

## Síntese de Aprendizagens/Aulas Previstas

### Planificação do trabalho a desenvolver na turma do 9ºA

**NOTA 1:** De acordo com o n.º 2 do Artigo 19.º do Decreto-Lei n.º 55/2018, de 6 de julho, as opções curriculares preveem a “Combinação parcial ou total de componentes de currículo (...), promovendo tempos de trabalho interdisciplinar, com possibilidade de partilha de horário entre diferentes disciplinas.” Neste sentido, alguns dos conteúdos apresentados neste documento poderão ser lecionados numa ordem diferente da indicada, de acordo com as formas de articulação definidas em Conselho de Turma.

**NOTA 2:** De acordo com as Orientações enviadas à Escola pelo Ministério, serão realizadas, nas diversas disciplinas, atividades de recuperação e consolidação das aprendizagens, no âmbito do Plano 23|24 Escola+ Plano de Recuperação das Aprendizagens.

### Português

#### Domínios

##### Oralidade

###### Compreensão

Compreensão de textos orais de diferentes géneros, identificando, com base em inferências, o assunto, o tema e a intenção comunicativa.

###### Expressão

Planificação de textos orais tendo em conta os destinatários e os objetivos da comunicação;  
Expressão oral com fluência, correção e naturalidade em diferentes contextos.

**Leitura** comentário; recensão crítica; textos de divulgação científica.

##### Educação literária

- **Narrativa de autor português** (texto integral): “**A palavra mágica**” in contos, de Vergílio Ferreira
- **Auto da Barca do Inferno**, de Gil Vicente (texto integral)
- **Os Lusíadas**, de Luís de Camões Episódios e estâncias a estudar: Canto I – estâncias 1-3, 19-41; Canto III – estâncias 118-135; Canto IV – estâncias 84-93; Canto V – estâncias 37-60; Canto VI – estâncias 70-94; Canto IX – estâncias 18-29; Canto X – estâncias 142-144, 145-146 e 154-156.
- **Poesia**
  - João Gomes Ferreira, “Aquela nuvem” , Ruy Belo, “Algumas proposições com pássaros...”
  - Irene Lisboa, “Escrever”, Jorge de Sena, “Uma pequenina luz”
  - Sophia de M. B. Andresen “Porque”, Carlos de Oliveira, “Vilancete castelhano de Gil Vicente”
  - Almada Negreiros “Luís, o poeta, salva a nado o poema”, Fernando Pessoa “O Mostrengo”, “Mar português”

**Escrita** Comentário; crítica; artigo de opinião; resumo.

##### Gramática

Recuperação/consolidação de conteúdos gramaticais do 7.º e 8.º anos.

Processos fonológicos; neologismos e arcaísmos; variação diacrónica da Língua Portuguesa; flexão verbal; utilização de pronomes em adjacência verbal; frase simples e frase complexa: funções sintáticas,

coordenação e subordinação; relações semânticas entre palavras; valores aspetuais (perfeito e imperfeito) e modais (epistémicos, deônticos e apreciativos); formas linguísticas adequadas à expressão de discordância com respeito pelo princípio da cooperação.

**Aulas previstas 1.º S:67**

**Aulas previstas 2.º S:60**

## Matemática

### **TEMAS:**

#### **1. Tema: Álgebra**

Conteúdos do 8.º ano (não lecionados no ano anterior) /  
Recuperação e Consolidação das Aprendizagens.

Conteúdos de Aprendizagem:

- Equações literais;
- Sistemas de equações do 1.º grau com duas incógnitas.

#### **2. Tema: Números e Operações**

Conteúdos de Aprendizagem:

Números reais.

#### **3. Tema: Álgebra**

Conteúdos de Aprendizagem:

Inequações.

#### **4. Tema: Geometria e Medida**

Conteúdos de Aprendizagem:

Figuras geométricas;  
Áreas e volumes;  
Trigonometria.

#### **5. Tema: Geometria e Medida**

Conteúdos de Aprendizagem:

Lugares Geométricos;  
Circunferência.

#### **6. Tema: Álgebra**

Conteúdos de Aprendizagem:

Regularidades e Funções;  
Equações do 2.º grau.

#### **7. Tema: Organização e Tratamento de Dados**

Conteúdos de Aprendizagem:

Medidas de Dispersão - Conteúdo do 8.º ano (não lecionado no ano anterior) /Recuperação e Consolidação das Aprendizagens.

Planeamento estatístico e tratamento de dados;  
Probabilidade.

