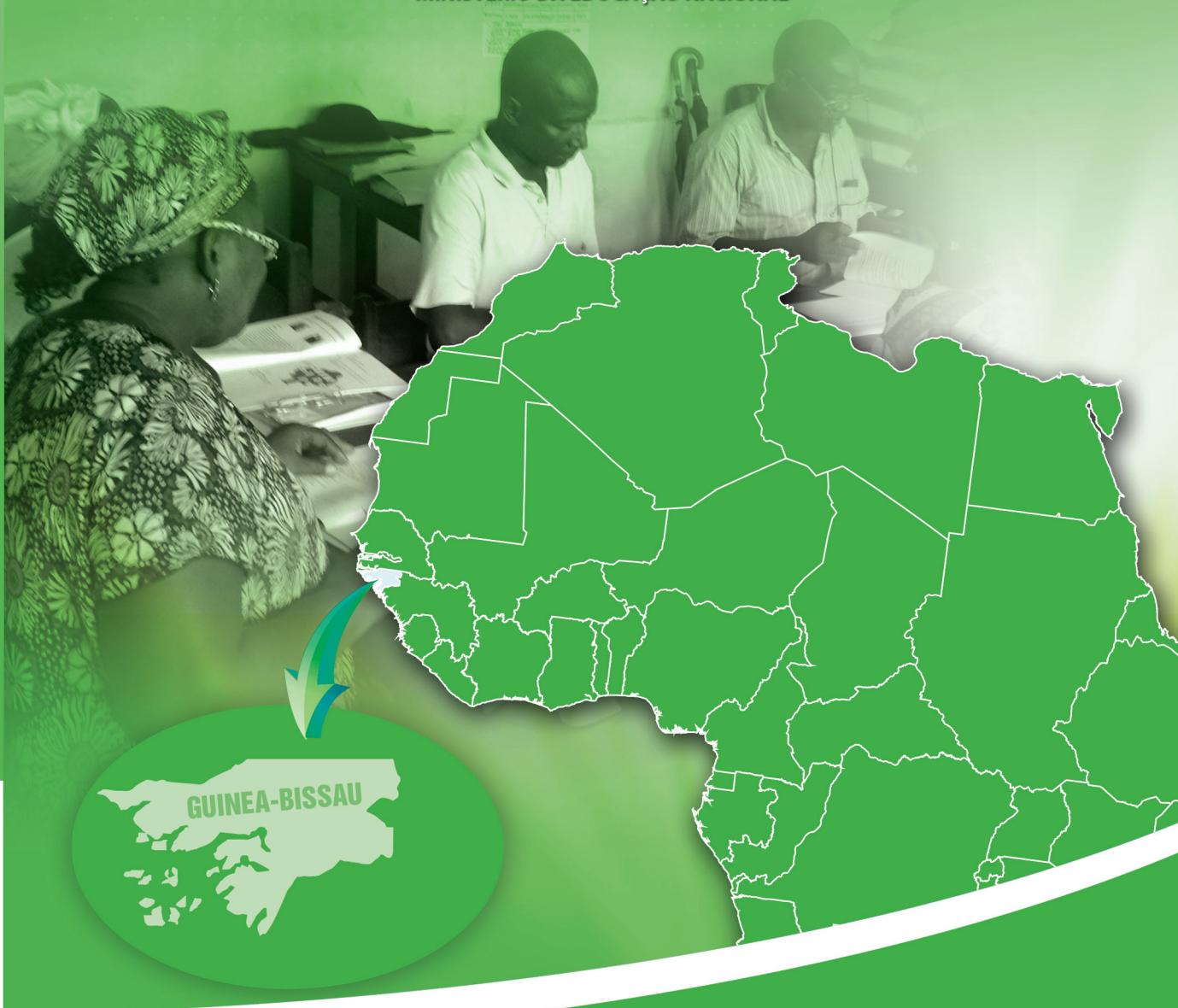


REPÚBLICA DA GUINÉ-BISSAU



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO NACIONAL



Módulo e Guia de Expressão Plástica, Motora e Musical

1º ao 6º ano

Outubro 2015

REPÚBLICA DA GUINÉ-BISSAU



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO NACIONAL



Módulo e Guia de Expressão Plástica, Motora e Musical

1º ao 6º ano

Outubro 2015

Ficha Técnica

Ministério da Educação Nacional

Instituto Nacional para o Desenvolvimento da Educação
Projecto “Melhoria de qualificação dos professores do Ensino Básico 1º ao 6º ano”

Direcção Pedagógica

Alanam Francisco Pereira
Directora Geral do INDE

Título

MÓDULO E GUIA DE EXPRESSÃO PLÁSTICA, MOTORA E MUSICAL

Autor

Fernando Demba Baldé

Revisores

Fernando Demba Baldé
Alberto António Cabral
Maria do Carmo Lopes Machado
Angelina Mendes Varela

Coordenação Técnica e Pedagógica

Maria José Nóvoa

Capa, arranjos gráficos e fotografias

Fernando Demba Baldé

Fotografias

Autor(es) e/ou retiradas da internet

Maquetização

Mário José Óscar

Ilustração

Fernando demba Baldé
1ª Edição

Bissau, 2015



Organização
das Nações Unidas
para a Educação,
a Ciência e a Cultura



Nota prévia

Agradecimento ao Governo Italiano pelo financiamento deste projecto, implementado pela UNESCO e o Ministério da Educação Nacional da Guiné-Bissau.

Agradecimento ao grupo do Banco Africano de Desenvolvimento que forneceu e aceitou o uso de materiais de formação de professores desenvolvidos no âmbito do Projecto de Educação III.

As constatações, interpretações e conclusões neste documento não reflectem, necessariamente, os pontos de vista da UNESCO, do Banco Africano de Desenvolvimento ou do Governo da Guiné-Bissau.

Este material não é um documento final, por isso são bem-vindas sugestões de melhoria.

Módulo

ÍNDICE

| | |
|--|----|
| INTRODUÇÃO | 10 |
| ABORDAGEM POR COMPETÊNCIAS: DOS CONCEITOS À SALA DE AULA | 12 |
| A FAMÍLIA | 16 |
| OS SÍMBOLOS NACIONAIS | 19 |
| A HIGIENE | 21 |
| CONSERVAÇÃO DOS ALIMENTOS | 25 |
| RODA DOS ALIMENTOS | 29 |
| SEGURANÇA RODOVIÁRIA | 32 |
| ANIMAIS DOMÉSTICOS | 35 |
| O AMBIENTE | 37 |
| DESENHO, PINTURA E MODELAGEM | 39 |
| DOMÍNIO DO CORPO | 42 |
| GINÁSTICA | 44 |
| JOGO | 46 |
| DANÇA (JOGOS RÍTMICOS) | 48 |
| ATLETISMO | 50 |
| REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS | 51 |

INTRODUÇÃO

O *Módulo de Expressão Plástica, Motora e Musical* surge no âmbito do projecto “Melhoria da Qualificação de Professores e Implementação de Gestão de Resultados de Aprendizagem na Guiné-Bissau”, da UNESCO - Dakar, que tem como objectivo desenvolver um sistema eficaz de formação inicial e em serviço de professores/as, através da criação de um corpo docente homogéneo e altamente qualificado, que promova uma educação de qualidade (UNESCO, s/d).

Este projecto enquadra-se num conjunto de políticas educativas definidas pelo governo da Guiné-Bissau, para o período 2009-2020, que visam desenvolver o sector da educação, através do alcance da inclusão universal da educação, da promoção de uma abordagem holística para a melhoria global do sistema de ensino e da abordagem de questões essenciais no processo educativo, como são o desenvolvimento de competências para a vida, a alfabetização funcional, a educação para a cidadania, a igualdade de género e a gestão dos sistema de educação (UNESCO, s/d).

Este *Módulo* integra a metodologia da *Abordagem por Competências* (Rogiers, s/d) adoptada na revisão curricular, em curso, na Guiné-Bissau. Assim, o/a formador/a e o/a professor/a encontram neste *Módulo* um conjunto de propostas de exercícios, que poderão utilizar no reforço ou desenvolvimento de competências de professores/as e de alunos/as em formação, respectivamente. Pretende-se, assim, que este material funcione como um referencial que pode ser consultado ao longo do ano lectivo e não substitua outros materiais curriculares.

Na concepção deste *Módulo* tivemos sempre em conta as condições em que muitos docentes trabalham com os/as seus/as educandos/as, resolvendo imensas dificuldades e enfrentando carências por vezes com muito sacrifício pessoal. Porém, sem o vosso empenho e entusiasmo não será possível proporcionar às crianças a prática de actividades expressivas que são do seu agrado e que constam no currículo do Ensino Básico. Também, há que experimentar as tarefas, preparar os materiais e a sala de aula, encontrar as palavras e os gestos mais adequados a cada proposta de actividade.

Na selecção das actividades devem dar preferência às que são mais familiares às crianças, procurar a altura própria para as introduzir e avaliar os resultados obtidos. Não devem desistir se alguma actividade não correr como previsto. O tempo e a experiência ajudar-vos-ão a encontrar os processos mais ajustados aos/às formandos/a e/ou alunos/as.

Poderão mobilizar a colaboração dos pais e da comunidade na transmissão dos Saber. Estes, também, poderão participar em algumas atividades e nas festas escolares. Não-de-ver que “tudo valerá a pena” e que serão melhores formadores/a e/ou professores/as e os/as vossos/as alunos/as, para quem a Escola será um local cada vez mais agradável e estimulante, serão felizes.

O Módulo de Expressão Plástica, Motora e Musical contempla catorze fichas de orientação, que incluem um conjunto diversificado de situações didáticas, com uma proposta de critérios de avaliação.

Este *Módulo* faz-se acompanhar de um Guia onde o/a formador/a e o professor/a encontram mais Saber e propostas didáticas. Cabe a cada um/a a sua selecção, aplicação e adaptação, se necessária.

**Bom trabalho.
O autor**

ABORDAGEM POR COMPETÊNCIAS: DOS CONCEITOS À SALA DE AULA

A Abordagem por Competências (APC) ou Pedagogia de Integração desenvolve-se como forma da escola se adaptar e responder às exigências da sociedade. Tal só será possível se o/a professor/a for desenvolvendo as suas práticas profissionais e, conseqüentemente, os resultados dos/as alunos/as forem melhorando. Assim, é necessário

- que cada aluno/a mobilize aquisições (competências) para resolver situações complexas;
- avaliar as aquisições (competências) dos/as alunos/as em termos de situações complexas.

Uma vez que a integração só acontece se:

- «o aluno possuir os diferentes recursos: saber, saber-fazer e saber-ser»;
- «o aluno reinveste os conhecimentos adquiridos num contexto novo (uma nova situação-problema)»;
- «o aluno se implica pessoalmente na resolução da situação-problema», pois o processo de integração é individual. Tal significa que «deve ser o próprio aluno a encontrar os saber e o saber-fazer, os quais devem ser mobilizados e articulados para resolver a situação-problema» (Rogiers, s/d, p. 12).

A APC exige a mudança de práticas na sala de aula e não a troca do termo objectivo pelo de competência. Esta mudança é necessária para que melhorem os resultados e as competências dos/as alunos/as, facilitando a sua inserção no quotidiano profissional ou o prosseguimento de estudos (Rogiers, 2007). Estas alterações, que se pretende que sejam graduais, implicam a elaboração de materiais adequados às práticas lectivas, um acompanhamento regular do trabalho do/a professor/a, a partilha de experiências entre professores/as, a participação em formações complementares e avaliação regular das mudanças efectuadas, para que se ajustem meios e recursos a aplicar na sala de aula (Rogiers, 2007).

