



Índice

Introdução	3
Que valores?	4
Objetivos.....	5
Estratégias a utilizar.....	6
Educação Pré-escolar, 1.º e 2.º Ciclos do Ensino Básico	6
3.º Ciclo do Ensino Básico	6
Secundário	7
Conteúdos	7
Creche e Educação Pré-escolar	7
1.º Ciclo	8
2.º Ciclo	12
3.º Ciclo	14
Secundário	17
Planificação	18
1.º ciclo	18
2.º Ciclo	26
3.º Ciclo	29
Secundário	32

Introdução

No passado dia 6 de Agosto de 2009 foi publicada a Lei 60/2009 sobre a educação sexual em meio escolar, aplicável às escolas públicas e privadas com contrato de associação. Desta forma, os nossos estabelecimentos de ensino, por terem apenas contratos simples e de desenvolvimento com o Ministério da Educação, não se encontram abrangidos por este diploma legal. Não obstante, entendemos que, para promover a formação integral dos nossos alunos e a sua realização relacional, devemos dispor de um programa estruturado e integrado de educação da sexualidade desde a Creche. Esta posição não colide com outro ideal que preconizamos, nomeadamente o da família ter, sem margem para dúvida, o lugar primordial na educação sexual dos filhos. São os pais que devem decidir o que pretendem transmitir aos filhos em matéria de vida, amor humano, sexualidade, educação para o afeto, e para amizade. No entanto, porque este tema é também social e as crianças e jovens crescem envolvidos por um excesso de referências incorretas com um forte cunho sexual, torna-se necessária uma intervenção e discussão na escola, ao longo de todo o trajeto escolar dos educandos.

Enquadramos a educação da sexualidade num contexto bioético que deverá ter como finalidade promover a dignidade do ser humano baseada no princípio da responsabilidade, como princípio regulador da conduta e no princípio da paridade, em que homem e mulher se olham numa relação de igualdade, ao mesmo nível e tendo o mesmo valor, para que possam construir um projeto de vida comum. Com o nosso programa, pretendemos que os nossos educandos adquiram progressivamente uma visão da sexualidade em todas as suas componentes: biológica, emocional, afetiva, social e espiritual e adquiram competências para a vivência adulta da sexualidade, inserida num projeto de vida. Sabemos que as crianças e os jovens sofrem influências dos *mass media* que dificultam a construção de um conceito de sexualidade alargado e amplo, mas acreditamos que com uma intervenção orientada para esse objetivo de pais e educadores será possível uma educação dos afetos que permita a constituição de uma visão do mundo autenticamente humana. Neste domínio, a família é a principal educadora, quer por direito, quer por dever. A ela está entregue a responsabilidade de cuidar, amar e educar os seus filhos para que se tornem adultos autónomos, equilibrados e

promotores de intervenções positivas na sociedade. Não pretendemos, não podemos, nem devemos substituir a família, mas não nos podemos demitir da nossa função de co-educadores, em temas delicados e normativos, desde que cumpramos o nosso ideário educativo de inspiração católica e a nossa missão de formação integral, conhecidos pela comunidade.

Que valores?

“A informação não é equivalente a conhecimento e o conhecimento, sem integração num sistema de valores, não é educação.” (Fernando Regateiro)

“A educação sexual não é outra coisa senão ensinar às crianças e jovens o valor dos sentimentos e a sua orientação mais adequada. Caso contrário a humanidade viverá em perfeito analfabetismo sentimental.” (Margarido Correia)

Se não há educação sem valores que a dinamizem e a legitimem, então torna-se impossível considerar o ato educativo dissociado do ato valorativo; a pessoa “educada” reconhece-se pelas interpretações valorativas que faz. Consideramos que o ato educativo deve incentivar a capacidade de decidir e de tomar atitudes. Deve possibilitar a consciência dos valores em causa, a sua fundamentação e a construção e desenvolvimento de um quadro de referências, do qual decorrem juízos de valor que deverão ser consistentes com a atuação do indivíduo.

Por isso, a Educação Sexual deve ser normativa, ou seja, propor valores em que deve alicerçar-se a vida sexual, através da construção de atitudes e comportamentos. Não deve, porém, tornar-se amestrativa ou doutrinal, influenciando os conteúdos morais, manipulando e impondo verdades. Não deve, tão pouco, cair num relativismo moral em que se aceitam como igualmente válidos todos os valores propostos, suprimindo-se o juízo crítico de qualquer valor de qualquer sociedade, elevando todos os valores a verdades, podendo, portanto chegar a admitir o inadmissível e a tolerar o intolerável.

Deve, antes de mais, ajudar a realizar um processo de amadurecimento pessoal que conduza a uma identificação sexual; ser um processo educativo progressivo que veicule todos os conhecimentos necessários à criação de atitudes

no campo afetivo e sexual da pessoa. Deve transmitir quadros de referência alicerçados em valores e não a transmissão pura e simples de informação. A educação sexual ideal é aquela que é capaz de ajudar a pessoa a se desenvolver de forma integral. Assim, tendo como base a visão integral da pessoa, deverá ser objetiva; gradual; clara; verdadeira; adaptada a cada um; contínua...

Objetivos

Constituem-se assim como objetivos fundamentais da educação para a sexualidade:

- ajudar a apreender valores;
- promover a autorreflexão;
- ajudar os jovens a tomar decisões responsáveis;
- promover a autoestima;
- desenvolver a assertividade;
- ajudar a exprimir ideias ou sentimentos próprios;
- fomentar o respeito pelos outros.

Tendo em conta os objetivos apresentados e a construção de um programa de educação sexual integrado no percurso escolar dos alunos e do seu ciclo etário, definimos um grupo de valores que estruturarão toda a nossa planificação e ação:

- responsabilidade – referida às decisões e às escolhas pessoais;
- igualdade entre sexos – como o olhar para o outro ao mesmo nível;
- respeito por si e pelo outro – como norma de convivência social;
- fidelidade ao projeto de vida – ligada aos objetivos pessoais e às tarefas a desenvolver para os atingir;
- visão do ato sexual como algo íntimo e inserido num projeto de vida, logo desajustado com a adolescência (dar tempo ao tempo, saber esperar).

