

Ficha da Ação

Título O papel do PES na implementação da Educação para a Cidadania

Área de Formação A - Área da docência

Modalidade Curso de Formação

Regime de Frequência b-learning

Duração

Horas presenciais: 25

Nº de horas acreditadas: 25

Cód. Área Descrição

Cód. Dest. 15 **Descrição** Professores dos Ensinos Básico e Secundário

DCP **Descrição**

Reg. de acreditação (ant.)

Formadores

Formadores com certificado de registo

B.I. Nome Ana Maria da Silva Cunha **Reg. Acr.** CCPFC/RFO-32120/12

Componentes do programa **Nº de horas** 0

Formadores sem certificado de registo

Estrutura da Ação

Razões justificativas da ação e a sua inserção no plano de atividades da entidade proponente

1. Resposta aos desafios atuais dos jovens e da sociedade em geral: os jovens do ensino básico e secundário enfrentam um conjunto complexo de desafios, desde questões de saúde mental, hábitos de vida sedentários, má alimentação, consumo de substâncias, a desinformação e pressões sociais.
2. Alinhamento com as orientações legais e curriculares vigentes: A Educação para a Cidadania é uma área curricular obrigatória em Portugal. Tanto a Educação para a Saúde como a Cidadania são pilares fundamentais do Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória e podem ser articulados com as Aprendizagens Essenciais de diferentes disciplinas.
3. Promoção do desenvolvimento integral e holístico dos alunos: Uma abordagem integrada do PES e da EC contribui para o desenvolvimento de um aluno mais completo, não apenas academicamente, mas também a nível social, emocional e ético.
4. Bem-estar na comunidade escolar: Projetos de Educação para a Saúde e Cidadania bem estruturados podem ter um impacto positivo no clima escolar, promovendo um ambiente mais inclusivo, solidário e seguro.
5. Inovação e interdisciplinaridade na prática docente: Esta ação de formação visa a reflexão sobre novas abordagens pedagógicas e a colaboração entre diferentes disciplinas.

Objetivos a atingir

- Distinguir e analisar os conceitos fundamentais da Educação para a Saúde e da Educação para a Cidadania, compreendendo as suas interligações e complementariedades no contexto escolar.
- Analisar os principais referenciais legais e curriculares (Estratégia Nacional de Educação para a Cidadania, Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória, Programa de Apoio à Promoção e Educação para a Saúde - PAPES) que enquadram o PES e a EC em Portugal.
- Planejar e estruturar atividades pedagógicas inovadoras que articulem as áreas do PES e da EC, adequadas ao contexto do ensino secundário.
- Adotar metodologias ativas e participativas (e.g., aprendizagem baseada em projetos, debates, simulações) que fomentem a literacia para a saúde e o exercício de uma cidadania ativa e responsável.
- Promover a reflexão crítica sobre questões de saúde e bem-estar, bem como sobre os desafios da cidadania contemporânea.
- Conceber e aplicar instrumentos de avaliação formativa e sumativa para monitorizar o progresso dos projetos e o impacto nas aprendizagens e no desenvolvimento de competências dos alunos.

Conteúdos da ação

Sessão 1 (presencial): O Projeto de Educação para a Saúde (PES) e metodologias de conceção e implementação de um PES (3 horas)

-Definição e objetivos da Educação para a Saúde no contexto escolar português.

-As principais áreas temáticas do PES - Saúde Mental e Prevenção da Violência; Educação Alimentar e Atividade Física; Comportamentos Aditivos e Dependências; Afetos e Educação para a Sexualidade

-Fases de um projeto: diagnóstico de necessidades, definição de objetivos, planeamento de atividades, execução e avaliação.

- Estratégias de envolvimento da comunidade escolar (alunos, pais, pessoal não docente) e de parcerias externas (centros de saúde, autarquias, associações).
- Recursos pedagógicos e didáticos para a implementação de ações de PES.
- Exemplos práticos de projetos implementados noutras escolas

Sessão 2 (presencial): A Educação para a Cidadania e o PES em interação (3 horas)

- Dimensões da EC - Direitos Humanos, Desenvolvimento Sustentável e Educação Ambiental, Pluralismo e diversidade cultural, Saúde
- Discussão sobre como estas dimensões se manifestam no quotidiano escolar e na sociedade.
- Estratégias Pedagógicas para a Promoção da Cidadania Ativa
- Aprendizagem baseada em projetos e resolução de problemas.
- Debates, assembleias de turma e simulações.
- Utilização de recursos digitais e ferramentas interativas.
- O papel do professor como facilitador e mediador de aprendizagens cívicas.
- Exemplos práticos de articulação entre a EC e o PES.

