REPÚBLICA PORTUGUESA
EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E INOVAÇÃO

Agrupamento de Escolas Júlio Dinis, Gondomar

Departamento do 1º Ciclo

PLANIFICAÇÃO DE ESTUDO DO MEIO – 4.º ANO

1.º PERÍODO

Mês	Unidade	Organizador Domínio	AE: conhecimentos, capacidades e atitudes	Ações estratégicas de ensino	Perfil do aluno
SETEMBRO OUTUBRO	Missão 1 Cuidar de nós	Natureza Cidadania Tecnologia	▪ Descrever, de forma simplificada, e com recurso a representações, os sistemas digestivo, respiratório, circulatório, excretor e reprodutivo, reconhecendo que o seu bom funcionamento implica cuidados específicos. ▪ Conhecer algumas modificações biológicas e comportamentais que ocorrem na adolescência. ▪ Reconhecer mecanismos simples de defesa do organismo, por exemplo, a pele como primeira barreira de proteção e de prevenção de doenças. ▪ Saúde ▪ Reconhecer a importância da evolução tecnológica para a evolução da sociedade, relacionando objetos, equipamentos e soluções tecnológicas com diferentes necessidades e problemas do quotidiano: saúde.	**Promover estratégias que envolvam aquisição de conhecimento, informação e outros saberes, relativos aos conteúdos das AE, que impliquem:** - pesquisa e seleção de informação pertinente; - análise de documentos, factos, situações, identificando os seus elementos ou dados; - mobilização do conhecimento em contextos diversos, através do estabelecimento de conexões intra e interdisciplinares; - utilização de software simples. **Promover estratégias que envolvam a criatividade dos alunos:** - formulação de hipóteses com vista a dar resposta a um problema que se coloca face a um determinado fenómeno; - conceção de situações em que determinado conhecimento possa ser aplicado; - conceção de alternativas a uma forma tradicional de abordar uma situação-problema; - criação de um objeto, texto ou solução face a um desafio; - comunicação de aprendizagens através da utilização de técnicas expressivas. **Promover estratégias que desenvolvam o pensamento crítico e analítico dos alunos, incidindo em:** - realização de assembleias de turma para discussão, entre outros assuntos, de aspetos da cidadania;	Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J) Criativo (A, C, D, J) Crítico/Analítico/Indagador (A, B, C, D, G)

NOVEMBRO **DEZEMBRO**	**Missão 2** **Valorizar o passado**	**Sociedade**	▪ Construir um friso cronológico com os factos e as datas relevantes da História de Portugal, destacando a formação de Portugal, a época da expansão marítima, o período filipino e a Restauração, a implantação da República e o 25 de Abril. ▪ Conhecer personagens e aspetos da vida em sociedade relacionados com os factos relevantes da história de Portugal, com recurso a fontes documentais. ▪ Relacionar a Revolução do 25 de Abril de 1974 com a obtenção de liberdades e direitos.	- organização de debates que requeiram a formulação de opiniões; - hierarquização de razões segundo critérios como a adequação, a pertinência e a relevância que apresentam em relação a uma tese que se pretende defender; - problematização de situações; - análise de factos e situações, identificando os seus elementos ou dados, em particular numa perspetiva disciplinar e interdisciplinar; - realização de jogos, jogos de papéis e simulações. **Promover estratégias que envolvam por parte do aluno:** - demonstração de pensamento científico: questionar, colocar hipóteses, prever respostas, experimentar, selecionar, organizar, analisar e interpretar a informação recolhida, para chegar a conclusões e comunicá-las; - partilha da informação recolhida sobre temas livres ou sugeridos; - recolha de dados e opiniões relacionados com as temáticas em estudo; - incentivo à investigação/pesquisa, seleção e tratamento de informação sustentados por critérios, com apoio do professor e autonomia progressiva do aluno; - manipulação de diferentes representações cartográficas. **Promover estratégias que requeiram/induzam por parte do aluno:** - aceitação ou refutação de pontos de vista com recurso à argumentação; - confronto de ideias sobre abordagem de um dado problema e/ou maneira de o resolver; - respeito pelas diferenças individuais. **Promover estratégias que envolvam por parte do aluno:** - realização de assembleias de turma para organização, entre outros aspetos, da agenda semanal de atividades e da distribuição de tarefas; - utilização de sinalética própria orientadora de tarefas (anotações, previsões, conclusões), de cuidados a ter com a manipulação de instrumentos e materiais e procedimentos a seguir;	**Indagador / Investigador (C, D, F, H, I)** **Respeitador da diferença/ do outro (A, B, E, F, H)** **Sistematizador/ organizador (A, B, C, I, J)**

