

Síntese de Aprendizagens/Aulas Previstas

Planificação do trabalho a desenvolver na turma do 8ºA

Português

Domínio

ORALIDADE - Compreensão

Compreender o(s) tema(s) e as ideias centrais do texto, relacionando as informações expressas com o contexto e com o objetivo (expor, informar, explicar, persuadir).

Sintetizar a informação recebida.

ORALIDADE - Expressão

Fazer exposições orais para apresentação de temas, ideias e opiniões.

Produzir um discurso oral com vocabulário e recursos gramaticais diversificados (...).

LEITURA

Ler em suportes variados textos dos géneros seguintes: (auto)biografia; diário; memórias; reportagem; comentário; texto de opinião; carta de apresentação. Realizar leitura em voz alta, silenciosa e autónoma, não contínua e de pesquisa.

Identificar temas, ideias principais, pontos de vista, causas e efeitos, factos, opiniões.

Reconhecer a forma como o texto está estruturado...

EDUCAÇÃO LITERÁRIA

Ler integralmente obras literárias narrativas, líricas e dramáticas (no mínimo, nove poemas de sete autores diferentes, duas narrativas de autores de língua portuguesa e um texto dramático)

Narrativas de autores portugueses

«Saga» in *Histórias da Terra e do Mar*, de Sophia de Mello Breyner Andresen (texto integral);

«Assobiando à vontade», in *Contos completos*, de Mário Dionísio (texto integral) **ou** “Natal”, in *Novos Contos da Montanha*, de Miguel Torga.

Texto dramático:

Vanessa vai à luta, de Luísa Costa Gomes (texto integral)

Poesia:

Cantiga «Comigo me desavim», de Sá de Miranda;

«Descalça vai para a fonte», «Amor é um fogo/que arde sem se ver» e «Os bons vi sempre passar», de Luís de Camões;

«Barca Bela», de Almeida Garrett;

Cantiga “Estava eu na ermida de São Simeão”;

«Magro, de olhos azuis, carão moreno», de Bocage;

«De tarde», de Cesário Verde;

“Aqui, sobre estas águas cor de azeite”, de António Nobre.

ESCRITA

Elaborar textos que cumpram objetivos explícitos quanto ao destinatário e à finalidade (informativa ou

argumentativa) no âmbito de géneros como: diário, entrevista, comentário e resposta a questões de leitura. Redigir textos coesos e coerentes, em que se confrontam ideias e pontos de vista e se toma uma posição sobre personagens, acontecimentos, situações e/ou enunciados.

Escrever com correção sintática, com vocabulário diversificado, com uso correto da ortografia e dos sinais de pontuação.

GRAMÁTICA

Distinguir as seguintes subclasses de palavras: quantificador universal e existencial.

Distinguir na classe da conjunção e locução conjuncional subordinativa as seguintes subclasses: comparativa, consecutiva, concessiva.

Empregar corretamente o modo conjuntivo (...).

Distinguir funções sintáticas: predicativo do complemento direto.

Distinguir subordinação adverbial de subordinação adjetival e de subordinação substantiva.

Explicar a função sintática da oração substantiva completiva selecionada pelo verbo.

Classificar orações subordinadas comparativas, consecutivas e concessivas.

Analisar relações de sentido entre palavras.

Reconhecer traços da variação da língua portuguesa (...)

Empregar formas linguísticas adequadas à expressão de opinião e à assunção de compromissos.