A APC utiliza uma terminologia, que o/a formadora e o/a professor/a passarão a integrar nas suas planificações. A saber:

- **Objectivos de integração:** podem ser definidos para um ciclo de estudos (objectivo terminal de integração - OTI) ou para um ano lectivo (objectivo intermediário de Integração - OII);
- **Competências:** dividem-se em competências de base e competências transversais. Deve-se levar os/as alunos/as a adquirir competências de base e competências transversais, que lhe permitirão resolver uma tarefa complexa, uma situação-problema. As competências são definidas a partir dos programas oficiais das disciplinas curriculares, pois é neles que está indicado o que estudar em cada ano e em cada disciplina. Para se desenvolverem as competências de base é necessário subdividi-las em objectivos, que estão associados aos conteúdos dos programas. A escola deve desenvolver competências gerais, que sejam úteis em situações da vida quotidiana como, por exemplo, pedir uma informação. Rogiers (s/d) denomina estas competências como competências transversais por permitirem estabelecer relações entre as aprendizagens e as diferentes disciplinas. Na sala de aula, as competências transversais são avaliadas através das competências de base. Assim, para que um/a aluno/a se torne competente, o/a professor/a deve-lhe fornecer recursos (saber, saber-fazer e saber-ser) e ensinar a utilizá-los para resolver situações-problema;
- **Recursos:** conjunto de saber (conhecimento específico sobre um assunto), saber-ser (atitude adaptada a uma situação) e saber-fazer (aplicação de um procedimento, uma regra ou uma técnica);
- **Situação didáctica:** «permite introduzir um novo saber ou um novo saber-fazer. É uma situação em que o aluno manipula, procura, descobre, pratica para melhor compreender» (Rogiers, s/d, p. 21). O/A aluno/a constrói o seu saber;
- **Situação de integração:** permite verificar se os recursos (aquisições) foram integrados pelos/as alunos/as e se estes são capazes de resolver uma situação-problema da vida quotidiana. A integração implica que os/as alunos/as articulem diversos conhecimentos. Realiza-se após um conjunto de aulas;

- **Avaliação:** prevêem-se duas modalidades de avaliação, formativa (ocorre na semana de integração e determina a aquisição de recursos) e certificativa (acontece no final de um ano lectivo ou de um ciclo de ensino e determina a passagem ou reprovação de um/a aluno/a). A avaliação permite verificar o desenvolvimento de competências e a definição de situações de remediação, quando se verifica que os/as alunos/as ainda revelam dificuldades em determinados Saber ou Saber-fazer;
- **Critério de avaliação:** são os critérios estabelecidos pelo/a professor/a para avaliar se os/as alunos/as desenvolveram competências. Para tal estabelecerá dois ou três critérios mínimos e um de aperfeiçoamento: pertinência da produção (critério global, para avaliar se o/a aluno/a interpreta correctamente o enunciado, responde correctamente às questões e se utiliza documentos de suporte para o fazer), coerência do texto (avalia a correcção linguística da resposta ou a aplicação apropriada de operações de cálculo, por exemplo no caso da Matemática, correcção da língua (avalia a coesão do texto, isto é a construção da frase, a ortografia e o domínio das formas verbais) e originalidade da produção (avalia a criatividade). Cada um dos critérios subdivide-se em indicadores, que especificam o que se pretende avaliar;
- **Remediação:** tem como objectivo apoiar os/as alunos/as na superação de dificuldades. Estabelece-se após um momento de avaliação colectiva ou individual, ou seja, quando o/a professor/a verifica que toda/parte da turma/parte ou um/a aluno/a revelam dificuldades. O período de remediação depende das actividades definidas. Na remediação o/a professor/a pode utilizar exercícios do manual ou outros elaborados por ele/a mesmo/a. Cabe ao/à professor/a identificar dificuldades e gerir os períodos de remediação, para que os/as alunos/as desenvolvam competências que ainda não desenvolveram. (Rogiers, s/d; Rogiers, 2007).

De acordo com a APC, o/a formador/a ou o/a professor/a devem incluir no seu plano de formação/aula o seguinte:

1. Plano a longo prazo

Este é um plano global, pois é elaborado no início do ano letivo, logo menos pormenorizado que um plano de aula. É definido a partir do programa da disciplina em causa e respeitando o calendário escolar. Inclui os temas/conteúdos

gerais a trabalhar ao longo do ano lectivo, o número de tempos lectivos para cada trimestre/conteúdo e prevê os períodos de sequências de aprendizagem, integração e remediação.

2. Plano a médio prazo

Elabora-se no início do ao lectivo, mas prevê com mais pormenor que o plano a longo prazo, o que será abordado em cada trimestre. Inclui as competências de base, os recursos a mobilizar (Saber, Saber-fazer e Saber-ser), as actividades/estratégias de ensino, os meios de ensino, as formas de avaliação e o número de aulas.

3. Plano a curto prazo

Este plano é o mais pormenorizado de todos, pois é o que será operacionalizado num período de tempo mais curto. Desenvolve as sequências de aprendizagem relativas aos conteúdos e orienta o/a professor/a no uso de estratégias de exploração, sistematização, aplicação e integração (quando definidas). Este plano ajusta-se a cada turma e inclui Saber, Saber-fazer e saber-ser, actividades/estratégias, meios de ensino, formas de avaliação e o tempo previsto para cada momento da aula.

A FAMÍLIA

EXPLORAÇÃO

1. Identifique os membros da Família se encontram na figura.
Indique quais são os/as mais velhos/as e mais novos/as.



Fig. 1 A família²

Leia a letra da canção “Ó mamã, Ó papá”. Cante respeitando o ritmo.

Canção

Ó mamã, ó papa

Vou à escola para aprender
Ir à escola, ir lá estudar
Ir à escola, ir lá aprender

Aprender, aprender, aprender
Aprender brincar
Ir à escola, ir lá estudar

Ir à escola, ir lá estudar
Aprender, aprender, aprender
Aprender a cantar
Com amor eu vos peço
Que me deixem ir a escola (bis)
Ir à escola, ir lá estudar
Ir à escola, ir lá escrever
Aprender, aprender, aprender
Para servir o meu amanhã (bis)
Ir à escola, ir lá estudar
Ir à escola, ir lá escrever
Aprender, aprender, aprender
Para servir a Humanidade. (bis)

APLICAÇÃO

1. Leia o texto com atenção.

A família

A família é formada por pessoas que vivem em comum, ligadas por relações de parentesco. Numa família temos: pai, mãe, filhos/filhas, irmãos/irmãs, avós/avôs, tios/tias, primos/primas e sobrinhos/sobrinhas.

Uma família pode ser considerada restrita quando é constituída por pai, mãe e filhos/as e alargada quando é composta por pai, mãe, filhos/filhas, primos/primas, avós/avôs, genro/nora e cunhados/cunhadas. Cada um, na família, pertence a uma geração: a sua geração e dos/as seus/as irmãos/as, a geração dos seus pais, e geração dos/as avós/avôs. Podemos então, definir a família como um conjunto de pessoas, onde cada um tem uma responsabilidade. Assim, no interior da família, os indivíduos podem constituir subsistemas, podendo estes ser formados pela geração, e onde os comportamentos de um membro afectam e influenciam os dos outros membros. O conjunto das gerações de uma família pode ser representado numa árvore genealógica (árvore da família). A família é conhecida como unidade básica da sociedade.

1.1 Após a leitura do texto pense na constituição da sua família e responda às perguntas que se seguem:

1.1.1 Quantos irmãos/irmãs tem?

1.1.2 Como se chamam?

1.1.3 Quantos avós tem?

1.1.4 Quantos tios ou tias tem?

1.1.5 Com que membros da sua família mora?

1.1.6 Como chamaria à sua família, restrita ou alargada?

Situação didáctica

1. Numa folha A4, desenhe uma árvore genealógica (árvore da família), que represente a sua família.

Nota: não se esqueça de utilizar lápis de carvão para fazer o desenho e lápis de cor ou marcadores para o colorir.

2. Peça fotografias aos seus familiares e, com elas, construa a sua árvore genealógica (árvore da família).

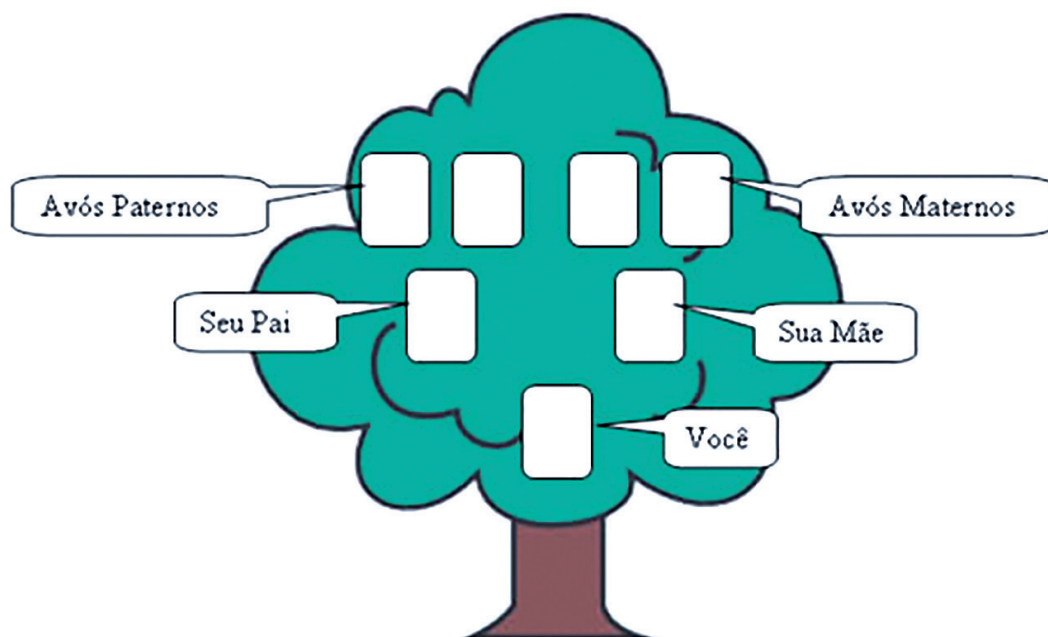


Fig. 2 Árvore genealógica

CrITÉRIOS de avaliação

1. Pertinência de etapas com atividade a realizar;
2. Respeito pelas normas de representação;
3. Rigor na produção.

OS SÍMBOLOS NACIONAIS

EXPLORAÇÃO

1. Observe as imagens e identifique cada um dos símbolos representados.



Fig. 3 Símbolos Nacionais

APLICAÇÃO

1. Leia o texto com atenção.

A Bandeira e o Hino Nacional

A Bandeira é definida, classicamente, como um símbolo representativo de um estado soberano, um país ou uma organização, isto é qualquer Nação e ou Povo, até mesmo uma família tradicional, desde que reconhecidos pela lei ou por outras entidades.

As cores de uma bandeira representam toda a história de um povo, suas convicções, lutas e esperanças.

A nossa bandeira tem três cores: vermelha, amarela, verde e uma estrela negra. Cada uma destas cores tem um significado:

- vermelha: símbolo de força, de coragem e do sangue derramado na luta de libertação;
- amarela: símbolo de paz, de saúde, de trabalho e de bem-estar;
- verde: símbolo de esperança e de riqueza das florestas e da fertilidade da terra;
- estrela negra: símbolo do povo e da liberdade africana, mas também de luto e de dor.

A lei do nosso país diz que a bandeira deve ser sempre hasteada num mastro com altura e dimensões estabelecidas.

Tal como a Bandeira Nacional, também, o Hino Nacional representa a História de um povo. O nosso Hino fala de luta, de paz, de esperança, de libertação e de amor à Pátria.

Hino Nacional

Sol, suor, o verde e o mar.
Século de dor e esperança:
Este é a terra dos nossos avós!

Frutos das nossas mãos,
Da flor do nosso sangue:
Este é a nossa pátria amada!
Viva a Pátria gloriosa!
Floriu nos céus a bandeira da luta
Avante contra o jugo estrangeiro!
Nós vamos construir na Pátria imortal
A paz e o progresso!

Ramos de mesmo tronco.
Olhos na mesma luz:
Esta é a força da nossa união!
Cantem o mar e a terra!
A madrugada e o sol.
Que a nossa luta fecundou.

Viva a Pátria gloriosa!
Floriu nos céus a bandeira da luta
Avante contra o jugo estrangeiro!
Nós vamos construir na Pátria imortal
A paz e o progresso!

2. Após a leitura do texto responda às questões.

- 2.1 Quantas cores têm a nossa bandeira?
- 2.2 Qual é o significado de cada cor da nossa bandeira?
- 2.3 Para além da bandeira, qual é o outro símbolo nacional?
- 2.4 De que fala o Hino da Guiné-Bissau?

3. Represente graficamente a Bandeira Nacional e pinte-a com as cores correctas.

4. Complete o tracejado da estrela (Fig. 4) e preencha-a de preto.

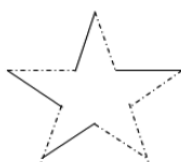


Fig. 4 Estrela

5. Cante o Hino Nacional.

A HIGIENE

EXPLORAÇÃO

1. Observe a figura, diga o que vê em cada uma das representações.

1.1 Crie uma legenda para cada uma das representações.

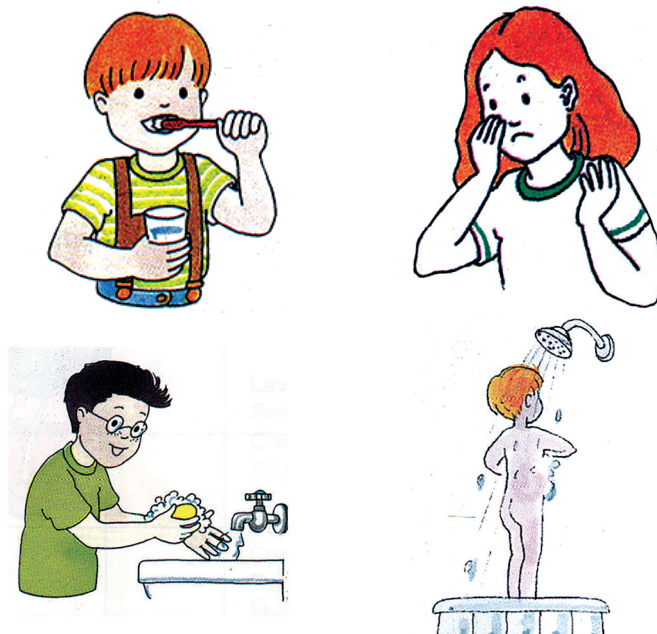


Fig. 5 Exemplos de higiene pessoal

2. Leia a letra da canção. Interprete cada uma das estrofes, para compreender a mensagem exposta.

2.1 Entoe a canção.

Canção

Quando me levanto
lavo a minha cara
Penteio-me bem e visto-me
Sempre limpo!

