

ÁREAS DE COMPETÊNCIA https://dge.mec.pt/sites/default/files/Curriculo/Projeto_Autonomia_e_Flexibilidade/perfil_dos_alunos.pdf	DOMÍNIOS/ TEMAS	APRENDIZAGENS ESSENCIAIS https://www.dge.mec.pt/aprendizagens-essenciais-ensino-basico (Subdomínios/subtemas)	Ponderação (%)	INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO
Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J) Criativo (A, C, D, J) Crítico/Analítico (A, B, C, D, G) Indagador/ Investigador (C, D, F, H, I) Respeitador da diferença/ do outro (A, B, E, F, H) Sistematizador/ organizador (A, B, C, I, J) Questionador (A, F, G, I, J) Comunicador (A, B, D, E, H) Autoavaliador (transversal às áreas) Participativo/ colaborador (B, C, D, E, F) Responsável/ autónomo (C, D, E, F, G, I, J) Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)	VIVER MELHOR NA TERRA	1. SAÚDE INDIVIDUAL E COMUNITÁRIA	60	Fichas de avaliação; Questões-aula; Trabalhos de pesquisa; Fichas de trabalho; Trabalhos realizados individualmente e/ ou em grupo; Mini-Testes; Apresentação oral /escrita de trabalhos;
		2. ORGANISMO HUMANO EM EQUILÍBRIO 2.1. Níveis estruturais do corpo humano 2.2. Importância da alimentação saudável no equilíbrio do organismo humano. 2.3. Importância do sistema digestivo para o equilíbrio do organismo humano. 2.4. Importância do sangue para o equilíbrio do organismo humano 2.5. Importância do sistema cardiovascular no equilíbrio do organismo humano. 2.6. Importância do sistema linfático no equilíbrio do organismo humano. 2.7. Influência do ambiente e dos estilos de vida no sistema respiratório. 2.8. Medidas de suporte básico de vida. 2.9. Importância da função excretora na regulação do organismo humano. 2.10 Importância do sistema nervoso no equilíbrio do organismo humano 2.11 Importância do sistema hormonal na regulação do organismo		
		3. TRANSMISSÃO DA VIDA 3.1 Funcionamento do sistema reprodutor humano. 3.2. Noções básicas de hereditariedade.		
	Trabalho prático	- Planeamento e implementação de investigações práticas, baseadas na observação sistemática, na modelação e no trabalho laboratorial/experimental, para ajudar a compreender o funcionamento do organismo humano; - Reconhecimento de que a ciência é uma atividade humana com objetivos, procedimentos próprios, através da exploração de acontecimentos, atuais e/ou históricos, que documentam a sua natureza.	15	Grelha de observação; Relatórios de atividades práticas e/ou experimentais individuais ou em grupo;
Responsável/autónomo (E, F) Respeitador da diferença do outro (E, F) Participativo/ colaborador (E, F)	Atitudes e valores	RESPONSABILIDADE . Assiduidade e Pontualidade; -Material necessário; -Cumprimento dos prazos das tarefas; - Realização adequada da sua autoavaliação	5	Outros
		COMPORTEAMENTO . Cumprimento das regras estabelecidas; -Apresentação de uma atitude correta perante os outros; -Atenção na aula	10	
		PARTICIPAÇÃO . Intervenção adequada e pertinente; -Demonstração de interesse e participação nas atividades propostas; -Responsabilização pela realização das tarefas	10	

Áreas de Competência: A. Linguagens e textos; B. Informação e comunicação; C. Raciocínio e resolução de problemas; D. Pensamento crítico e pensamento criativo; E. Relacionamento interpessoal; F. Desenvolvimento pessoal e autonomia; G. Bem-estar, saúde e ambiente; H. Sensibilidade estética e artística; I. Saber científico, técnico e tecnológico; J. Consciência e domínio do corpo.

Programa de Mentorias: será atribuído um Diploma de Mentoria aos alunos mentores e uma bonificação de 5 pontos na(s) disciplina(s) envolvida(s).