Aulas previstas 1.º S: 68

Aulas previstas 2.º S: 64

Matemática

Tema:

Números Racionais:

- Números racionais e dízimas
- Adição algébrica de dois números racionais(revisão)
- Multiplicação e divisão de números racionais
- Propriedades da multiplicação
- Expressões numéricas
- Potências de expoente inteiro
- Quadrados perfeitos. Raiz quadrada
- Cubos perfeitos. Raiz cúbica
- Notação científica

Tema:

Equações do 1º grau. Funções

- Revisão/ Consolidação do tema Funções do 7ºano
- Equações com parênteses
- Equações com frações. Equações com parênteses e com frações
- Representação de uma função
- Função afim
- Declive de uma reta não vertical
- Função linear
- Modelação de situações diversas por funções afins

Tema:

Polinómios. Equações literais e sistemas

- Monómios e polinómios
- Adição de monómios e de polinómios
- Multiplicação de monómios e polinómios

- Equações literais
- Sistemas de duas equações do 1º grau com duas incógnitas
- Classificação de sistemas. Resolução de problemas recorrendo a sistemas

Tema:

Teorema de Pitágoras. Áreas e volumes

- Teorema de Pitágoras
- Aplicações do Teorema de Pitágoras
- Área de um polígono regular
- Áreas da superfície de prismas e pirâmides
- Planificação da superfície do cilindro e do cone
- Volumes de prismas e pirâmides
- Volumes do cilindro, do cone e da esfera

Tema:

Operações com figuras planas

- Revisões/ Consolidação: Critérios de semelhança de triângulos; relações entre perímetros e áreas de figura semelhantes e poliedros regulares -7ºano
- Vetores. Adição de um ponto com um vetor
- Translação associada a um vetor
- Composição de translações. Adição de vetores
- Reflexão deslizante
- Simetrias de translação e simetrias de reflexão deslizante
- Rosáceas, frisos e padrões

Tema:

Dados e probabilidades

- Revisões/Consolidação de conteúdos do 7ºano
- Quartis e diagrama de extremos e quartis para dados não agrupados
- Quartis e diagrama de extremos e quartis para dados agrupados
- Espaço amostral. Acontecimentos
- Tabelas de probabilidade
- Probabilidade frequencista

Aulas previstas 1.º S: 65

Aulas previstas 2.º S: 64

Inglês

Competências:

Competências Comunicativas:

- Compreensão oral
- Compreensão escrita
- Produção / Interação oral
- Produção / Interação escrita

Competência Intercultural e Competência Estratégia (transversais)

Áreas Temáticas/ Situacionais

Unit 1 – The ABC of me

Hobbies and free time activities; daily activities; the house; school memories

Unit 2 – Alive and kicking!
Food; healthy eating and healthy lifestyles

Unit 3 – My crew
Fashion; teen worries and feelings

Unit 4 – Our world, our future
Environment and nature; the city of the future

Unit 5 – Just go for it!
Sports; holidays and travelling

Os aspetos gramaticais/culturais pertinentes serão abordados de forma transversal ao longo do ano.
Leitura Extensiva

Aulas previstas 1.º S: 33

Aulas previstas 2.º S:32

História

Temas:

5 - Expansão e Mudança nos Séculos XV e XVI

5.1 – A abertura ao mundo

5.2 – Renascimento e Reforma

6 - Portugal no Contexto Europeu dos Séculos XVII e XVIII

6.1 – O império português e a concorrência internacional

6.2 - O Antigo Regime no século XVIII

7 - Crescimento e Ruturas no Mundo Ocidental nos séculos XVIII e XIX

7.1 - A revolução agrícola e o arranque da revolução industrial

7.2 – O Triunfo das revoluções Liberais

8 - O Mundo Industrializado no Século XIX

8.1 – Transformações económicas, sociais e culturais

8.2 - O caso português

Aulas previstas 1.º S: 33

Aulas previstas 2.º S: 32

Cidadania e Desenvolvimento

Temas:

INTERCULTURALIDADE

Diversidade cultural e religiosa. Indicadores demográficos (população estrangeira, refugiados). Perfil migratório português e diversidade cultural.

Comunidades ciganas. Discriminação, preconceito, xenofobia e racismo.

EDUCAÇÃO AMBIENTAL

Proteção do meio ambiente, equilíbrio ecológico e a preservação do património ambiental e cultural.

O ser humano e a sua relação com a natureza. A vida na terra.

