

## Síntese de Aprendizagens/Aulas Previstas

### Planificação do trabalho a desenvolver na turma do 6.º B

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

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.

#### Domínios

#### 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 (conto tradicional popular e textos de autores de língua oficial portuguesa e estrangeiros)

Modo lírico / Texto poético

Texto dramático

Recursos Expressivos: Personificação; Enumeração; Onomatopeia; Comparação; adjetivação; metáfora; perífrase; anáfora; repetição; sensações (expressão de)

#### **Texto Não Literário**

#### **Obras e Textos de Leitura Integral**

Luc LEFORT (adapt. António Pescada). “A cavernas das maravilhas”, “A lamparina de Morjana está seca” E “A dança de Morjana”. In *Ali Babá e os 40 Ladrões*

Irmãos GRIMM. “O gigante e o alfaiate” E “Os elfos”. In *Contos de Grimm*

António MOTA. *Pedro Alecrim*

Maria Alice VIEIRA. *Rosa, Minha Irmã Rosa*

Alberta MENÉRES. *Ulisses*

António SÉRGIO. “As rochas Simplégadas”. In *Contos Gregos*

Daniel DEFOE (adapt. John Lang). *Robinson Crusóé* (excertos)

Manuel António PINA. *Os Piratas – Teatro*

Manuel António PINA. “O pássaro da cabeça” E “O aviador interior”. In *O Pássaro da Cabeça*

Sophia de Mello Breyner ANDRESEN. “O burro”, “Acalanto de John Talbot”, “Mãe negra” E “Lá no Água Grande”. In *Primeiro Livro de Poesia*

### **ESCRITA**

Escrever descrições, textos narrativos, textos de opinião, exposições e resumos

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**

Ordenação alfabética (revisão)

Pontuação

Sinais auxiliares da escrita

Classificação de palavras: posição da sílaba tónica e número de sílabas (revisão)

Sinónimos e antónimos (revisão)

Classes de palavras (revisão)

<p>Classe de palavras: verbo copulativo e auxiliar (da passiva e tempos compostos); conjunção e locução conjuncional (coordenativa copulativa e adversativa; subordinativa temporal e causal), determinante indefinido, pronome indefinido; quantificador</p> <p>Verbo – tempos e modos (revisão 5.º ano)</p> <p>Verbo – modo condicional e conjuntivo</p> <p>Verbo – infinitivo, participio e gerúndio</p> <p>Conjugar verbos regulares e irregulares no presente, no pretérito imperfeito e no futuro do modo conjuntivo, no condicional</p> <p>Empregar adequadamente o modo conjuntivo como forma supletiva do imperativo</p> <p>Formas átonas do pronome pessoal adjacentes ao verbo (próclise, ênclise e mesóclise)</p> <p>Funções sintáticas (Identificar funções sintáticas: predicativo do sujeito, complementos (oblíquo e agente da passiva) e modificador (do grupo verbal)</p> <p>Processos de formação de palavras: derivação e composição</p> <p>Palavras simples e palavras complexas (revisão)</p> <p>Transformar a frase ativa em frase passiva (e vice-versa) e o discurso direto em discurso indireto (e vice-versa)</p> <p>Orações coordenadas copulativas e adversativas e orações subordinadas adverbiais temporais e causais</p>	
<b>Aulas previstas 1.º S: 80</b>	<b>Aulas previstas 2.º S: 81</b>

## CIÊNCIAS NATURAIS

### Temas

#### **Alimentação equilibrada e segura**

- Os nutrientes e suas funções
- Como orientar as nossas escolhas alimentares
- Elaboração de uma ementa equilibrada
- A importância do rótulo nos produtos alimentares
- Os principais riscos e benefícios dos aditivos alimentares
- A importância da ciência e da tecnologia na evolução dos produtos alimentares

#### **Processo digestivo no ser humano**

- A função do sistema digestivo e como é constituído
- Como é que os alimentos são transformados na boca
- A importância dos movimentos no tubo digestivo
- As transformações que o bolo alimentar sofre no estômago
- As transformações que o quimo sofre no intestino delgado
- A importância do intestino grosso
- Os cuidados que devemos ter com o sistema digestivo

