|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Conteúdos programáticos | Conteúdos | Págs. | Fichas de trabalho | Fichas de avaliação | Atividades |
| BLOCO 1– À DESCOBERTADE SI MESMOO seu corpoA segurança do seu corpo | As articulaçõesOs músculosManter a formaVamos experimentar 3Vamos experimentar 4A peleA exposição ao SolOs meios de proteçãoRegras de primeirossocorrosPrevenção de incêndiosOs sismosRegras de segurança antes, durante e depois de um sismo | 161617181920242426272829 | 34567 | Ficha deavaliaçãointermédia1 | • Observar em representações dos músculos humanos.• Identificar a função de proteção da pele.• Identificar alguns cuidados a ter com a exposição ao sol.• Conhecer algumas regras de primeiros socorros.• Conhecer algumas medidas elementares a ter em contaem casos de queimaduras solares, fraturas e distensões.• Conhecer e aplicar regras de prevenção de incêndios (nas habitações, locais públicos, florestas…).• Conhecer regras de segurança antissísmicas.• Seguir as instruções dadas, realizar experiências sugeridas e fazer registos.• Pesquisar em livros, em enciclopédias, jornais, na Internet…• Elaborar textos individuais ou de grupo.• Completar esquemas.• Comentar imagens.• Responder a questionários. |