



#### 4\_ADENDA AO PLANO ANUAL DE ATIVIDADES

2022/2023

**Visita de estudo a Roma:** "Em virtude do orçamento inicial ter sido alterado para o dobro (400€ para 800€), os professores responsáveis decidiram alterar o local da visita, substituindo a cidade de Roma por Barcelona. Com esta alteração garantem a participação/ida de todos os alunos envolvidos (10.º, 11.º e 12.º anos inscritos na disciplina de EMRC.)"

**PES:** "Devido a problemas informáticos registados no dia 30 de setembro, este projeto foi enviado para a coordenadora de projetos, no entanto, não houve receção do mesmo."

#### 1.º, 2.º e 3.º PERÍODO

NOME Disciplinas/ Áreas/Áreas de conteúdo	OBJETIVOS	ATIVIDADES	DOMÍNIOS	RESPONSÁVEIS PÚBLICO-ALVO	CALEND.	RECURSOS	ORÇAMENTO
Projeto:  PES  Saúde Escolar  Saúde Escolar e Nutrição  Ciências Naturais  Saúde Oral  Cidadania e Desenvolvimento  Educação Sexual  Português  Inglês	<ul style="list-style-type: none"><li>• Capacitar as crianças e suas famílias para uma alimentação saudável e um estilo de vida promotor da saúde;</li><li>• Incentivar hábitos de alimentação saudável e sustentável;</li><li>• Aumentar a ingestão de "super alimentos" (frutas e legumes) para alcançar as quantidades mínimas diárias e diminuir o consumo de produtos com excesso de açúcar, sal ou gordura;</li><li>• Avaliação qualitativa das refeições escolares servidas na cantina da Escola Básica e Secundária;</li><li>• Sensibilizar para as transformações físicas e emocionais que ocorrem na puberdade;</li><li>• Fomentar hábitos de higiene pessoal saudáveis;</li><li>• Prevenir e tratar as doenças orais nas crianças e jovens;</li><li>• Melhorar os conhecimentos e comportamentos sobre saúde oral nos ambientes onde as crianças e jovens vivem e estudam;</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• PASSEzinho - Programa de Alimentação Saudável em Saúde Escolar:<ul style="list-style-type: none"><li>- Conjunto de atividades pré-definidas a serem desenvolvidas em sala de aula;</li></ul></li><li>• Heróis da Fruta:<ul style="list-style-type: none"><li>- Conjunto de atividades em sala de aula, durante 5 semanas seguidas;</li></ul></li><li>• PODE - Programa de Otimização das Dietas Escolares:<ul style="list-style-type: none"><li>- Preenchimento de grelhas de registo de géneros alimentícios utilizados na confeção das refeições escolares;</li></ul></li><li>• Programa Educativo sobre a adolescência - "Acerca de ti":<ul style="list-style-type: none"><li>- Exploração, em aula (CN), da literatura enviada pelo Programa;</li><li>- Distribuição a todos os alunos dos panfletos/flyers;</li><li>- Entrega às alunas de cada turma do Kit, com artigos de higiene feminina pessoal;</li></ul></li></ul>	C, D	Equipa PES: Raul Sousa e João Menezes e Equipa da ULSAM  Crianças de jardim de infância, da Educação Pré-escolar e Alunos do 1º, 2º e 3º Ciclo do Ensino Básico e Ensino Secundário e Profissional do 10ºD	1.º, 2.º e 3.º Período	Direção do Agrupamento Alunos Docentes Encarregados de educação Serviços Administrativos Auditório Salas de aula Outros	763€  POCH

<p>Matemática - 10º A e B</p> <p>Os vídeos têm de ser submetidos até 2 de dezembro</p> <p>Concurso na escola pode ser no 2º período.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dotar os alunos de conhecimentos básicos sobre primeiros socorros e suporte básico de vida</li> <li>• Sensibilizar alunos e professores sobre o que deve ser feito em caso de emergência médica e como realizar corretamente manobras de SBV em vítimas de paragem cardiorrespiratória (PCR);</li> <li>• Elaborar algumas ementas equilibradas e discutir os riscos e os benefícios dos alimentos para a saúde humana;</li> <li>• Selecionar e organizar informação a partir de fontes diversas, integrando saberes prévios para construir novos conhecimentos;</li> <li>• Construir modelos para representação de estruturas e sistemas;</li> <li>• Contribuir para a melhoria dos relacionamentos afetivo-sexuais entre os jovens;</li> <li>• Contribuir para a redução de possíveis ocorrências negativas decorrentes dos comportamentos sexuais, como gravidez precoce e infecções sexualmente transmissíveis;</li> <li>• Contribuir para a elevação da literacia em saúde da comunidade escolar;</li> <li>• Desenvolver ações conducentes à promoção de estilos de vida saudáveis em meio escolar;</li> <li>• Promover e acompanhar comportamentos de risco relacionados com a saúde individual e coletiva;</li> <li>• Conhecer as formas de desperdício alimentar ao longo da cadeia alimentar;</li> <li>• Compreender os custos ambientais, económicos e sociais do desperdício alimentar;</li> <li>• Ser agentes ativos no combate ao desperdício alimentar em casa e na sua escola;</li> <li>• Participar na gestão e confeção das refeições em casa;</li> <li>• Conhecer regras básicas de segurança e higiene alimentar;</li> <li>• Praticar uma alimentação mais saudável.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Envio aos encarregados de educação das alunas dos panfletos/flyers recebidos;</li> <li>• Programa Nacional de Promoção da Saúde Oral 2022- 2023: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Distribuição de cheques dentista aos EE dos alunos abrangidos pelo programa;</li> </ul> </li> <li>• Mass Training - Formação sobre primeiros socorros e suporte básico de vida: Apresentação teórica sobre a ação do INEM: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Exercitação, em modelo anatómico, do algoritmo do Suporte Básico de Vida;</li> <li>- Exercitação da técnica de desobstrução da via aérea e como colocar uma vítima em Posição Lateral de Segurança;</li> </ul> </li> <li>• Comemoração do Dia Mundial da Alimentação: Promoção de concurso de "Ementas saudáveis": <ul style="list-style-type: none"> <li>- Elaboração de cartazes/ mensagens sobre a Alimentação Saudável;</li> <li>- Construção de diferentes representações da Roda dos Alimentos e/ou Pirâmide da Dieta Mediterrânika;</li> </ul> </li> <li>• Peça de Teatro "DEIXEMOS O SEXO EM PAZ", pela Companhia Profissional Teatro Maria Paulos: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Assistir à peça de teatro "Deixemos o Sexo em paz";</li> <li>- Promoção de debate/reflexão, em aula, sobre a peça;</li> </ul> </li> <li>• GIAA "Gabinete de Informação e Apoio ao Aluno": <ul style="list-style-type: none"> <li>- Disponibilização de um espaço onde os alunos podem procurar informação, esclarecer dúvidas, falar, partilhar emoções sobre temas como a saúde, sexualidade, alimentação ou outras (Sala F13-A);</li> <li>- Dinamização de sessões de esclarecimento sobre Sexualidade e Afetos, nas turmas do 2º e 3º ciclo do ensino básico.</li> </ul> </li> <li>• GREEN CHEF 7: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Inscrição no concurso da Deco Jovem "GreenChef 7";</li> <li>- Elaborar e confeccionar receitas tendo o pão como ingrediente obrigatório;</li> <li>- Preparar vídeos com receitas culinárias, que evidenciem a importância do combate ao desperdício alimentar;</li> </ul> </li> </ul>				
--	--	--	--	--	--	--

- |  |  |   |  |  |  |  |  |
|--|--|---|--|--|--|--|--|
|  |  | <ul style="list-style-type: none"><li>- Enviar os vídeos à plataforma da DECO;</li><li>- Organizar um concurso de pratos confeccionados pelos alunos, tendo como ingrediente obrigatório o pão, no Agrupamento.</li></ul> |  |  |  |  |  |
|--|--|---|--|--|--|--|--|