**Aulas previstas 1.º S: 64**

**Aulas previstas 2.º S: 56**

## Inglês

### **Competências:**

#### **Competências Comunicativas:**

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

#### **Competência Intercultural e Competência Estratégia (transversais)**

### **Áreas Temáticas/ Situacionais**

#### **Unit 0 – Welcome back**

Revisão de diversos itens gramaticais/vocabulário abordados no 8.º ano

#### **Unit 1 – Gen Pre-Alpha**

Eventos escolares e programas; áreas de estudo; “gatilhos” de stress e técnicas de relaxamento

#### **Unit 2 – Wow (World of Work)**

Empregos em “part-time”; qualidades e capacidades adequadas ao mundo do trabalho, atividades de voluntariado

#### **Unit 3 – Techy Global World**

Tecnologia e estilo de vida digital

#### **Unit 4 – Culture Splash**

Géneros musicais e literários

#### **Leitura Extensiva**

“Raymond’s Run” (versão abreviada do conto de Toni Cade Bambara) ou “The Council of the Gods” (resumo de “O Consílio dos Deuses” de Luís Vaz de Camões”)

Os aspetos culturais pertinentes serão abordados ao longo do ano.

**Aulas previstas 1.º S: 31**

**Aulas previstas 2.º S: 46**

## Geografia

### **Temas – Subtemas / Aprendizagens Essenciais**

#### **Tema II – ATIVIDADES ECONÓMICAS (8.º Ano)**

Caracterizar o comércio, os serviços e o turismo.

Identificar padrões na distribuição das atividades de comércio, serviços e turismo, a nível mundial, e em Portugal, enunciando fatores responsáveis pela sua distribuição.

Comparar os diferentes tipos de transporte, quanto às respetivas vantagens e desvantagens.

Identificar padrões na distribuição de diferentes redes de transporte e telecomunicações, a nível mundial, e em Portugal, enunciando fatores responsáveis pela sua distribuição.

Determinar a acessibilidade de lugares, simulando redes topológicas simples.

Descrever exemplos de impactes da ação humana no território (terrestre, marítimo e aéreo), apoiados em fontes fidedignas.

Selecionar o modo de transporte mais adequado em função do fim a que se destina e das distâncias (absolutas e relativas).

Relatar exemplos do impacte da era digital na sociedade.

Aplicar as tecnologias de informação geográfica para localizar, descrever e compreender as atividades económicas.

### **Tema V: CONTRASTES DE DESENVOLVIMENTO**

Distinguir crescimento económico de desenvolvimento.

Interpretar mapas temáticos (com duas ou mais variáveis), relativos ao grau de desenvolvimento dos países, usando o título e a legenda.

Comparar exemplos de evolução espaço-temporal do grau de desenvolvimento dos países, interpretando gráficos dinâmicos.

Distinguir formas de medir os níveis de desenvolvimento, evidenciando vantagens e constrangimentos dos índices compostos (IDH, IDG, IPM).

Discutir as vantagens e os constrangimentos da utilização dos índices compostos a diferentes escalas.

Apresentar situações concretas de desigualdades de desenvolvimento e possíveis formas de as superar.

Comparar informação de Portugal com a de outros países para evidenciar situações de desigualdade demográfica, económica e social.

Relacionar os níveis de desenvolvimento com os fatores internos e externos que os condicionam.

Mobilizar as Tecnologias de Informação Geográfica, para localizar, descrever e compreender contrastes no desenvolvimento humano.

Discutir sucessos e insucessos da ajuda ao desenvolvimento, tendo em consideração as responsabilidades dos países doadores e as dos países recetores.

Enumerar soluções para atenuar os contrastes de desenvolvimento.

Relatar medidas que promovam a cooperação entre povos e culturas no âmbito dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável.

Participar e/ou desenvolver campanhas de solidariedade, tendo em vista transformar os cidadãos em participantes ativos na proteção dos valores dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável.

### **Tema VI: AMBIENTE E SOCIEDADE**

Elaborar gráficos termopluviométricos, descrevendo o comportamento dos elementos do clima, de estações meteorológicas de diferentes países do Mundo.

Compreender as características dos diferentes climas da superfície terrestre, enumerando os elementos e os fatores climáticos que os distinguem.

Relacionar as condições meteorológicas extremas com os riscos e a ocorrência de catástrofes naturais.

Identificar os fatores de risco de ocorrência de catástrofes naturais, numa determinada região.

