

## Síntese das Aprendizagens/Aulas Previstas

### Planificação do trabalho a desenvolver na turma do 6ºF

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.

#### 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 conectores 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 Crusoe* (excertos)

Manuel António PINA. *Os Piratas – Teatro*

Manuel António PINA. “O pássaro da cabeça” E “O avião 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)

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

Verbo – tempos e modos (revisão 5.º ano)

Verbo – modo condicional e conjuntivo

Verbo – infinitivo, participio e gerúndio

Conjugar verbos regulares e irregulares no presente, no pretérito imperfeito e no futuro do modo conjuntivo, no condicional

Empregar adequadamente o modo conjuntivo como forma supletiva do imperativo

Formas átonas do pronome pessoal adjacentes ao verbo (próclise, ênclise e mesóclise)

Funções sintáticas (Identificar funções sintáticas: predicativo do sujeito, complementos (oblíquo e agente da passiva) e modificador (do grupo verbal)

Processos de formação de palavras: derivação e composição

Palavras simples e palavras complexas (revisão)

Transformar a frase ativa em frase passiva (e vice-versa) e o discurso direto em discurso indireto (e vice-versa)

Orações coordenadas copulativas e adversativas e orações subordinadas adverbiais temporais e causais

**Aulas previstas 1.º S: 81**

**Aulas previstas 2.º S: 81**

## **Matemática**

### **Temas**

#### **Números Naturais**

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

#### **Frações**

- Frações irredutíveis.
- Adição e subtração de frações.
- Multiplicação de frações.

- Divisão de frações.
- Potências do tipo .
- Expressão algébrica de uma relação de proporcionalidade direta.

#### **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.

#### **Figuras planas**

- Polígonos
- Polígonos côncavos e convexos.
- Polígonos regulares e irregulares.
- 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
- Simetrias de reflexão e simetrias de rotação.
- Construção de imagens de figuras por rotação

#### **Dados**

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

**Aulas previstas 1.º S: 80**

**Aulas previstas 2.º S: 80**

## 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**

## **Ciências Naturais**

### **Temas**

#### **1º SEMESTRE**

#### **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

2º SEMESTRE

### **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: 33**

## EMRC

### Temas/ Módulos

#### **A Pessoa Humana**

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.

#### **Jesus, um homem para os outros**

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.

#### **A Partilha do Pão**

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.

**Aulas previstas 1.º S: 16**

**Aulas previstas 2.º S: 16**

## Cidadania e Desenvolvimento

### Domínios / Temas

#### **Direitos Humanos**

Promover uma cultura de tolerância, de respeito pela diferença e de defesa da dignidade humana, dos Direitos Humanos e das liberdades fundamentais, em todos os aspetos da vida dos indivíduos, nomeadamente em questões relativas à igualdade de género, à origem nacional, étnica e social, contribuindo para que as crianças e os jovens adquiram os conhecimentos, as capacidades, os valores e as atitudes que lhes permitam compreender, exercer e defender os Direitos Humanos, assumindo

o respeito por estes como responsabilidade de todas as pessoas, em defesa de sociedades em que exista coesão social, paz, justiça, liberdade e democracia.

### **Democracia e Instituições Políticas**

Assegurar que os alunos conheçam as instituições democráticas nacionais, regionais e locais e sejam capazes de refletir sobre cidadania ativa, democracia, ética e integridade na governança democrática, bem como debater o papel internacional de Portugal, nomeadamente na União Europeia, num contexto de globalização e interdependência, assumindo a sua participação ativa na co-construção de um mundo pacífico e livre.

### **Desenvolvimento Sustentável**

Assegurar que os alunos adquiram os conhecimentos, capacidades, valores e atitudes que lhes permitam contribuir para um mundo ambiental e socialmente sustentável, que promova a conservação da natureza e da biodiversidade, o bem-estar animal, a preservação dos oceanos e a melhoria da qualidade de vida das populações, atendendo às necessidades das atuais gerações, assim como às das gerações vindouras.

### **Literacia Financeira e Empreendedorismo**

Promover a aquisição de conhecimentos, capacidades, valores e atitudes no domínio financeiro e utilizá-los para tomar decisões informadas sobre recursos financeiros, orçamento, poupança e investimento, fomentando o espírito de iniciativa, a criação de valor, a proatividade, a curiosidade, a perseverança para alcançar objetivos, a ética e a responsabilidade social, no sentido de preparar as crianças e os jovens para enfrentarem desafios económicos e sociais do mundo contemporâneo.

### **Saúde**

Assegurar que os alunos adquiram os conhecimentos, capacidades, valores e atitudes que incentivem a assunção do bem-estar físico e mental, integrando na sua vivência a importância da alimentação saudável, da atividade física, da promoção da saúde mental, da saúde sexual e reprodutiva, e da vivência de relações respeitadoras da intimidade, permitindo escolhas informadas, conscientes e seguras, contribuindo para a proteção contra todas as formas de violência (incluindo a violência no namoro, o assédio, a exploração, o abuso físico, psicológico e sexual, e a ciberviolência) e para a prevenção de consumos, comportamentos aditivos e dependências.