Para a escola
Pego na minha pasta
Marchando lento
Cantando a minha infância!
Quando terminamos
Com os colegas e amigos.

APLICAÇÃO

1. Leia o texto com atenção e sublinhe as partes que considera mais importantes.

Higiene pessoal e social

Desde que nascemos, convivemos com nossos parentes, amigos/as, pessoas do bairro, da escola e do local de trabalho. O ser humano não vive sozinho. Ele necessita de outras pessoas para o seu bem-estar.

Para viver bem é importante ter boa saúde.

Temos saúde quando todo o nosso organismo funciona bem, estamos livres de doenças, sentimos o bem-estar do corpo, da mente e convivemos bem com outras pessoas.

Para manter a saúde é necessário certos cuidados de higiene.

Higiene física

É um conjunto de hábitos de limpeza, asseio e cuidado do nosso corpo. A higiene física é importante no dia-a-dia e pode influenciar o relacionamento intersocial, por isso devemos:

1. Tomar banho diariamente, utilizando sabão.
2. Lavar as mãos sempre que necessário, especialmente antes das refeições, antes do contacto com os alimentos e depois de utilizar a casa de banho ou a latrina. Também é importante manter as unhas bem cortadas e limpas.
3. Higiene bucal: os dentes e a boca devem ser lavados depois da ingestão de alimentos, usando um creme dental com flúor. Uma higiene inadequada dos dentes pode originar cárie ou outra doença dentária

Para além destes, há outros cuidados que devemos ter, para manter a nossa saúde:

1. Água potável: deve-se beber água mineral, água fervida ou filtrada.
2. Alimentação: deve-se realizar uma alimentação equilibrada, se possível, com alimentos naturais e que se encontrem em boas condições.
3. Dormir de 8 a 10 horas por dia, num quarto arejado e protegidos com rede mosquiteira, para evitar a picada de mosquitos.
4. Praticar desporto, apanhar sol e respirar ar puro.

Higiene Mental

A higiene mental é aquela que envolve o trabalho, os estudos, o descanso, o pensamento e as atitudes positivas. Algumas actividades ajudam manter a higiene mental, como: estudar, ler bons livros, ir ao cinema e ao teatro, ouvir boas músicas, cuidar do meio ambiente, passear em parques e praças, fazer amizades, cuidar de plantas e animais, respeitar o próximo, buscar sempre ter atitudes e pensamentos bons, ver a vida com gratidão.

A saúde física e mental fazem parte da higiene pessoal, isto é, dos cuidados que devemos ter com o nosso organismo.

Higiene Social

Nós vivemos em uma comunidade, formada pela família, pelas pessoas da escola, pelas pessoas com quem trabalhamos e pelas pessoas que moram no bairro de nossa cidade.

É importante que todos da comunidade se sintam bem onde vivem. Para isso é preciso:

1. Ajudar as pessoas e tratá-las com respeito, educação e delicadeza;
 2. Não danificar as lâmpadas das ruas, telefones públicos, lixeiras, caixinhas de correio e calçadas;
 3. Não deitar lixo nas ruas, calçadas, parques, lagos e rios;
 4. Proteger e conservar as escolas, as igrejas, as mesquitas, os centros de saúde, não quebrando vidros nem escrevendo nas paredes;
 5. Manter e proteger as árvores das ruas, parques, praças e jardins;
 6. Conservar a natureza e o ambiente;
- ... porque a sua cidade/comunidade, também, é a sua casa.

2. Agora que aprendeu um pouco mais sobre os cuidados de saúde, em grupo, responda as seguintes questões:
 - 2.1 O que significa higiene?
 - 2.2 Quais são os cuidados que devemos ter para termos uma boa higiene mental, social e corporal?
3. Represente graficamente as principais regras da higiene pessoal e social.
4. Construa um painel, representando algumas regras do comportamento social.

Critérios de avaliação

4. Pertinência de etapas com atividade a realizar;
5. Respeito pelas normas de uma reunião;
6. Rigor na produção.

CONSERVAÇÃO DOS ALIMENTOS

EXPLORAÇÃO

1. Observe as imagens e partilhe com os/as seus/suas colegas como é que costuma conservar os alimentos em casa.

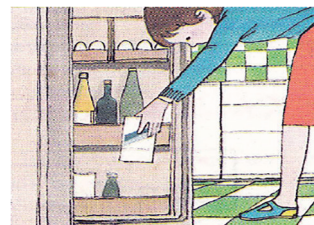
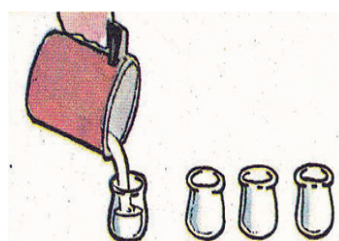


Fig. 6 Conservação de alimentos

APLICAÇÃO

1. Leia o texto com atenção e anote as ideias principais.

Conservar e comprar alimentos

Na Antiguidade, quando não existia energia elétrica, não existia geladeira, por isso as pessoas tinham outras formas de conservar os alimentos, como defumar, salgar ou secar ao sol alguns alimentos. Todas estas técnicas eram utilizadas para conservar os alimentos, que depois seriam armazenados e consumidos na estação mais fria porque nesta altura do ano alguns alimentos são escassos. Em muitos

locais da Guiné-Bissau ainda continuamos a utilizar estas técnicas porque não existe energia eléctrica regular ou porque os alimentos ganham outro sabor, por exemplo quando são fumados ou salgados.

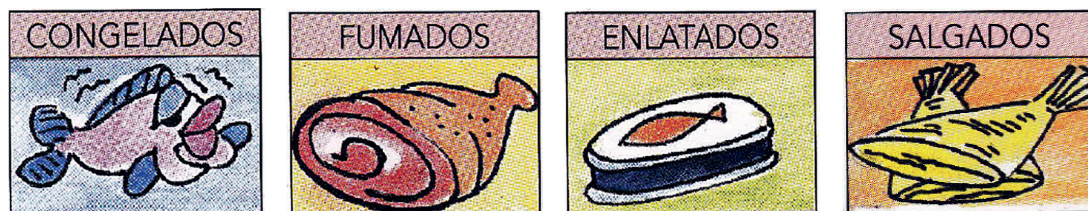


Fig. 7 Formas de conservar alimentos

Ao comprar um alimento devemos verificar a data de validade, pois devemos evitar comprar alimentos fora de prazo ou estragados.



Fig. 8 Alimentos embalados

Conservação dos alimentos

Conservação é a arte que consiste em manter o alimento o mais estável possível, mesmo em condições nas quais isso não seria viável. Quando falamos em conservar os alimentos precisamos pensar em três características: físicas, químicas e biológicas. Assim, dizemos que conservar é manter as características do alimento estáveis, por isso, é importante ressaltar que o alimento a ser conservado precisa chegar à etapa de conservação com boa qualidade, uma vez que o processo de conservação não reverte o quadro de deterioração já iniciado, podendo apenas retardá-lo. Por exemplo, para produtos de origem vegetal, a qualidade física depende principalmente dos estágios finais do processo produtivo (a colheita e o transporte), além de suas condições de armazenamento antes e depois da acção das etapas conservativas.

A colheita pode ser feita de forma manual ou mecânica, mas independente do tipo, podem ocorrer danos físicos aos produtos alimentícios, tais como rachaduras, amaciamento, quebra ou formação de fissuras (fendas). Neste momento, além da integridade física ser modificada, ocorrem também alterações químicas e microbiológicas prejudiciais.

Existem vários métodos para conservar os alimentos. O que difere um do outro é a forma pela qual o alimento é tratado. A adequação do tipo de conservação ao tipo de alimento é extremamente importante. Sabemos, porém, que, na maioria das vezes, o ideal é o emprego de processos combinados. Por exemplo, no leite que é tratado com o processo de pasteurização (conservação pelo calor) necessitamos de posterior refrigeração (conservação pelo frio) para conservá-lo bom para o consumo o maior tempo possível.

Os principais processos de conservação de alimentos são:

- Refrigeração e congelamento;
- Enlatamento;
- Fumagem;
- Salga;
- Pasteurização.

(retirado de <https://www.portaleducacao.com.br/nutricao/artigos/31183/importancia-da-conservacao-de-alimentos>)

2. Agora que já sabe como conservar os alimentos, junte-se a quatro colegas e responda às questões que se seguem.

2.1 Como podemos evitar que os alimentos se estraguem rapidamente?

2.2 Que alimentos podem ser:

- a. Enlatados;
- b. Congelados
- c. Salgados;
- d. Fumados?

2.3 Qual é o processo de conservação mais utilizado no lugar onde mora?

Situação de integração

1. Imagine que hoje foi ao mercado comprar peixe, mas comprou uma quantidade maior do que a que precisa, por isso vai ter de conservar uma parte do peixe.

No seu caderno, represente três formas de conservar um peixe.

CrITÉrios de avaliação

1. Pertinência de etapas com actividade a realizar;
2. Respeito das normas de trabalho em grupo;
3. Rigor na produção.

RODA DOS ALIMENTOS

EXPLORAÇÃO

1. Observe a figura e dialogue com os/as colegas de turma, sobre que alimentos devem ser consumidos em maior quantidade e porquê.



Fig. 9 Alimentos

APLICAÇÃO

1. Leia o texto com atenção e confirme o que dialogou sobre a figura 9.

A Roda dos Alimentos

A Roda dos Alimentos é uma representação gráfica simplificada dos diferentes grupos em que os alimentos podem ser divididos de acordo com a sua composição e com as proporções em que devem fazer parte de uma alimentação equilibrada.

A alimentação desempenha um papel muito importante na saúde humana e condiciona a qualidade de vida e a longevidade. A definição de uma alimentação saudável é complexa, uma vez que a oferta de alimentos é muito diversificada e cada um tem características próprias, com conteúdos muito variáveis de caso para caso.

Os alimentos são constituídos por substâncias muito variadas, princípios nutritivos, que podem ser substâncias minerais, como a água e os sais minerais, ou compostos orgânicos, como os glícidos, as proteínas, os lípidos e as vitaminas.

Outras substâncias minerais de vital importância são, por exemplo, o cálcio, o fósforo, o ferro, o iodo, o sódio e o potássio. Estas substâncias, assim como outros

minerais aqui não especificados, devem existir no nosso corpo em quantidades bem definidas, e o excesso ou deficiência, quando mantidos por períodos prolongados, perturbam o funcionamento do organismo, provocando deficiências na formação de algumas estruturas do nosso corpo, como os ossos ou os músculos, ou irregularidades no funcionamento de órgãos importantes como a tiróide.

As proteínas, ou prótidos, são essenciais para a organização e a actividade das células que constituem o nosso corpo, sendo necessárias para a renovação e crescimento dos tecidos. Eventuais carências podem originar deficiências graves no crescimento e desenvolvimento intelectual da criança e reduzir a resistência do organismo às agressões externas.

Os glícidos, ou hidratos de carbono, fornecem uma parte importante da energia que utilizamos, pelo que a quantidade que ingerimos deve ser calculada em função da atividade física desenvolvida. Existe, no entanto, um glícido, a celulose, que tem um papel regulador importante e cuja ingestão regular tem efeitos benéficos na saúde. Os lípidos, ou gorduras, têm por função principal fornecer energia, sendo alguns ácidos gordos constituintes essenciais de certas estruturas celulares. No entanto, os alimentos ricos em lípidos devem ser consumidos com moderação, devido ao seu elevado conteúdo calórico.

As vitaminas, embora necessárias em quantidades diminutas, são essenciais à vida, dado que têm um papel regulador de reações químicas vitais. Numa alimentação correcta deve atender-se ao valor calórico e ao tipo de nutrientes de cada alimento.

A Roda dos Alimentos encontra-se organizada em sete grupos com as seguintes características nutricionais:

1. Cereais, derivados de cereais e tubérculos (ex.: trigo, centeio, arroz, pão, massas alimentícias, batatas): constituem importantes fontes de glícidos, vitaminas (complexo B e E) e fibras alimentares.

