

GESTÃO DE CONTEÚDOS 2023 - 24
Ensino Básico – 2º/3º ciclo e Secundário
Área Curricular: Atividades de Vida Diária

	Unidades de Ensino / Conteúdos	Nº Aulas Previstas (45 min)
1.º Semestre	<p>Participação na vida da escola</p> <ul style="list-style-type: none">- Deslocar-se para a escola- Movimentar-se dentro da escola- Conhecer e respeitar as regras da escola;- Manter-se motivado para as atividades propostas;- Organizar-se de acordo com o horário escolar;- Aprender e realizar tarefas que lhe são atribuídas;- Cumprir horários estabelecidos;- Participar em atividades extracurriculares- Participar em atividades nas áreas comuns da escola <p>Consulta de diversos meios de comunicação social</p> <ul style="list-style-type: none">- Utilizar, de modo funcional, a internet para consulta de notícias;- Utilizar, de modo funcional, jornais e outros suportes escritos; <p>Alimentação: alimentos (saudáveis não saudáveis); normas de higiene e de segurança alimentar</p> <ul style="list-style-type: none">- Alimentar-se de forma autónoma- Identificar normas e regras de higiene alimentar;- Segurança alimentar;- Alimentação;- Consultar livros de receitas;- Elaborar listas de compras;- Confeccionar receitas simples (Retirado devido à Pandemia COVID-19);- Limpar e arrumar o material e espaço utilizados.- Dinamização da horta pedagógica;	40 aulas

Unidades de Ensino / Conteúdos	Nº Aulas Previstas (45 min)
<p>Participação na vida da comunidade: transportes e serviços públicos; dinheiro para aquisição de bens e serviços:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identificar regras de segurança e de prevenção nos edifícios públicos; - Segurança rodoviária; - Deslocar-se na comunidade (transportes) (Retirado devido à Pandemia COVID-19); - Utilizar serviços públicos da comunidade (Retirado devido à Pandemia COVID-19); - Manusear dinheiro (Retirado devido à Pandemia COVID-19); - Adquirir bens e serviços (Retirado devido à Pandemia COVID-19); - Participar em atividades recreativas e de lazer na comunidade (Retirado devido à Pandemia COVID-19); - Visitar familiares e amigos (Retirado devido à Pandemia COVID-19); - Interagir com elementos da comunidade. 	

	Unidades de Ensino / Conteúdos	Nº Aulas Previstas (45 min)
2º Semestre	<p>Atividades sociais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Estabelecer relações positivas com os outros; - Respeitar os direitos dos outros; - Manter uma conversa; - Escrever memorandos e mensagens para aqueles com quem convive; - Anotar nomes, números de telefone e moradas na sua agenda; - Escrever cartões de felicitações, postais e cartas a familiares e amigos; - Gerir alterações nas rotinas; - Fazer e manter amigos; - Comunicar com os outros em contextos sociais; - Respeitar o espaço e propriedade dos outros; - Expressar preferências; - Estabelecer objetivos pessoais; - Fazer escolhas e tomar decisões; - Desenvolver capacidades para a autonomia pessoal; - Comunicar desejos e necessidades; - Promover a tomada de decisões sobre o seu processo educativo; <p>Aprender e utilizar estratégias de resolução de problemas e de autorregulação em casa e na comunidade;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Proteger-se da exploração e do bullying – criação de mind maps; - Participar nas visitas de estudo e saídas ao exterior (Retirado devido à Pandemia COVID-19). <p>Conhecer hábitos e tradições da Freguesia e do Concelho de Cascais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Expressar-se (a nível oral/escrito) sobre o meio local onde vive; - Registrar hábitos e costumes do seu meio local; - Identificar tradições autóctones, hábitos e costumes; - Fazer pesquisas e registos 	40 aulas

Unidades de Ensino / Conteúdos	Nº Aulas Previstas (45 min)
<p>Atividades domésticas</p> <ul style="list-style-type: none"> - Consultar ementas e lista de preços; - Elaborar listas de compras on-line; - Realizar orçamentos domésticos através de cálculos simples; - Organizar e arrumar o vestuário; - Aprender a pôr a mesa de forma adequada; - Realizar tarefas domésticas; - Cuidar da limpeza da casa; - Escolher roupa adequada e vestir-se; - Cuidar da higiene pessoal; - Manter-se ocupado durante os tempos livres em casa; - Utilizar dispositivos eletrónicos. <p>Saúde e Segurança</p> <ul style="list-style-type: none"> - Informar os outros sobre problemas de saúde ou mal-estar físico - Cuidar da sua saúde e bem-estar - Saber como aceder a serviços de emergência - Evitar riscos para a saúde ou segurança - Proteger-se dos abusos físicos, verbais ou sexuais - Conhecer os meios principais de proteção civil para: incêndios, inundações, terremotos, etc. 	

Gestão de Conteúdos aprovados em Conselho Pedagógico no dia 25 de outubro de 2023