#### **Sistema digestivo das aves e dos mamíferos**

- A relação entre o tubo digestivo dos animais e o seu regime alimentar

#### **Respiração externa e respiração celular nos animais**

- A respiração externa e a respiração celular
- A distinção entre o ar expirado e o ar inspirado
- A função dos gases respiratórios
- Os órgãos respiratórios dos vertebrados
- As trocas gasosas entre os peixes e o meio

- Como ocorrem as trocas gasosas nos pulmões

### **Sistema respiratório humano**

- A constituição do sistema respiratório humano
- Como ocorrem os movimentos respiratórios
- A hematose pulmonar e a hematose celular
- A importância da ciência e da tecnologia para a saúde do sistema respiratório
- Como manter a saúde do sistema respiratório

### **Sistema cardiovascular humano**

- A constituição do sistema cardiovascular humano
- Como é o coração de um mamífero
- Como são os diferentes vasos sanguíneos
- As funções dos constituintes do sangue
- A circulação do sangue no corpo humano
- Como manter a saúde do sistema cardiovascular
- Como agir em caso de doença cardiovascular súbita

### **Pele e sistema urinário**

- Os meios de excreção no ser humano
- Onde é produzido o suor e qual a sua composição
- Os órgãos do sistema urinário e quais as suas funções
- Como se forma a urina e como é constituída
- Os cuidados que devemos ter com a pele e com o sistema urinário

### **Reprodução humana**

- Como é que o ser humano se reproduz
- As transformações que ocorrem na adolescência
- A constituição do sistema reprodutor humano
- O que ocorre após a fecundação
- Como é que o corpo da mulher se prepara para a reprodução

### **As plantas e o meio**

- Como é que as plantas obtêm o seu alimento
- A relação entre a fotossíntese e a respiração celular
- Os fatores do meio que podem influenciar a fotossíntese
- A importância das plantas para o mundo vivo

### **Reprodução das plantas com semente**

- A reprodução das plantas com flor
- Os órgãos que constituem uma flor
- A importância da polinização
- Como ocorre a reprodução nas plantas com flor
- Como ocorre a dispersão das sementes
- Como ocorre a germinação das sementes

### **Microrganismos e o ser humano**

- Os microrganismos
- Como foram descobertos os microrganismos
- A importância dos microrganismos para o ser humano
- A relação entre os microrganismos e as doenças
- As defesas do organismo contra os microrganismos patogénicos
- A importância da vacinação

- Os cuidados que devemos ter com a utilização dos medicamentos
- A importância da conservação dos alimentos na prevenção das doenças

**Aulas previstas 1.º S: 31**

**Aulas previstas 2.º S: 31**

## INGLÊS

### Temas/ Domínios

- Identificação pessoal;
- Família e amigos;
- Descrição de pessoas;
- Rotinas;
- Escola;
- Passatempos e interesses;
- Serviços públicos, lojas e restaurantes;
- Direções e meios de transporte;
- (Re)contar uma pequena história/ aventura;
- Férias e viagens

### Reconhecer realidades interculturais distintas

- Conhecer o seu meio e o dos outros para identificar a diversidade cultural em universos diferenciados;
- Descrever diferentes elementos da sua cultura, identidade e língua por oposição à cultura anglo-saxónica e à língua inglesa;
- Comparar os espaços à sua volta com espaços de realidades culturais diferentes;
- Identificar exemplos concretos de atitudes de tolerância e respeito intercultural;
- Reconhecer algumas diferenças entre as relações interculturais.

