

## Síntese de Aprendizagens/Aulas Previstas

### Planificação do trabalho a desenvolver na turma do 5º F

NOTA: 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.

#### Português

##### Domínios

Nas primeiras semanas, após a avaliação diagnóstica, será feito o levantamento das aprendizagens que deverão ser consolidadas no presente ano letivo, nos domínios da oralidade, da escrita e da gramática.

##### ORALIDADE

Apresentação oral

Interpretação

Expressão de opinião

Observação e interpretação de imagem

Partilha de experiências

Pesquisa e apresentação oral

Interpretação de assunto

Expressão de sentimentos

Audição de texto

Apresentação de argumentos

Construção de argumentação.

Discussão

Narração de fábula

Antecipação de assunto

Descrição de imagem, personagens, comportamentos, espaços

Audição de texto

Interpretação

Tomada de notas

Memorização e recitação de poema

Reconto

Narração de uma história

Produção de enunciados breves

Diálogo / Discussão

Apresentação de factos e de opiniões

Explicação e exposição de ideias

Seleção de informação relevante

Registo de informação relevante

Produção de discursos para apresentação à turma

Planificar e produzir textos orais com diferentes finalidades

Produzir um discurso com elementos de coesão adequados (concordância, tempos verbais, advérbios, variação de anáforas, uso de conetores frásicos e textuais mais frequentes)

## **LEITURA e EDUCAÇÃO LITERÁRIA**

### **Texto literário**

Modo narrativo (contos, lendas, fábulas e outros)

Modo lírico / Texto poético

Texto dramático

Recursos Expressivos: Personificação; Enumeração; Onomatopeia e Comparação

Texto Não Literário

Textos, Obras e Autores selecionados para Leitura Preferencial

“A gota de chuva” (conto). Cristina NORTON

“Um lobo a meio da noite” (conto). José FANHA

“A bela adormecida” (conto). Alice VIEIRA

“A ursa e o mensageiro dos deuses” (lenda). Ana Maria MAGALHÃES e Isabel ALÇADA E/OU “Lenda da Serra da Estrela” (lenda). Ana OOM E/OU

“A meia de Natal” (lenda). João Pedro MÉSEDER e Isabel RAMALHETE

*A Menina do Mar* OU *A Fada Oriana* OU *O Rapaz de Bronze*. Sophia de Mello Breyner ANDRESEN

*O Príncipe Nabo*. Ilse LOSA

“A nau Catrineta” e “Bela infanta”. Almeida GARRETT

*As Naus de Verde Pinho*. Manuel ALEGRE (opcional)

### **ESCRITA**

Escrever descrições, textos narrativos, textos de opinião e exposições

Planificação, textualização e revisão de textos

Escrever textos devidamente organizados em parágrafos, de acordo com o género textual

Escrever com respeito pelas regras de ortografia e de pontuação

### **GRAMÁTICA**

Pontuação

Parágrafo / período

Ordenação alfabética

Tipos e polaridade de frase

Divisão silábica

Classificação das palavras quanto à posição da sílaba tónica e ao número de sílabas

Translineação

Som e grafia das palavras

Acentuação

Classe e subclasses de palavras: advérbios, conjunção; verbo principal (transitivo e intransitivo) e verbo auxiliar: conjugar verbos regulares e irregulares no futuro, presente, pretérito perfeito, pretérito imperfeito, pretérito mais-que-perfeito simples e composto do modo indicativo; infinitivo; particípio passado e gerúndio; nome; pronome; adjetivo; preposição; quantificador e determinante

Funções sintáticas – sujeito (simples e composto), predicado, vocativo, complemento direto e complemento indireto

Frases simples e frases complexas

Processos de formação de palavras

Família de palavras.

Adjacência verbal do pronome pessoal.

Antónimos e sinónimos

**Aulas previstas 1.º S: 63**

**Aulas previstas 2.º S: 63**

## Matemática

### Temas

#### **Números naturais**

Múltiplos de um número  
Divisores de um número  
Resolução de problemas envolvendo múltiplos e divisores  
Números primos e números compostos  
Números primos inferiores a 100  
Resolução de problemas envolvendo números primos, múltiplos e divisores  
Conceito de potência  
Potências de base 10  
Resolução de problemas envolvendo potências

#### **Frações, decimais e percentagens**

Termo de uma fração. Leitura e escrita de uma fração  
Fração como quociente. Arredondamentos e valores aproximados  
Resolução de problemas com frações  
Frações equivalentes  
Comparação de frações  
Resolução de frações envolvendo frações e decimais  
Adição e subtração de frações com o mesmo denominador  
Adicionar e subtrair frações em que um denominador é múltiplo do outro  
Resolução de problemas envolvendo adição e subtração de frações  
Multiplicação de um número natural por uma fração  
Operações com números naturais e frações  
Resolução de problemas envolvendo multiplicação de frações.  
Multiplicação de um número natural por um número decimal  
Multiplicação por 10; 100; 1000; 0,1; 0,01; 0,001  
Resolução de problemas envolvendo multiplicação de números decimais  
Divisão de números decimais  
Divisão por 10; 100; 1000; 0,1; 0,01; 0,001  
Resolução de problemas envolvendo divisão de números decimais  
Porcentagem, fração e número decimal  
Cálculo de uma percentagem  
Resolução de problemas envolvendo percentagens

#### **Ângulos e triângulos**

Retas, semirretas e segmentos de reta  
Posição relativa de duas retas no plano  
Resolução de problemas envolvendo posição relativa de retas, semirretas e segmentos de reta  
Ângulos. Medir a amplitude de um ângulo  
Construir ângulos  
Resolução de problemas com ângulos  
Classificação de triângulos  
Relações entre lados e ângulos de triângulos  
Resolução de problemas envolvendo triângulos

Desigualdade triangular

Critérios de congruência de triângulos. Construção de triângulos

Resolução de problemas com construção de triângulos

### **Regularidades e sequências**

Sequências de crescimento

Lei de formação de uma sequência

Resolução de problemas com sequências de crescimento

Termo geral de uma sequência de múltiplos de um número

Termo geral de uma sequência de crescimento

Resolução de problemas envolvendo relações numéricas e algébricas

Expressões algébricas com uma letra para representar um número desconhecido

Substituição de uma variável por um número

Resolução de problemas recorrendo a expressões algébricas

Termos semelhantes. Expressões equivalentes

Associar termos para simplificar expressões algébricas

Resolução de problemas envolvendo simplificação de expressões algébricas

### **Figuras planas e poliedros**

Figuras planas equivalentes

Áreas de figuras planas

Resolução de problemas recorrendo ao conceito de área

Área do paralelogramo

Área do triângulo

Resolução de problemas recorrendo a áreas de paralelogramos e triângulos

Elementos de um poliedro. Prisma reto e pirâmide

Paralelepípedos retângulos e cubos

Resolução de problemas envolvendo prismas e pirâmides

Planificação de superfícies de prismas e pirâmides

Planificação da superfície de um paralelepípedo retângulo

Resolução de problemas envolvendo planificações

### **Dados e probabilidades**

Tabela de frequências absolutas e relativas

Interpretação de uma tabela de frequências

Resolução de problemas envolvendo tabelas de frequências

Gráfico de barras

Gráfico de barras justapostas

Resolução de problemas envolvendo gráficos de barras

Gráficos circulares

Gráficos circulares e gráficos de barras

Resolução de problemas envolvendo gráficos circulares

Média de um conjunto de dados numéricos

Média e moda

Resolução de problemas envolvendo média e moda

Probabilidade de um acontecimento

Frequência relativa e probabilidade

Resolução de problemas de probabilidades

## Inglês

### Áreas Temáticas/ Situacionais

- Identificação pessoal;
- Família;
- Profissões;
- Descrição física, vestuário, calçado e acessórios;
- A casa e tipos de habitação;
- Alimentação;
- Gostos e preferências pessoais;
- Rotinas diárias;
- Atividades de tempos livres.