Nunca iremos:

- fornecer na escola qualquer método de contraceção aos nossos alunos, mesmo que sendo do ensino secundário;

- defender que todos os comportamentos sexuais são normais, desde que voluntários;
- postular que as relações sexuais são para qualquer altura, desde que se evitem as doenças sexualmente transmissíveis e a gravidez...

Estratégias a utilizar

As estratégias são o denominador do sucesso ou do insucesso num programa de educação da sexualidade. Se não utilizamos a estratégia pedagógica correta não podemos assegurar a compreensão da mensagem.

Educação Pré-escolar, 1.º e 2.º Ciclos do Ensino Básico

Todos os conteúdos a desenvolver estão referenciados ao contexto familiar, por serem referências estruturantes para a criança. A educação sexual nestas faixas etárias é sobretudo uma educação dos afetos. A estratégia por nós apresentada estrutura os conteúdos das intervenções em:

- Componente biológica - de acordo com as orientações curriculares para a Educação Pré-escolar, o programa de Estudo do Meio no 1.º Ciclo e o currículo de Ciências Naturais no 2.º Ciclo, todos definidos pelo Ministério da Educação.
- Componente psicoafetiva - integrada nas aulas de Educação para a Cidadania no 1.º Ciclo (onde também é implementado o projeto Educação Moral para a Cidadania) e de Educação Moral para a Cidadania no 2.º Ciclo (com especial atenção dada a temas como a tomada de decisão, a autoestima e o autocontrolo).

3.º Ciclo do Ensino Básico

A estratégia que postulamos ser a mais facilitadora da compreensão prende-se com o dividirmos os conteúdos formativos em 3 grandes componentes, com igual peso (quer nos tempos quer na ênfase), devidamente estruturadas em conteúdos que vão

sucessivamente avançando e apelando a referências de conhecimentos anteriormente desenvolvidos:

- Componente biológica - compreensão científica do funcionamento dos mecanismos biológicos reprodutivos, de acordo com o currículo de Ciências Naturais, definido pelo Ministério da Educação.
- Componente psicoafetiva e componente do projeto de vida - integrada nas aulas de Educação Moral para a Cidadania.

Secundário

Numa fase de maior maturidade, as 3 componentes serão integradas nas aulas de Biologia, dando-se maior ênfase à construção de uma identidade adulta e autónoma.

A educação da sexualidade faz-se com tempo, ao longo do tempo, para o tempo e em tempo útil. Sempre que o educando efetuar perguntas que ultrapassem os conteúdos definidos para a sua faixa etária, o docente não responderá, remetendo essas questões para serem respondidas pela família. Se o encarregado de educação assim o desejar, os serviços de psicologia e os docentes poderão ajudar o aluno, mas de uma forma individualizada, que não envolva a turma como um todo.

Conteúdos

Creche e Educação Pré-escolar

Componente Biológica

Carga horária: 3 tempos letivos

Saberes a mobilizar:

- Conhecer/Identificar as diferentes partes do corpo;
- Tomar consciência de si próprio e do outro;

- Reconhecer as principais diferenças existentes entre o corpo dos meninos e das meninas;
- Identificar o tipo de vestuário usado pelos meninos e pelas meninas;
- Identificar regras de higiene/saúde;
- Consciencializar para a importância de hábitos de uma boa higiene;
- Promover a autonomia na higiene pessoal;
- Conhecer as principais mudanças que se operam no corpo desde o nascimento até à idade adulta.

Componente Psicoafetiva

Carga horária: 3 tempos letivos

Saberes a mobilizar:

- Identificar os diferentes membros da sua família;
- Conhecer/Reconhecer a importância das relações afetivas na família;
- Reconhecer-se como membro integrante de uma família;
- Ter atitudes de compreensão e respeito pelas emoções de cada um;
- Ser capaz de identificar e exprimir sensações e sentimentos.

1.º Ciclo

1.º Ano

Componente Biológica

Âmbito: Estudo do Meio – À Descoberta do Corpo Humano

Carga horária: 3 blocos letivos

Saberes a mobilizar:

- Identificar as diferentes partes do corpo utilizando vocabulário adequado;
- Distinguir o género masculino do feminino;

- Identificar regras de higiene/saúde;
- Refletir e reconhecer a importância das regras de higiene;
- Promover a autonomia na higiene pessoal;
- Identificar regras e alimentos que contribuem para uma alimentação saudável;
- Reconhecer a importância que a alimentação saudável assume no desenvolvimento harmonioso do nosso corpo.

Componente Psicoafetiva

Âmbito: Educação para a Cidadania

Carga horária: 3 blocos letivos

Saberes a mobilizar:

- Aceitar as diferentes partes do corpo e da imagem corporal;
- Aceitar positivamente a sua identidade sexual;
- Desenvolver a autoestima;
- Refletir face aos papéis do género;
- Valorização das relações de cooperação e interajuda;
- Reconhecer a importância das relações afetivas na família;
- Identificar os diferentes tipos de amor entre os membros da família.

2.º Ano

Componente Biológica

Âmbito: Estudo do Meio – À Descoberta do Corpo Humano

Carga horária: 3 tempos letivos

Saberes a mobilizar:

- Identificar as diferentes partes do corpo utilizando vocabulário adequado para nomear as diferentes componentes anatómicas exteriores;
- Distinguir o género masculino do feminino;
- Identificar regras e alimentos que contribuem para uma alimentação saudável;
- Reconhecer a importância que a alimentação saudável assume no desenvolvimento harmonioso do nosso corpo.