Mobilizar as Tecnologias de Informação Geográfica, para localizar, descrever e compreender os riscos e as catástrofes naturais.

Relacionar características do meio com a possibilidade de ocorrência de riscos naturais.

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

Participar de forma ativa em campanhas de sensibilização da comunidade para as medidas de prevenção e mitigação relacionadas com os riscos naturais.

Identificar a interferência humana no sistema Terra-Ar-Água (poluição atmosférica, smog, chuvas ácidas, efeito de estufa, rarefação da camada de ozono, desflorestação, poluição da hidrosfera, degradação do solo, desertificação).

Identificar soluções técnico-científicas que contribuam para reduzir o impacto ambiental das atividades humanas (rearborização, uso de produtos biodegradáveis, energias renováveis; 3Rs (sugestão: 5RS), etc.

Aplicar as TIG, para localizar, descrever e compreender contrastes no desenvolvimento sustentável.

Investigar problemas ambientais concretos ao nível local, nacional e internacional.

Identificar situações concretas de complementaridade e interdependência entre lugares, regiões ou países, na resolução de problemas ambientais.

Apresentar soluções para conciliar crescimento económico, desenvolvimento humano e equilíbrio ambiental.

<p>Consciencializar-se para a necessidade de adotar medidas coletivas e individuais, no sentido de preservar o património natural, incrementar a resiliência e fomentar o desenvolvimento sustentável. Desenvolver campanhas de sensibilização ambiental tendo em vista transformar os cidadãos em participantes ativos na proteção dos valores da paisagem, do património e do ambiente.</p>	
<b>Aulas previstas 1.º S: 49</b>	<b>Aulas previstas 2.º S: 28</b>

F.Química	
<b>FÍSICA</b>	
<b>Domínio 1. Movimentos e Forças</b>	
1.1 Movimentos na Terra;	
1.2 Forças e movimentos;	
1.3 Forças, movimentos e energia;	
1.4 Forças e fluídos.	
<b>Domínio 2. Eletricidade</b>	
2.1 Corrente elétrica e circuitos elétricos;	
2.2 Efeitos da corrente elétrica e energia elétrica.	
<b>QUÍMICA</b>	
<b>Domínio 3. Classificação dos materiais</b>	
3.1 Estrutura atómica;	
3.2 Propriedades dos materiais e Tabela Periódica;	
3.3 Ligação Química.	
<b>Aulas previstas 1.º S:33</b>	<b>Aulas previstas 2.º S:42</b>

História	
<b>Temas:</b>	
<b>9 - A Europa e o Mundo no Limiar do Século XX</b>	
9.1 - Hegemonia e declínio da influência europeia	
9.2 - A Revolução Soviética	
9.3 - Portugal: da 1ª República à Ditadura Militar	
9.4 - Sociedade e cultura num mundo em mudança	
<b>10 - Da Grande Depressão à II Guerra Mundial</b>	

- 10.1** - As dificuldades económicas dos anos 1930 – Entre a ditadura e a democracia  
**10.2** - A II Guerra Mundial

**11 - Do Segundo Após Guerra aos Desafios do Nosso Tempo**

- 11.1** - Da II à queda do muro de Berlim  
**11.2** - Portugal: do autoritarismo à democracia  
**11.3** – As transformações do mundo contemporâneo

**Aulas previstas 1.º S: 49**

**Aulas previstas 2.º S: 29**

## Cidadania e Desenvolvimento

### DIREITOS HUMANOS

Declaração Universal dos Direitos do Homem. Convenção sobre os Direitos da Criança. Discurso de ódio. Liberdade de expressão. Racismo e discriminação.

Vida privada e segurança. Ciberbullying.

### DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL

A água, a poluição e os resíduos. A biodiversidade e a geodiversidade.

A energia. O mar. O ruído. Transportes e mobilidade sustentável.

Alterações climáticas. Agricultura biológica.

### RISCO

Proteção civil. Riscos naturais. Planos de segurança. Cultura de segurança.

**Aulas previstas 1.º S: 7**

**Aulas previstas 2.º S: 8**

## Ciências Naturais

- 1. Viver Melhor na Terra - Saúde e qualidade de vida da população; Promoção da saúde; Estrutura do corpo humano; Alimentação saudável; O sistema digestivo; O sangue; O sistema cardiovascular; O sistema linfático; O sistema respiratório; Suporte básico de vida (SBV); Os sistemas excretores; O sistema nervoso; O sistema hormonal; O sistema reprodutor e A genética.**
- Distinguir saúde e qualidade de vida, segundo a Organização Mundial de Saúde.
  - Caracterizar as principais doenças provocadas pela ação de agentes patogénicos mais frequentes.
  - Relacionar as consequências do uso indevido de antibióticos com o aumento da resistência bacteriana.
  - Caracterizar, sumariamente, as principais doenças não transmissíveis, indicando a prevalência dos fatores de risco associados.
  - Interpretar informação sobre os determinantes do nível de saúde individual e comunitária, analisando a sua importância na qualidade de vida de uma população.
  - Explicar o modo como as "culturas de risco" podem condicionar as medidas de capacitação das pessoas, pondo em causa a promoção da saúde.

- Analisar criticamente estratégias de atuação na promoção da saúde individual, familiar e comunitária, partindo de questões enquadradas em problemáticas locais, regionais ou nacionais.
- Caracterizar o organismo humano como sistema aberto, identificando os seus níveis de organização biológica, as direções anatómicas e as cavidades, discutindo o contributo da ciência e da tecnologia para esse conhecimento.
- Relacionar os elementos químicos mais abundantes no corpo humano com as funções desempenhadas.
- Distinguir alimento de nutriente e nutriente orgânico de inorgânico, indicando as suas funções no organismo e identificando alguns nutrientes em alimentos.
- Relacionar a insuficiência de elementos traço (ferro, flúor, iodo) com os seus efeitos no organismo.
- Explicar o modo como alguns distúrbios alimentares- anorexia nervosa, bulimia nervosa e compulsão alimentar podem afetar o organismo humano.
- Relacionar a alimentação saudável com a prevenção de doenças da contemporaneidade, reconhecendo a importância da dieta mediterrânica na promoção da saúde.
- Caracterizar as etapas da nutrição, explicitando a função do sistema digestivo e a sua relação com o metabolismo celular.
- Relacionar os órgãos do sistema digestivo e as respetivas glândulas anexas com as funções desempenhadas, explicitando as transformações físicas e químicas da digestão.
- Explicar a importância do microbiota humano, indicando medidas que contribuam para o bom funcionamento do sistema digestivo.
- Identificar os constituintes do sangue em preparações definitivas, relacionando-os com a função que desempenham no organismo.
- Analisar possíveis causas de desvios dos resultados de análises sanguíneas relativamente aos valores de referência.
- Relacionar o modo de atuação dos leucócitos com a função que desempenham no sistema imunitário.
- Identificar a morfologia e a anatomia do coração de um mamífero, explicitando os seus principais constituintes e as respetivas funções.
- Relacionar os constituintes do sistema cardiovascular com o ciclo cardíaco.
- Caracterizar a variação da frequência cardíaca e da pressão arterial em algumas atividades do dia a dia, articulando com saberes de outras disciplinas (ex.: Educação Física).
- Relacionar a estrutura dos vasos sanguíneos com as suas funções e comparar as características do sangue venoso e do sangue arterial na circulação sistémica e na circulação pulmonar.
- Identificar as principais doenças do sistema cardiovascular, inferindo contributos da ciência e da tecnologia para a minimização das referidas doenças e explicitando a importância da implementação de medidas que contribuam para o seu bom funcionamento.
- Distinguir os diferentes tipos de linfa, explicitando a sua função e a importância dos gânglios linfáticos, bem como a necessidade de efetivar medidas que contribuam para o bom funcionamento do sistema linfático.
- Identificar os principais constituintes do sistema respiratório de um mamífero e as respetivas funções.
- Distinguir respiração externa de respiração interna e descrever as alterações morfológicas ocorridas durante a ventilação pulmonar.
- Comparar a hematose alveolar com a hematose tecidual e reconhecer a sua importância no organismo.
- Discutir os efeitos do ambiente e dos estilos de vida no equilíbrio do sistema respiratório e na minimização da ocorrência de doenças, destacando as consequências da exposição ao fumo ambiental do tabaco e indicando medidas que contribuam para o seu bom funcionamento.
- Explicar a importância da cadeia de sobrevivência no aumento da taxa de sobrevivência em paragem cardiovascular. Efetuar o exame do paciente (adulto e pediátrico) com base na abordagem inicial do ABC (airway, breathing and circulation).

