



ÁREAS DE COMPETÊNCIAS DO PERFIL DOS ALUNOS (ACPA):

- A Linguagens e textos
- B Informação e Comunicação
- C Raciocínio e resolução de problemas
- D Pensamento crítico e pensamento criativo
- E Relacionamento interpessoal
- F Desenvolvimento pessoal e autonomia
- G Bem-estar, saúde e ambiente
- H Sensibilidade estética e artística
- I Saber científico, técnico e tecnológico
- J Consciência e domínio do corpo

EDUCAÇÃO PARA A CIDADANIA - DOMÍNIOS

- 1º GRUPO
Direitos Humanos; Igualdade de Género;
Interculturalidade; Desenvolvimento Sustentável;
Educação Ambiental; Saúde
- 2º GRUPO
Sexualidade; Média, Instituições e participação
democrática; Literacia Financeira e Educação
para o Consumo
- 3º GRUPO
Segurança, Defesa e Paz; Voluntariado

AULA F2

45'

APRENDIZAGENS ESSENCIAIS: CONHECIMENTOS, CAPACIDADES E ATITUDES

O/A aluno/a deve ser capaz de:

Identificar hábitos saudáveis

AÇÃO ESTRATÉGICA 1 45'

RECURSOS



EUROPA Viver + em conjunto



AGRICULTURA E ALIMENTAÇÃO. Comer + alimentos saudáveis

https://op.europa.eu/webpub/com/europe-better-together/pt/EUROPE_Living_together.html#FARMING_AND_FOOD

PROFESSOR/PROFESSORA

- ▶ Orienta a pesquisa e a elaboração das respostas.

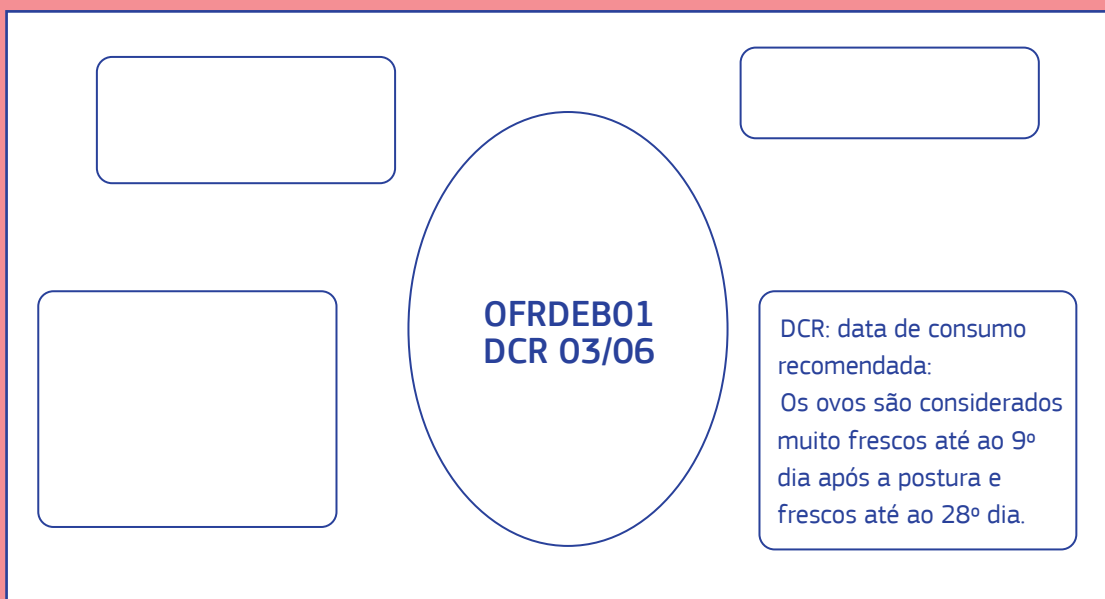
ALUNO/ALUNA

Em grupos de

- ▶ Como podemos ter uma agricultura de qualidade?
Resposta: utilizando métodos de produção mais amigos do ambiente, recorrendo menos a pesticidas e estabelecendo regras para que os animais sejam mais bem tratados.
- ▶ O que nos indicam os rótulos dos alimentos?
Resposta: esses rótulos indicam-nos a composição dos alimentos e informam-nos da data a partir da qual deixamos de poder consumir os produtos.
- ▶ O que nos diz o código impresso nos ovos?
Resposta: esse código permite-nos saber em que país foram postos e se as galinhas viviam ao ar livre, no solo ou em gaiolas.



Pinta e completa o esquema abaixo.



- ▶ O que significa a expressão «comida de plástico»? Pesquisa na *Internet*, caso não saibas o que esta expressão significa. Pede ajuda ao/à teu/tua professor/a, caso consideres necessário.

Resposta aberta.

- ▶ Porque devemos dizer não à comida de plástico?

Resposta: porque em toda a Europa mais de metade das pessoas adultas têm excesso de peso.

- ▶ Que quantidade de fruta e de legumes se deve comer, por dia, para se ser verdadeiramente saudável?

Resposta: deve-se comer 5 porções de fruta e legumes por dia.