### Leitura Extensiva

“A home for everyone”

**Aulas previstas 1.º S: 49**

**Aulas previstas 2.º S: 49**

## TECNOLOGIAS DA INFORMAÇÃO E DA 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
- Ergonomia na utilização do computador e/ou outros dispositivos eletrónicos
- Direitos de autor e a necessidade de respeitar as normas na utilização de imagem, som e vídeo

#### **Investigar e pesquisar**

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

<ul style="list-style-type: none"> <li>● Organização e gestão da informação</li> </ul> <p><b>Comunicar e colaborar</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Ferramentas de comunicação e colaboração</li> <li>● Apresentação e partilha de documentos</li> <li>● Ferramentas de comunicação e colaboração</li> <li>● Apresentação e partilha de documentos</li> </ul> <p><b>Criar e Inovar</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Folha de Cálculo</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Inserir dados em tabelas</li> <li>○ Formatar células</li> <li>○ Gerir folhas e livros</li> <li>○ Utilizar fórmulas e funções simples</li> <li>○ Criar gráficos</li> </ul> </li> <li>● <b>Introdução à programação</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Gerir projetos</li> <li>○ Planear criação de aplicações</li> <li>○ Decompor problemas em pequenas partes mais simples</li> <li>○ Utilizar blocos de ação</li> <li>○ Utilizar estruturas condicionais, estruturas de repetição e variáveis</li> <li>○ Detetar e corrigir erros</li> <li>○ Programar objetos tangíveis (placas eletrónicas, robots, drones, etc.)</li> <li>○ Programar ações com base em entradas de sensores</li> </ul> </li> </ul>	
<b>Aulas previstas 1.º S: –</b>	<b>Aulas previstas 2.º S: 34</b>

## PROGRAMAÇÃO E ROBÓTICA

### Temas

- **Segurança digital, responsabilidade e respeito em ambientes digitais**
  - Utilização de ferramentas de comunicação;
  - Usar as Tecnologias de Informação e Comunicação de forma responsável, competente, segura e criativa;
  - Normas de conduta em contextos de comunicação online;
  - Regras de utilização e criação de palavras passe.
- **Pensamento Computacional**
  - Conceitos fundamentais das Ciências da Computação;
  - Conceitos sobre Algoritmia;
  - Conceitos sobre Programação.
- **Produção**
  - 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: 16**

**Aulas previstas 2.º S: –**

## EDUCAÇÃO MUSICAL

### Temas

**Timbre** Meio ambiente, mecanizado, instrumental, vocal • Harmonia e realce tímbrico • Cordofones

- ·Vocal
- Aerofones

**Ritmo** Monorritmia e polirritmia

- Síncopa
- Ritmo pontuado

**Altura** · Escalas diatónicas de Dó e Fá Maior

- Acidentes
- Si bemol
- Escala diatónica de Sol Maior
- Fá # (sustenido)
- Ré (agudo)

**Dinâmica** Piano, mezzo forte, forte e crescendo

- Legato e staccato
- Tenuto

**Forma** · Revisão

- Cànone
- Revisão

**Aulas previstas 1.º S: 32**

**Aulas previstas 2.º S: 32**

## HISTÓRIA E GEOGRAFIA DE PORTUGAL

### **Domínios / Temas:**

( Conteúdos do 5.º ano -recuperação de aprendizagens):

### **B3- Portugal nos séculos XV e XVI**

- 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

### **Conteúdos do 6.º ano:**

## **TEMA C – Do Portugal do século XVIII à consolidação do liberalismo**

### **C1- Portugal no século XVIII**

- O Império Colonial português do século XVIII
- A sociedade portuguesa no tempo de D. João V
- Lisboa pombalina

### **C2- 1820 e o triunfo dos liberais**

- As invasões napoleónicas
- A revolução liberal de 1820
- A luta entre liberais e absolutistas

### **C3- Portugal na segunda metade do século XIX**

- O espaço português
- A vida quotidiana

## **TEMA D – Do século XX aos nossos dias**

### **D1- A revolução republicana**

- A ação militar no 5 de outubro e a queda da monarquia
- A 1ª República

### **D2- Os anos de ditadura**

- O golpe militar em 28 de maio
- Salazar e o Estado Novo
- A Guerra Colonial

### **D3- O 25 de abril e a construção da democracia**

- A ação militar e popular em 25 de abril
- A independência das colónias
- A Constituição de 1976 e o restabelecimento da democracia

## **TEMA E- Portugal hoje**

### **E1- A população portuguesa**

- A evolução da população portuguesa
- Características da população portuguesa
- Distribuição espacial da população portuguesa

### **E2- Os lugares onde vivemos**

- Os campos: os vestígios do passado e as mudanças
- Os centros urbanos: áreas de atração da população
- Problemas da vida quotidiana nas cidades e nos campos
  - **E3- As atividades económicas que desenvolvemos**
- O mundo do trabalho
- As principais atividades económicas
- E4- Como ocupamos os tempos livres**
- O lazer
- Importância das áreas de proteção da Natureza
- E5- O mundo mais perto de nós**
- Os transportes e as comunicações
  - Espaços em que Portugal se integra.

Aulas previstas 1.º S: 31

Aulas previstas 2.º S: 32

## FORMAÇÃO INTEGRAL DO ALUNO (FIA)

### Domínios

- Cooperação e Relações Interpessoais
- Trabalhos e Projetos
- Organização e Responsabilidade

Aulas previstas 1.º S: 8

Aulas previstas 2.º S: 8

## MATEMÁTICA

### Temas:

#### 1. Números naturais

- Decomposição em fatores primos.
- Mínimo múltiplo comum.
- Máximo divisor comum.
- Multiplicação de potências.
- Divisão de potências.
- Expressões numéricas.

#### 2. Frações

- Frações irredutíveis
- Adição e subtração de frações.
- Multiplicação de frações.
- Divisão de frações.
- Potências do tipo  $\left(\frac{a}{b}\right)^n$ .
- Expressões numéricas.

#### 3. Regularidades em sequências. Proporcionalidade direta

- Regularidades em sequências.

-Leis de formação.

- Proporcionalidade direta.
- Relação de proporcionalidade direta.
- Razão, proporção e constante de proporcionalidade.
- Expressão algébrica de uma relação de proporcionalidade direta.

#### **4. Figuras Planas**

- Polígonos
  - Polígonos côncavos e convexos.
  - Polígonos regulares e irregulares.
- Perímetro e área do círculo
  - Perímetro do círculo
  - Área do círculo
- Ângulos
  - Ângulos suplementares e complementares.
  - Soma das amplitudes dos ângulos internos e externos de um triângulo.
- Operações com figuras
  - Construção de imagens de figuras por rotação.
  - Simetrias de reflexão e simetrias de rotação.

#### **5. Figuras no espaço**

- Significado de volume
- Unidades de medida de volume
- Volume do paralelepípedo
- Volume do cubo
- Volume do cilindro

#### **6. Dados**

- Questões estatísticas, recolha e organização de dados
- Representações gráficas
- Análise de dados
- Probabilidades

**Aulas previstas 1.º S: 82**

**Aulas previstas 2.º S: 80**

### **CIDADANIA E DESENVOLVIMENTO**

#### **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.
- Tomar consciência de que existem situações diferenciadas de desenvolvimento entre regiões e países.

#### Literacia Financeira e Empreendedorismo

- 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.
- 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).
- Manifestar comportamentos de segurança rodoviária, enquanto peão, passageiro e condutor, com base na abordagem do Sistema Seguro.
- Identificar potenciais riscos de acidentes rodoviários, ferroviários e outros eventos críticos, enquanto peão, passageiro e condutor.
- Respeitar as regras de segurança rodoviária.
- Refletir sobre o impacto ao nível ambiental, social e económico de acidentes e catástrofes.

**Aulas previstas 1.º S:8**

**Aulas previstas 2.º S:8**

## EDUCAÇÃO VISUAL

### Domínios / Competências

#### **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;

<ul style="list-style-type: none"> <li>-Reconhecer e mobilizar as várias etapas do processo artístico;</li> <li>-Inventar soluções para a resolução de problemas no processo artístico;</li> <li>-Ter consciência da importância das características do trabalho artístico;</li> <li>-Manifestar Capacidade Expressiva e Criativa;</li> <li>-Recorrer a vários processos de registo de ideias;</li> <li>-Desenvolver individualmente e em grupo projetos de trabalho;</li> <li>-Justificar a intencionalidade dos seus trabalhos.</li> </ul>	
<b>Aulas previstas 1.º S: 32</b>	<b>Aulas previstas 2.º S: 32</b>