				- tarefas de síntese; - tarefas de planificação, de revisão e de monitorização; - organização (por exemplo, construção de sumários, registos de observações, relatórios de visitas segundo critérios e objetivos); - apresentação esquemática da informação, com o apoio do professor; - preenchimento de tabelas, a partir de exposições orais ou da leitura de conteúdos da disciplina; - construção de mapas conceptuais; - promoção do estudo autónomo com o apoio do professor, identificando quais os obstáculos e formas de os ultrapassar; - planeamento e estruturação de trabalhos. **Promover estratégias que impliquem por parte do aluno:** - saber questionar de uma situação; - apresentação orais livres, seguidas de questionamento por parte da turma; - organização de questões a colocar a terceiros, sobre conteúdos estudados ou a estudar; - exposição de diferentes pontos de vista, como resposta a questões polémicas colocadas pelo professor ou aluno(s); - desenvolvimento de ações solidárias, como resposta a situações-problema; - pesquisa e partilha de informação sobre temáticas de interesse do aluno ou relacionadas com os temas em estudo, com possibilidade de questionamento por parte dos ouvintes. **Promover estratégias que impliquem por parte do aluno:** - ações de comunicação uni e bidirecional, designadamente assembleia de turma, jornal de parede, “Ler, Contar e Mostrar”; - apresentações orais, por iniciativa própria ou por sugestão do professor, com recurso às TIC; - descrever processos de pensamento usados durante a realização de uma tarefa ou abordagem de um problema; - escutar os outros e saber tomar a palavra; - respeitar o princípio de cortesia;	**Questionador (A, F, G, I, J)** **Comunicador (A, B, D, E, H)**

				- usar formas de tratamento adequadas; - interação com adequação ao contexto e a diversas finalidades comunicativas. **Promover estratégias envolvendo tarefas em que, com base em critérios, se oriente o aluno para:** - autoavaliação com recurso a linguagem icónica e verbal; - monitorização da aprendizagem; - descrição/representação dos processos de pensamento usados durante a realização de uma tarefa ou abordagem de um problema; - reorientação de atitudes e de trabalhos, individualmente ou em grupo, a partir do *feedback* do professor e/ou dos pares. **Promover estratégias que criem oportunidades para o aluno:** - gestão/organização de sala de aula; - gestão participada do currículo, envolvendo os alunos na escolha de temas a abordar em trabalho de projeto; - colaboração interpares, contemplando terceiros em tarefas. **Promover estratégias e modos de organização das tarefas que impliquem por parte do aluno:** - organização do espaço e do tempo de trabalho individual e coletivo; - controlo do tempo dedicado ao estudo; - identificação de elementos distratores e/ou que afetam o processo de estudo; - assunção de responsabilidades adequadas ao que lhe for pedido; - organização e realização autónoma de tarefas; - contratualização de tarefas e relato a outros do seu cumprimento. **Promover estratégias que induzam:** - ações solidárias que concorram para o bem-estar de outros; - realização de tutorias interpares; - apadrinhamento de causas; - posicionamento perante situações dilemáticas de ajuda a outros e de proteção de si.	**Autoavaliador (transversal às áreas)** **Participativo/ colaborador (B, C, D, E, F)** **Responsável/ autónomo (C, D, E, F, G, I, J)** **Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)**