SEXUALIDADE

O corpo em transformação. Puberdade – aspetos biológicos e emocionais.

Dimensão ética da sexualidade humana. Compreensão da sexualidade como uma das componentes mais sensíveis da pessoa, no contexto de um projeto de vida que integre valores e uma dimensão ética.

Diversidade e respeito.

LITERACIA FINANCEIRA E EDUCAÇÃO PARA O CONSUMO

Poupança. Sistema e Produtos Financeiros Básicos. Planeamento e Gestão do Orçamento. Crédito.

Ética do consumo e da produção. Direitos e deveres.

Aulas previstas 1.º S: 16

Aulas previstas 2.º S: 0

FIA

- Domínios:

Cooperação e Relações interpessoais;

Participação, Trabalhos e Projetos;

Organização e Responsabilidade.

Aulas previstas 1.º S: 9

Aulas previstas 2.º S: 10

F. Química

Domínios:

REAÇÕES QUÍMICAS

1. Explicação e representação de reações químicas

- Natureza corpuscular da matéria: Constituição da matéria; Sólidos, líquidos e gases; Temperatura e agitação corpuscular; Pressão, temperatura e volume de um gás
- Átomos e seus agrupamentos; Constituição dos átomos; Símbolos químicos; Moléculas; Fórmulas químicas; Substâncias elementares e substâncias compostas; Misturas de substâncias; Iões; Símbolos de iões e fórmulas químicas de sais
- Equações químicas
- Conservação da massa: Lei de Lavoisier

2. Tipos de reações químicas

- Reações de oxidação-redução: Combustões
- Reações ácido-base: Ácidos e bases no dia a dia; Indicadores ácido-base; Indicador universal e escala de pH; Reações entre soluções ácidas e básicas; Ácidos, bases e sais
- Reações de precipitação: Sais muito solúveis e sais pouco solúveis em água; Reações de precipitação na natureza e em nossas casas

3. Velocidade das reações químicas

- Reações químicas rápidas e lentas
- Fatores que influenciam a velocidade das reações químicas: Efeito da concentração dos reagentes; Efeito da temperatura; Efeito do estado de divisão do(s) reagente(s) sólido(s); Efeito da luz; Efeito dos catalisadores

SOM

1. Produção e propagação do som

- Origem dos sons ; Fontes sonoras e instrumentos musicais; Frequência da fonte sonora; Propagação do som; mecanismo de propagação do som no ar: Velocidade de propagação do som

2. Som e ondas

- Produção de ondas; Características de uma onda: frequência, período, amplitude e velocidade; A onda sonora como onda de pressão; gráficos pressão-tempo

3. Atributos do som e sua deteção pelo ser humano

- Atributos dos sons: intensidade, altura e timbre; Som puro e som complexo; Transformação de ondas sonoras em sinais elétricos; O ouvido humano; Espetro sonoro; sons audíveis, infrassons e ultrassons; Nível de intensidade sonora; limiar de audição e limiar de dor; sonómetro; audiograma; Poluição sonora

4. Fenómenos acústicos

- Reflexão do som; aplicações (eco e reverberação, ecolocalização, sonar, ecografia); Absorção do som; Refração do som; Poluição sonora, absorção do som e isolamento acústico

LUZ

1. Ondas de luz e sua propagação

- Luz visível e não visível; Corpos luminosos e iluminados; A visão dos objetos; Propagação da luz; Velocidade de propagação da luz; Materiais transparentes, opacos e translúcidos; Sombra e penumbra; Propagação retilínea da luz; A luz como onda; Ondas mecânicas e ondas eletromagnéticas; Espectro eletromagnético

2. Fenómenos óticos

- Reflexão da luz; aplicações; leis da reflexão; reflexão especular e difusa; Absorção da luz; Imagens virtuais e reais; Imagens em espelhos planos; Espelhos côncavos e convexos; focos reais e virtuais; imagens; Refração da luz; aplicações ; Lentes convergentes e divergentes; imagens ; Potência de uma lente; Olho humano; defeitos da visão e sua correção; Luz monocromática e policromática; dispersão da luz policromática; Cor dos objetos opacos.