2. Produtos hortícolas (ex.: couve, cenoura, alho, abóbora, feijão verde): são muito ricos em vitaminas (A e C), sais minerais (cálcio, ferro e fósforo) e fibras alimentares.

3. Frutos (ex.: maçã, goiaba, papaia, caju, laranja, pêssigo, pêra, morango, banana): são ricos em vitaminas (A e C) e sais minerais (sobretudo potássio). Quando as cascas são consumíveis, desde que bem lavadas, tornam-se importantes fornecedores de fibras alimentares.

4. Lactínios (ex.: leite, queijo, iogurte, natas): são fontes preciosas de proteínas, vitaminas (A, complexo B e D) e sais minerais (sobretudo cálcio).

5. Carnes, pescado e ovos (ex.: bife, polvo, ovos, bica, tubarão, tainha, bagre, sareia, bicuda, etc): fornecem generosas quantidades de proteínas, vitaminas do complexo B e sais minerais (fósforo, ferro, iodo).

6. Leguminosas (ex.: feijão, ervilha, fava, grão-de-bico, lentilha, soja): importantes fontes de glícidos, proteínas, fibras alimentares, vitaminam (B e C) e sais minerais (cálcio, fósforo e zinco).

7. Gorduras (ex.: óleo, azeite, manteiga, natas, óleo-de-palma): fornecedores de lípidos. Eventualmente, poderão constituir fontes de vitaminas lipossolúveis (D e E).

A água encontra-se representada no centro do esquema por fazer parte da constituição de todos os alimentos e por ser indispensável, em abundância, no regime alimentar de qualquer pessoa.

(retirado de [http://www.infopedia.pt/login?ru=apoio/artigos/\\$roda-dos-alimentos](http://www.infopedia.pt/login?ru=apoio/artigos/$roda-dos-alimentos))

Fig. 10 Roda dos alimentos



2. Em grupo:

2.1 Recorde quais são os vários grupos da roda dos alimentos, faça uma lista dos alimentos que fazem parte de cada um deles e desenhe-os.

Nota: cada grupo de alunos deve ficar responsável por um grupo da roda dos alimentos.

2.2 Junte as tarefas efectuadas por cada grupo, de modo a formar uma roda dos alimentos.

Critérios de avaliação

1. Pertinência de etapas com atividade a realizar;
2. Respeito pelas normas de trabalho em grupo;
3. Rigor na produção.

SEGURANÇA RODOVIÁRIA

EXPLORAÇÃO

1. Observe os sinais de trânsito e diga se já viu algum na rua e se sabe o que significa (o que deve fazer quando vê esse sinal).



Fig. 11 Sinais de trânsito

APLICAÇÃO

1. Leia o texto atentamente.

Cuidados a ter com o trânsito

É muito importante conhecer os sinais de trânsito. Para que os peões e os condutores de veículos, velocípedes e motociclos circulem com segurança na via pública. Criaram-se os sinais de trânsito e regras. Os peões devem esperar pelos táxis, toca-tocas e os autocarros no passeio. Devemos atravessar as estradas pelas travessas (passadeiras), depois de olhar para ambos os lados (esquerdo e direito) e de ter a certeza de que não há nenhum veículo na proximidade.

Devemos ajudar os idosos e os portadores de deficiência a atravessar a estrada. Devemos esperar em fila e pela nossa vez para entrar nos transportes. Nos transportes públicos devemos ceder os nossos lugares as mulheres grávidas, pessoas portadoras de deficiência, doentes e aos/às idosos/as.

2. Depois de ler o texto, em pequenos grupos debata as seguintes questões:

- 2.1 O que devem fazer as pessoas antes de atravessar a estrada?
- 2.2 O que pode acontecer com os peões que não conhecem as regras de trânsito?

Situação didáctica

1. Faça o desenho da afirmação que considera correta.
 - 1.1 Na estrada atravesso quando as viaturas estão a passar.
 - 1.2 Atravesso a estrada sempre pelas passadeiras, quando as viaturas estão longe do local onde estou a atravessar.
2. Escreva uma lista dos cuidados a ter no trânsito.
3. Entoe a canção.

Canção

O carro Americano anda
Numa roda só
Tenha a pena meu amor
Se eu fosse ladrão roubava
Roubava a filha do rei
Levava aquela menina
Cujo nome não direi.

Critérios de avaliação

1. Pertinência de etapas com atividade a realizar;
2. Respeito pelas normas de uma reunião;
3. Rigor na produção.

ANIMAIS DOMÉSTICOS

EXPLORAÇÃO

1. Observe e descreva as imagens.

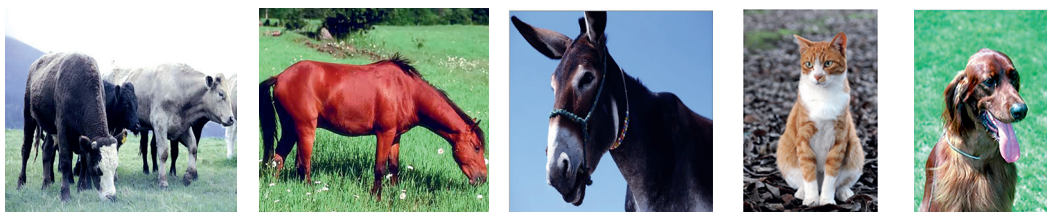


Fig. 12 Animais domésticos

APLICAÇÃO

1. Leia o texto atentamente.

Os animais domésticos

Animais domésticos são aqueles que vivem em casa e são criados pelo Homem como, por exemplo o cão, o gato, o burro, o cavalo, a galinha e o camelo. Os motivos para se criarem animais domésticos são variados: companhia, segurança de uma propriedade, reprodução, para fins comerciais, colaboração nos trabalhos do campo, caça, entre outros.

Actualmente, as pessoas vêem o animal doméstico como um “membro da família”, um amigo, o que reforça que deve existir dignidade, respeito e responsabilidade, no modo como se tratam os animais.

2. Depois de ler o texto responda às perguntas seguintes:

2.1 Quais são os animais domésticos que conhece?

2.2 Quais são os animais domésticos que podem ajudar o Homem no seu trabalho?

Situação didáctica

1. Em pequenos grupos, escolha um animal doméstico e represente-o no seu habitat.

CrITÉrios de avaliação

1. Pertinência de etapas com atividade a realizar;
2. Respeito pelas normas de uma reunião;
3. Rigor na produção.

O AMBIENTE

EXPLORAÇÃO

1. Observe as representações da figura 13. Identifique as diferenças e as causas do que está retratado em cada uma delas.

1.1. Crie uma legenda para cada representação.



Fig. 13 Meio ambiente

APLICAÇÃO

1. Leio o texto atentamente.

O ambiente e os seus direitos

A carta dos Direitos do Homem e dos Povos estabelece que «todos os povos têm Direito a um ambiente saudável e global, propício ao seu desenvolvimento». Para defender a qualidade do ambiente é muito importante que todas as pessoas tenham consciência de que aquilo que estragarmos dificilmente será recuperado. Para evitar a destruição do ambiente é importante cumprir algumas regras, como por exemplo:

Em casa:

- destinar diferentes recipientes para diferentes tipos de lixo: cartão, vidros, plástico e pilhas.
- deitar sempre o lixo em locais próprios, mesmo que seja necessário ir um pouco mais longe.

Na escola, na rua ou em lugares públicos:

- nunca deitar o lixo para o chão, mesmo que sejam objetos de dimensões reduzidas;
- sensibilizar quem não cumpre estas regras e não respeita o meu ambiente, para a necessidade de o fazer, para não se prejudicar a si próprio.

Na floresta, no campo, no rio ou na praia:

- usar sempre caixotes de lixo;
- levar um saco de plástico, pois pode não haver caixote de lixo ou pode estar cheio;
- não enterrar o lixo na areia ou na terra, pois ele não desaparece, só fica escondido;
- nas florestas o lixo que fica no chão pode provocar incêndios.

Com os animais:

- as fezes dos animais domésticos, na rua, devem ser recolhidas com uma luva e um saco de plástico ou de papel.
2. Agora que já sabe que cuidados deve ter com o ambiente, enumere alguns cuidados a ter em casa e na rua para não prejudicar o ambiente.
 3. Refira alguns comportamentos correctos e incorrectos para com a Natureza.

Situação didáctica

1. Com o/a seu/sua colega de carteira faça um desenho de um local, à sua escolha, bem cuidado e outro mal-tratado. Legende cada um deles.

Critérios de avaliação

1. Pertinência de etapas com atividade a realizar;
2. Respeito pelas normas de uma reunião;
3. Rigor na produção.

DESENHO, PINTURA E MODELAGEM

EXPLORAÇÃO

1. Observe a figura 14 e descreva o que vê em cada uma das representações.

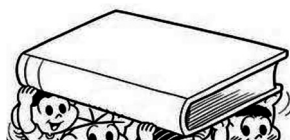
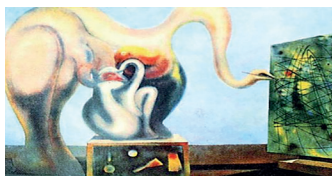


Fig. 14 Representações artísticas

APLICAÇÃO

1. Leia os textos com atenção.

O desenho, a pintura e o barro

Texto 1

O desenho é um suporte artístico ligado à produção de obras bidimensionais, diferindo, porém, da pintura e da gravura. Neste sentido, o desenho é encarado tanto como processo quanto como resultado artístico. No primeiro caso, refere-se ao processo pelo qual uma superfície é marcada aplicando-se sobre ela a

pressão de uma ferramenta (em geral, um lápis, caneta ou pincel) e movendo-a, de forma a surgirem pontos, linhas e formas planas. O resultado deste processo (a imagem obtida), portanto, também pode ser chamado de desenho. Desta forma, um desenho manifesta-se, essencialmente, como uma composição bidimensional formada por linhas, pontos e formas.

(retirado de <https://pt.wikipedia.org/wiki/Desenho>)

Texto 2

A pintura refere-se genericamente à técnica de aplicar pigmento em forma líquida a uma superfície, a fim de colori-la, atribuindo-lhe matrizes, tons e texturas.

Em um sentido mais específico, é a arte de pintar uma superfície, tais como papel, tela ou uma parede (pintura mural ou de frescos). A pintura a óleo é considerada por muitos como um dos suportes artísticos tradicionais mais importantes.

Diferencia-se do desenho pelo uso dos pigmentos líquidos e do uso constante da cor, enquanto aquele apropria-se principalmente de materiais secos.

(retirado de <https://pt.wikipedia.org/wiki/Pintura>)

Texto 3

O barro é da origem das rochas clássicas mais finas e possui inúmeros usos inclusive medicinais. Mantém a sua plasticidade enquanto húmido e a extrema dureza depois de cozido. O barro é largamente empregue na cerâmica para produzir várias peças que vão desde os tijolos até na construção dos materiais de ornamentação.

O barro por ser um material plástico é de fácil modelagem, que se solidifica sob a acção do calor. A sua composição varia de acordo com os locais de onde é extraído, apresenta certos elementos minerais que determinam a cor, a porosidade e dureza da peça, bem como a temperatura a que pode ser submetido sem que sofra deformações.

O barro, assim que retirado da embalagem plástica, começa o processo de endurecimento, por isso quando sobra algum pedaço, depois de se fazer uma peça, deve-se guardar o que sobrou em sacos de plástico levemente humedecidos e sem furos.

O barro pode ser recuperado depois de seco, para isso num pedaço de barro deve-se fazer buracos com os dedos e enchê-los de água, até se seja fácil manuseá-lo.

(adaptado de <http://betebrito.com/argila-modelagem/>)

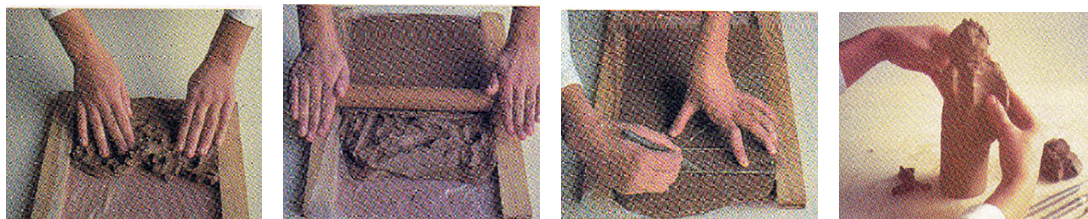


Fig. 15 Exemplo de etapas para modelagem de uma peça em barro

2. Desenhe a sua escola. Pinte-a usando uma técnica à sua escolha.
3. Modele um animal doméstico.

Nota: para modelar o animal não se esqueça de seguir os passos:

1. misturar barro e água;
2. mexer com as mãos até obter uma pasta;
3. estender a pasta;
4. modelar as figuras desejadas.