Componente Psicoafetiva

Âmbito: Educação para a Cidadania

Carga horária: 3 tempos letivos

Saberes a mobilizar:

- Aceitar as diferentes partes do corpo e da imagem corporal.
- Aceitar positivamente a sua identidade sexual;
- Desenvolver a autoestima;
- Respeitar as diferenças;
- Reconhecer a importância das relações afetivas na família;
- Associar a palavra “partilha” à palavra “afeto”;
- Associar o efeito das boas práticas de higiene pessoal com o bem-estar físico e psíquico.

3.º Ano

Componente Biológica

Âmbito: Estudo do Meio – À Descoberta do Corpo Humano

Carga horária: 3 tempos letivos

Saberes a mobilizar:

- Identificar os órgãos do sistema reprodutor feminino e masculino;
- Identificar a célula reprodutora feminina como sendo o óvulo e a célula reprodutora masculina como sendo o espermatozoide;
- Identificar a fecundação (surgimento de um novo ser) como o resultado da junção do espermatozoide e do óvulo;
- Promover a autonomia na higiene pessoal.

Componente Psicoafetiva

Âmbito: Educação para a Cidadania

Carga horária: 3 tempos letivos

Saberes a mobilizar:

- Identificar os símbolos ♂ ♀ e reconhecer o seu significado;
- Desenvolver competências de autocontrolo, assertividade, gestão de conflitos e de trabalho em grupo/equipa;
- Reconhecer sentimentos que unem os membros da família;
- Valorização das relações de cooperação e interajuda para procurar apoios quando necessários;
- Identificar semelhanças fisionómicas entre os seus membros;
- Adequar as várias formas de contacto físico aos diferentes contextos de sociabilidade;
- Diferenciar emoções agradáveis de emoções desagradáveis;
- Atuar de modo assertivo nas diversas interações sociais (com familiares, amigos, colegas e desconhecidos).

4.º Ano

Componente Biológica

Âmbito: Estudo do Meio – À Descoberta do Corpo Humano

Carga horária: 3 tempos letivos

Saberes a mobilizar:

- Identificar os órgãos do sistema reprodutor feminino e masculino;
- Identificar a célula reprodutora feminina como sendo o óvulo e a célula reprodutora masculina como sendo o espermatozoide;
- Compreender os elementos essenciais acerca da gestação;
- Reconhecer as várias fases de desenvolvimento do feto;
- Compreender os elementos essenciais acerca do parto;
- Diferenciar sensações agradáveis de sensações desagradáveis.

Componente Psicoafetiva

Âmbito: Educação para a Cidadania

Carga horária: 3 tempos letivos

Saberes a mobilizar:

- Identificar os cuidados necessários à criança;
- Valorização das relações de cooperação e interajuda para procurar apoios quando necessário;
- Reconhecimento da importância das relações afetivas no seio familiar;
- Atuar de modo assertivo nas diversas interações sociais (com familiares, amigos, colegas e desconhecidos);
- Desenvolver competências de autocontrolo, assertividade, gestão de conflitos e de trabalho em grupo/equipa;
- Identificar e saber aplicar respostas adequadas em situações de injustiça, abuso ou perigo e saber procurar apoio, quando necessário;
- Atuar de modo assertivo nas diversas interações sociais (com familiares, amigos, colegas e desconhecidos).

2.º Ciclo

5.º Ano

Componente Biológica e Componente Psicoafetiva

Âmbito: Ciências Naturais e Educação Moral para a Cidadania

Carga horária: 9 tempos letivos

Saberes a mobilizar

- Identificar-se como mamífero;
- Compreender processos envolvidos na reprodução enquanto mamífero:
 - reprodução sexuada
 - dimorfismo sexual
 - comportamentos reprodutivos
 - animais vivíparos
 - comportamentos de pais para filhos.
- Identificar e saber aplicar respostas adequadas em situações de injustiça, abuso ou perigo e saber procurar apoio, quando necessário;

- Compreensão da diversidade dos comportamentos sexuais ao longo da vida e das diferenças individuais;
- Reflexão crítica face aos papéis estereotipados atribuídos socialmente a homens e mulheres.
- Reconhecimento da importância dos sentimentos e da afetividade na vivência da sexualidade;
- Aceitar os tipos de sentimentos que podem estar presentes nas diferentes relações entre as pessoas, incluindo os do âmbito da sexualidade;
- Atuar de modo assertivo nas diversas interações sociais (com familiares, amigos, colegas e desconhecidos).

6.º Ano

Componente Biológica e Componente Psicoafetiva

Âmbito: Ciências Naturais e Educação Moral para a Cidadania

Carga horária: 9 tempos letivos

Saberes a mobilizar:

- Promover a autoestima;
- Adequar as várias formas de contacto físico aos diferentes contextos de sociabilidade.
- Identificar comportamentos de risco: alcoolismo, tabagismo e outras drogas;
- Compreender as consequências negativas para a saúde dos comportamentos de risco e a sua relação com comportamentos sexuais de risco;
- Reconhecer formas de prevenção face a comportamentos de risco.
- Compreender os mecanismos de reprodução: fecundação, desenvolvimento do feto, parto e primeiros anos de vida;
- Identificar os órgãos internos e externos do sistema reprodutor;
- Aceitar as mudanças fisiológicas, emocionais e cognitivas próprias da sua idade;
- Promover a higiene pessoal e o cuidado da imagem.

3.º Ciclo

7.º Ano

Componente Biológica

Âmbito: Educação Moral para a Cidadania

Carga horária: 4 tempos letivos

Saberes a mobilizar:

- Identificar as mudanças fisiológicas e emocionais próprias da sua idade;
- Compreender as diferentes fases de desenvolvimento da sexualidade;
- Compreender o início da atividade do sistema reprodutor: menarca, ciclo menstrual e primeiras ejaculações;
- Promover a higiene pessoal e a alimentação equilibrada.