Aulas previstas 1.º S: 33

Aulas previstas 2.º S: 48

Francês

Competências a desenvolver:

COMPETÊNCIAS COMUNICATIVAS

- Compreensão oral
- Produção/interação oral
- Compreensão escrita
- Produção/interação escrita

Competência intercultural (transversal)

Competência estratégica (transversal)

Áreas temáticas para desenvolvimento das competências

Unidade 0:

Revisão de aprendizagens do 7.º ano: apresentar-se; a sala de aula; os dias / meses / estações do ano; caracterização física e psicológica; números cardeais e ordinais ; verbos básicos; a francofonia.

Unidade 1:

Temáticas não abordadas no 7.º ano: a família; a hora; a meteorologia; a rotina diária; o corpo humano; doenças e sintomas.

Unidade 2:

Os jovens e os tempos livres: tempos livres; os jovens e a moda: roupa e acessórios.

Unidade 3:

Unidade 3:

Meios de transporte; meios de comunicação, redes sociais.

Unidade 4:

Alimentação e saúde: alimentos e bebidas; refeições; bons e maus hábitos alimentares; gastronomia francesa; loiça e utensílios de cozinha.

Unidade 5:

Habitação: tipos de alojamento, divisões da casa, móveis; tarefas domésticas.

Unidade 6:

A cidade; o comércio; vila vs. cidade.

Aulas previstas 1.º S: 50

Aulas previstas 2.º S: 32

Ciências Naturais

Tema TERRA, UM PLANETA COM VIDA

Terra: um sistema capaz de gerar vida

- Explicar as principais condições da Terra que permitiram o desenvolvimento e a manutenção da vida, articulando com saberes de outras disciplinas (ex.: Ciências Físico-Químicas).
- Interpretar gráficos da evolução da temperatura e do dióxido de carbono atmosférico ao longo do tempo geológico.
- Relacionar a influência dos seres vivos com a evolução da atmosfera terrestre e o efeito de estufa na Terra.
- Distinguir o sistema Terra dos seus subsistemas, identificando as potencialidades dos mesmos na geração da vida na Terra.
- Analisar criticamente o papel das rochas e do solo na existência de vida no meio terrestre e dos subsistemas na manutenção da vida.

Célula: unidade básica da vida

- Distinguir células eucarióticas de células procarióticas em observações microscópicas.
- Reconhecer a célula como unidade básica dos seres vivos, identificando os principais constituintes das células eucarióticas.
- Distinguir os níveis de organização biológica dos seres vivos e dos ecossistemas.
Interações bióticas e abióticas num ecossistema
- Caracterizar um ecossistema na zona envolvente da escola (níveis de organização biológica, biodiversidade) a partir de dados recolhidos no campo.
- Relacionar os fatores abióticos – luz, água, solo, temperatura – com a sua influência nos ecossistemas, apresentando exemplos de adaptações dos seres vivos a esses fatores e articulando com saberes de outras disciplinas (ex.: Geografia).

- Interpretar a influência de alguns fatores abióticos nos ecossistemas, em geral, e aplicá-la em exemplos da região envolvente da escola.
- Distinguir interações intraespecíficas de interações interespecíficas e explicitar diferentes tipos de relações bióticas.

