

## PLANIFICAÇÃO ANUAL DE 7.º ANO<sup>1</sup>

TEMA/ DOMÍNIO	APRENDIZAGENS ESSENCIAIS (AE)	PERFIL DO ALUNO DOS CENTROS EDUCATIVOS DAS IRMÃS DOROTEIAS (PA)	TEMPO
<b>AREA DAS ATIVIDADES FÍSICA</b>	O aluno desenvolve as competências essenciais para o 7º ano de escolaridade de NÍVEL INTRODUÇÃO em cinco matérias de diferentes subáreas: JDC; Ginástica; Atletismo; Patinagem; Atividades Rítmicas e Expressivas; Outras (desportos de combate, raquetes outros desportos coletivos).	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;	AO LONGO DO ANO LETIVO
<b>AREA DOS CONHECIMENTOS</b>	Aluno deve ser capaz de relacionar aptidão física e saúde, identificando as alterações fisiológicas provocadas pelo exercício físico. Interpretar a dimensão sociocultural dos desportos na atualidade e ao longo dos tempos, nomeadamente os Jogos Olímpicos e Paraolímpicos.	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.	
<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.	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.	

<sup>1</sup> ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO

