



REPÚBLICA  
PORTUGUESA

EDUCAÇÃO



Planificação/Critérios  
Ano Letivo 2020/2021

Nível de Ensino: 1º ciclo

Disciplina: Cidadania Ativa

Ano: 1º

Curso: Regular

### Planificação Anual

| Semestre | Domínios/Temas   | Conteúdos Programáticos/Aprendizagens Essenciais   | Tempos letivos |
|----------|--|--|----------------|
| 1.º/2.º  | <b><u>SAÚDE E BEM-ESTAR</u></b><br>Hábitos de vida saudável<br>Alimentação saudável<br>Regras de convivência social<br>Regras de segurança<br>Consciência ecológica                  | 1. Hábitos de vida saudável:<br>-higiene corporal, exercício físico<br>2. Alimentação saudável:<br>-roda, higiene e validade dos alimentos dos alimentos<br>3. Regras de convivência social (harmonização de conflitos)<br>4. Regras de segurança: Manuseamento correto de objetos (fichas elétricas, objetos cortantes, produtos tóxicos)<br>5. Consciência ecológica | 2550 min       |
| 1.º/2.º  | <b><u>PROTEGER O MEIO AMBIENTE<br/>NATURAL LOCAL</u></b><br>Política dos 5”R”<br>Consumo e uso responsável das energias renováveis<br>Higiene e conservação dos espaços comunitários | 1. Política dos 5”R”: reduzir, reutilizar, reciclar, respeitar e responsabilizar (separação dos lixos)<br>2. Consumo e uso responsável das energias renováveis<br>3. Higiene e conservação dos espaços comunitários  |                |

|         |  |  |  |
|---------|--|--|--|
| 1.º/2.º | <p style="text-align: center;"><b><u>CRESCER SOLIDÁRIO</u></b></p> <p>Consciência pessoal/individual e social/coletiva</p> <p>Valores humanos e éticos</p> <p>Responsabilidade solidária</p> | <p>1. Consciência pessoal/individual e social/coletiva</p> <p>2. Valores humanos e éticos (inclusão, solidariedade social...)</p> <p>3. Responsabilidade solidária</p> |  |
|---------|--|--|--|

Nota: A sequência dos domínios/temas/descriptores pode ser alterada em função das atividades planejadas nos planos de turma, nomeadamente nos domínios de autonomia curricular, através do trabalho de articulação curricular e interdisciplinar.

#### Critérios de Avaliação/Ponderação

Em cada descritor a avaliação é feita tendo em conta os níveis seguintes:

| Ainda está longe de um desempenho razoável | Ainda não desempenha razoavelmente | Desempenha razoavelmente | Desempenha bem  | Desempenha plenamente |
|--|------------------------------------|--------------------------|-----------------|-----------------------|
| Insuficiente                               |                                    | Suficiente               |                 | Muito Bom             |
| Até 19%                                    | Entre 20% e 46%                    | Entre 47% e 69%          | Entre 70% e 89% | Entre 90% e 100%      |

| Domínios/Temas/Descritores | Ponderação | Instrumentos de Avaliação |
|----------------------------|------------|---------------------------|
|----------------------------|------------|---------------------------|