### Reconhecer realidades interculturais distintas

- Reconhecer elementos constitutivos da sua própria cultura e da(s) cultura(s) de língua estrangeira: diferentes aspetos de si próprio, identificar pessoas, lugares e aspetos que são importantes para si e para a sua cultura;
- Identificar espaços de realidades culturais diferentes (a comunidade dos outros);
- Localizar no mapa alguns países de expressão inglesa;
- Associar capitais e algumas cidades desses países estudados;
- Reconhecer aspetos culturais de países de expressão inglesa, tais como bandeiras e símbolos nacionais.

### Leitura Extensiva

- “A Special Day”

**Aulas previstas 1.º S: 49**

**Aulas previstas 2.º S: 47**

## EMRC

### Temas / Módulos

#### **VIVER JUNTOS**

Compreender a mudança, como uma constante na vida e como fator de crescimento;  
Valorizar a diversidade dos membros em todos os grupos como fator de enriquecimento;  
Saber que os cristãos aprendem com Deus a comprometer-se numa vida com os outros, tal como estabelecido na Aliança;  
Reconhecer a pertinência das regras no funcionamento da vida em sociedade;  
Assumir valores essenciais para uma convivência pacífica e facilitadora da relação interpessoal.

#### **ADVENTO E NATAL**

|  |                                  |
|--|----------------------------------|
| <p>Compreender as manifestações culturais e artísticas das comunidades cristãs relativas ao Advento e Natal;</p> <p>Reconhecer o Advento como tempo de preparação para o Natal;</p> <p>Identificar as figuras do Advento e Natal;</p> <p>Conhecer a situação histórica do nascimento de Jesus;</p> <p>Saber que o Natal é a celebração do Nascimento de Jesus e a realização da esperança cristã;</p> <p>Assumir a construção de uma sociedade mais justa, humana e responsável de acordo com a mensagem de Jesus.</p> <p><b>A FAMÍLIA, COMUNIDADE DE AMOR</b></p> <p>Identificar as funções da família;</p> <p>Reconhecer a família como projeto de vida;</p> <p>Interpretar o projeto cristão para a família;</p> <p>Assumir valores e gestos do amor na vida familiar.</p> <p><b>CONSTRUIR A FRATERNIDADE</b></p> <p>Descrever o que é a fraternidade e o seu alcance social e religioso;</p> <p>Identificar fragilidades e ameaças à fraternidade;</p> <p>Reconhecer nas primeiras comunidades cristãs um modelo de fraternidade;</p> <p>Reconhecer a Regra de ouro do Cristianismo e de outras tradições religiosas;</p> <p>Promover o valor do perdão nas relações interpessoais;</p> <p>Comprometer-se na construção de um mundo fraterno que promove o bem comum e o cuidado do outro.</p> |                                  |
| <b>Aulas previstas 1.º S: 16</b>   | <b>Aulas previstas 2.º S: 16</b> |

### Tecnologias da Informação e Comunicação(TIC)

#### Temas

#### **Segurança, responsabilidade e respeito em ambientes digitais**

- As Tecnologias de Informação e Comunicação e o impacto no dia a dia
- Segurança na utilização de ferramentas digitais
- Direitos de autor e a necessidade de registar as fontes

#### **Investigar e pesquisar**

- Pesquisa e análise de informação utilizando do navegador *web*
- Estratégias de investigação, pesquisa e análise de informação
- Organização e gestão da informação

#### **Comunicar e colaborar**

- Ferramentas de comunicação e colaboração
- Apresentação e partilha de documentos
- Ferramentas de comunicação e colaboração
- Apresentação e partilha de documentos

#### **Criar e Inovar**

- Processadores de texto

- o Formatar documentos
- o Inserir objetos (imagens, tabelas, etc.)
- o Personalizar cabeçalhos e rodapés
- Apresentações eletrónicas
  - o Gerir apresentações
  - o Inserir e editar diapositivos e personalizar temas
  - o Inserir objetos na apresentação (imagens, tabelas, diagramas, etc.)
  - o Manusear e animar objectos
  - o Transições entre diapositivos
  - o Utilizar modo de apresentação
- Introdução à programação
  - o Gerir projetos
  - o Gerir personagens e cenários
  - o Planear a criação de aplicações
  - o Decompor problemas em pequenas partes mais simples
  - o Utilizar blocos de acção em ambiente de programação
  - o Utilizar estruturas condicionais e de repetição
  - o Detetar e corrigir erros
  - o Inserção som.