Critérios de avaliação

1. Pertinência de etapas com atividade a realizar;
2. Respeito das normas do trabalho de grupo;
3. Rigor na produção.

DOMÍNIO DO CORPO

EXPLORAÇÃO

1. Observe as imagens. Diga de que se jogo se trata e recorde as suas regras.



Fig. 16 Aula 1

APLICAÇÃO

1. Leia atentamente o texto.

A actividade física

As actividades do domínio do corpo-esforço físico constituem uma base de referência no aperfeiçoamento das capacidades motoras fundamentais da criança.

A actividade motora fundamental procura centrar-se nas dificuldades demonstradas pelo/a aluno/a, quanto ao conhecimento do seu corpo. Esta actividade pode contribuir para a resolução de problemas que as crianças, habitualmente, apresentam em aprendizagem escolares consideradas socialmente úteis.

2. Preparação para a corrida:
 - 2.1 Rode os braços ritmicamente para trás e para frente, de seguida rode os pulsos;
 - 2.2 Rode a anca, de seguida os joelhos e os tornozelos;
 - 2.3 Em pé, com pernas esticadas e separadas, faça flexão do tronco, tentando tocar com as mãos nos pés;
 - 2.4 Sente-se no chão com o tronco direito e com as pernas estendidas, flexione o tronco, tentando tocar com as mãos nos pés.
3. Corrida livre:
 - 3.1 Siga as instruções do professor e corra livremente no espaço disponível.
4. Corrida com obstáculos:
 - 4.1 Observe os obstáculos que estão no chão, contorne-os a correr. Repita o exercício cinco vezes.

Situação didáctica

1. Entre os/as colegas de turma, escolha um para realizar os seguintes exercícios consigo:
 - 1.1 Carrinho de mão;
 - 1.2 Luta de galos;
 - 1.3 Salto ao eixo.

CrITÉrios de avaliação

1. Pertinência das etapas realizadas;
2. Respeito pelas regras de trabalho em grupo;
3. Rigor na produção.

GINÁSTICA

EXPLORAÇÃO

1. Observe as imagens e descreva cada uma delas.



Fig. 17 Aula 2

2. Leia o texto com atenção.

A ginástica

A ginástica procura desenvolver, em sentido amplo, as capacidades motoras dos/as alunos/as, através de actividades que solicitem, de forma diversificada, movimentos básicos ou fundamentais.

Neste sentido, a ginástica procura estimular a capacidade de equilíbrio com e sem objectos, manter o corpo estacionado ou em movimento.

Na manipulação de objetos com ou sem a utilização de implementos, permitindo o seu envio (formas de lançar, rodar, pontapear e bater com raquetes se houver), a sua recepção (agarrar, parar a bola) e controlo relativo (receber a bola e drible com mãos e pés).

3. Observe a figura 18 e descreva o que vê representado.



Fig. 18 Atletismo

APLICAÇÃO

1. Trace uma linha no chão e caminho sobre ela, sem olhar para o chão.

1.1 Repita o exercício, mas com um caderno em cima da cabeça.

Nota: não se esqueça que não pode deixar cair o caderno ao chão.

2. Com uma bola faça os seguintes exercício:

2.1 lance a bola ao ar e tente agarrá-la com a mão esquerda. Repita o exercício com a mão direita e depois com as duas mãos. Faça um total de quinze repetições.

Situação didáctica

1. Com alguns colegas de turma forme uma roda. Atire a bola para o que está à sua direita e assim sucessivamente, até que se complete a roda.

Nota: quem recebe a bola deve apanhá-la com a mão esquerda.

2. Repita o exercício para o lado esquerdo, quando a roda estiver completa atire a bola aleatoriamente, isto é para um/a colega à sua escolha. Ele/a fará o mesmo.

Nota: quem recebe a bola deve recebê-la com as duas mãos.

Critérios de avaliação

1. Pertinência de etapas nas actividades realizadas;
2. Respeito pelas normas de jogo em grupo;
3. Rigor na produção.

JOGO

EXPLORAÇÃO

1. Observe as imagens e diga que jogo retratam. Recorde as regras do jogo.



Fig. 19 O jogo

APLICAÇÃO

1. Agora que já se recordou do jogo da macaca,
 - 1.1 desenhe no chão vários esquemas para jogar à macaca. Jogue cumprindo as regras do jogo.

Regras do jogo da macaca:

Os/As alunos/as colocam-se em fila em frente à "macaca", cada um/a com a sua malha na mão (pedaço tijolo, semente de mango ou pedaço de mosaico, por exemplo).

Um/a aluno/a de cada vez atira a malha para a primeira casa (a que está mais perto) e percorre todas as casas, excepto aquela em que se encontra a malha, saltitando com um pé (ao pé coxinho) nas casas singulares ou com os dois nas casas pares (um pé em cada casa).

No percurso do regresso, agarra a malha e leva-a na mão até ao fim da macaca, sem a deixar cair e sem pisar nenhum risco.

Na vez seguinte, atira a malha para a segunda casa e assim sucessivamente, até percorrer todas as casas.

Nota: quando o/a aluno/a não acerta com a malha na casa para a qual a deve atirar ou pisa o risco, perde. Aí deve passar a vez a outro jogador e esperar por uma nova oportunidade para jogar. Ganha quem percorrer todas as casas o mais rápido possível.

Critérios de avaliação

1. Pertinência de etapas com atividade a realizar;
2. Respeito pelas normas de jogo em grupo;
3. Rigor na produção.

DANÇA (JOGOS RÍTMICOS)

EXPLORAÇÃO

1. Observe a figura 20 e descreva o que vê representado.

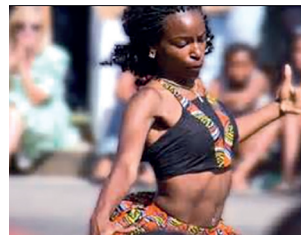


Fig. 20 A dança

APLICAÇÃO

1. Preparação para a dança:

- 1.1 rode um pé, depois o outro;
- 1.2 rode os joelhos, primeiro para fora e depois para dentro;
- 1.3 rode a cintura e de seguida incline-se ligeiramente para o lados;
- 1.4 rode os braços para a frente e para trás. Comece com o esquerdo, depois com o direito e, por fim, com os dois ao mesmo tempo;
- 1.5 rode os pulsos;
- 1.6 rode o pescoço para a esquerda e para direita;
- 1.7 bata palmas com ritmo regular.



Fig. 21 Danças tradicionais

Nota:

O/a aluno/a adquire e desenvolve a capacidade de estruturação rítmica através da utilização do corpo em múltiplas situações de movimento, aprende a escutar, memorizar, reproduzir sons ou músicas e a exprimir-se de forma espontânea ou através do sugerido pelo/a professor/a e por eles/as próprios/as.

Ao/à professor/a cabe escolher as formas musicais (rítmicas) mais importantes e/ou representativas da tradição, assim como os instrumentos que podem *marcar o ritmo da dança*.

Situação didáctica

1. Ao som de um instrumento musical, desloque-se de uma forma livre no espaço disponível. De seguida, siga as instruções do/a professor/a e reproduza um esquema rítmico. Quando o ritmo se alterar, pare o esquema e contorne os materiais distribuídos pelo chão. Repita os movimentos sempre que o ritmo musical se alterar.

Critérios de avaliação

1. Pertinência das etapas realizadas na actividade;
2. Respeito pelo ritmo da música;
3. Rigor na produção.

ATLETISMO

EXPLORAÇÃO

1. Observe a figura 22 e identifique a modalidade desportiva retratada.



Fig. 22 Atletismo

APLICAÇÃO

1. Efectue corridas de curta distância com e sem objectos (barreiras) para transpor.

Situação didáctica

1. Em grupo, realize estafetas.
2. Individualmente, realize saltos em comprimento.

CrITÉRIOS de avaliação

1. Pertinência de etapas com atividade a realizar;
2. Respeito pelas normas do desporto colectivo;
3. Rigor na produção.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Alves, C. D. & Melo, E. (s/d). Fantasias. s/l: s/n.

Brito, C. (s/d). Trabalhos Manuais. s/l: s/n.

Carneiro, I. & Ferreira, O. D. (s/d). Música no Futuro. s/l: s/n.

Costa, A. & Abel, G. (s/d). Educação Musical. s/l: s/n.

Dias, L. F. & Dinis, M. C. (s/d). Ó Balão. Balão – Expressão e Educação Plástica, Físico-motora, Musical, Dramática. s/l: s/n.

Diniz, N.; Leão, I. & Paiva, V. (s/d). Música na Escola. s/l: s/n.

Granadeiro, F. (s/d). Sete cores. Expressão Plástica. s/l: s/n.

Letra, C. (s/d). Nova Matemática. s/l: s/n.

Lopes, A. M. C. F. & Ramiro, M. (s/d). Retintim. s/l: s/n.

Neto, C.; Morais, D. & Brito, M. J. (1999). Técnicas de Expressão. s/l: s/n.

Sodores, M.; Aleixo, J. & Soares, J. (s/d). Caderno de educação rodoviária. s/l: s/n.

Vaz, M. J. & Gomes, C. (1992). Construir Ideias. Educação visual e tecnológica. s/l: s/n.

Guia

ÍNDICE

| | |
|--|----|
| INTRODUÇÃO | 57 |
| ABORDAGEM POR COMPETÊNCIAS: DOS CONCEITOS À SALA DE AULA | 59 |
| COMO UTILIZAR O GUIA DE EXPRESSÃO PLÁSTICA, MOTORA E MUSICAL | 62 |
| ESTRUTURA DO GUIA DE EXPRESSÃO PLÁSTICA, MOTORA E MUSICAL | 63 |
| FORMAÇÃO DE EXPRESSÃO PLÁSTICA, MOTORA E MUSICAL | 64 |
| FICHA DE ORIENTAÇÃO 1 | 64 |
| MÓDULO: A CRIANÇA SER NATURAL E SOCIAL | 64 |
| TEMA – I: A FAMÍLIA | 64 |
| FICHA DE ORIENTAÇÃO 2 | 66 |
| MÓDULO: A CRIANÇA SER NATURAL E SOCIAL | 66 |
| TEMA – II: OS SÍMBOLOS NACIONAIS | 66 |
| FICHA DE ORIENTAÇÃO 3 | 67 |
| MÓDULO: ORGANIZAÇÃO SOCIAL E VIDA COMUNITÁRIA | 67 |
| TEMA – III: HIGIENE | 67 |
| FICHA DE ORIENTAÇÃO 4 | 68 |
| MÓDULO: HIGIENE ALIMENTAR | 68 |
| TEMA – IV: HIGIENE ALIMENTAR | 68 |
| FICHA DE ORIENTAÇÃO 5 | 69 |
| MÓDULO: RODA DOS ALIMENTOS | 69 |
| TEMA – V: RODA DOS ALIMENTOS | 69 |
| FICHA DE ORIENTAÇÃO 6 | 70 |
| MÓDULO: SEGURANÇA RODOVIÁRIA | 70 |
| TEMA – VI: SINAIS DE TRÂNSITO | 70 |
| FICHA DE ORIENTAÇÃO 7 | 71 |
| MÓDULO: OS ANIMAIS DOMÉSTICOS | 71 |
| TEMA – VII: OS ANIMAIS DOMÉSTICOS | 71 |

| | |
|---|----|
| FICHA DE ORIENTAÇÃO 8 | 72 |
| MÓDULO: O HOMEM E O AMBIENTE | 72 |
| TEMA – VIII: O AMBIENTE | 72 |
| FICHA DE ORIENTAÇÃO 9 | 73 |
| MÓDULO: HOMEM E O AMBIENTE | 73 |
| TEMA – IX: O AMBIENTE | 73 |
| FICHA DE ORIENTAÇÃO 10 | 74 |
| MÓDULO: EXPRESSÃO MOTORA (DOMÍNIO DO CORPO) | 74 |
| TEMA – X: DOMÍNIO DO CORPO | 74 |
| FICHA DE ORIENTAÇÃO 11 | 75 |
| MÓDULO: GINÁSTICA | 75 |
| TEMA – XI: GINÁSTICA (EQUILÍBRIO E MANIPULAÇÃO) | 75 |
| FICHA DE ORIENTAÇÃO 12 | 76 |
| MÓDULO: EXPRESSÃO MOTORA (JOGOS) | 76 |
| TEMA – XII: O JOGO | 76 |
| FICHA DE ORIENTAÇÃO 13 | 77 |
| MÓDULO: EXPRESSÃO MOTORA (DANÇA) | 77 |
| TEMA – XIII: O DANÇA | 77 |
| FICHA DE ORIENTAÇÃO 14 | 78 |
| MÓDULO: EXPRESSÃO MOTORA (ATLETISMO) | 78 |
| TEMA – XIV: ATLETISMO | 78 |
| REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS | 79 |

INTRODUÇÃO

O Guia de Expressão Plástica, Motora e Musical surge no âmbito do projecto “Melhoria da Qualificação de Professores e Implementação de Gestão de Resultados de Aprendizagem na Guiné-Bissau”, da UNESCO - Dakar, que tem como objectivo desenvolver um sistema eficaz de formação inicial e em serviço de professores/as, através da criação de um corpo docente homogéneo e altamente qualificado, que promova uma educação de qualidade (UNESCO, s/d).