|  |     |   |
|--|-----|---|
| <p style="text-align: center;"><b><u>SAÚDE E BEM-ESTAR</u></b></p> <p style="text-align: center;"><b>Hábitos de vida saudável / Alimentação saudável</b></p> <p>a. Conhece a importância da higiene que deve ter com o seu corpo.</p> <p>b. Reconhece a importância do exercício físico para a saúde.</p> <p>c. Reconhece e identifica os elementos saudáveis na roda dos alimentos.</p> <p>d. Sabe como se faz a higienização dos alimentos e identifica validade dos mesmos.</p> <p style="text-align: center;"><b>Regras de convivência social</b></p> <p>e. Conhece as regras básicas de convivência com toda a comunidade escolar;</p> <p style="text-align: center;"><b>Regras de segurança</b></p> <p>f. Sabe reconhecer e utilizar corretamente objetos perigosos e produtos tóxicos.</p> <p style="text-align: center;"><b>Consciência ecológica</b></p> <p>g. Conhece e compreende a necessidade de cuidar da natureza e como preservá-la.</p> | 30% | <p>Minifichas/fichas de trabalho</p> <p>Questões de aula</p> <p>Trabalhos práticos</p> <p>Observação direta</p> <p>Debates</p> <p>Trabalho individual ou a pares</p> <p>Trabalho em grupo</p> <p>Apresentações orais</p> <p>Folhetos/desdobráveis</p> <p>Cartazes</p> <p>Interpretação de imagens</p> |
| <p style="text-align: center;"><b>PROTEGER O MEIO AMBIENTE NATURAL LOCAL</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Política dos 5”R”</b></p> <p>a. Sabe reduzir, reutilizar, reciclar, respeitar e responsabilizar para a separação do lixo.</p> <p>b. Reconhece as cores dos diferentes ecopontos (papel e cartão-azul; plástico e metal-amarelo e vidro-verde).</p>  |     | <p>Minifichas/fichas de trabalho</p> <p>Questões de aula</p> <p>Trabalhos práticos</p> <p>Observação direta</p> <p>Debates</p> <p>Trabalho individual ou a pares</p> <p>Trabalho em grupo</p> <p>Apresentações orais</p>  |

|  |     |   |
|--|-----|---|
| <p style="text-align: center;"><b>Consumo e uso responsável das energias renováveis</b></p> <p>c. Reconhece o consumo das energias renováveis.</p> <p>d. Compreende o uso das energias renováveis.</p> <p style="text-align: center;"><b>Higiene e conservação dos espaços comunitários</b></p> <p>e. Sabe como proceder à higienização e a conservação dos espaços comunitários.</p>  | 30% | <p>Folhetos/desdobráveis</p> <p>Cartazes</p> <p>Interpretação de imagens</p>  |
| <p style="text-align: center;"><b><u>CRESCER SOLIDÁRIO</u></b></p> <p style="text-align: center;"><b>Consciência pessoal/individual e social/coletiva</b></p> <p>a. Tem consciência pessoal/individual e social/coletiva.</p> <p style="text-align: center;"><b>Valores humanos e éticos</b></p> <p>b. Compreende e reconhece valores éticos e humanos.</p> <p>c. Identifica inclusão e solidariedade social.</p> <p style="text-align: center;"><b>Responsabilidade solidária</b></p> <p>d. Sabe o que é ser solidário.</p> <p>e. Reconhece diferentes formas de solidariedade.</p> | 30% | <p>Minifichas/fichas de trabalho</p> <p>Questões de aula</p> <p>Trabalhos práticos</p> <p>Observação direta</p> <p>Debates</p> <p>Trabalho individual ou a pares</p> <p>Trabalho em grupo</p> <p>Apresentações orais</p> <p>Folhetos/desdobráveis</p> <p>Cartazes</p> <p>Interpretação de imagens</p> |
| <p style="text-align: center;"><b><u>COMPETÊNCIAS</u></b></p> <p>a. Mostra responsabilidade e respeito por si e pelos outros na diversidade humana.</p> <p>b. Mostra atitude participativa e colaborativa nas atividades desenvolvidas</p> <p>c. Mostra uma atitude crítica e reflexiva nas ações e opiniões.</p> <p>d. Revela espírito de interajuda e auxílio aos seus pares.</p> <p>e. Respeita regras de funcionamento da turma/escola.</p> <p>f. Manifesta autonomia pessoal centrada na equidade, na livre escolha e no bem comum.</p>   | 10% | <p>Observação direta</p> <p>Trabalho individual</p> <p>Trabalho a pares</p> <p>Trabalho em grupo</p> <p>Participação oral</p> <p>Cumprimento de tarefas</p> <p>Participação em debates</p>  |