Aulas previstas 1.º S: 30

Aulas previstas 2.º S: -

## Programação e Robótica

### Temas

- **Segurança digital, responsabilidade e respeito em ambientes digitais**
  - o Utilização de ferramentas de comunicação;
  - o Usar as Tecnologias de Informação e Comunicação de forma responsável, competente, segura e criativa;
  - o Normas de conduta em contextos de comunicação online;
  - o Regras de utilização e criação de palavras passe.
- **Pensamento Computacional**
  - o Conceitos fundamentais das Ciências da Computação;
  - o Conceitos sobre Algoritmia;
  - o Conceitos sobre Programação.
- **Produção**
  - o Programação e robótica
    - Planificar e gerir projectos;
    - Planear criação de aplicações;
    - Decompor problemas em pequenas partes mais simples
    - Utilizar blocos de acção;

- Utilizar estruturas condicionais;
- Utilizar estruturas de repetição;
- Detetar e corrigir erros;
- Programar objetos tangíveis (robots, drones, etc.).

Aulas previstas 1.º S: -

Aulas previstas 2.º S: 16

## Ciências Naturais

### Temas

#### **1. A Terra, um planeta com vida**

- 1.1 Quais são as características da Terra que permite a existência de vida?
- 1.2 Que ambientes existem na Terra?
- 1.3 O que é a biosfera?

#### **2. As rochas e os solos**

- 2.1 O que são rochas e minerais?
- 2.2 Como se forma o solo?
- 2.3 Quais são as propriedades do solo?
- 2.4 Quais são as funções do solo?
- 2.5 Porque são importantes os minerais, as rochas e o solo para as atividades humanas?

#### **3. A água**

- 3.1 Como circula a água na Terra?
- 3.2 Quais são as propriedades da água?
- 3.3 Quais são as funções que a água tem no corpo dos seres vivos?
- 3.4 Como distinguir água própria de água imprópria para consumo humano?
- 3.5 Qual é a importância da gestão sustentável da água?

#### **4. O ar**

- 4.1 Que propriedades tem o ar?
- 4.2 Quais são as funções dos constituintes do ar na atmosfera terrestre?
- 4.3 Que atividades humanas afetam a qualidade do ar?
- 4.4 Que medidas contribuem para a preservação da qualidade do ar?

#### **5. Diversidade dos animais**

- 5.1 Que formas do corpo podem ter os animais?
- 5.2 Como pode ser revestido o corpo dos animais?
- 5.3 Como se deslocam os animais no meio onde vivem?
- 5.4 Que tipos de regimes alimentares podem ter animais?
- 5.5 Qual é a relação entre o regime alimentar dos animais no seu habitat?
- 5.6 O que é a reprodução?
- 5.7 Que comportamentos apresentam os animais na época da reprodução?