- Implementar procedimentos do alarme em caso de emergência e executar procedimentos de suporte básico de vida (adulto e pediátrico), seguindo os algoritmos do European Resuscitation Council.
- Simular medidas de socorro à obstrução grave e ligeira da via aérea e demonstrar a posição lateral de segurança.
- Relacionar os constituintes do sistema urinário com a função que desempenham e caracterizar a anatomia e a morfologia do rim de um mamífero, explicitando as funções desempenhadas pelos seus constituintes.
- Relacionar as características da unidade funcional do rim com o processo de formação da urina, identificando alguns fatores que condicionam a sua formação.
- Caracterizar as funções da pele, explicitando medidas que podem contribuir para a eficácia da sua função excretora.
- Discutir a importância da ciência e da tecnologia na minimização de problemas da função renal e o contributo do cidadão na efetivação de medidas que contribuam para a eficiência da função excretora.
- Identificar os constituintes e as funções do sistema nervoso central e periférico e relacionar a constituição do neurónio com o modo como ocorre a transmissão do impulso nervoso.
- Distinguir ato voluntário de ato reflexo, relacionando-os com o papel do sistema nervoso na regulação homeostática.
- Discutir o contributo da ciência e da tecnologia na identificação de doenças do sistema nervoso e o contributo do cidadão na efetivação de medidas que contribuam para o seu bom funcionamento.
- Distinguir glândulas de hormonas e de células-alvo, identificando algumas glândulas endócrinas (hipófise, hipotálamo, pâncreas/ilhéus de Langerhans, ovário, placenta, suprarrenal, testículo, tiróide) e as principais hormonas por elas produzidas.
- Explicar a importância do sistema neuro-hormonal no organismo e o contributo da ciência e da tecnologia na identificação de doenças associadas, discutindo medidas que podem contribuir para o seu bom funcionamento.
- Comparar as estruturas dos órgãos reprodutores humanos com as funções desempenhadas, e explicar, sumariamente, os processos da espermatogénese e da oogénese.
- Caracterizar a coordenação ovárica e uterina, identificando o período fértil num ciclo menstrual.
- Distinguir as células reprodutoras humanas, a nível morfológico e a nível fisiológico, e o processo de fecundação do processo de nidadação.
- Discutir questões relacionadas com o aleitamento materno e outras alternativas.
- Discutir o papel da ciência e da tecnologia na identificação de infeções sexualmente transmissíveis e o contributo do cidadão na implementação de medidas que contribuam para o bom funcionamento do sistema reprodutor.
- Analisar criticamente as vantagens e as desvantagens dos diferentes métodos contraceptivos.
- Discutir o contributo da ciência e da tecnologia na evolução do conhecimento genético e das suas aplicações na sociedade e interpretar informação relativa a estruturas celulares portadoras de material genético.
- Explicar a relação entre os fatores hereditários, a informação genética e o modo como a reprodução sexuada condiciona a diversidade intraespecífica e a evolução das populações.

**Aulas previstas 1.º S: 32**

**Aulas previstas 2.º S: 41**

## Educação Visual

**Domínio: Apropriação e Reflexão**



- Refletir sobre as manifestações culturais do património local e global (obras e artefactos de arte: pintura, escultura, desenho, assemblage, colagem, fotografia, instalação, land´art, banda desenhada, design, arquitetura, artesanato, multimédia e linguagens cinematográficas).
- Dominar os conceitos de plano, ritmo, espaço, estrutura, luz-cor, enquadramento, entre outros, em diferentes contextos e modalidades expressivas: pintura, escultura, desenho, design, fotografia, cinema, vídeo, banda desenhada.
- Enquadrar os objetos artísticos de diferentes culturas e períodos históricos, tendo como referência os saberes da História da Arte (estilos, movimentos, intencionalidades e rupturas)

#### **Domínio: Interpretação e Comunicação**

- Compreender a importância da inter-relação dos saberes da comunicação visual (espaço, volume, cor, luz, forma, movimento, estrutura, ritmo, entre outros) nos processos de fruição dos universos culturais.
- Relacionar o modo como os processos de criação interferem na(s) intencionalidade(s) dos objetos artísticos.
- Transformar os conhecimentos adquiridos em novos modos de apreciação do mundo.

