

5º Ano						
Objetivos Específicos	Conteúdos	Estratégias/ Atividades	Recursos	Calendarização	Avaliação	Disciplinas/ A.C.N.D
<p>O aluno deve ser capaz de:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aumento da capacidade de comunicação • Identificar as pressões sociais relacionadas com a "estética padrão"; • Melhorar os seus hábitos de higiene pessoais • Aumento da capacidade de tomar decisões e recusar comportamentos não desejados • Melhorar a auto-estima 	<p>Corpo em Crescimento</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pressões sociais da comunicação e da publicidade relativamente à "estética padrão" e a sua influência junto dos pré-adolescentes 	<p>Dinâmicas de Grupo (Anexo):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jogos de apresentação • Trabalho a pares/Pesquisa • “Chuva de ideias” • Jogos de desenvolvimento pessoal e social • Jogos de clarificação de valores • Utilização de questionários • Roleplay e dramatização • Visita externa • Produção de cartazes • Caixa de perguntas • Exploração de vídeos e outros meios audiovisuais • O blog do Projecto de Educação para a Saúde 	<p>Recursos disponíveis na escola:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Livros • Revistas • Vídeos • folhetos informativos • Computadores • VideoProjektor 	<p>Definir em Conselho de Turma</p> <p>6 sessões</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Auto-avaliação • Questionário • Observação dos alunos • Fichas de trabalho 	<p>Hora DT e / ou outras disciplinas a decidir nos Conselhos de Turma</p>
	<p>Identidade e sexualidade</p> <ul style="list-style-type: none"> • Auto-estima como processo gradual de auto-valorização. • Reconhecimento e aquisição de papéis de género flexíveis e não discriminatório; 					
	<p>Relações Interpessoais</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aspectos relacionados com a comunicação assertiva; • Reflexão crítica sobre pressões e as formas de aceitação ou resistência as mesmas. 					
	<p>Sexualidade e sociedade</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aspectos relacionados com o processo de autonomia dos adolescentes 					
	<p>Saúde sexual e reprodutiva</p> <ul style="list-style-type: none"> • Os cuidados de higiene e saúde relacionados com as mudanças pubertárias designadamente: higiene pessoal, alimentação equilibrada e variável, limpeza dos "locais pessoais (estudo, dormir,..) 					