5.8 Como se desenvolve o embrião após a fecundação?

5.9 O que são metamorfoses?

### **6. Influência dos fatores abióticos nas plantas e nos animais**

6.1 O que são fatores abióticos?

6.2 Que influência tem a água no desenvolvimento das plantas?

6.3 Que influência tem a luz no desenvolvimento das plantas?

6.4 Que influência tem a temperatura no desenvolvimento das plantas?

6.5 Como se adaptam os animais à variação da água disponível?

6.6 Como se adaptam os animais à variação da intensidade da luz?

6.7 Como se adaptam os animais à variação da temperatura?

### **7. A biodiversidade**

7.1 O que é a biodiversidade?

7.2 Quais são as consequências das espécies invasoras para a biodiversidade?

7.3 Que ações humanas condicionam a biodiversidade?

7.4 Como proteger a biodiversidade?

### **8. Unidade na diversidade de seres vivos**

8.1 O que são células e como as podemos observar?

8.2 Como são constituídos os seres vivos?

8.3 Quais são os tipos de células e os seus constituintes?

8.4 Qual é a importância da ciência e da tecnologia na evolução do conhecimento celular?

Aulas previstas 1.º S: 34

Aulas previstas 2.º S: 33

## HGP

### Temas

#### **TEMA A – Península Ibérica: dos primeiros povos à formação de Portugal (século XII)**

##### **A1 - Ambiente natural e primeiros povos**

- A Península Ibérica na Europa e no Mundo
- Características naturais da Península Ibérica
- Os recursos humanos e fixação humana

##### **A2- Os Romanos na Península Ibérica**

- A conquista romana e a resistência dos povos Ibéricos
- A Península Ibérica Romanizada
- O Cristianismo e a Era Cristã

##### **A3- Os Muçulmanos na Península Ibérica**

- A ocupação muçulmana
- Cristãos e Muçulmanos no período da Reconquista
- A herança muçulmana

##### **A4- A formação do reino de Portugal**

- O alargamento do território para sul

#### **TEMA B – Do século XIII à União Ibérica e Restauração (século XVII)**

**B1–Portugal no século XIII**

- Portugal no século XIII
- O Reino de Portugal e Algarve
- A vida quotidiana

**B2 - A Revolução de 1383-1385**

- A morte de D. Fernando e problema da sucessão
- As movimentações populares e os grupos em confronto
- A resistência e a invasão castelhana
- A consolidação da independência

**B3- Portugal nos séculos XV e XVI**

- De Portugal às ilhas Atlânticas e ao Cabo da Boa Esperança
- A chegada à Índia e ao Brasil
- A vida urbana no século XVI:

**B4- Da União Ibérica à Restauração**

- A morte de D. Sebastião e a sucessão ao trono
- O domínio filipino e os levantamentos populares

A revolta do 1.º de Dezembro de 1640 e a Guerra da Restauração

**Aulas previstas 1.º S: 48**

**Aulas previstas 2.º S: 48**

**Ed. Musical**

**Temas**

**TIMBRE**

- \*A voz solista e em grupo
- \*O instrumental da canção
- \*O som e perfil sonoro
- \*Fontes sonoras convencionais e não convencionais
- \*Sons isolados e paisagens sonoras
- \*O som e as emoções
- \*O ouvido
- \*Os instrumentos da sala de aula
- \*Instrumentos e altura definida e indefinida
- \*Família das madeiras, dos metais, e das peles
- \*Sons corporais
- \*Timbres contrastantes
- \*Timbres semelhantes
- \*A Orquestra
- \*Os Instrumentos e respetivas famílias
- \*Família das cordas
- \*Família dos sopros de metal
- \*Família dos sopros de madeira
- \*Família da percussão,
- \*Piano e harpa
- \*Mistura tímbrica

- \* Combinação tímbrica
- \* Instrumentos tradicionais portugueses

### **RITMO**

- \* Pulsação e figuras rítmicas
- \* A semínima e a pausa
- \* Compasso quaternário
- \* Andamentos: lento, moderado e rápido
- \* A colcheia e a pausa
- \* Compasso binário
- \* Ligadura de prolongação
- \* A mínima e a pausa
- \* Compasso ternário
- \* A semibreve e a pausa
- \* O ponto de aumentação
- \* Accelerando e ritardando
- \* Contratempo
- \* Anacrusa

### **ALTURA**

- \* A melodia da canção
- \* Ostinato rítmico de acompanhamento
- \* Sons agudos e sons graves
- \* A pauta e clave de sol
- \* As notas na pauta
- \* A flauta de bisel
- \* As notas si e lá na pauta e execução na flauta
- \* As notas sol e dó (agudo) na pauta e execução na flauta
- \* As notas mi, ré e dó (grave) na pauta e execução na flauta
- \* A escala pentatónica
- \* A nota fá na pauta e execução na flauta
- \* A escala diatónica de dó maior
- \* A nota ré (agudo) na pauta e execução na flauta
- \* Melodia
- \* Harmonia