Fluxos de energia e ciclos da matéria

- Interpretar informação relativa a dinâmicas populacionais decorrentes de relações bióticas, avaliando as suas consequências nos ecossistemas.
- Sistematizar cadeias tróficas de ambientes aquáticos e terrestres predominantes na região envolvente da escola, indicando formas de transferência de energia.
- Interpretar cadeias tróficas, partindo de diferentes exemplos de teias alimentares.
- Analisar criticamente exemplos de impactes da ação humana que condicionem as teias alimentares, discutindo medidas de minimização dos mesmos nos ecossistemas.
- Explicar o modo como as atividades dos seres vivos (alimentação, respiração, fotossíntese) interferem nos ciclos de matéria e promovem a sua reciclagem nos ecossistemas.
- Interpretar as principais fases dos ciclos da água, do carbono e do oxigénio, com base em informação diversificada (notícias, esquemas, gráficos, imagens) e valorizando saberes de outras disciplinas (ex.: Geografia e Ciências Físico-Químicas).
- Analisar criticamente exemplos teoricamente enquadrados acerca do modo como a ação humana pode interferir nos ciclos de matéria e afetar os ecossistemas.

Tema SUSTENTABILIDADE NA TERRA

Equilíbrio dinâmico dos ecossistemas e desenvolvimento sustentável.

- Caracterizar as fases de uma sucessão ecológica em documentos diversificados sobre sucessões ecológicas primárias e secundárias.
- Discutir causas e consequências da alteração dos ecossistemas, justificando a importância do equilíbrio dinâmico dos ecossistemas e do modo como a sua gestão pode contribuir para alcançar as metas de um desenvolvimento sustentável.
- Discutir opções para a conservação dos ecossistemas e o seu contributo para as necessidades humanas, bem como a importância da ciência e da tecnologia na sua conservação.

Perturbações no equilíbrio dos ecossistemas

- Distinguir catástrofes de origem natural de catástrofe de origem antrópica, identificando as causas das principais catástrofes de origem antrópica e valorizando saberes de outras disciplinas (ex.: Geografia).
- Explicar o modo como a poluição, a desflorestação, os incêndios e as invasões biológicas podem afetar os ecossistemas.
- Interpretar a influência de alguns agentes poluentes nos ecossistemas, partindo de problemáticas locais ou regionais e analisando criticamente os resultados obtidos.
- Discutir medidas que diminuam os impactes das catástrofes de origem natural e de origem antrópica nos ecossistemas, em geral, e nos ecossistemas da zona envolvente da escola, em particular.
- Distinguir recursos energéticos de recursos não energéticos e recursos renováveis de recursos não renováveis.
- Recursos naturais: exploração e consequências
- Caracterizar diferentes formas de exploração dos recursos naturais, indicando as principais transformações dos recursos naturais.
- Discutir os impactes da exploração/transformação dos recursos naturais e propor medidas de redução dos mesmos e de promoção da sua sustentabilidade.

Áreas protegidas e ordenamento e gestão do território

- Relacionar o papel dos instrumentos de ordenamento e gestão do território com a proteção e a conservação da Natureza.
- Sistematizar informação relativa a Áreas Protegidas em Portugal e no mundo, explicitando medidas de

proteção e de conservação das mesmas.

- Identificar algumas associações e organismos públicos de proteção e conservação da Natureza existentes em Portugal.

Gestão sustentável dos recursos naturais e dos resíduos

- Explicar a importância da recolha, do tratamento e da gestão sustentável de resíduos e propor medidas de redução de riscos e de minimização de danos na contaminação da água procedente da ação humana.
- Relacionar a gestão de resíduos e da água com a promoção de um desenvolvimento sustentável.
- Analisar criticamente os impactes ambientais, sociais e éticos de casos de desenvolvimento científico e tecnológico no desenvolvimento sustentável e na melhoria da qualidade de vida das populações humanas.

Aulas previstas 1.º S: 33

Aulas previstas 2.º S: 32

Geografia

TEMA II – MEIO NATURAL (Recuperação 7. ano)

Relacionar a localização de formas de relevo com a rede hidrográfica, utilizando perfis topográficos.

Demonstrar a ação erosiva dos cursos de água e do mar, utilizando esquemas e imagens.

Identificar fatores responsáveis por situações de conflito na gestão dos recursos naturais (bacias hidrográficas, litoral), utilizando terminologia específica, à escala local e nacional.

Reconhecer a necessidade da cooperação internacional na gestão de recursos naturais, exemplificando com casos concretos, a diferentes escalas.

Relatar situações concretas de complementaridade e interdependência entre regiões, países ou lugares na gestão de recursos hídricos.

Sensibilizar a comunidade para a necessidade de uma gestão sustentável do território, aplicando questionários de monitorização dos riscos no meio local, como por exemplo, os dos cursos de água e das áreas do litoral.

TEMA III – POPULAÇÃO E POVOAMENTO

Interpretar mapas temáticos simples (com uma variável), relativos a fenómenos demográficos e culturais, usando o título e a legenda.

Representar, em mapas a diferentes escalas, variáveis relativas a fenómenos demográficos, usando o título e a legenda.

Comparar o comportamento de diferentes indicadores demográficos, no tempo e no espaço, enunciando fatores que explicam os comportamentos observados.

Aplicar as Tecnologias de Informação Geográfica para localizar, descrever e compreender os fenómenos sociodemográficos.

Descrever situações de equilíbrio ou ruptura entre a população e os recursos naturais, em diferentes contextos geográficos e económicos, explicando a ação de fatores naturais e humanos.

Apresentar exemplos de soluções para a gestão pacífica e sustentável do conflito crescimento demográfico e recursos naturais.

Participar em campanhas de sensibilização para minimizar os impactos ambientais, socioeconómicos e culturais da evolução da população a diferentes escalas.

Identificar padrões na distribuição dos fluxos migratórios, à escala nacional, europeia e mundial, enunciando fatores responsáveis por essa distribuição.

Relacionar as áreas de atração e repulsão demográfica com fatores físicos e humanos, utilizando mapas a diferentes escalas.

Explicar causas e efeitos dos fluxos migratórios, a diferentes escalas.

Enunciar medidas para a cooperação entre povos e culturas do mesmo território.

Relatar medidas para melhorar a qualidade de vida e o bem-estar das populações migrantes.

Explicar a importância do diálogo e da cooperação internacional, para a preservação da diversidade cultural.

Localizar cidades, em mapas de diferentes escalas.

Enunciar fatores responsáveis pelos padrões da organização das áreas funcionais da cidade, interpretando plantas funcionais.

Reconhecer aspetos que conferem singularidade a cada região, comparando características culturais, do povoamento e das atividades económicas.

Identificar problemas das áreas urbanas que afetam a qualidade de vida e o bem-estar das populações, aplicando questionários.

Relatar medidas para melhorar a qualidade de vida e o bem-estar das populações urbanas, rurais e migrantes.

› **TEMA IV – ATIVIDADES ECONÓMICAS**

Aplicar as Tecnologias de Informação Geográfica para localizar, descrever e compreender as atividades económicas.

Reconhecer a necessidade da cooperação internacional na gestão de recursos naturais (mineraiis), exemplificando com casos concretos, a diferentes escalas.

Representar o levantamento funcional das atividades de extração de mineraiis, na comunidade local, utilizando diferentes técnicas de expressão gráfica e cartografia.

Participar em campanhas de sensibilização para a promoção da maior sustentabilidade das atividades de

extração mineral, a diferentes escalas (local, regional, etc.).

Caracterizar os principais processos de produção e equacionar a sua sustentabilidade (agricultura, pecuária, silvicultura).

Identificar padrões na distribuição da agricultura, pecuária, silvicultura, a nível mundial, e em Portugal, enunciando fatores responsáveis pela sua distribuição.

Representar o levantamento funcional das atividades agrícolas, na comunidade local, utilizando diferentes técnicas de expressão gráfica e cartografia

Aplicar as Tecnologias de Informação Geográfica para localizar, descrever e compreender as atividades económicas.