Este projecto enquadra-se num conjunto de políticas educativas definidas pelo governo da Guiné-Bissau, para o período 2009-2020, que visam desenvolver o sector da educação, através do alcance da inclusão universal da educação, da promoção de uma abordagem holística para a melhoria global do sistema de ensino e da abordagem de questões essenciais no processo educativo, como são o desenvolvimento de competências para a vida, a alfabetização funcional, a educação para a cidadania, a igualdade de género e a gestão dos sistema de educação (UNESCO, s/d).

Este Guia integra a metodologia da Abordagem por Competências (Rogiers, s/d) adoptada na revisão curricular, em curso, na Guiné-Bissau. Assim, o/a formador/a e o/a professor/a encontram neste Guia um conjunto de propostas de exercícios, que poderão utilizar no reforço ou desenvolvimento de competências de professores/as e de alunos/as em formação, respectivamente. Pretende-se, assim, que este material funcione como um referencial que pode ser consultado ao longo do ano lectivo e não substitua outros materiais curriculares.

Na concepção deste Guia tivemos sempre em conta as condições em que muitos/as docentes trabalham com os/as seus/as educandos/as, resolvendo imensas dificuldades e enfrentando carências por vezes com muito sacrifício pessoal. Porém, sem o vosso empenho e entusiasmo não será possível proporcionar às crianças a prática de actividades expressivas que são do seu agrado e que constam no currículo do Ensino Básico. Também, há que experimentar as tarefas, preparar os materiais e a sala de aula, encontrar as palavras e os gestos mais adequados a cada proposta de actividade.

Na selecção das actividades devem dar preferência às que são mais familiares às crianças, procurar a altura própria para as introduzir e avaliar os resultados obtidos. Não devem desistir se alguma actividade não correr como previsto. O tempo e a experiência ajudar-vos-ão a encontrar os processos mais ajustados aos/às formandos/a e/ou alunos/as.

Poderão mobilizar a colaboração dos pais e da comunidade na transmissão dos Saber. Estes, também, poderão participar em algumas actividades e nas festas escolares. Hão-de-ver que “tudo valerá a pena” e que serão melhores formadores/a e/ou professores/as e os/as vossos/as alunos/as, para quem a Escola será um local cada vez mais agradável e estimulante, serão felizes.

O Guia de Expressão Plástica, Motora e Musical contempla catorze fichas de orientação, que incluem recursos, situações didácticas e situações problemas, com uma proposta de critérios e indicadores de avaliação.

Este Guia faz-se acompanhar de um Módulo onde o/a formador/a e o professor/a encontram mais Saber e propostas didácticas. Cabe a cada um/a a sua selecção, aplicação e adaptação, se necessária.

**Bom trabalho.
Os autores**

ABORDAGEM POR COMPETÊNCIAS: DOS CONCEITOS À SALA DE AULA

A Abordagem por Competências (APC) ou Pedagogia de Integração desenvolve-se como forma da escola se adaptar e responder às exigências da sociedade. Tal só será possível se o/a professor/a for desenvolvendo as suas práticas profissionais e, conseqüentemente, os resultados dos/as alunos/as forem melhorando. Assim, é necessário

- que cada aluno/a mobilize aquisições (competências) para resolver situações complexas;
- avaliar as aquisições (competências) dos/as alunos/as em termos de situações complexas.

Uma vez que a integração só acontece se:

- «o aluno possuir os diferentes recursos: saber, saber-fazer e saber-ser»;
- «o aluno reinveste os conhecimentos adquiridos num contexto novo (uma nova situação-problema)»;
- «o aluno se implica pessoalmente na resolução da situação-problema», pois o processo de integração é individual. Tal significa que «deve ser o próprio aluno a encontrar os saber e o saber-fazer, os quais devem ser mobilizados e articulados para resolver a situação-problema» (Rogiers, s/d, p. 12).

A APC exige a mudança de práticas na sala de aula e não a troca do termo objectivo pelo de competência. Esta mudança é necessária para que melhorem os resultados e as competências dos alunos, facilitando a sua inserção no quotidiano profissional ou o prosseguimento de estudos (Rogiers, 2007). Estas alterações, que se pretende que sejam graduais, implicam a elaboração de materiais adequados às práticas lectivas, um acompanhamento regular do trabalho do/a professor/a, a partilha de experiências entre professores/as, a participação em formações complementares e avaliação regular das mudanças efectuadas, para que se ajustem meios e recursos a aplicar na sala de aula (Rogiers, 2007).

A APC utiliza uma terminologia, que o/a formadora e o/a professor/a passarão a integrar nas suas planificações. A saber:

- **Objectivos de integração:** podem ser definidos para um ciclo de estudos (objectivo terminal de integração - OTI) ou para um ano lectivo (objectivo intermediário de Integração - OII);
- **Competências:** dividem-se em competências de base e competências transversais. Deve-se levar os/as alunos/as a adquirir competências de base e competências transversais, que lhe permitirão resolver uma tarefa complexa, uma situação-problema. As competências são definidas a partir dos programas

oficiais das disciplinas curriculares, pois é neles que está indicado o que estudar em cada ano e em cada disciplina. Para se desenvolverem as competências de base é necessário subdividi-las em objectivos, que estão associados aos conteúdos dos programas. A escola deve desenvolver competências gerais, que sejam úteis em situações da vida quotidiana como, por exemplo, pedir uma informação. Rogiers (s/d) denomina estas competências como competências transversais por permitirem estabelecer relações entre as aprendizagens e as diferentes disciplinas. Na sala de aula, as competências transversais são avaliadas através das competências de base. Assim, para que um/a aluno/a se torne competente, o/a professor/a deve-lhe fornecer recursos (saber, saber-fazer e saber-ser) e ensinar a utilizá-los para resolver situações-problema;

- **Recursos:** conjunto de saber (conhecimento específico sobre um assunto), Saber-ser (atitude adaptada a uma situação) e saber-fazer (aplicação de um procedimento, uma regra ou uma técnica);
- **Situação didáctica:** «permite introduzir um novo saber ou um novo saber-fazer. É uma situação em que o aluno manipula, procura, descobre, pratica para melhor compreender» (Rogiers, s/d, p. 21). O/A aluno/a constrói o seu saber;
- **Situação de integração:** permite verificar se os recursos (aquisições) foram integrados pelos/as alunos/as e se estes são capazes de resolver uma situação-problema da vida quotidiana. A integração implica que os alunos articulem diversos conhecimentos. Realiza-se após um conjunto de aulas;
- **Avaliação:** prevêm-se duas modalidades de avaliação, formativa (ocorre na semana de integração e determina a aquisição de recursos) e certificativa (acontece no final de um ano lectivo ou de um ciclo de ensino e determina a passagem ou reprovação de um/a aluno/a). A avaliação permite verificar o desenvolvimento de competências e a definição de situações de remediação, quando se verifica que os/as alunos/as ainda revelam dificuldades em determinados saber ou saber-fazer;
- **Critério de avaliação:** são os critérios estabelecidos pelo/a professor/a para avaliar se os/as alunos/as desenvolveram competências. Para tal estabelecerá dois ou três critérios mínimos e um de aperfeiçoamento: pertinência da produção (critério global, para avaliar se o/a aluno/a interpreta correctamente o enunciado, responde correctamente às questões e se utiliza documentos de suporte para o fazer), coerência do texto (avalia a correcção linguística da resposta ou a aplicação apropriada de operações de cálculo, por exemplo no caso da Matemática, correcção da língua (avalia

a coesão do texto, isto é a construção da frase, a ortografia e o domínio das formas verbais) e originalidade da produção (avalia a criatividade). Cada um dos critérios subdivide-se em indicadores, que especificam o que se pretende avaliar;

- **Remediação:** tem como objectivo apoiar os/as alunos/as na superação de dificuldades. Estabelece-se após um momento de avaliação colectiva ou individual, ou seja, quando o/a professor/a verifica que toda/parte da turma/parte ou um/a aluno/a revelam dificuldades. O período de remediação depende das actividades definidas. Na remediação o/a professor/a pode utilizar exercícios do manual ou outros elaborados por ele/a mesmo/a. Cabe ao/à professor/a identificar dificuldades e gerir os períodos de remediação, para que os/as alunos/as desenvolvam competências que ainda não desenvolveram. (Rogiers, s/d; Rogiers, 2007).

De acordo com a APC, o/a formador/a ou o/a professor/a devem incluir no seu plano de formação/aula o seguinte:

1. Plano a longo prazo

Este é um plano global, pois é elaborado no início do ano letivo, logo menos pormenorizado que um plano de aula. É definido a partir do programa da disciplina em causa e respeitando o calendário escolar. Inclui os temas/conteúdos gerais a trabalhar ao longo do ano lectivo, o número de tempos lectivos para cada trimestre/conteúdo e prevê os períodos de sequências de aprendizagem, integração e remediação.

2. Plano a médio prazo

Elabora-se no início do ano lectivo, mas prevê com mais pormenor que o plano a longo prazo, o que será abordado em cada trimestre. Inclui as competências de base, os recursos a mobilizar (saber, saber-fazer e saber-ser), as actividades/estratégias de ensino, os meios de ensino, as formas de avaliação e o número de aulas.

3. Plano a curto prazo

Este plano é o mais pormenorizado de todos, pois é o que será operacionalizado num período de tempo mais curto. Desenvolve as sequências de aprendizagem relativas aos conteúdos e orienta o/a professor no uso de estratégias de exploração, sistematização, aplicação e integração (quando definidas). Este plano ajusta-se a cada turma e inclui saber, saber-fazer e saber-ser, actividades/estratégias, meios de ensino, formas de avaliação e o tempo previsto para cada momento da aula.

COMO UTILIZAR O GUIA DE EXPRESSÃO PLÁSTICA, MOTORA E MUSICAL

O *Guia de Expressão Plástica, Motora e Musical* pode ser utilizado por:

- **inspectores sectoriais:** na supervisão de aulas (por exemplo, para verificar se os/as professores/as planificam, de acordo com os pressupostos da APC e se aplicam metodologias activas no processo de ensino-aprendizagem);
- **formadores:** na planificação e formação de professores/as;
- **professores e chefes de classe:** em formações, na consolidação de Saber, na planificação da prática lectiva e nas reuniões quinzenais de planificação de aulas.

Cada um destes agentes educativos opta pelo melhor momento para utilizar as propostas de exercícios presentes no Guia e no Módulo de Expressão Plástica, Motora e Musical, o que significa que a sua utilização é livre, excepto quando forem estipulados momentos de formação formal. Nestes casos, por exemplo, o/a professor/a realiza os exercícios de acordo com a orientação do formador/a.

Cada um dos agentes educativos pode adaptar as propostas de exercício ao seu contexto de intervenção ou criar novos exercícios.

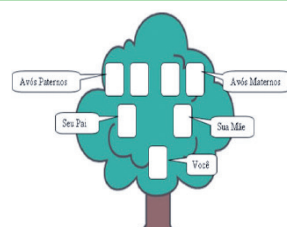
ESTRUTURA DO GUIA DE EXPRESSÃO PLÁSTICA, MOTORA E MUSICAL

O Guia de Expressão Plástica, Motora e Musical apresenta o objectivo terminal de integração, para este processo formativo de desenvolvimento das competências dos/as professores/as, e divide-se em catorze fichas de orientação, que correspondem a diferentes módulos e temas curriculares.

Cada ficha de orientação é constituída pela respectiva competência de base e por um conjunto de recursos (Saber, Saber-fazer e Saber-ser), situações didácticas, situações problema e critérios e indicadores de avaliação, que se encontram aprofundados no Módulo de Expressão Plástica, Motora e Musical.

O Guia pretende recriar o ambiente de sala de aula em contexto de formação, para que o/a professor/a experiencie um conjunto de estratégias antes de as aplicar na sala de aula, ao mesmo tempo que desenvolve as suas competências de Didáctica em Expressão Plástica, Motora e Musical.