2.º PERÍODO

Mês	Unidade	Organizador Domínio	AE: conhecimentos, capacidades e atitudes	Ações estratégicas de ensino	Perfil do aluno
JANEIRO	**Missão 3** **Partilhar culturas**	**Sociedade** **Sociedade / Natureza / Tecnologia** **Sociedade** **Sociedade / Natureza / Tecnologia**	▪ Reconhecer a importância da Declaração Universal dos Direitos Humanos para a construção de uma sociedade mais justa. ▪ Conhecer o número de Estados pertencentes à União Europeia, localizando alguns estados-membros num mapa da Europa. ▪ Relacionar a distribuição espacial de alguns fenómenos físicos (relevo, clima, rede hidrográfica, etc.) com a distribuição espacial de fenómenos humanos (população, atividades económicas, etc.) a diferentes escalas. ▪ Reconhecer a existência de fluxos migratórios, temporários ou de longa duração, identificando causas e consequências para os territórios envolvidos. ▪ Relacionar o aumento da população mundial e do consumo de bens com alterações na qualidade do ambiente (destruição de florestas, poluição, esgotamento de recursos, extinção de espécies, etc.), reconhecendo a necessidade de adotar medidas individuais e coletivas que minimizem o impacto negativo.	**Promover estratégias que envolvam aquisição de conhecimento, informação e outros saberes, relativos aos conteúdos das AE, que impliquem:** - pesquisa e seleção de informação pertinente; - análise de documentos, factos, situações, identificando os seus elementos ou dados; - mobilização do conhecimento em contextos diversos, através do estabelecimento de conexões intra e interdisciplinares; - utilização de software simples. **Promover estratégias que envolvam a criatividade dos alunos:** - formulação de hipóteses com vista a dar resposta a um problema que se coloca face a um determinado fenómeno; - conceção de situações em que determinado conhecimento possa ser aplicado; - conceção de alternativas a uma forma tradicional de abordar uma situação-problema; - criação de um objeto, texto ou solução face a um desafio; - comunicação de aprendizagens através da utilização de técnicas expressivas. **Promover estratégias que desenvolvam o pensamento crítico e analítico dos alunos, incidindo em:** - realização de assembleias de turma para discussão, entre outros assuntos, de aspetos da cidadania; - organização de debates que requeiram a formulação de opiniões; - hierarquização de razões segundo critérios como a adequação, a pertinência e a relevância que apresentam em relação a uma tese que se pretende defender; - problematização de situações;	**Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado** **(A, B, G, I, J)** **Criativo** **(A, C, D, J)** **Crítico/Analítico** **(A, B, C, D, G)** **Indagador/**

FEVEREIRO **MARÇO**	**Missão 4** **Conhecer o planeta**	**Cidadania** **Natureza** **Sociedade / Natureza / Tecnologia**	▪ Saber colocar questões, levantar hipóteses, fazer inferências, comprovar resultados e saber comunicá-los, reconhecendo como se constrói o conhecimento. ▪ Direitos Humanos. ▪ Desenvolvimento sustentável. ▪ Reconhecer diferentes formas de representação da Terra. ▪ Localizar o planeta Terra no Sistema Solar, representando-o de diversas formas. ▪ Utilizar diversos processos para referenciar os pontos cardeais (posição do Sol, bússola, estrela polar), na orientação, localização e deslocação à superfície da Terra. ▪ Comparar diferentes formas de relevo de Portugal, através de observação direta ou indireta (imagens fixas ou animadas), de esquemas e de mapas hipsométricos, utilizando vocabulário geográfico adequado. ▪ Utilizar representações cartográficas, a diferentes escalas (em suporte de papel ou digital), para localizar formas de relevo, rios, lagos e lagoas em Portugal. ▪ Saber colocar questões, levantar hipóteses, fazer inferências, comprovar resultados e saber comunicá-los, reconhecendo como se constrói o conhecimento.	- análise de factos e situações, identificando os seus elementos ou dados, em particular numa perspetiva disciplinar e interdisciplinar; - realização de jogos, jogos de papéis e simulações. **Promover estratégias que envolvam por parte do aluno:** - demonstração de pensamento científico: questionar, colocar hipóteses, prever respostas, experimentar, selecionar, organizar, analisar e interpretar a informação recolhida, para chegar a conclusões e comunicá-las; - partilha da informação recolhida sobre temas livres ou sugeridos; - recolha de dados e opiniões relacionados com as temáticas em estudo; - incentivo à investigação/pesquisa, seleção e tratamento de informação sustentados por critérios, com apoio do professor e autonomia progressiva do aluno; - manipulação de diferentes representações cartográficas. **Promover estratégias que requeiram/induzam por parte do aluno:** - aceitação ou refutação de pontos de vista com recurso à argumentação; - confronto de ideias sobre abordagem de um dado problema e/ou maneira de o resolver; - respeito pelas diferenças individuais. **Promover estratégias que envolvam por parte do aluno:** - realização de assembleias de turma para organização, entre outros aspetos, da agenda semanal de atividades e da distribuição de tarefas; - utilização de sinalética própria orientadora de tarefas (anotações, previsões, conclusões), de cuidados a ter com a manipulação de instrumentos e materiais e procedimentos a seguir; - tarefas de síntese; - tarefas de planificação, de revisão e de monitorização;	**Indagador / Investigador (C, D, F, H, I)** **Respeitador da diferença/ do outro (A, B, E, F, H)** **Sistematizador/ organizador (A, B, C, I, J)**

				- organização (por exemplo, construção de sumários, registos de observações, relatórios de visitas segundo critérios e objetivos); - apresentação esquemática da informação, com o apoio do professor; - preenchimento de tabelas, a partir de exposições orais ou da leitura de conteúdos da disciplina; - construção de mapas conceptuais; - promoção do estudo autónomo com o apoio do professor, identificando quais os obstáculos e formas de os ultrapassar; - planeamento e estruturação de trabalhos. **Promover estratégias que impliquem por parte do aluno:** - saber questionar de uma situação; - apresentação orais livres, seguidas de questionamento por parte da turma; - organização de questões a colocar a terceiros, sobre conteúdos estudados ou a estudar; - exposição de diferentes pontos de vista, como resposta a questões polémicas colocadas pelo professor ou aluno(s); - desenvolvimento de ações solidárias, como resposta a situações-problema; - pesquisa e partilha de informação sobre temáticas de interesse do aluno ou relacionadas com os temas em estudo, com possibilidade de questionamento por parte dos ouvintes. **Promover estratégias que impliquem por parte do aluno:** - ações de comunicação uni e bidirecional, designadamente assembleia de turma, jornal de parede, “Ler, Contar e Mostrar”; - apresentações orais, por iniciativa própria ou por sugestão do professor, com recurso às TIC; - descrever processos de pensamento usados durante a realização de uma tarefa ou abordagem de um problema; - escutar os outros e saber tomar a palavra; - respeitar o princípio de cortesia; - usar formas de tratamento adequadas;	**Questionador (A, F, G, I, J)** **Comunicador (A, B, D, E, H)**

				- interação com adequação ao contexto e a diversas finalidades comunicativas. **Promover estratégias envolvendo tarefas em que, com base em critérios, se oriente o aluno para:** - autoavaliação com recurso a linguagem icónica e verbal; - monitorização da aprendizagem; - descrição/representação dos processos de pensamento usados durante a realização de uma tarefa ou abordagem de um problema; - reorientação de atitudes e de trabalhos, individualmente ou em grupo, a partir do *feedback* do professor e/ou dos pares. **Promover estratégias que criem oportunidades para o aluno:** - gestão/organização de sala de aula; - gestão participada do currículo, envolvendo os alunos na escolha de temas a abordar em trabalho de projeto; - colaboração interpares, contemplando terceiros em tarefas. **Promover estratégias e modos de organização das tarefas que impliquem por parte do aluno:** - organização do espaço e do tempo de trabalho individual e coletivo; - controlo do tempo dedicado ao estudo; - identificação de elementos distratores e/ou que afetam o processo de estudo; - assunção de responsabilidades adequadas ao que lhe for pedido; - organização e realização autónoma de tarefas; - contratualização de tarefas e relato a outros do seu cumprimento. **Promover estratégias que induzam:** - ações solidárias que concorram para o bem-estar de outros; - realização de tutorias interpares; - apadrinhamento de causas; - posicionamento perante situações dilemáticas de ajuda a outros e de proteção de si.	**Autoavaliador (transversal às áreas)** **Participativo/ colaborador (B, C, D, E, F)** **Responsável/ autónomo (C, D, E, F, G, I, J)** **Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)**

