|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Blocos/ Conteúdos** | **Objetivos** | **Atividades** | **Avaliação** |
| **À Descoberta de si Mesmo**  **O Seu Corpo:**  - os ossos  - os músculos  - a pele  **A Segurança do Seu Corpo:**  - cuidados a ter com a exposição ao Sol;  - regras de primeiros socorros;  - prevenção de incêndios e sismos.  **À descoberta dos materiais e objetos**  **-** Experiências sobre os estados da matéria | • Os ossos:  • - reconhecer a existência dos ossos;  • - reconhecer a sua função (suporte e proteção);  •-- observar em representações do corpo humano.  • Os músculos:  • - reconhecer a existência dos músculos;  • - reconhecer a sua função (movimentos, suporte…);  • - observar em representações dos músculos humanos.  • A pele:  • - 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 conta em 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 (prevenção e comportamentos a ter durante e depois de um sismo).  -Realizar experiências com várias materiais e objetos de estados diferentes, que permitam reconhecer as suas propriedades. | • Observação de gravuras, cartazes, consulta de livros, internet, CDs, … sobre o corpo humano.  • Diálogo sobre a função dos ossos como suporte e proteção.  • Através do movimento, corridas, elevação de pesos e deslocação de objetos, reconhecer a existência e função dos músculos.  • Identificação da pele corpo e a sua ação protetora.  • Observação de imagens para reconhecimento de diferentes tonalidades da pele, conforme a raça.  • Debates sobre a prevenção ou comportamentos, face à exposição solar.  • Registo de procedimentos a ter em caso de queimaduras, fraturas e distensões).  • Diálogo com os alunos sobre as regras para proteção do sol.  • Elaboração de um panfleto/cartaz sobre a prevenção de incêndios  • Realização de pesquisa, seleção e organização de documentação relativa à segurança sísmica.  - Realização de experiências com vários materiais cujas propriedades são constantes ou não constantes (p.ex.: volume). | • Ficha de avaliação diagnóstica  • Grelhas de avaliação  • Observação direta  • Questionários orais e escritos  • Ficha de avaliação formativa |