

PROJETOS	Objetivos	SUGESTÕES de ATIVIDADES	DURAÇÃO	CALENDARIZAÇÃO	AVALIAÇÃO
<p>Projeto de Educação Sexual da Turma (PEST)</p> <p>Disciplinas: ETP e todas que possam participar</p> <p>(por exemplo: CD, Port., Esp., Fran., Ing., EV, Geo. Hist.)</p>	<p>2.7. Reconhecer os direitos sexuais e reprodutivos como componente dos Direitos Humanos.</p> <p>2.8. Adotar atitudes e comportamentos saudáveis.</p> <p>2.9. Desenvolver a consciência de ser uma pessoa única no que respeita à sexualidade, à identidade, à expressão de género e à orientação sexual.</p>	<ul style="list-style-type: none"> “Estamos “grávidos” e agora?” (Kit APF 8º ano – pág. 46 e 69) “A carta do Amigo” (Kit APF 8º ano – pág. 53, 71 e 72). Explorar a curta-metragem do Plano Nacional do Cinema (PNC) “História trágica com um final feliz” de Regina Pessoa <p>Nota: por email pedir bernardete.lopes@esjp.pt ou filipa.chambel@esjp.pt o acesso à plataforma do PNC ou marcar sala do PNC na biblioteca.</p> <ul style="list-style-type: none"> Comemorar o “DIA dos AFETOS” - 11 de fevereiro 1. Exploração do tema Afetos e criar mensagens (folhas do tamanho de post-it) tendo como título “Cuidar da Ti e da Tua Saúde”. 2. As mensagens serão colocadas numa estrutura, com a forma de um peixe, até 9 de fevereiro. 3. O trabalho será exposto na biblioteca municipal, no Dia dos Afetos e no Alegro, em maio. <p>NOTA: Os objetivos podem ser desenvolvidos no âmbito de outras disciplinas através da exploração de documentos diversos, obras sugeridas pelo Concurso Nacional de Leitura (CNL) ou letras de músicas (em português, inglês ou francês) de forma a atingir os objetivos do referencial.</p>	<p>4x50 min</p> <p>2x50 min</p> <p>2x50 min</p>	<p>Ao longo do ano</p> <p>Semana de 5 a 9 de fevereiro Dia dos Afetos</p>	<p>- Participação; - Empenho.</p> <p>- Qualidades dos trabalhos realizados. Empenho e participação. Qualidades dos trabalhos realizados.</p> <p>Crítérios de avaliação da disciplina.</p>

PEST CN	<p>2.6. Ser capaz de aceitar e integrar as mudanças físicas e emocionais associadas à sexualidade, ao longo da vida.</p> <p>2.7. Reconhecer os direitos sexuais e reprodutivos como componente dos Direitos Humanos.</p> <p>2.8. Adotar atitudes e comportamentos saudáveis.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Exploração de power point e/ou filmes como forma de compreender o funcionamento do sistema reprodutor humano. Atividade laboratorial. Explorar o vídeo: https://ensina.rtp.pt/artigo/a-quimica-do-amor/ 	4 x 50 min	2º semestre	Critérios de avaliação da disciplina de Ciências Naturais
<p>Projeto de Educação para a Saúde</p> <p>(PES)</p> <p>Disciplina: Ciências Naturais</p>	<p>3.1. Reconhecer o tabaco como fator evitável de doença e morte prematura.</p> <p>3.2. Conhecer os efeitos do álcool na saúde, imediatos e a longo prazo.</p> <p>3.3. Identificar os comportamentos de risco associados ao consumo de bebidas alcoólicas (condução sob o efeito do álcool, comportamentos sexuais de risco e violência).</p> <p>3.4. Identificar e conhecer conceitos fundamentais no âmbito do fenómeno dos Comportamentos Aditivos e Dependências (CAD).</p> <p>3.5. Conhecer e identificar as características e tipos de substâncias psicoativas (SPA) e os efeitos imediatos, a curto e a longo prazo, na saúde.</p> <p>3.6. Conhecer os tipos e as características das adições e dependências sem substâncias e os efeitos imediatos, a curto e a longo prazo.</p> <p>4.1. Compreender como a prática de AF favorece o desenvolvimento integral do jovem.</p> <p>4.2. Reconhecer a alimentação como um dos principais determinantes da saúde.</p> <p>4.3. Relacionar a alimentação com a prevenção e desenvolvimento das principais doenças crónicas.</p> <p>4.4. Reconhecer a Dieta Mediterrânica como exemplo de um padrão alimentar saudável.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Exploração de power point e/ou filmes. Interpretar a informação contida em rótulos alimentares através da exploração dos vídeos: https://www.youtube.com/watch?v=1Mdp1tjCksw- De olho no açúcar: leia o rótulo pela sua saúde (2m34s) https://www.youtube.com/watch?v=cS6_GyjG0FY De olho no sal: leia o rótulo pela sua saúde (2m27s) <p>- Exploração de vídeos sobre:</p> <ul style="list-style-type: none"> Efeito dos alimentos calóricos no sistema nervoso. https://andreiatorres.com/blog/2010/09/30/efeitos-do-refrigerante-no-organismo Por que sentimos tanto prazer depois de comer alimentos calóricos? Efeito do álcool no organismo. https://www.youtube.com/watch?v=BPc9zcbGgCM e https://www.youtube.com/watch?v=M0FRcV3nnQ0- Mecanismo da Dependência Química no Cérebro. https://www.youtube.com/watch?v=6hK9PM1uM8U 	A definir	Ao longo do ano	Critérios de avaliação da disciplina de Ciências Naturais