3.º PERÍODO

Mês	Unidade	Organizador Domínio	AE: conhecimentos, capacidades e atitudes	Ações estratégicas de ensino	Perfil do aluno
ABRIL	**Missão 5** **Compreender a Natureza**	**Natureza** **Tecnologia** **Natureza**	▪ Reconhecer alguns fenómenos naturais (sismos, vulcões, etc.) como manifestações da dinâmica e da estrutura interna da Terra e como agentes modificadores da paisagem. ▪ Reconhecer a importância da evolução tecnológica para a evolução da sociedade, relacionando objetos, equipamentos e soluções tecnológicas com diferentes necessidades e problemas do quotidiano: previsão/mitigação da ocorrência de catástrofes naturais. ▪ Recolher amostras de rochas e de solos agrupando-as de acordo com as suas propriedades (cor, textura, dureza, cheiro, permeabilidade) e exemplificar a sua aplicabilidade. ▪ Descrever diversos tipos de uso do solo da sua região (áreas agrícolas, florestais, industriais ou turísticas), comparando com os de outras regiões.	**Promover estratégias que envolvam aquisição de conhecimento, informação e outros saberes, relativos aos conteúdos das AE, que impliquem:** - pesquisa e seleção de informação pertinente; - análise de documentos, factos, situações, identificando os seus elementos ou dados; - mobilização do conhecimento em contextos diversos, através do estabelecimento de conexões intra e interdisciplinares; - utilização de software simples. **Promover estratégias que envolvam a criatividade dos alunos:** - formulação de hipóteses com vista a dar resposta a um problema que se coloca face a um determinado fenómeno; - conceção de situações em que determinado conhecimento possa ser aplicado; - conceção de alternativas a uma forma tradicional de abordar uma situação-problema; - criação de um objeto, texto ou solução face a um desafio; - comunicação de aprendizagens através da utilização de técnicas expressivas. **Promover estratégias que desenvolvam o pensamento crítico e analítico dos alunos, incidindo em:** - realização de assembleias de turma para discussão, entre outros assuntos, de aspetos da cidadania; - organização de debates que requeiram a formulação de opiniões; - hierarquização de razões segundo critérios como a adequação, a pertinência e a relevância que apresentam em relação a uma tese que se pretende defender;	**Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado** **(A, B, G, I, J)** **Criativo** **(A, C, D, J)** **Crítico/Analítico/Indagador** **(A, B, C, D, G)**
MAIO **JUNHO**	**Missão 6** **Construir um futuro sustentável**	**Natureza** **Sociedade / Natureza / Tecnologia**	▪ Reconhecer de que forma a atividade humana interfere no oceano (poluição, alterações nas zonas costeiras e rios, etc.).		

		Tecnologia **Sociedade / Natureza / Tecnologia**	▪ Identificar plantas e animais em vias de extinção ou mesmo extintos, investigando as razões que conduziram a essa situação. ▪ Reconhecer e valorizar o património natural e cultural - local, nacional, etc.- identificando na paisagem elementos naturais (sítios geológicos, espaços da Rede Natura, etc.) e vestígios materiais do passado (edifícios, pontes, moinhos e estátuas, etc.), costumes, tradições, símbolos e efemérides. ▪ Reconhecer a importância da evolução tecnológica para a evolução da sociedade, relacionando objetos, equipamentos e soluções tecnológicas com diferentes necessidades e problemas do quotidiano (telecomunicações, transportes, etc.). ▪ Identificar objetos tecnológicos (analógicos e digitais), utilizados no passado e no presente, relacionando-os com os materiais utilizados no seu fabrico, para constatar permanências e evoluções. ▪ Utilizar as tecnologias de informação e comunicação com segurança, respeito e responsabilidade, tomando consciência de que o seu uso abusivo gera dependência (jogos, redes sociais, etc.). ▪ Comparar diversos materiais, por exemplo, através dos circuitos elétricos, indicando se são isoladores ou condutores elétricos, e discutir as suas aplicações, bem como as regras de segurança na sua utilização.	- problematização de situações; - análise de factos e situações, identificando os seus elementos ou dados, em particular numa perspetiva disciplinar e interdisciplinar; - realização de jogos, jogos de papéis e simulações. **Promover estratégias que envolvam por parte do aluno:** - demonstração de pensamento científico: questionar, colocar hipóteses, prever respostas, experimentar, selecionar, organizar, analisar e interpretar a informação recolhida, para chegar a conclusões e comunicá-las; - partilha da informação recolhida sobre temas livres ou sugeridos; - recolha de dados e opiniões relacionados com as temáticas em estudo; - incentivo à investigação/pesquisa, seleção e tratamento de informação sustentados por critérios, com apoio do professor e autonomia progressiva do aluno; - manipulação de diferentes representações cartográficas. **Promover estratégias que requeiram/induzam por parte do aluno:** - aceitação ou refutação de pontos de vista com recurso à argumentação; - confronto de ideias sobre abordagem de um dado problema e/ou maneira de o resolver; - respeito pelas diferenças individuais. **Promover estratégias que envolvam por parte do aluno:** - realização de assembleias de turma para organização, entre outros aspetos, da agenda semanal de atividades e da distribuição de tarefas; - utilização de sinalética própria orientadora de tarefas (anotações, previsões, conclusões), de cuidados a ter com a manipulação de instrumentos e materiais e procedimentos a seguir; - tarefas de síntese; - tarefas de planificação, de revisão e de monitorização;	**Indagador / Investigador (C, D, F, H, I)** **Respeitador da diferença/ do outro (A, B, E, F, H)** **Sistematizador/ organizador (A, B, C, I, J)**