FORMAÇÃO DE EXPRESSÃO PLÁSTICA, MOTORA E MUSICAL



FICHA DE ORIENTAÇÃO 1

MÓDULO: A CRIANÇA SER NATURAL E SOCIAL TEMA – I: A FAMÍLIA

COMPETÊNCIA DE BASE

Desenvolver capacidades de comunicação visual, que permitam ao/à aluno/a interpretar e reproduzir textos icónicos (imagens) e textos orais

| | |
|---|---|
| Saber | 1. Desenho da família; 2. Noção de proporção; 3. Noção de ritmo. |
| Saber-fazer | Representar graficamente os elementos de uma família; Entoar uma canção respeitando o ritmo. |
| Saber-ser | Reconhecimento da família como base da educação |
| Situação didáctica: 1. Analise um cartaz onde esteja representada uma família. Numa folha A4, desene a árvore genealógica dessa família utilizando lápis de carvão e lápis de cores ou marcadores. Numa outra folha A4, desene a árvore genealógica da sua família. 2. Entoe a canção “Ó Papá Ó Mamã”. | |

Situação de integração

1. O Carlos mora com os pais e com cinco irmãos. Na casa ao lado moram os primos Ndunhe e Mafuta. No final da tarde, o Carlos e os irmãos gostam de jogar à bola com os primos, enquanto a mãe e a tia pilam o arroz.
Imagine que é um pintor da tabanca, numa folha A4, desenhe a família do Carlos num final de tarde.

Critério de avaliação:

- a. Pertinência da produção;
- b. Coerência da produção;
- c. Interpretação de textos visuais.

Indicadores de avaliação

1. O/a aluno/a representa graficamente a sua família;
2. O/a aluno/a representa as actividades de cada membro da família;
3. O/a aluno/a interpreta canções respeitando ritmo;
4. O/a aluno/a constrói diferentes árvores genealógicas (árvore da família).



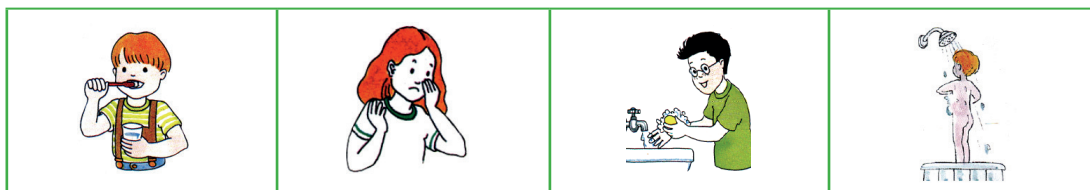
FICHA DE ORIENTAÇÃO 2

MÓDULO: A CRIANÇA SER NATURAL E SOCIAL TEMA – II: OS SÍMBOLOS NACIONAIS

COMPETÊNCIA DE BASE

Desenvolver valores patrióticos, através do conhecimento e da valorização dos símbolos nacionais

| | |
|--|--|
| Saber: | Símbolos Nacionais: as cores da Bandeira Nacional e o Hino Nacional. |
| Saber-fazer | Representar graficamente a Bandeira Nacional; Entoar do Hino Nacional, respeitando a articulação rítmica. |
| Saber-ser | Reconhecer os símbolos e os valores patrióticos. |
| Situação didáctica: 1. No seu caderno, desenhe e pinte a Bandeira Nacional. Por baixo do desenho escreva o Hino Nacional. 2. Entoe o Hino Nacional, respeitando a articulação rítmica. | |
| Situação de integração 1. A escola do Ensino Básico “Justado Vieira” vai receber a visita do Presidente da República e do Ministro da Educação, na próxima semana. O/A director/a da escola quer recebê-los, mostrando-lhes a criatividade dos/as alunos/as. Junte recortes de revistas e/ou de jornais, com as cores da Bandeira Nacional, e cole-os num painel, reproduzindo a Bandeira, que irá dar as boas-vindas às autoridades nacionais. | |
| Critério de avaliação a. Pertinência da produção; b. Coerência da produção. | |
| Indicadores de avaliação 1- O/a aluno/a representa graficamente a Bandeira Nacional, respeitando as suas cores e os seus símbolos; 2- O/a aluno/a entoa o Hino Nacional, respeitando a articulação rítmica e o canto em coro; 3- O/a aluno/a revela criatividade. | |



FICHA DE ORIENTAÇÃO 3

MÓDULO: ORGANIZAÇÃO SOCIAL E VIDA COMUNITÁRIA TEMA – III: HIGIENE

COMPETÊNCIA DE BASE

Mobilizar os recursos desenvolvidos na disciplina de Expressões, na aplicação regras de higiene pessoal e social, com vista à melhoria da saúde física e mental.

| | |
|--|---|
| Saber: | Regras de higiene pessoal e social. |
| Saber-fazer | Representar graficamente as regras básicas da higiene pessoal e social. |
| Saber-ser | Reconhecer a importância da higiene pessoal e social. |
| Situação didáctica: | |
| 1. Depois de um diálogo com a turma sobre a importância da higiene, ilustre, no seu caderno, cada uma das regras de higiene pessoal e social que aprendeu. Não se esqueça de utilizar lápis de cor e/ou canetas de feltro. | |
| Situação de integração | |
| 1. A Fatuma levanta-se todas as manhãs, quando começam a surgir os primeiros raios de sol e vai buscar água à cacimba, pelo caminho encontra sempre a prima Mafuta. De regresso a casa toma banho, prepara o pequeno-almoço e vai para a escola com a Mafuta. No seu caderno, desenhe uma banda desenhada, que represente as manhãs da Fatuma. | |
| Critério de avaliação | |
| a. Pertinência da produção; b. Coerência da produção. | |
| Indicadores de avaliação | |
| 1. O/a aluno/a revela criatividade; 2. O/a aluno/a representa graficamente as regras básicas da higiene pessoal e social; 3. O/a aluno/a aplica corretamente materiais e técnicas. | |



FICHA DE ORIENTAÇÃO 4

MÓDULO: HIGIENE ALIMENTAR TEMA – IV: HIGIENE ALIMENTAR

COMPETÊNCIA DE BASE:

Mobilizar os recursos desenvolvidos na disciplina de Expressões, na aplicação de regras de higiene alimentar, com vista à melhoria da saúde física e mental.

| | |
|--------------------|---|
| Saber: | 1. As principais regras da higiene alimentar; 2. Conservação os alimentos; 3. Alimentação equilibrada. |
| Saber-fazer | Aplicar regras de higiene alimentar; Desenvolver técnicas de limpeza e conservação de alimentos; Representar passos para uma alimentação equilibrada. |
| Saber-ser | Reconhecer a importância da higiene alimentar para a promoção da saúde. |

Situação didáctica:

1. Utilize uma folha de papel ou de cartão, para construir uma embalagem para um produto alimentar à sua escolha. Não se esqueça de a decorar com lápis de cores.
2. Com o(s) seu(s) colega(s) crie e ilustre um panfleto com regras de higiene alimentar e com conselhos para a promoção de uma alimentação equilibrada.

Situação de integração

1. A festa de Tabaski está a chegar, por isso o pai do Malam já comprou um carneiro gordo e pediu à sua esposa Mariama para o cozinhar. O Malam quer que toda a gente se divirta na festa, por isso pediu aos pais para preparar cartazes com conselhos de higiene alimentar. Imagine que é o Malam e crie os cartazes para afixar no espaço, onde vão ser preparadas as refeições.

Critério de avaliação

1. Pertinência da produção;
2. Coerência da produção.

Indicadores de avaliação

1. O/a aluno/a representa graficamente regras da higiene alimentar,
2. O/a aluno/a respeita a sequência das actividades;
3. O/a aluno/a memorização visual;
4. O/a aluno/a aplica correctamente várias técnicas.



FICHA DE ORIENTAÇÃO 5

MÓDULO: RODA DOS ALIMENTOS TEMA – IV: RODA DOS ALIMENTOS

COMPETÊNCIA DE BASE:

Compreensão da importância de uma alimentação equilibrada, para um estilo de vida saudável no seio da comunidade

| | |
|--|--|
| Saber: | Roda dos alimentos. |
| Saber-fazer | Desenvolver a capacidade de observação; Desenvolver a destreza manual; Identificar e distinguir grupos de alimentos. |
| Saber-ser | Valorizar a alimentação equilibrada, para a promoção de um estilo de vida saudável. |
| Situação didáctica: 1. Pense nos alimentos que costuma consumir nas suas refeições ao longo da semana e crie a sua roda dos alimentos. Reflita se faz uma alimentação equilibrada ou sobre o que deve fazer para que as suas refeições sejam mais equilibradas, caso não sejam. | |
| Situação de integração 1. O Paté mora numa zona com muita produção agrícola e com muito barro. Como o Paté é muito criativo lembrou-se de construir uma roda dos alimentos em barro, para decorar a cozinha e nunca se esquecer que alimentos deve consumir para fazer uma alimentação equilibrada. Ajude o Paté a colocar a sua ideia em prática e modele um alimento em barro. | |
| Critério de avaliação 1. Pertinência da produção; 2. Coerência da produção. 3. Correção da produção. | |
| Indicadores de avaliação 1. O/a aluno/a desenvolve a capacidade de observação; 2. O/a aluno/a desenvolve a destreza manual. | |



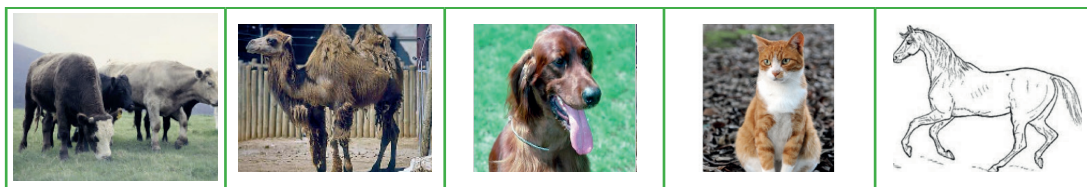
FICHA DE ORIENTAÇÃO 6

MÓDULO: SEGURANÇA RODOVIÁRIA TEMA – VI: SINAIS DE TRÂNSITO

COMPETÊNCIA DE BASE:

Compreender a importância de respeitar os sinais de trânsito, como meio para diminuir os riscos de acidente nas vias rodoviárias.

| | |
|--|--|
| Saber: | Sinais de trânsito e regras de circulação. |
| Saber-fazer | Distinguir os sinais de trânsito. |
| Saber-ser | Valorizar o respeito pelos sinais de trânsito. |
| Situação didáctica: <ol style="list-style-type: none"> No seu caderno, desenhe os sinais de trânsito que aprendeu e coloque-lhes as respetiva legenda. Sugestão: Para os sinais ficarem bem organizados e não se esquecer do seu significado, desenhe, por exemplo os de obrigação todos juntos e de seguida os de proibição. A partir da música “o meu carro corre”, crie (em grupo) uma pequena dramatização, que sensibilize para a prevenção rodoviária. No final, da representação cante a canção. | |
| Situação de integração <ol style="list-style-type: none"> A Mariama leu no jornal que tem havido muitos acidentes em Bissau porque as pessoas não utilizam as passagens aéreas. A Mariama ficou muito preocupada e foi pedir autorização às autoridades para criar cartazes e panfletos, para sensibilizar a população a utilizar as passagens aéreas. Imagine que é amigo/a da Mariama, ajude-a a criar os cartazes e os panfletos, para distribuir junto às pontes aéreas. | |
| Critério de avaliação <ol style="list-style-type: none"> Pertinência da produção; Coerência da produção. | |
| Indicadores de avaliação <ol style="list-style-type: none"> O/A aluno/a identifica os sinais de trânsito; O/A aluno/a distingue os sinais de trânsito; O/A aluno/a representa graficamente sinais de trânsito. | |



FICHA DE ORIENTAÇÃO 7

MÓDULO: OS ANIMAIS DOMÉSTICOS TEMA – VII: OS ANIMAIS DOMÉSTICOS

COMPETÊNCIA DE BASE:

Utilizar os recursos de comunicação visual, verbal ou dramática, sensibilizando a comunidade para a forma de tratamento dos animais domésticos.

| | |
|---|---|
| Saber: | Os animais domésticos: - principais cuidados; - relação com a família. |
| Saber-fazer | Representar animais domésticos em vários suportes (desenho, barro); Reproduzir sons emitidos pelos animais domésticos; Reproduzir melodias. |
| Saber-ser | Valorizar os cuidados a ter com os animais domésticos. |
| Situação didáctica: 1. Em pequenos grupos, represente animais domésticos em diferentes suportes (desenho, barro). 2. Recorde-se dos sons produzidos por vários animais domésticos e crie um pequeno jogo: um/a aluno/a reproduz um som e emita os movimentos do animal, os/as restantes tentam adivinhar o nome animal. Ganha quem acertar em mais nomes. | |
| Situação de integração 1. A família do Paté mora em Buba e é criadora de gado. Estes dias a família recebeu em casa um/a primo/a que mora em Lisboa e não sabe que cuidados é preciso ter com os animais. Imagine uma conversa em que o Paté explica ao primo que cuidados é preciso ter com o gado e com outros animais domésticos. Represente-a numa banda desenhada. Não se esqueça de inventar uma pequena canção para o Paté e o/a primo/a cantarem no final de um dia de trabalho, junto ao rio. | |
| Critério de avaliação 1. Pertinência da produção; 2. Coerência da produção; 3. Pertinência da produção; | |
| Indicadores de avaliação 1. O/a aluno/a manifesta capacidade de observação; 2. O/a aluno/a demonstra destreza manual; 3. O/a aluno/a modela em barro os animais domésticos; 4. O/a aluno/a reproduz sons emitidos pelos animais domésticos; 5. O/a aluno/a revela noção de melodia. | |