Componente Psicoafetiva e Componente Projeto de Vida

Âmbito: Educação Moral para a Cidadania

Carga horária: 8 tempos letivos

Saberes a mobilizar:

- Refletir sobre a adolescência como caminho para a idade adulta, pleno de mudanças.
- Promover a autoestima;
- Desenvolver a assertividade e a capacidade de tomada de decisão;
- Aprofundar o mundo da amizade e contribuir para a melhoria das relações interpessoais e sociais entre adolescentes;
- Compreender a importância de se sentir querido e de poder partilhar e comunicar as próprias emoções com os outros;
- Identificar e saber aplicar respostas adequadas em situações de injustiça, abuso ou perigo e saber procurar apoio, quando necessário.
- Aceitar as mudanças fisiológicas e emocionais próprias da sua idade.

8.º Ano

Componente Biológica

Âmbito: Educação Moral para a Cidadania

Carga horária: 4 tempos letivos

Saberes a mobilizar:

- Aceitar as mudanças fisiológicas e emocionais próprias da sua idade;
- Promover a higiene pessoal e a alimentação equilibrada.
- Identificar comportamentos de risco: alcoolismo, tabagismo e outras drogas;
- Compreender as consequências negativas para a saúde dos comportamentos de risco e a sua relação com comportamentos sexuais.

Componente Psicoafetiva e Componente Projeto de Vida

Âmbito: Educação Moral para a Cidadania

Carga horária: 8 tempos letivos

Saberes a mobilizar:

- Aceitar as mudanças fisiológicas e emocionais próprias da sua idade;
- Promover a autoestima;
- Organizar valores fundados na liberdade responsável de cada pessoa e na dignidade humana.
- Desenvolver a responsabilidade;
- Conhecer as consequências dos atos dos adolescentes e suas opções;
- Interiorizar o ato sexual inserido num projeto de vida adulta a dois;
- Desenvolver a capacidade de expressar emoções, sentimentos, percebendo que não está sozinho e que pode partilhar;
- Reconhecimento da importância dos sentimentos e da afetividade na vivência da sexualidade;

9.º Ano

Componente Biológica

Âmbito: Ciências Naturais

Carga horária: 4 tempos letivos

Saberes a mobilizar:

- Compreender o que é qualidade de vida e a sua relação com a saúde e a sexualidade;
- Identificar atitudes promotoras da saúde;
- Compreender a constituição e o funcionamento dos sistemas reprodutores feminino e masculino;
- Compreender todos os processos envolvidos na gravidez;
- Conhecer métodos contraceptivos e infeções de transmissão sexual;
- Identificar comportamentos de risco: alcoolismo, tabagismo e outras drogas;
- Compreender as consequências negativas para a saúde dos comportamentos de risco e a sua relação com comportamentos sexuais.

Componente Psicoafetiva e Componente Projeto de Vida

Âmbito: Ciências Naturais

Carga horária: 8 tempos letivos

Saberes a mobilizar:

- Identificar e compreender as dimensões da sexualidade;
- Promover a autoestima;
- Desenvolver a assertividade e a capacidade de tomada de decisão;
- Compreender o que é um projeto para a vida;
- Refletir sobre a felicidade na relação com os outros: assumir valores éticos fundamentais;
- Compreender a influência da sociedade na promoção de ambientes e comportamentos sexuais de risco.
- Reconhecer ideias e valores com que as diversas sociedades foram encarando a paridade entre os sexos;

- Adquirir atitudes de reflexão e de crítica face aos papéis estereotipados atribuídos socialmente a homens e mulheres.

Secundário

Componente Biológica, Psicoafetiva e Projeto de Vida

Âmbito: Biologia

Carga horária: 4 tempos letivos

Saberes a mobilizar:

- Compreender a influência do sistema endócrino na regulação do nosso organismo;
- Interiorizar sistemas de atitudes, valores e sentimentos estáveis;
- Compreender e valorizar a sua intimidade;
- Reconhecer e valorizar o sentido positivo da sexualidade;
- Desenvolver a aptidão para tomar decisões em relação à sua vida.

Planificação

1.º ciclo

		Saberes a mobilizar	Atividades	Materiais a mobilizar
1.º Ano	1.º Período	<p>1.ª Sessão Componente Biológica</p> <p>Identificar as diferentes partes do corpo utilizando vocabulário adequado para nomear as diferentes componentes anatómicas exteriores (como os olhos, boca, pés, incluindo também os órgãos genitais).</p> <p>Distinguir o género masculino do feminino.</p>	<p>Criar um debate / <i>brainstorming</i> partindo das seguintes perguntas: Quais são para ti as diferenças entre os meninos e as meninas?</p> <p>Registo das respostas.</p> <p>A partir de uma história narrada pela professora, as crianças completarão as imagens que representam as personagens principais da história.</p>	<p>História;</p> <p>Papel cavalinho com os contornos dos corpos;</p> <p>Material de Pintura;</p> <p>Grelha de registo.</p>
		<p>2.ª Sessão Componente Socioafetiva</p> <p>Aceitar as diferentes partes do corpo e da imagem corporal.</p> <p>Aceitar positivamente a sua identidade sexual e a dos outros.</p> <p>Desenvolver a autoestima.</p>	<p>Visualização das personagens criadas na sessão anterior.</p> <p>Desenhar o seu próprio corpo.</p> <p>Explorar as imagens criadas como forma de se reconhecer.</p>	<p>Papel;</p> <p>Material de pintura;</p> <p>Ficha de Atividades.</p>
	2.º Período	<p>3.ª Sessão Componente Biológica</p> <p>Identificar regras de higiene/saúde.</p> <p>Refletir e reconhecer a importância das regras de higiene.</p> <p>Promover a autonomia na higiene pessoal.</p>	<p>Relacionar objetos de higiene pessoal às partes do corpo correspondente.</p> <p>Visionamento do filme “Era uma vez”.</p> <p>Aproveitando uma aula de Educação Físico-motora, os alunos serão sensibilizados para os passos que devem seguir de modo a</p>	<p>Ficha de Atividades;</p> <p>DVD “Era uma vez”.</p>