Aulas previstas 1.º S: 33

Aulas previstas 2.º S: 48

E. Visual

TEMAS:

Elementos Formais

- Qualidades formais, geométricas e expressivas

Representação no espaço / Composição

- Espaço/proporção; sobreposição/dimensão/cor; claro-escuro/graduação; texturas táteis e visuais

Cor

- Cor; claro-escuro; graduação

Comunicação

- Signos da comunicação visual; importância da imagem publicitária no quotidiano

Arquitetura

- Evolução; estruturas; construções

Projeto

- Enunciação do problema; análise do lugar; tipologia de projeto

Aulas previstas 1.º S: 34

Aulas previstas 2.º S: 34

EMRC

UL 1 – O Amor Humano

Identificar sinais que transmitem Amor;

Reconhecer a família como espaço de amor e de abertura aos outros;

Compreender que a fecundidade sexual é um bem pessoal e social; Identificar os métodos anticoncecionais: suas vantagens e desvantagens e implicações éticas;

Perceber a Maternidade e paternidade responsável;

Reconhecer na mensagem cristã a importância do amor e da fecundidade e suas implicações numa opção de vida;

Valorizar atitudes de fidelidade e doação e no amor e na sexualidade.

UL2 – O Ecumenismo

Perceber o contributo do Cristianismo na construção da civilização ocidental:

Identificar factos históricos e razões sobre a separação entre as Igrejas cristãs;

Conhecer as características da identidade da Igreja Latina e da Igreja Ortodoxa;

Apontar o núcleo central constitutivo das Igrejas saídas da Reforma;

Valorizar atitudes e movimentos para a unidade dos Cristãos com base no apelo de Jesus para que “todos sejam um”;

UL3 - A Liberdade

Identificar a realidade humana enquanto espaço onde a pessoa exerce a sua liberdade;

Reconhecer a Pessoa enquanto Ser voltado para o bem;

Apontar situações de manipulação da consciência humana e suas implicações no impedimento ao exercício da liberdade;

Reconhecer na mensagem cristã a bondade de Deus e o apelo à vivência da liberdade na realização pessoal;

Assumir atitudes responsáveis promotoras de Liberdade.

UL4 – Ecologia e Valores

Discutir o conceito de Ecologia como ponto de partida para um mundo habitável e sustentável;

Questionar razões e situações que conduzem a comportamentos destrutivos para com a natureza;

Enumerar algumas instituições de defesa da natureza;

Identificar na mensagem e tradição cristã a natureza como dádiva de Deus para a felicidade do ser humano;

Participar em iniciativas que promovam a proteção do mundo como casa comum.

Aulas previstas 1.º S: 16

Aulas previstas 2.º S:16

E. Física

Conhecimentos

Relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras.

Identificar e interpretar os valores olímpicos e paralímpicos, compreendendo a sua importância para a construção de uma sociedade moderna e inclusiva.

Atividades Físicas

Jogos desportivos coletivos – Basquetebol, Andebol. Avaliação em exercício critério e jogo reduzido;

Ginástica de Solo e Acrobática. Avaliação da Ginástica de Solo em sequência Gímnica. Avaliação da Acrobática em exercício critério;

Atletismo – Lançamentos. Avaliação em exercício critério;

Patinagem – Corridas. Avaliação em exercício critério;

Atividades Rítmicas Expressivas – Danças Tradicionais (Regadinho, uma dança local). Avaliação das danças coreografadas orientadas;

Orientação. Avaliação num percurso;

Luta. Avaliação em exercício critério;

Opcionalmente poderá ser abordado: Voleibol, Ginástica de Aparelhos, Raquetas e Corfebol.

Aptidão Física

Desenvolvimento das capacidades motoras condicionais e coordenativas;

FITescola: resistência, força, flexibilidade, composição corporal.

Nota Importante: Alunos impedidos de fazer atividade física têm de entregar um Atestado Médico ao Diretor. Só assim lhe são feitas adaptações curriculares e nos critérios de avaliação.

Aulas previstas 1.º S: 63

Aulas previstas 2.º S: 40