### **DINÂMICA**

- \* Controlo vocal
- \* Forte, mezo-forte e piano
- \* Crescendo e diminuendo
- \* Fortissimo e Pianissimo
- \* Ligadura de expressão
- \* Legato e staccato
- \* Organização dos elementos de dinâmica

### **FORMA**

- \* A canção
- \* O que é a forma?
- \* Ostinato
- \* Forma binária
- \* Forma ternária
- \* Rondó
- \* Imitação e cânone
- \* Frase,
- \* Motivo

|                                  |                                  |
|----------------------------------|----------------------------------|
| <b>Aulas previstas 1.º S: 34</b> | <b>Aulas previstas 2.º S: 33</b> |
|----------------------------------|----------------------------------|

### FIA

**Domínios:**

Cooperação e Relações interpessoais  
Trabalhos e Projetos  
Organização e Responsabilidade

|                                 |                                 |
|---------------------------------|---------------------------------|
| <b>Aulas previstas 1.º S: 8</b> | <b>Aulas previstas 2.º S: 8</b> |
|---------------------------------|---------------------------------|

### CIDADANIA

**Domínios**

**Domínios**

Direitos Humanos

- Identificar situações de representação estereotipada, nomeadamente que ponham em causa o respeito pelos Direitos Humanos.
- Reconhecer situações ou processos em que os direitos da criança possam estar em causa.
- Valorizar a inclusão de todas as pessoas, independentemente das suas características individuais, território de origem, condição social

Democracia e Instituições Políticas

- Reconhecer o interesse e as necessidades dos outros na tomada de decisões coletivas.
- Perceber a necessidade de regras de ação individual e coletiva e do seu cumprimento.
- Identificar comportamentos de integridade e de corrupção.
- Valorizar a importância da paz e da não-violência no convívio diário.

Desenvolvimento Sustentável

- Conhecer direitos e deveres dos cidadãos face ao ambiente.
- Refletir sobre situações em que a ação humana pode comprometer o equilíbrio ambiental e o bem-estar animal.
- Valorizar comportamentos individuais e coletivos ambientalmente responsáveis.
- Propor ações dirigidas à melhoria do bem-estar coletivo e à construção de sociedades mais equitativas e sustentáveis.

|   |                                |
|---|--------------------------------|
| <p>-Tomar consciência de que existem situações diferenciadas de desenvolvimento entre regiões e países.</p> <p>Literacia Financeira e Empreendedorismo</p> <p>-Reconhecer as instruções de segurança, procedimentos, infografias e pictogramas destinados a garantir o processo de evacuação em caso de emergência, em meio escolar e familiar.</p> <p>-Adotar medidas de prevenção e autoproteção adequadas para garantir a segurança pessoal e coletiva, em consonância com os diferentes tipos de riscos (naturais, tecnológicos e mistos).</p> <p>-Manifestar comportamentos de segurança rodoviária, enquanto peão, passageiro e condutor, com base na abordagem do Sistema Seguro.</p> <p>-Identificar potenciais riscos de acidentes rodoviários, ferroviários e outros eventos críticos, enquanto peão, passageiro e condutor.</p> <p>-Respeitar as regras de segurança rodoviária.</p> <p>-Refletir sobre o impacto ao nível ambiental, social e económico de acidentes e catástrofes.</p> |                                |
| <b>Aulas previstas 1.º S:8</b>  | <b>Aulas previstas 2.º S:8</b> |

## Educação Visual

### Domínios / Aprendizagens essenciais

#### **APROPRIAÇÃO E REFLEXÃO**

- Identificar Património local e global;
- Compreender os princípios da linguagem das Artes Visuais;
- Conhecer a tipologia e a função do objeto de arte;
- Descrever com vocabulário adequado objetos artísticos;
- Analisar criticamente narrativas visuais;
- Selecionar com autonomia informação relevante;