		Cidadania	▪ Produzir soluções tecnológicas através da reutilização ou reciclagem de materiais (catavento, forno solar, etc). ▪ Saber colocar questões, levantar hipóteses, fazer inferências, comprovar resultados e saber comunicá-los, reconhecendo como se constrói o conhecimento. ▪ Educação ambiental ▪ Bem-estar animal ▪ Media ▪ Desenvolvimento sustentável.	- organização (por exemplo, construção de sumários, registos de observações, relatórios de visitas segundo critérios e objetivos); - apresentação esquemática da informação, com o apoio do professor; - preenchimento de tabelas, a partir de exposições orais ou da leitura de conteúdos da disciplina; - construção de mapas conceptuais; - promoção do estudo autónomo com o apoio do professor, identificando quais os obstáculos e formas de os ultrapassar; - planeamento e estruturação de trabalhos. **Promover estratégias que impliquem por parte do aluno:** - saber questionar de uma situação; - apresentação orais livres, seguidas de questionamento por parte da turma; - organização de questões a colocar a terceiros, sobre conteúdos estudados ou a estudar; - exposição de diferentes pontos de vista, como resposta a questões polémicas colocadas pelo professor ou aluno(s); - desenvolvimento de ações solidárias, como resposta a situações-problema; - pesquisa e partilha de informação sobre temáticas de interesse do aluno ou relacionadas com os temas em estudo, com possibilidade de questionamento por parte dos ouvintes. **Promover estratégias que impliquem por parte do aluno:** - ações de comunicação uni e bidirecional, designadamente assembleia de turma, jornal de parede, “Ler, Contar e Mostrar”; - apresentações orais, por iniciativa própria ou por sugestão do professor, com recurso às TIC; - descrever processos de pensamento usados durante a realização de uma tarefa ou abordagem de um problema; - escutar os outros e saber tomar a palavra; - respeitar o princípio de cortesia; - usar formas de tratamento adequadas;	**Questionador (A, F, G, I, J)** **Comunicador (A, B, D, E, H)**

				- interação com adequação ao contexto e a diversas finalidades comunicativas. **Promover estratégias envolvendo tarefas em que, com base em critérios, se oriente o aluno para:** - autoavaliação com recurso a linguagem icónica e verbal; - monitorização da aprendizagem; - descrição/representação dos processos de pensamento usados durante a realização de uma tarefa ou abordagem de um problema; - reorientação de atitudes e de trabalhos, individualmente ou em grupo, a partir do *feedback* do professor e/ou dos pares. **Promover estratégias que criem oportunidades para o aluno:** - gestão/organização de sala de aula; - gestão participada do currículo, envolvendo os alunos na escolha de temas a abordar em trabalho de projeto; - colaboração interpares, contemplando terceiros em tarefas. **Promover estratégias e modos de organização das tarefas que impliquem por parte do aluno:** - organização do espaço e do tempo de trabalho individual e coletivo; - controlo do tempo dedicado ao estudo; - identificação de elementos distratores e/ou que afetam o processo de estudo; - assunção de responsabilidades adequadas ao que lhe for pedido; - organização e realização autónoma de tarefas; - contratualização de tarefas e relato a outros do seu cumprimento. **Promover estratégias que induzam:** - ações solidárias que concorram para o bem-estar de outros; - realização de tutorias interpares; - apadrinhamento de causas; - posicionamento perante situações dilemáticas de ajuda a outros e de proteção de si.	**Autoavaliador (transversal às áreas)** **Participativo/ colaborador (B, C, D, E, F)** **Responsável/ autónomo (C, D, E, F, G, I, J)** **Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)**