<p>Projeto de Educação para a Saúde (PES)</p> <p>Disciplinas: ETP e todas que possam participar</p> <p>(por exemplo: CD, Port., Esp., Fran., Ing., EV, Geo. Hist.)</p>	<p>4.2. Reconhecer a alimentação como um dos principais determinantes da saúde.</p> <p>4.3. Relacionar a alimentação com a prevenção e desenvolvimento das principais doenças crónicas.</p> <p>4.4. Reconhecer a Dieta Mediterrânica como exemplo de um padrão alimentar saudável.</p>	<p>Comemorar o DIA da ALIMENTAÇÃO através da exploração dos vídeos:</p> <p>Explorar a letra da música “Victoria's Secret” de Jax (Inglês)</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=F9K5IS-inHs&t=58s</p>	50 min.	16 outubro Dia da Alimentação	- Participação; - Empenho.
	<p>1.6. Construir relações positivas com os outros e com o meio ambiente.</p> <p>1.7. Conhecer fatores de proteção e aumentar a perceção individual face aos processos protetores.</p> <p>1.8. Utilizar as fases do processo de tomada de decisão.</p> <p>1.9. Identificar violência dirigida aos outros e ao próprio</p>	<ul style="list-style-type: none"> Comemorar o DIA MUNDIAL do COMBATE ao BULLYING – 20 de outubro <p>Explorar o filme francês do Plano Nacional do Cinema (PNC) “Uma Turma Difícil” na disciplina de História (relata a vida de crianças durante a II guerra mundial), Francês, Cidadania ou ETP (por email, pedir a bernardete.lopes@esjp.pt ou filipa.chambel@esjp.pt o acesso à plataforma do PNC ou marcar sala do PNC na biblioteca).</p>	3x 50 min.	20 de outubro Dia Mundial do Combate ao Bullying	Critérios de avaliação da disciplina
	<p>3.1. Reconhecer o tabaco como fator evitável de doença e morte prematura.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Comemoração do “Dia do Não Fumador” através da exploração dos vídeos e realização de trabalho: <p>Campanha antitabaco do Reino Unido</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=hb_PQTBCySo</p>	50 min. (pelo menos)	17 de novembro Dia do não fumador	- Participação, empenho e trabalhos produzidos.

<p>Projeto de Educação para a Saúde (PES)</p>	<p>3.4. Identificar e conhecer conceitos fundamentais no âmbito do fenómeno dos Comportamentos Aditivos e Dependências (CAD).</p> <p>3.5. Conhecer e identificar as características e tipos de substâncias psicoativas (SPA) e os efeitos imediatos, a curto e a longo prazo, na saúde.</p> <p>3.6. Conhecer os tipos e as características das adições e dependências sem substâncias e os efeitos imediatos, a curto e a longo prazo.</p>	<p>Concurso em ARTICULAÇÃO com PADDE - um vídeo sobre “Comportamentos Aditivos e Dependências”</p> <p>(por exemplo: ETP ou Cidadania e desenvolvimento):</p> <ul style="list-style-type: none"> Ver os vídeos: <ul style="list-style-type: none"> - Campanha contra bebida e outras drogas no trânsito - Austrália] (5m21s) https://www.youtube.com/watch?v=-kqy9sEL-ql -Adição de jogos virtuais https://www.internetmatters.org/pt/resources/online-gaming-advice/online-gaming-the-risks/#health - Efeito no comportamento, cérebro, sono https://www.internetmatters.org/pt/resources/guide-to-managing-children-screen-time/ Dividir a turma em grupos de trabalho. Pesquisar sobre o tema sobre comportamentos aditivos e dependências com substâncias (tabaco, álcool, drogas) e sem substâncias (jogos, redes sociais). Cada grupo, na sala de aula, realiza um vídeo sobre “Comportamentos Aditivos e Dependências” *. A turma escolhe o melhor vídeo. O vídeo vencedor é enviado, pelo professor responsável, para a coordenadora do GIES (email sandra.russo@esjp.pt) O vídeo de cada turma será colocado na página da escola e sujeito a votação. <p>*NOTA: Explorar a obra sugerida pelo Concurso Nacional de Leitura (CNL) ou pelo Plano Nacional de Cinema (PNC) ou a letra de uma música de forma a atingir os objetivos do trabalho.</p>	A definir	2º semestre	Qualidade dos trabalhos produzidos.
	<p>1.10. Desenvolver os valores de cidadania, de solidariedade e de respeito pelas diferenças.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Participar na FEIRA da SAÚDE: <ul style="list-style-type: none"> - Dinamizar uma banca com o objetivo de angariar fundos para uma instituição de cariz social ou - Ir à Feira da Saúde e consumir produtos cuja venda reverta para instituições de cariz social. 	50 min.	29 de maio Feira da Saúde	Empenho e interesse.