3.º Período			conseguirem fazer uma correta higiene pessoal.		
		4.ª Sessão Componente Socioafetiva	Refletir face aos papéis do género. Valorização das relações de cooperação e interajuda.	Jogo: “Quem faz o quê?” É distribuída a cada criança uma placa de imagem alusiva a profissões, desportos e tarefas domésticas, solicitando que a coloque numa das três caixas existentes. Cada criança fundamenta a sua escolha e discute-a com o grande grupo.	3 caixas (uma com a personagem feminina, outra com a masculina e a terceira com as duas personagens); Cartões com representações de diversas profissões, desportos e tarefas domésticas.
		5.ª Sessão Componente Biológica	Identificar regras e alimentos que contribuem para uma alimentação saudável. Reconhecer a importância que a alimentação saudável assume no desenvolvimento harmonioso do nosso corpo.	Jogo: “Saco dos alimentos” De um saco, cada criança retira um alimento e diz se se trata de um alimento saudável ou não. Construir uma pirâmide alimentar em tamanho grande e as crianças irão completá-la com os alimentos corretos. Os alimentos serão desenhados em cartolina e, com velcro, serão fixados na pirâmide.	Saco; Cartolinas; Material de pintura; Velcro.
	6.ª Sessão Componente Socioafetiva	Reconhecer a importância das relações afetivas na família. Identificar os diferentes tipos de amor entre os membros da família. Comparar as expectativas iniciais com os conhecimentos desenvolvidos.	Desenhar a sua família. Dialogar sobre as relações afetivas entre os diferentes membros da família, a partir da sua árvore genealógica. Criar um debate / <i>brainstorming</i> com o mote: Quais são para ti as diferenças entre os meninos e as meninas? Registo das respostas.	Material de desenho; Grelha de registo. Árvore genealógica.	

		Saberes a mobilizar	Atividades	Materiais mobilizados
2.º Ano	1.º Período	<p>1.ª Sessão Componente Biológica</p> <p>Identificar as diferentes partes do corpo utilizando vocabulário adequado para nomear as diferentes componentes anatómicas exteriores (como os olhos, boca, pés, incluindo também os órgãos genitais).</p> <p>Distinguir o género masculino do feminino.</p>	<p>Criar um debate / <i>brainstorming</i> partindo das seguintes perguntas: O que já sabes sobre as diferenças entre os meninos e as meninas?</p> <p>Registo das respostas.</p> <p>A partir de uma história narrada pela professora, as crianças completarão com roupas as imagens que representam as personagens principais da história.</p>	<p>Grelha de registos.</p> <p>Roupas destacáveis;</p>
		<p>2.ª Sessão Componente Socioafetiva</p> <p>Aceitar as diferentes partes do corpo e da imagem corporal.</p> <p>Aceitar positivamente a sua identidade sexual e a dos outros.</p> <p>Desenvolver a autoestima.</p> <p>Respeitar as diferenças.</p>	<p>Comparar imagens de crianças de várias raças e com características diferentes, reconhecendo as suas próprias características.</p> <p>Leitura e interpretação do texto «As cores»</p>	<p>Ficha de trabalho</p> <p>Imagens de crianças de diferentes raças</p>
	2.º Período	<p>3.ª Sessão Componente Biológica</p> <p>Identificar e relacionar os cinco sentidos com os papéis de género.</p>	<p>Jogo dos sentidos.</p> <p>Os alunos têm que associar cada sentido a situações que se relacionem mais com cada género.</p>	<p>2 caixas (feminino e masculino);</p> <p>Cartões com os sentidos.</p>
		<p>4.ª Sessão Componente Socioafetiva</p> <p>Reconhecer a importância das relações afetivas na família.</p> <p>Associar a palavra “partilha” à palavra “afeto”.</p>	<p>Sopa de letras com palavras-chave relacionadas com a família.</p> <p>Reflexão sobre o significado das palavras e o valor que têm no contexto familiar.</p>	<p>Ficha de atividades.</p>

				No seguimento desta atividade, propor-se-á aos alunos que dialoguem com os pais ou Encarregados de Educação sobre alguns momentos de alegria e de tristeza que já tivessem vivenciado, respostas que serão registadas pelas crianças numa folha de registo.	Folha de registo. Computador com acesso à net.
3.º Período		5.ª Sessão Componente Biológica	Identificar regras de saúde e segurança do sistema reprodutor. Promover a autonomia na higiene pessoal.	Aproveitando uma aula de Educação Físico-motora, os alunos serão sensibilizados para os passos que devem seguir para conseguirem proceder a uma correta higiene pessoal.	
		6.ª Sessão Componente Socioafetiva	Associar o efeito das boas práticas de higiene pessoal com o bem-estar físico e psíquico. Comparar as expectativas iniciais com os conhecimentos desenvolvidos.	Diálogo sobre a importância de adquirir boas práticas de higiene pessoal. Jogo de mímica sobre as práticas de higiene abordadas. Criar um debate / <i>brainstorming</i> partindo das seguintes perguntas: O que já sabes sobre as diferenças entre os meninos e as meninas? Registo das respostas.	Grelha de registo.