#### **INTERPRETAÇÃO E COMUNICAÇÃO**

- Utilizar conceitos específicos da Comunicação Visual;
- Interpretar objetos da Cultura Visual;
- Conhecer e compreender os significados dos Objetos Artísticos;
- Reconhecer o papel das artes nas mudanças sociais;
- Expressar ideias, utilizando diferentes meios e processos;
- Transformar narrativas visuais;
- Transformar os conhecimentos em novos modos de apreciação do mundo;

#### **EXPERIMENTAÇÃO E CRIAÇÃO**

- Utilizar diferentes materiais e suportes;
- Reconhecer e mobilizar as várias etapas do processo artístico;
- Inventar soluções para a resolução de problemas no processo artístico;
- Ter consciência da importância das características do trabalho artístico;
- Manifestar Capacidade Expressiva e Criativa;
- Recorrer a vários processos de registo de ideias;

|   |                                  |
|---|----------------------------------|
| -Desenvolver individualmente e em grupo projetos de trabalho;<br>-Justificar a intencionalidade dos seus trabalhos. |                                  |
| <b>Aulas previstas 1.º S: 34</b>  | <b>Aulas previstas 2.º S: 32</b> |

## Educação Tecnológica

### Domínios / Aprendizagens Essenciais

#### **PROCESSOS TECNOLÓGICOS**

- Distinguir as fases de realização de um projeto;
- Identificar e representar necessidades tecnológicas;
- Identificar condicionantes para a realização de um projeto;
- Reconhecer a importância de protótipos;
- Comunicar através do desenho formas de representação gráfica;
- Diferenciar modos de produção;
- Compreender a importância/necessidade dos objetos técnicos.

#### **RECURSOS E UTILIZAÇÕES TECNOLÓGICAS**

- Produzir artefactos, objetos e sistemas técnicos;
- Apreciar as qualidades dos materiais;
- Analisar e selecionar materiais de acordo com as suas características;
- Manipular operadores tecnológicos;
- Criar soluções tecnológicas com preocupação ambiental;
- Utilizar as principais técnicas de transformação dos materiais usados;
- Identificar utensílios e ferramentas;
- Identificar fontes de energia e os seus processos de transformação;
- Cumprir normas de higiene e segurança no trabalho.

#### **TECNOLOGIA E SOCIEDADE**

- Reconhecer o potencial tecnológico dos recursos do meio ambiente;
- Compreender a evolução dos artefactos, objetos e equipamentos;
- Manifestar preocupações ambientais.

|                                  |                                  |
|----------------------------------|----------------------------------|
| <b>Aulas previstas 1.º S: 16</b> | <b>Aulas previstas 2.º S: 32</b> |
|----------------------------------|----------------------------------|

## EDUCAÇÃO FÍSICA

### Domínios

#### **Conhecimentos**

- Relacionar aptidão física e saúde e identificar os benefícios do exercício físico para a saúde.
- Interpretar a dimensão sociocultural dos desportos na atualidade e ao longo dos tempos, nomeadamente os jogos olímpicos e paralímpicos.

#### **Atividades Físicas**

- Jogos desportivos. Avaliação em situação de jogo.
- Futebol e Voleibol. Avaliação em exercício critério e jogo reduzido;
- Ginástica – Solo e aparelhos. Avaliação em exercício critério;
- Atletismo – Corridas, lançamentos e saltos. Avaliação em exercício critério;
- Atividades Rítmicas Expressivas. – Danças Tradicionais (Erva Cidreira, uma local). Avaliação das Danças - coreografias orientadas;
- Patinagem – Corridas. Avaliação em exercício critério;
- Orientação. Avaliação num percurso;
- Opcionalmente poderá ser abordado: Basquetebol e Ténis de Mesa;

#### **Aptidão Física**

- Desenvolvimento das capacidades motoras condicionais e coordenativas;
- FITescola: resistência, força, flexibilidade, composição corporal.

**Aulas previstas 1.º S:29**

**Aulas previstas 2.º S:32**