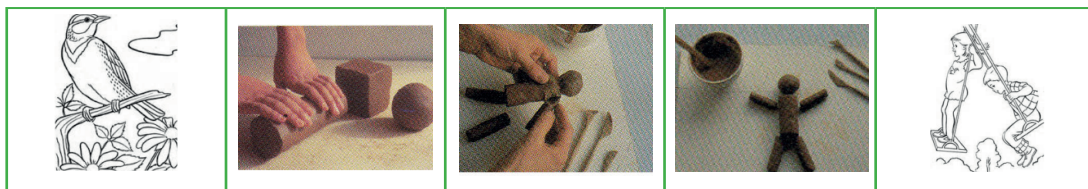
FICHA DE ORIENTAÇÃO 8

MÓDULO: O HOMEM E O AMBIENTE TEMA – VIII: O AMBIENTE

COMPETÊNCIA DE BASE:

Adoptar atitudes e comportamentos responsáveis face aos problemas do ambiente, utilizando recursos para a defesa do Ambiente e para a melhoria da qualidade ambiental na tabanca.

| | |
|---|---|
| Saber: | Meio ambiente; Cuidados e direitos florestais. |
| Saber-fazer | Utilizar corretamente suportes e riscadores; Exprimir-se graficamente com liberdade e imaginação; Descrever as regras de higiene no meio escolar. |
| Saber-ser | Reconhecer o papel do saneamento e da higiene na prevenção das doenças. |
| Situação didáctica: 1. Numa folha A5, ilustre um cuidado e/ou um dever florestal. Sugestão: cada aluno/a ilustra um cuidado ou um dever florestal; juntar todos os trabalhos e realizar uma exposição o fundo da sala ou no pátio da escola. | |
| Critério de avaliação 1. Representação gráfica; 2. Criatividade; 3. Memorização visual; 4. Organização do espaço; 5. Aplicação correta dos materiais e da técnica. | |
| Indicadores de avaliação 1. O/a aluno/a utiliza corretamente os suportes e os riscadores; 2. O/a aluno/a exprime-se graficamente com liberdade e imaginação; 3. O/a aluno/a revela capacidade de observação. | |



FICHA DE ORIENTAÇÃO 9

MÓDULO: HOMEM E O AMBIENTE TEMA – IX: O AMBIENTE

COMPETÊNCIA DE BASE:

Desenvolvimento de uma visão crítica sobre a expressão artística e apreensão de conhecimentos, através da observação de modelos.

| | |
|--|--|
| Saber: | Desenho; Pintura; Modelagem. |
| Saber-fazer | Utilizar corretamente as técnicas de pintura, do desenho e da modelagem. |
| Saber-ser | Valorizar o trabalho de oleiros e pintores. |
| Situação didáctica: | |
| 1. Em contexto de sala de aula, cada aluno/a deve escolher uma forma de expressão (desenho, pintura ou modelagem) e produzir um trabalho alusivo ao Homem e ao meio ambiente. | |
| Situação de integração | |
| 1. No dia em que foi visitar os oleiros e os pintores percebeu que o trabalho de alguns deles não é conhecido do grande público. Crie estratégias para promover o trabalho dos artistas (cartazes, panfletos ou outros). | |
| Critério de avaliação | |
| a. Pertinência da produção; b. Coerência da produção. | |
| Indicadores de avaliação | |
| 1. O/a aluno/a revela criatividade; 2. O/a aluno/a utiliza correctamente as técnicas de pintura, do desenho e da modelagem; 3. O/a aluno/a revela a noção de ritmo e melodia. | |



FICHA DE ORIENTAÇÃO 10

MÓDULO: EXPRESSÃO MOTORA (DOMÍNIO DO CORPO) TEMA – X: DOMÍNIO DO CORPO

COMPETÊNCIA DE BASE:

Dominar as técnicas de corridas simples e exercícios de coordenação segmentares simples para o aperfeiçoamento das capacidades motoras e a melhoria do estado de saúde.

| | |
|--|---|
| Saber: | Esforço físico; Estafeta. |
| Saber-fazer | Realizar corridas com sucesso (de acordo com as metas definidas). |
| Saber-ser | Valorizar a prática desportiva. |
| Situação didáctica: 1. Realize corridas simples e em pequenas distâncias em círculos organizados; 2. Realize estafetas; 3. Efetue exercícios físicos de coordenação segmentares simples e jogos em pares solicitado a rigor. | |
| Critério de avaliação a. Pertinência da produção; b. Coerência da produção. | |
| Indicadores de avaliação 1. O/a aluno/a realiza um número definido de repetições que o aluno faz em cada exercício; 2. O/a aluno/a aplica correctamente as regras de cada exercício. | |



FICHA DE ORIENTAÇÃO 11

MÓDULO: GINÁSTICA

TEMA – XI: GINÁSTICA (EQUILÍBRIO E MANIPULAÇÃO)

COMPETÊNCIA DE BASE:

Utilizar os recursos da coordenação motora na realização de exercícios de equilíbrio e de deslocamento

| | |
|--|--|
| Saber: | Equilíbrio; Manipulação. |
| Saber-fazer | Dominar os exercícios de equilíbrio e de deslocamento. |
| Saber-ser | Valorizar a prática desportiva. |
| Situação didáctica: <ol style="list-style-type: none"> 1. Com um colega de turma efectue exercícios de lançamento e recepção da bola (agarrar), considerando a distância, a precisão, a direção e a trajetória; 2. Realize movimentos de exploração da bola em drible, pontapear ou cabecear; 3. Explore o uso da raquete com movimento simples e de controlo com objeto (bola); 4. Efectuar exercícios de equilíbrio sobre uma referência no solo, com ou sem controlo de objecto; 5. Deslocar-se em equilíbrio sobre trave com movimentos simples ou combinados e com ou sem controlo do objeto. | |
| Critério de avaliação <ol style="list-style-type: none"> 1. Pertinência dos exercícios físicos propostos; 2. Perfeição na execução. | |
| Indicadores de avaliação <ol style="list-style-type: none"> 1. O/a aluno/a domina os exercícios de equilíbrio e de deslocamento. 2. O/a aluno/a cumpre as instruções dadas. | |



FICHA DE ORIENTAÇÃO 12

MÓDULO: EXPRESSÃO MOTORA (JOGOS) TEMA – XII: O JOGO

COMPETÊNCIA DE BASE:

Utilizar os recursos da coordenação motora para efectuar jogos individuais e colectivos, que contribuam para a socialização da criança.

| | |
|---|--|
| Saber: | Perceptivos motores; Jogos tradicionais: a macaca. |
| Saber-fazer | Ter domínio do corpo em deslocamento, com a utilização de objectos, em situação de interacção com os companheiros (cooperação – oposição). |
| Saber-ser: | Valorizar a prática desportiva. |
| Situação didáctica: 1. Desenhe no chão vários esquemas para jogar à macaca. Jogue cumprindo as regras do jogo. Nota: O/A professor/a pode seleccionar outros jogos tradicionais, dividir a turma por cada um deles e pedir aos/às alunos/as que joguem de modo rotativo. | |
| Situação de integração: 1. Um/a professor/a de Orango não tem muitos materiais para realizar jogos como futebol ou basquetebol, por isso decidiu fazer uma recolha de jogos tradicionais para realizar nas aulas de Expressão Motora. Para que essa recolha não se perca ajude o/a professor/a a fazer o seu registo, para isso escreva no seu caderno as regras de um jogo tradicional que conheça e construa os materiais necessários, para que o possa jogar na aula com os colegas de turma. | |
| Critério de avaliação 1. Pertinência da produção; 2. Coerência da produção. | |
| Indicadores de avaliação 1. O/a aluno/a realiza esquema com perfeição; 2. O/a aluno/a revela coordenação motora; 3. O/a aluno/a aplica as regras do jogo com correcção; 4. O/a aluno/a elabora materiais apropriados. | |



FICHA DE ORIENTAÇÃO 13

MÓDULO: EXPRESSÃO MOTORA (DANÇA) TEMA – XIII: O DANÇA

COMPETÊNCIA DE BASE:

Expressar-se através da dança, respeitando diversos ritmos musicais.

| | |
|---|---|
| Saber: | Jogos de expressão e de movimento; Jogos rítmicos. |
| Saber-fazer: | Ter domínio do sentido rítmico e da dança. |
| Saber-ser: | Valorizar a prática desportiva |
| Situação didáctica | |
| 1. Ao som de um instrumento musical, desloque-se de uma forma livre no espaço disponível. De seguida, siga as instruções do/a professor/a e reproduza um esquema rítmico. Quando o ritmo se alterar, pare o esquema e contorne os materiais distribuídos pelo chão. Repita os movimentos sempre que o ritmo musical se alterar. | |
| Situação de integração | |
| 1. No final do ano lectivo será realizada uma festa de encerramento, na escola. Selecione uma música tradicional e crie um esquema rítmico, para apresentar no dia da festa. | |
| Critério de avaliação | |
| 1. Pertinência da produção; 2. Coerência da produção. | |
| Indicadores de avaliação | |
| 1. O/A aluno/a revela sentido rítmico e da dança; 2. O/A aluno/a respeita a sequência das atividades. | |



FICHA DE ORIENTAÇÃO 14

MÓDULO: EXPRESSÃO MOTORA (ATLETISMO) TEMA – XIV: ATLETISMO

COMPETÊNCIA DE BASE:

Realizar corridas de curtas e de longa distância, cumprindo metas estabelecidas.

| | |
|--|---|
| Saber: | Corrida; Saltos. |
| Saber-fazer | Efectuar os exercícios do domínio do corpo em situação de exploração ao ar livre, considerando os constrangimentos da natureza. |
| Saber-ser: | Valorizar a prática desportiva. |
| Situação didáctica: <ol style="list-style-type: none"> 1. Efectue corridas de curta distância com e sem objectos (barreiras) para transpor. 2. Em grupo, realize estafetas “estafetas”; 3. Saltar, transpondo objectos dispostos no solo e diferenciando a impulsão e ressecção no solo a um ou a dois pés; 4. Realize saltos em comprimento. | |
| Situação de integração: <ol style="list-style-type: none"> 1. Na escola irá realizar-se uma mostra de actividades para sensibilizar a população para a prática de atletismo. Seleccione uma modalidade à sua escolha, descreva as regras (incluir ilustrações) e prepare-se fisicamente. | |
| Critério de avaliação <ol style="list-style-type: none"> 1. Pertinência da produção; 2. Coerência da produção. | |
| Indicadores de avaliação <ol style="list-style-type: none"> 1. O/a aluno/a manifesta apreensão das regras dos exercícios; 2. O/a aluno/a revela domínio do movimento na realização dos exercícios. | |

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Alves, C. D. & Melo, E. (s/d). Fantasias. s/l: s/n.

Brito, C. (s/d). Trabalhos Manuais. s/l: s/n.

Carneiro, I. & Ferreira, O. D. (s/d). Música no Futuro. s/l: s/n.

Costa, A. & Abel, G. (s/d). Educação Musical. s/l: s/n.

Dias, L. F. & Dinis, M. C. (s/d). Ó Balão. Balão – Expressão e Educação Plástica, Físico-motora, Musical, Dramática. s/l: s/n.

Diniz, N.; Leão, I. & Paiva, V. (s/d). Música na Escola. s/l: s/n.

Granadeiro, F. (s/d). Sete cores. Expressão Plástica. s/l: s/n.

Letra, C. (s/d). Nova Matemática. s/l: s/n.

Lopes, A. M. C. F. & Ramiro, M. (s/d). Retintim. s/l: s/n.

Neto, C.; Morais, D. & Brito, M. J. (1999). Técnicas de Expressão. s/l: s/n.

Sodores, M.; Aleixo, J. & Soares, J. (s/d). Caderno de educação rodoviária. s/l: s/n.

Vaz, M. J. & Gomes, C. (1992). Construir Ideias. Educação visual e tecnológica. s/l: s/n.

«Professores de qualidade são cada vez mais reconhecidos como o factor mais importante na aprendizagem das crianças - e, portanto, em melhorar o aproveitamento escolar, aumentando a capacidade dos jovens de participar na sociedade e nas tecnologias de conhecimento de hoje, aumentando a produtividade e prosperidade. Especialmente em comunidades pobres e países fragilizados por conflitos, uma educação de qualidade pode literalmente mudar a vida de uma criança - ajudando crianças a superar enormes desafios e preparando-as para uma vida melhor e futuros brilhantes».

Mensagem dos Directores da UNESCO, OIT, UNICEF, PNUD e Educação Internacional, no Dia Mundial dos Professores, 5 de Outubro de 2015



Organização
das Nações Unidas
para a Educação,
a Ciência e a Cultura