		Saberes a mobilizar	Atividades	Materiais mobilizados
3.º Ano	1.º Período	<p>1.ª Sessão Componente Biológica</p> <p>Identificar os órgãos do sistema reprodutor feminino e masculino.</p> <p>Identificar a célula reprodutora feminina como sendo o óvulo e a célula reprodutora masculina como sendo o espermatozoide.</p>	<p>Visualização de imagens representativas do sistema reprodutor masculino e do sistema reprodutor feminino.</p> <p>Legendagem das imagens observadas.</p>	<p>Grelha de registo;</p> <p>Imagens dos sistemas reprodutores;</p> <p>Legendas destacáveis.</p>
		<p>2.ª Sessão Componente Socioafetiva</p> <p>Identificar os símbolos ♂ ♀ e reconhecer o seu significado.</p> <p>Desenvolver competências de autocontrolo, assertividade, gestão de conflitos e de trabalho em grupo/equipa.</p>	<p>Visualizar imagens em que estes dois símbolos surjam em situações do dia a dia.</p> <p>Em grupos, as crianças irão fazer os símbolos em diferentes materiais, para os utilizarem nas portas das casas de banho do Externato, identificando-as.</p>	<p>Cartões com imagens;</p> <p>Diferentes materiais reciclados.</p>
	2.º Período	<p>3.ª Sessão Componente Biológica</p> <p>Identificar a fecundação (surgimento de um novo ser) como o resultado da junção do espermatozoide e do óvulo.</p>	<p>Completar um texto com lacunas.</p> <p>Visionamento de um filme “Era uma vez o Corpo humano”.</p>	<p>Ficha de trabalho;</p> <p>DVD “Era uma vez o Corpo Humano”.</p>
		<p>4.ª Sessão Componente Socioafetiva</p> <p>Reconhecer sentimentos que unem os membros da família.</p> <p>Valorização das relações de cooperação e interajuda para procurar apoios quando necessários.</p>	<p>Exploração de um álbum de família, como forma de reconhecer os diferentes tipos de amor/relação entre os seus membros, através de entrevistas que cada aluno fará aos seus familiares.</p> <p>Realização do jogo “Descobrir o melhor amigo”.</p>	<p>Álbum de família.</p> <p>Ficha de trabalho.</p>

3.º Período				Construção do álbum dos amigos.	
		5.ª Sessão Componente Biológica	Identificar regras de saúde e segurança do sistema reprodutor. Promover a autonomia na higiene pessoal.	Observação de imagens e diálogo com os alunos sobre as regras. Registo das regras.	Cartões com imagens.
		6.ª Sessão Componente Socioafetiva	Adequar as várias formas de contacto físico aos diferentes contextos de sociabilidade. Diferenciar emoções agradáveis de emoções desagradáveis. Atuar de modo assertivo nas diversas interações sociais (com familiares, amigos, colegas e desconhecidos).	Jogo: “Saco das emoções”. É pedido a cada criança que tire de um saco uma placa de imagem ilustrada com uma emoção (tristeza, alegria, medo, raiva e aversão). A seguir, a criança deve mimá-la para que o grupo possa adivinhar a emoção que está representada. Simultaneamente, o professor tira uma fotografia à mímica da criança. Criar um debate / <i>brainstorming</i> partindo da seguinte pergunta: Como evitar/resolver conflitos? Registo das respostas.	Saco; Cartões Folha de registo.

		Saberes a mobilizar	Atividades	Materiais mobilizados
4.º Ano	1.º Período	<p>1.ª Sessão Componente Biológica</p> <p>Identificar os órgãos do sistema reprodutor feminino e masculino.</p> <p>Identificar a célula reprodutora feminina como sendo o óvulo e a célula reprodutora masculina como sendo o espermatozoide.</p>	<p>Visualização de imagens representativas do sistema reprodutor masculino e do sistema reprodutor feminino.</p> <p>Legendagem das imagens observadas.</p>	<p>Grelha de registo;</p> <p>Imagens dos sistemas reprodutores;</p> <p>Legendas destacáveis.</p>
		<p>2.ª Sessão Componente Socioafetiva</p> <p>Identificar os cuidados necessários à criança.</p> <p>Valorização das relações de cooperação e interajuda para procurar apoios quando necessário.</p> <p>Reconhecimento da importância das relações afetivas no seio familiar.</p> <p>Atuar de modo assertivo nas diversas interações sociais (com familiares, amigos, colegas e desconhecidos).</p>	<p>Diálogo sobre a importância de ter boas práticas de higiene.</p> <p>Enunciação das principais normas de higiene.</p> <p>Pesquisa de doenças relacionadas com a falta de higiene.</p>	<p>Manuais</p> <p>Computador com acesso à net.</p>
	2.º Período	<p>3.ª Sessão Componente Biológica</p> <p>Compreender os elementos essenciais acerca da gestação.</p> <p>Reconhecer as várias fases de desenvolvimento do feto.</p> <p>Compreender os elementos essenciais acerca do parto.</p>	<p>Apresentação de PowerPoint com a evolução do feto ao longo das 40 semanas, incluindo ecografias.</p> <p>Os alunos, em grupos, irão colorir, recortar o ordenar imagens referentes às diferentes fases de gestação, formando um cartaz que será afixado na sala.</p> <p>Visualização do capítulo 4 do filme “Era uma vez o Corpo Humano – O Nascimento”.</p>	<p>Apresentação de PowerPoint;</p> <p>Projetor multimédia;</p> <p>Imagens para colorir;</p> <p>Cartolinas;</p> <p>DVD “Era uma vez o Corpo Humano – O Nascimento”.</p>

