

## PLANIFICAÇÃO ANUAL DE 8.º ANO<sup>1</sup>

TEMA/ DOMÍNIO	APRENDIZAGENS ESSENCIAIS (AE)	PERFIL DO ALUNO DOS CENTROS EDUCATIVOS DAS IRMÃS DOROTEIAS (PA)	TEMPO
<p><b>AREA DAS ATIVIDADES FÍSICA</b></p> <p><b>AREA DOS CONHECIMENTOS</b></p>	<p>O aluno desenvolve as competências essenciais para o 8º ano de escolaridade de NÍVEL INTRODUÇÃO em seis matérias de diferentes subáreas: JDC; Ginástica; Atletismo; Patinagem; Atividades Rítmicas e Expressivas; Outras (desportos de combate, raquetes outros desportos coletivos).</p> <p>Relacionar aptidão física e saúde, identificando as fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras. Identificar e interpretar os valores olímpicos e paraolímpicos, compreendendo a sua importância para a construção de uma sociedade moderna e inclusiva.</p>	<p>Trabalha com autonomia, responsabilidade e concentração – AUTONOMO, sabe encontrar respostas para novas situações, mobilizando conhecimentos; Expressa as suas necessidades e pede ajuda sempre que necessário; Pensa e age com autonomia em coerência com valores e objetivos pessoais;</p> <p>E COMPETENTE, Mobiliza os conhecimentos técnicos para responder a necessidades humanas, com consciência das consequências éticas, sociais e ecológicas; Identifica áreas de interesse e as necessidades de aquisição de novas competências.</p> <p>Respeito por si e pelo outro – COMPASSIVO, respeita sem reserva a dignidade humana; Experimenta e verbaliza sentimentos de compaixão; Age de forma solidária, com sentido do bem comum.</p> <p>E AUTENTICO, respeita o outro e o diferente; adota um estilo de vida simples.</p>	<p>AO LONGO DO ANO LETIVO</p>

<sup>1</sup> ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO

<b>AREA DA APTIDÃO FÍSICA</b>	Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa Fitescola, para a sua idade e sexo.	Consciencialização das consequências das suas escolhas e do seu comportamento – COMPASSIVO, AUTENTICO E CRITICO, analisa a realidade numa perspetiva critica, criativa e construtiva; Expressa as suas reflexões sobre os prós e contras ao tomar decisões relativamente importantes	
-----------------------------------	---	--	--