

BENEFÍCIOS DA ACTIVIDADE FÍSICA E IMAGEM DO CORPO E HIGIENE

SUB-TEMAS - SUGESTÕES 7ºANO – ÁREA DE PROJECTO

ACTIVIDADE FÍSICA E DESPORTIVA

- importância de acordo com idade, sexo e condições especiais;
- alimentação e higiene;
- valores, crenças, atitudes e contextos;

PROGRAMAS DE PROMOÇÃO DE ACTIVIDADES FÍSICAS E DESPORTIVAS

- A nível individual e colectivo
 - estratégias de intervenção;
 - organização de actividades.

IMAGEM DO CORPO E HIGIENE

- As fases do crescimento;
- O corpo (as expectativas, a imagem do espelho, as ideias criadas no contexto social,...);
- Cuidados com o corpo.