**Aulas previstas 1.º S: 8**

**Aulas previstas 2.º S: 8**

## **Educação Musical**

### **Temas**

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

- ·Vocal
- Aerofones

**Ritmo** • Monorritmia e polirritmia

- ·Síncopa

<ul style="list-style-type: none"> <li>· Ritmo pontuado</li> </ul> <p><b>Altura</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Escalas diatónicas de Dó e Fá Maior</li> <li>· Acidentes</li> <li>· Si bemol</li> <li>· Escala diatónica de Sol Maior</li> <li>· Fá # (sustenido)</li> <li>· Ré (agudo)</li> </ul> <p><b>Dinâmica</b> • Piano, mezzo forte, forte e crescendo</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Legato e staccato</li> <li>· Tenuto</li> </ul> <p><b>Forma</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Revisão</li> <li>· Cânone</li> <li>· Revisão</li> </ul>	
<b>Aulas previstas 1.º S: 33</b>	<b>Aulas previstas 2.º S: 33</b>

## Tecnologias da Informação e Comunicação

### 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

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**

- **Folha de Cálculo**

Inserir dados em tabelas

Formatar células

Gerir folhas e livros

Utilizar fórmulas e funções simples

Criar gráficos

- **Introdução à programação**

Gerir projetos

Planear criação de aplicações

<p>Decompor problemas em pequenas partes mais simples          Utilizar blocos de ação          Utilizar estruturas condicionais, estruturas de repetição e variáveis          Detetar e corrigir erros          Programar objetos tangíveis (placas eletrónicas, robots, drones, etc.)          Programar ações com base em entradas de sensores</p>	
<b>Aulas previstas 1.º S: –</b>	<b>Aulas previstas 2.º S: 32</b>

Programação e Robótica	
<p><b>Temas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Segurança digital, responsabilidade e respeito em ambientes digitais</b>            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.</li> <li>● <b>Pensamento Computacional</b>            Conceitos fundamentais das Ciências da Computação;            Conceitos sobre Algoritmia;            Conceitos sobre Programação.</li> <li>● <b>Produção</b>            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.).</li> </ul>	
<b>Aulas previstas 1.º S: 15</b>	<b>Aulas previstas 2.º S: –</b>

História e Geografia de Portugal	
<p><b>Temas</b></p> <p>B3- Portugal nos séculos XV e XVI</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· De Portugal às ilhas Atlânticas e ao Cabo da Boa Esperança</li> <li>· A chegada à Índia e ao Brasil</li> <li>· A vida urbana no século XVI:</li> </ul> <p>B4- Da União Ibérica à Restauração</p>	

- 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

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

<p>E4- Como ocupamos os tempos livres</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· O lazer</li> <li>· Importância das áreas de proteção da Natureza</li> </ul> <p>E5- O mundo mais perto de nós</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Os transportes e as comunicações</li> <li>· Espaços em que Portugal se integra</li> </ul>	
<b>Aulas previstas 1.º S: 31</b>	<b>Aulas previstas 2.º S:32</b>

Educação Visual	
<b><u>Domínios / Competências</u></b>	
<p><b>APROPRIAÇÃO E REFLEXÃO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificar Património local e global;</li> <li>- Compreender os princípios da linguagem das Artes Visuais;</li> <li>- Conhecer a tipologia e a função do objeto de arte;</li> <li>- Descrever com vocabulário adequado objetos artísticos;</li> <li>- Analisar criticamente narrativas visuais;</li> <li>- Selecionar com autonomia informação relevante;</li> </ul> <p><b>INTERPRETAÇÃO E COMUNICAÇÃO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Utilizar conceitos específicos da Comunicação Visual;</li> <li>-Interpretar objetos da Cultura Visual;</li> <li>-Conhecer e compreender os significados dos Objetos Artísticos;</li> <li>- Reconhecer o papel das artes nas mudanças sociais;</li> <li>-Expressar ideias, utilizando diferentes meios e processos;</li> <li>-Transformar narrativas visuais;</li> <li>- Transformar os conhecimentos em novos modos de apreciação do mundo;</li> </ul> <p><b>EXPERIMENTAÇÃO E CRIAÇÃO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Utilizar diferentes materiais e suportes;</li> <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>

Educação Tecnológica	
<b><u>Domínios/ Competências</u></b>	

### **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.

**Aulas previstas 1.º S: 30**

**Aulas previstas 2.º S: 16**

## **Educação Física**

### **Temas**

#### **APTIDÃO FÍSICA**

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

#### **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 coreográfica orientada;
- Orientação. Avaliação num percurso;
- Raquetas. Avaliação em exercício critério e jogo colaborativo;
- Opcionalmente poderá ser abordado: Futebol e Luta.

#### 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.

**Aulas previstas 1.º S: 49**

**Aulas previstas 2.º S: 51**

### FORMAÇÃO INTEGRAL DO ALUNO

#### Domínios

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

**Aulas previstas 1.º S: 7**

**Aulas previstas 2.º S: 8**