#### **Domínio: Experimentação e Criação**

- Articular conceitos (espaço, volume, cor, luz, movimento, estrutura, forma, ritmo), referências, experiências, materiais e suportes nas suas composições plásticas.
- Manifestar expressividade nos seus trabalhos, selecionando, de forma intencional, conceitos, temáticas, materiais, suportes e técnicas.
- Justificar a intencionalidade das suas composições, recorrendo a critérios de ordem estética (vivências, experiências e conhecimentos).
- Organizar exposições em diferentes formatos – físicos e/ou digitais –, individuais ou de grupo, selecionando trabalhos tendo por base os processos de análise, síntese e comparação, que conjugam as noções de composição e de harmonia, de acordo com o objetivo escolhido/proposto.
- Selecionar, de forma autónoma, processos de trabalho e de registo de ideias que envolvem a pesquisa, investigação e experimentação.

**Aulas previstas 1.º S: 30 aulas**

**Aulas previstas 2.º S: 32 aulas**

## Francês

### **Competências a desenvolver:**

#### **\*COMPETÊNCIA COMUNICATIVA**

##### **Oralidade**

- **Compreensão oral**
- **Produção/interação oral**

##### **Escrita**

- **Compreensão escrita**
- **Produção/interação escrita**

#### **\*COMPETÊNCIA INTERCULTURAL (transversal às restantes competências)**

### \*COMPETÊNCIA ESTRATÉGICA

#### Áreas temáticas onde se podem desenvolver as competências:

- Revisão de vocabulário do 8º ano, com maior incidência em temas não abordados (Saúde: doenças, problemas, sintomas e tratamentos ;...)
- Escolha da carreira: sistema educativo francês; estudos; saídas profissionais; profissões/projetos para o futuro
- Cultura e estética: as artes e manifestações culturais, celebridades francófonas e internacionais, monumentos e atrações.
- Ciência e tecnologia: ciência, tecnologia, descobertas e invenções.
- Meio ambiente, poluição, ecologia;
- Solidariedade: Europa e União Europeia, direitos do homem, organizações de solidariedade, voluntariado.

**Aulas previstas 1.º S: 31**

**Aulas previstas 2.º S: 28**

## EMRC

### Domínio / Tema / Módulo / Competência / Organizador

#### Unidade Letiva 1

##### A Dignidade da Vida Humana

- A vida humana: um valor primordial
- Relações interpessoais
- Dignidade/ Igualdade da vida humana
- Direitos Humanos
- Aborto / IVG

#### Unidade Letiva 2

##### Deus, o grande mistério

- A problemática da existência de Deus
- Acreditar e as várias formas de ateísmo e agnosticismo
- Apelo à esperança e à construção de um mundo melhor
- Vidas com sentido: várias personalidades da história.

#### Unidade Letiva 3

##### Projeto de Vida

- Definição de Projeto, de objetivos a atingir, de estratégias para se alcançar metas
- O que é um Projeto de Vida?
- Os grandes objetivos do ser humano
- A felicidade.

**Aulas previstas 1.º S: 16**

**Aulas previstas 2.º S: 16**

## FIA

- Domínios:

Cooperação e Relações interpessoais Participação, Trabalhos e Projetos Organização e Responsabilidade - Apoio S.P.O - Orientação Escolar.	
<b>Aulas previstas 1.º S: 8</b>	<b>Aulas previstas 2.º S: 7</b>

Educação Física	
<p><b>Domínio</b></p> <p><b>Conhecimentos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Relaciona aptidão física e saúde e identifica os benefícios do exercício físico para a saúde.</li> <li>- Interpreta a dimensão sociocultural dos desportos na atualidade e ao longo dos tempos, nomeadamente os jogos olímpicos e paralímpicos.</li> </ul> <p><b>Atividades Físicas:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Jogos Desportivos Coletivos - Voleibol, Basquetebol. Avaliação em jogo reduzido;</li> <li>- Ginástica de Aparelhos e Acrobática. Avaliação em exercício critério e apresentação de esquema;</li> <li>- Atletismo – Lançamentos e Saltos. Avaliação em exercício critério;</li> <li>- Raquetas – Ténis de Mesa/Raquetas e Badminton. Exercício Critério e Jogo Colaborativo;</li> <li>- Atividades Rítmicas Expressivas – Tradicional - Sariquité, uma local. Avaliação coreografada orientada;</li> <li>- Opcionalmente poderá ser abordado: Futebol, Andebol, Jogos tradicionais.</li> </ul> <p><b>Aptidão Física:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Desenvolvimento das capacidades motoras condicionais e coordenativas;</li> <li>- FITescola: resistência, força, flexibilidade, composição corporal.</li> </ul>	
<b>Aulas previstas 1.º S:49</b>	<b>Aulas previstas 2.º S:41</b>