<b>EDUCAÇÃO TECNOLÓGICA</b>	
<b><u>Domínios / Competências</u></b>	
<b>PROCESSOS TECNOLÓGICOS</b>	
Distinguir as fases de realização de um projeto; <ul style="list-style-type: none"> <li>-Identificar e representar necessidades tecnológicas;</li> <li>-Identificar condicionantes para a realização de um projeto;</li> <li>-Reconhecer a importância de protótipos;</li> <li>-Comunicar através do desenho formas de representação gráfica;</li> <li>-Diferenciar modos de produção;</li> <li>-Compreender a importância/necessidade dos objetos técnicos.</li> </ul>	
<b>RECURSOS E UTILIZAÇÕES TECNOLÓGICAS</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>-Produzir artefactos, objetos e sistemas técnicos;</li> <li>- Apreciar as qualidades dos materiais;</li> <li>-Analisar e selecionar materiais de acordo com as suas características;</li> <li>-Manipular operadores tecnológicos;</li> <li>-Criar soluções tecnológicas com preocupação ambiental;</li> <li>-Utilizar as principais técnicas de transformação dos materiais usados;</li> <li>-Identificar utensílios e ferramentas;</li> <li>-Identificar fontes de energia e os seus processos de transformação;</li> <li>-Cumprir normas de higiene e segurança no trabalho.</li> </ul>	
<b>TECNOLOGIA E SOCIEDADE</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>-Reconhecer o potencial tecnológico dos recursos do meio ambiente;</li> <li>-Compreender a evolução dos artefactos, objetos e equipamentos;</li> <li>-Manifestar preocupações ambientais.</li> </ul>	
<b>Aulas previstas 1.º S: 34</b>	<b>Aulas previstas 2.º S: 16</b>

<b>EMRC</b>	
<b><u>Temas</u></b>	

<p><b>A Pessoa Humana</b>            Conhecer o conceito de pessoa e a sua etimologia.            Distinguir as diferentes dimensões da pessoa: física intelectual, moral, emocional, social e religiosa.            Identificar como elemento fulcral da mensagem cristã o carácter pessoal da relação de Deus com cada ser humano.            Interpretar o conceito de dignidade humana.            Descobrir as organizações que trabalham pela promoção da dignidade humana.            Assumir os direitos fundamentais da pessoa e da criança.</p> <p><b>Jesus, um homem para os outros</b>            Identificar Jesus Cristo como um marco na história.            Identificar como elemento fulcral da mensagem cristã o Deus misericordioso.            Interpretar, a partir das narrativas bíblicas, os dados histórico-sociais da morte e ressurreição de Jesus.            Assumir o valor da vida em situações do quotidiano.</p> <p><b>A Partilha do Pão</b>            Identificar situações de fragilidade e ameaça à justa distribuição de bens.            Compreender a dimensão simbólica da refeição.            Explicar o significado dos relatos da Última Ceia.            Caracterizar instituições nacionais e internacionais vocacionadas para a eliminação da fome.            Descobrir que a partilha dos bens supõe a partilha de si.            Assumir a atitude do voluntariado e o valor da solidariedade.</p>	
<b>Aulas previstas 1.º S: 16</b>	<b>Aulas previstas 2.º S: 16</b>

## EDUCAÇÃO FÍSICA

### Domínios

#### **Conhecimento**

- 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 coletivos –Voleibol, Basquetebol, Andebol. Avaliação em exercício critério e jogo reduzido;
- Ginástica – Rítmica, Solo e aparelhos. Avaliação em exercício critério;
- Atletismo – Corridas, lançamentos e saltos. Avaliação em exercício critério;
- Patinagem – Corridas. Avaliação em exercício critério;
- Atividades Rítmicas Expressivas – Danças Tradicionais (Regadinho, uma local). Avaliação das danças corográfica orientada;
- Orientação. Avaliação num percurso;
- Raquetas. Avaliação em exercício critério e jogo colaborativo;
- Opcionalmente poderá ser abordado: Futebol e Luta.

### **Aptidão Física**

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

**Aulas previstas 1.º S: 44**

**Aulas previstas 2.º S: 49**