3.º Período	4.ª Sessão Componente Socioafetiva	Desenvolver competências de autocontrolo, assertividade, gestão de conflitos e de trabalho em grupo/equipa.	Identificação de regras e vantagens do trabalho em grupo, através de uma ficha de trabalho.	Ficha de trabalho.
	5.ª Sessão Componente Biológica	Diferenciar sensações agradáveis de sensações desagradáveis.	Jogo: Baú das sensações. Os alunos retiram de um baú em cupão indicativo de uma experiência a realizar. Estas experiências conduzirão à experimentação de diferentes sensações.	Baú; Cupões; Sal; Açúcar; Penas; Alfinetes;
	6.ª Sessão Componente Socioafetiva	<p>Adequar as várias formas de contacto físico aos diferentes contextos de sociabilidade.</p> <p>Identificar e saber aplicar respostas adequadas em situações de injustiça, abuso ou perigo e saber procurar apoio, quando necessário.</p> <p>Atuar de modo assertivo nas diversas interações sociais (com familiares, amigos, colegas e desconhecidos).</p>	<p>Debate com base na folha de trabalho “Sei resolver problemas”.</p> <p>Leitura e análise do conto “ As palavras cor-de-rosa e as palavras cinzentas”.</p> <p>Diálogo sobre a importância de atitudes corretas no estabelecimento de relações interpessoais.</p> <p>Partindo da ficha de trabalho “como decido”, debater as possíveis consequências de uma decisão.</p>	<p>Manuais. Computadores com acesso à net</p> <p>Fichas de trabalho Conto</p>

2.º Ciclo

		Saberes a mobilizar	Atividades	Materiais a mobilizar	Disciplinas intervenientes
5.º Ano	5 Sessões Componente Biológica e Psicoafetiva	<ul style="list-style-type: none"> - Identificar-se como mamífero; - Compreender processos envolvidos na reprodução enquanto mamífero: <ul style="list-style-type: none"> - reprodução sexuada - dimorfismo sexual - comportamentos reprodutivos - animais vivíparos - comportamentos de pais para filhos. - Identificar e saber aplicar respostas adequadas em situações de injustiça, abuso ou perigo e saber procurar apoio, quando necessário; - Compreensão da diversidade dos comportamentos sexuais ao longo da vida e das diferenças individuais; - Reflexão crítica face aos papéis estereotipados atribuídos socialmente a homens e mulheres. 	<ul style="list-style-type: none"> - Conforme a planificação de Educação Moral para a Cidadania. 		Educação Moral para a Cidadania
	2 Sessões Componente Biológica	<ul style="list-style-type: none"> - Identificar-se como mamífero; - Compreender processos envolvidos na reprodução enquanto mamífero: <ul style="list-style-type: none"> - reprodução sexuada, - dimorfismo sexual - comportamentos reprodutivos - animais vivíparos, - comportamentos de pais para filhos. 	<ul style="list-style-type: none"> - Conforme a planificação de Ciências Naturais. 		Ciências Naturais

	<p>2 Sessões</p> <p>Componente Psicoafetiva</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Aceitar os tipos de sentimentos que podem estar presentes nas diferentes relações entre as pessoas, incluindo os do âmbito da sexualidade; - Atuar de modo assertivo nas diversas interações sociais (com familiares, amigos, colegas e desconhecidos). 	<ul style="list-style-type: none"> - Brainstorming: o que é o amor? - Projetar imagens que mostram diferentes tipos de amor e outras situações - Explicar os 3 tipos de amor: conjugal, filial e entre pares - Identificar os 3 tipos de amor nas imagens que tinham sido projetadas anteriormente; - Identificar oralmente de situações pessoais onde experimentaram os 3 tipos de amor. 	<p>- PowerPoint com imagens</p>	<p>Educação Moral para a Cidadania</p>
--	---	--	--	---------------------------------	---

		Saberes a mobilizar	Atividades	Materiais mobilizados	Disciplinas intervenientes
<p>6.º Ano</p>	<p>5 Sessões</p> <p>Componente Biológica e Psicoafetiva</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Promover a autoestima; - Adequar as várias formas de contacto físico aos diferentes contextos de sociabilidade. - Identificar comportamentos de risco: alcoolismo, tabagismo e outras drogas; - Compreender as consequências negativas para a saúde dos comportamentos de risco e a sua relação com comportamentos sexuais de risco; - Reconhecer formas de prevenção face a comportamentos de risco. - Compreender os mecanismos de reprodução: fecundação, desenvolvimento do feto, parto e primeiros anos de vida. 	<ul style="list-style-type: none"> - Conforme a planificação de Educação Moral para a Cidadania. 		<p>Educação Moral para a Cidadania</p>

	<p>2 Sessões</p> <p>Componente Biológica</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Identificar os órgãos internos e externos do sistema reprodutor; - Aceitar as mudanças fisiológicas, emocionais e cognitivas próprias da sua idade; - Compreender os mecanismos de reprodução: fecundação, desenvolvimento do feto, parto e primeiros anos de vida; - Identificar comportamentos de risco: alcoolismo, tabagismo e outras drogas; - Compreender as consequências negativas para a saúde dos comportamentos de risco e a sua relação com comportamentos sexuais de risco; - Reconhecer formas de prevenção face a comportamentos de risco. 	<p>- Conforme a planificação de Ciências Naturais.</p>		<p>Ciências Naturais</p>
	<p>2 Sessões</p> <p>Componente Psicoafetiva</p>	<p>- Promover a higiene pessoal e o cuidado da imagem.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Atividade: “Como estamos de higiene pessoal?” - Atividade: “Elaboramos uma ementa” 	<p>- Fichas das atividades</p>	<p>Educação Moral para a Cidadania</p>

