



CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS – 2º Ciclo

| DOMÍNIOS | CONTEÚDOS - 5º ano | DOMÍNIOS | CONTEÚDOS - 6º ano |
|--|--|--|---|
| Introdução à Educação para a Saúde | Apresentação dos conteúdos que vão ser lecionados, objetivos gerais e metas Critérios de avaliação da disciplina Conceito de Saúde e Doença OMS – Organização Mundial de Saúde Direitos e Deveres dos doentes. | Introdução à Educação para a Saúde | Apresentação dos conteúdos que vão ser lecionados, objetivos gerais e metas Critérios de avaliação da disciplina Conceito de Saúde e Doença OMS – Organização Mundial de Saúde |
| Prevenção da Violência em Meio Escolar e Bullying | Violência em meio escolar Resolução de conflitos Cooperação e partilha Valorização pessoal - Autoestima | Prevenção da Violência em Meio Escolar e Bullying | Violência em meio escolar Resolução de conflitos Cooperação e partilha Valorização pessoal - Autoestima |
| Educação Alimentar e Atividade Física | A Alimentação Composição, origem e métodos de conservação dos alimentos A Roda dos alimentos e Pirâmide Alimentar Distribuição de refeições O prazer dos sentidos relacionados com a alimentação Os rótulos alimentares e sua importância A Prática de Exercício Físico relacionada com uma vida saudável O Perigo das Dietas (má nutrição) | Primeiros Socorros | Feridas Hemorragias Entorse Cãibra Fracturas Queimaduras Insolação Golpe Calor Obstrução da via aérea Intoxicações Patologias mais comuns Posição Lateral de Segurança (PLS) Armário Primeiros Socorros Contatos úteis |
| Higiene / Saúde Oral | A Higiene e as várias componentes A Higienização das mãos Hábitos de Higiene Oral A boca e os dentes: - Constituição da boca - Anatomia dentária | Prevenção do Consumo de Substâncias Psicoativas | O tabagismo, o álcool e outras drogas Prevenção e perigos de substâncias psicoativas |

| | | | |
|--|---|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> - Importância e função dos dentes Técnica de Escovagem de dentes A Escovagem de dentes associada a uma boa saúde oral Algumas doenças provocadas pela má Higiene Oral A função e importância do dentista | | |
| Prevenção do Consumo de Substâncias Psicoativas | O tabagismo, o álcool e outras drogas Prevenção e perigos de substâncias psicoativas | Doenças Transmissíveis | HIV1 HIV2 Hepatites HPV Herpes |
| Sexualidade e Afetos/Educação Sexual | Sexualidade e gênero Normalidade, importância e frequência das suas variantes biopsicológicas Afetos e Sexualidade Autoestima Puberdade Eu e os Outros / Diversidade e Respeito A Família | Sexualidade e Afetos /Educação Sexual | Dimensão ética da sexualidade humana Afetos e Sexualidade Puberdade: <ul style="list-style-type: none"> - Morfologia e fisiologia dos sistemas reprodutores O corpo em transformação Carateres sexuais primários e secundários Normalidade, importância e frequência das suas variantes biopsicológicas O ciclo menstrual e ovulatório Reprodução humana e crescimento: <ul style="list-style-type: none"> - Gravidez e Parto Contraceção e planeamento familiar |