaliação da participação, responsabilidade e empenho nas tarefas propostas ao longo das aulas; - Avaliação referente aos parâmetros definidos para a execução e respetiva apresentação (escrita e/ou oral) do trabalho de pesquisa referente a uma das qualidades físicas, individual ou em grupo. 	60
	<ul style="list-style-type: none"> - Analisar as evidências científicas sobre a relação entre o exercício físico e a saúde; 	<p>Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos adquirir conhecimento, informação e outros saberes, com rigor, articulação e uso consistente de conhecimentos.</p>	<p>A – Linguagens e textos; B - Informação e Comunicação C – Raciocínio e resolução de problemas</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Fichas escritas e/ou avaliações práticas; - Controlo da assiduidade, 	



Agrupamento de Escolas de Valbom

Sede: Escola Secundária de Valbom

Ano letivo 2023/2024



REPÚBLICA PORTUGUESA

EDUCAÇÃO Direção Geral dos Estabelecimentos Escolares
Direção de Serviços da Região Norte

Organizador Curricular (Temas/Conteúdos)	Aprendizagens Essenciais	Estratégias de ensino e Tarefas de aprendizagem	Áreas de competência do perfil dos Alunos	Instrumentos de Avaliação	N.º de aulas
Módulo – Atividade física em populações especiais (7245)	<ul style="list-style-type: none"> - Descrever os princípios, os pressupostos e as técnicas da avaliação e prescrição do exercício em populações especiais; - Descrever as principais características, capacidades, necessidades e objetivos das populações nas fases especiais da vida; - Descrever as principais características, capacidades, necessidades e objetivos das populações com determinados problemas de saúde, como hipertensão, diabetes, obesidade e osteoporose; - Colaborar na conceção, promoção e análise dos programas de exercício físico para populações especiais 	<p>Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Analisar situações com diferentes pontos de vista; - Confrontar argumentos para encontrar semelhanças, diferenças entre outras; - Analisar factos, situações, identificando os seus elementos ou dados, em particular numa perspetiva disciplinar e interdisciplinar; - Analisar os seus desempenhos e o dos outros dando e aceitando sugestões de melhoria; - Identificar aspetos críticos que permitam a melhoria do seu desempenho; - Identificar pontos fracos e fortes das suas aprendizagens; - Utilizar os dados da sua autoavaliação para se envolver na aprendizagem; - Interpretar e explicar as suas opções; - Descrever processos de pensamento e ação, usados durante a realização de uma tarefa ou abordagem de um problema. 	<p>D – Pensamento crítico e pensamento criativo; E – Relacionamento interpessoal; F – Desenvolvimento pessoal e autonomia I – Saber científico, técnico e tecnológico</p>	<p>pontualidade, falta do material e cumprimento das rotinas de organização da aula.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Avaliação da participação, responsabilidade e empenho no trabalho de projetos da turma, colocação de questões e debate de ideias; - Avaliação referente aos parâmetros definidos para a execução e respetiva apresentação (escrita e/ou oral) do trabalho de pesquisa referente a uma das qualidades físicas, individual ou em grupo. 	30
	-Identificar a várias modalidades da canoagem;	Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos adquirir conhecimento, informação e outros saberes, com rigor, articulação e uso consistente de conhecimentos.	<p>A – Linguagens e textos; B - Informação e Comunicação C – Raciocínio e resolução</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Fichas escritas e/ou avaliações práticas; - Controlo da assiduidade, 	



Agrupamento de Escolas de Valbom

Sede: Escola Secundária de Valbom

Ano letivo 2023/2024



REPÚBLICA
PORTUGUESA

EDUCAÇÃO Direção Geral dos Estabelecimentos
Escolares
Direção de Serviços da Região Norte

Organizador Curricular (Temas/Conteúdos)	Aprendizagens Essenciais	Estratégias de ensino e Tarefas de aprendizagem	Áreas de competência do perfil dos Alunos	Instrumentos de Avaliação	N.º de aulas
Módulo - Canoagem (9522)	<ul style="list-style-type: none">- Descrever a metodologia para o ensino da canoagem;- Identificar os riscos da prática das atividades náuticas;- Aplicar as técnicas específicas numa atividade em ambiente aquático.	<p>Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos:</p> <ul style="list-style-type: none">- Analisar situações com diferentes pontos de vista;- Confrontar argumentos para encontrar semelhanças, diferenças entre outras;- Analisar factos, situações, identificando os seus elementos ou dados, em particular numa perspetiva disciplinar e interdisciplinar;- Analisar os seus desempenhos e o dos outros dando e aceitando sugestões de melhoria;- Identificar aspetos críticos que permitam a melhoria do seu desempenho;- Identificar pontos fracos e fortes das suas aprendizagens;- Utilizar os dados da sua autoavaliação para se envolver na aprendizagem;- Interpretar e explicar as suas opções;- Descrever processos de pensamento e ação, usados durante a realização de uma tarefa ou abordagem de um problema.	<p>de problemas</p> <p>D – Pensamento crítico e pensamento criativo;</p> <p>E – Relacionamento interpessoal;</p> <p>F – Desenvolvimento pessoal e autonomia</p> <p>I – Saber científico, técnico e tecnológico</p>	<p>pontualidade, falta do material e cumprimento das rotinas de organização da aula.</p> <ul style="list-style-type: none">- Avaliação da participação, responsabilidade e empenho no trabalho de projetos da turma, colocação de questões e debate de ideias;- Avaliação referente aos parâmetros definidos para a execução e respetiva apresentação (escrita e/ou oral) do trabalho de pesquisa referente a uma das qualidades físicas, individual ou em grupo.	30