3.º Ciclo

		Saberes a mobilizar	Atividades	Materiais a mobilizar	Disciplinas intervenientes
7.º Ano	6 Sessões Componente Psicoafetiva e Projeto de Vida	<ul style="list-style-type: none"> - Refletir sobre a adolescência como caminho para a idade adulta, pleno de mudanças. - Promover a autoestima. - Desenvolver a assertividade e a capacidade de tomada de decisão. - Aprofundar o mundo da amizade e contribuir para a melhoria das relações interpessoais e sociais entre adolescentes. - Compreender a importância de se sentir querido e de poder partilhar e comunicar as próprias emoções com os outros. - Identificar e saber aplicar respostas adequadas em situações de injustiça, abuso ou perigo e saber procurar apoio, quando necessário. 	<ul style="list-style-type: none"> - Conforme a planificação de Educação Moral para a Cidadania. 		Educação Moral para a Cidadania
	4 Sessões Componente Biológica	<ul style="list-style-type: none"> - Identificar as mudanças fisiológicas e emocionais próprias da sua idade; - Compreender as diferentes fases de desenvolvimento da sexualidade; - Compreender o início da atividade do sistema reprodutor: menarca, ciclo menstrual e primeiras ejaculações; - Promover a higiene pessoal e a alimentação equilibrada. 	<ul style="list-style-type: none"> - Conforme a planificação de Educação Moral para a Cidadania. 		Educação Moral para a Cidadania
	2 Sessões Componente Psicoafetiva	<ul style="list-style-type: none"> - Promover a autoestima. - Aceitar as mudanças fisiológicas e emocionais próprias da sua idade. 	<ul style="list-style-type: none"> - Atividade: “Falam...” - Atividade: “Vejo-me assim” 	<ul style="list-style-type: none"> - Ficha das atividades 	Educação Moral para a Cidadania

		Saberes a mobilizar	Atividades	Materiais a mobilizar	Disciplinas intervenientes
8.º Ano	6 Sessões Componente Psicoafetiva e Projeto de Vida	<ul style="list-style-type: none"> - Aceitar as mudanças fisiológicas e emocionais próprias da sua idade; - Promover a autoestima; - Organizar valores fundados na liberdade responsável de cada pessoa e na dignidade humana; - Desenvolver a responsabilidade; - Conhecer as consequências dos atos dos adolescentes e suas opções; - Interiorizar o ato sexual como parte de um projeto de vida adulta a dois; - Desenvolver a capacidade de expressar emoções, sentimentos, percebendo que não está sozinho e que pode partilhar. 	<ul style="list-style-type: none"> - Conforme a planificação de Educação Moral para a Cidadania. 		Educação Moral para a Cidadania
	4 Sessões Componente Biológica	<ul style="list-style-type: none"> - Aceitar as mudanças fisiológicas e emocionais próprias da sua idade; - Promover a higiene pessoal e a alimentação equilibrada. - Identificar comportamentos de risco: alcoolismo, tabagismo e outras drogas; - Compreender as consequências negativas para a saúde dos comportamentos de risco e a sua relação com comportamentos sexuais. 	<ul style="list-style-type: none"> - Conforme a planificação de Educação Moral para a Cidadania. 		Educação Moral para a Cidadania
	2 Sessões Componente Psicoafetiva	<ul style="list-style-type: none"> - Aceitar as mudanças fisiológicas e emocionais próprias da sua idade; - Promover a autoestima; - Reconhecimento da importância dos sentimentos e da afetividade na vivência da sexualidade; 	<ul style="list-style-type: none"> - Atividade: “Etiquetas emocionais” - Atividade: “Pequenos tesouros” 	<ul style="list-style-type: none"> - Etiquetas - Fichas de atividades 	Educação Moral para a Cidadania

		Saberes a mobilizar	Atividades	Materiais a mobilizar	Disciplinas intervenientes
9.º Ano	6 Sessões Componente Psicoafetiva e Projeto de Vida	<ul style="list-style-type: none"> - Identificar e compreender as dimensões da sexualidade; - Promover a autoestima; - Desenvolver a assertividade e a capacidade de tomada de decisão; - Compreender o que é um projeto para a vida; - A felicidade na relação com os outros: assumir valores éticos fundamentais; - Compreender a influência da sociedade na promoção de ambientes e comportamentos sexuais de risco. 	<ul style="list-style-type: none"> - Conforme a planificação de Ciências Naturais. 		Ciências Naturais
	4 Sessões Componente Biológica	<ul style="list-style-type: none"> - Compreender o que é qualidade de vida e a sua relação com a saúde e a sexualidade; - Identificar atitudes promotoras da saúde; - Compreender a constituição e o funcionamento dos sistemas reprodutores feminino e masculino; - Compreender todos os processos envolvidos na gravidez; - Conhecer métodos contraceptivos e infeções de transmissão sexual; - Identificar comportamentos de risco: alcoolismo, tabagismo e outras drogas; - Compreender as consequências negativas para a saúde dos comportamentos de risco e a sua relação com comportamentos sexuais. 	<ul style="list-style-type: none"> - Conforme a planificação de Ciências Naturais. 		Ciências Naturais
	2 Sessões Componente Psicoafetiva	<ul style="list-style-type: none"> - Reconhecer ideias e valores com que as diversas sociedades foram encarando a paridade entre os sexos; - Adquirir atitudes de reflexão e de crítica face aos papéis estereotipados atribuídos socialmente a homens e mulheres; 	<ul style="list-style-type: none"> - Atividade: "O antropólogo viajante" - Debate sobre as afirmações: <ul style="list-style-type: none"> * É errado os meninos brincarem com as bonecas. * Os homens também devem fazer trabalhos domésticos. * As mulheres são mais corajosas do que os homens. * É errado um rapaz bater nas raparigas. 	<ul style="list-style-type: none"> - Ficha da atividade 	Ciências Naturais

Secundário

	Saberes a mobilizar	Atividades	Materiais a mobilizar	Disciplinas intervenientes
2 Sessões	- Compreender a influência do sistema endócrino na regulação do nosso organismo.	- Conforme a planificação de Biologia.		Biologia
2 Sessões	- Interiorizar sistemas de atitudes, valores e sentimentos estáveis; - Compreender e valorizar a sua identidade; - Reconhecer e valorizar o sentido positivo da sexualidade; - Desenvolver a aptidão para tomar decisões em relação à sua vida.	- Brainstorming/Debate: “O que é identidade?” (escrever respostas num folha de registo); - Atividade “Role-Play 1” - Atividade “Role-Play 2” - Brainstorming/Debate: “O que é identidade?” (escrever respostas num folha de registo);	- Folha de registo - Fichas da atividades	Biologia