Sessão 3 (presencial): Sinergias e Construção de Projetos Integrados (3 horas)

- Articulação entre PES e EC (da Teoria à Prática) - Identificação de objetivos comuns e de oportunidades de integração curricular.
- Debate de ideias relativas a possíveis projetos onde a saúde e a cidadania se complementam (ex: promoção de alimentação saudável e consumo consciente; saúde mental e combate à exclusão social).
- Análise de como o PES pode ser um veículo para o desenvolvimento de competências de cidadania, como a responsabilidade, a solidariedade e o pensamento crítico.

Sessão 4 (online assíncrona): Planeamento e Desenvolvimento de um Projeto Integrado (4 horas)

- Trabalho de grupo de design thinking para a criação de um projeto PES-EC.

Sessão 5 (online assíncrona): Continuação do Planeamento e Desenvolvimento de um Projeto Integrado (4 horas)

- Elaboração do respetivo plano de atividades e de um cronograma.

Sessão 6 (online assíncrona): Conclusão do Planeamento e Desenvolvimento de um Projeto Integrado (4 horas)

- Estratégias de avaliação formativa e sumativa do impacto do projeto nos alunos e na comunidade escolar.

Sessão 7 (presencial): Partilha dos trabalhos e feedback entre os participantes (4 horas)

Metodologias de realização da ação

As sessões terão um carácter teórico-prático. Para cada tópico, serão disponibilizadas documentação e bibliografia específicas. Pretende-se que a formação tenha implicações diretas na prática pedagógica dos professores. Por isso, a aplicação e experimentação das metodologias e estratégias refletidas e delineadas nas sessões presenciais serão passíveis de serem aplicadas e experimentadas em contexto de sala de aula. Nas sessões presenciais, os formandos terão oportunidades de partilhar a sua experiência, privilegiando-se metodologias mais práticas, em ligação com os contextos profissional e com as experiências e conhecimentos prévios dos formandos. Os trabalhos realizados pelos formandos serão divulgados num mural digital (padlet) criado para esse efeito e apresentados na última sessão da formação. O acompanhamento dos formandos, esclarecimento de dúvidas e apoio às atividades de aprendizagem far-se-á através de um grupo criado numa plataforma online.

Regime de avaliação dos formandos

Parâmetros de avaliação e respetivas ponderações:

1) Participação nas Sessões (50%):

- Realização das tarefas propostas em cada sessão de formação (30%);
- Participação nas atividades de discussão/reflexão (20%).

2) Trabalho de aplicação dos conteúdos (50%):

- Realização/apresentação dos Trabalhos (40%);
- Entrega do Relatório de Reflexão final (10%);

Fundamentação da adequação dos formadores propostos

Bibliografia fundamental

- Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória – Direção-Geral da Educação (DGE), 2017
<https://www.dge.mec.pt/perfil-dos-alunos>

-Aprendizagens Essenciais – Direção-Geral da Educação (consultar por disciplina) <https://www.dge.mec.pt/aprendizagens-essenciais>

- Aprendizagens Essenciais | Componente Curricular Ensino Básico e Ensino Secundário |Cidadania e Desenvolvimento– DGE, 2025 https://www.dge.mec.pt/sites/default/files/Curriculo/Aprendizagens_Essenciais/cidadania-desenvolvimento.pdf

- Referencial de Educação para a Saúde – DGE/DGS, 2017
https://www.dge.mec.pt/sites/default/files/Esaude/referencial_educacao_saude_vf_junho2017.pdf

- Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (Agenda 2030) – Nações Unidas / Portugal <https://ods.pt/>

Formação a Distância

Demonstração das vantagens para os/as formandos/as no recurso ao regime de formação a distância

A formação à distância (12 horas) decorrerá após 3 sessões presenciais (9 horas) e visa a aplicação de competências adquiridas, através de:

- Um maior envolvimento do formando, podendo ser colocados comentários e questões a qualquer momento, bem como ter acesso a conteúdos interativos, o que permite uma elevada interação entre formandos e formadora;
- Personalização do percurso formativo, com base nas orientações da formadora;
- Eficiência do processo de comunicação, com uma sistematização das intervenções

Distribuição de horas 13 Nº de horas online síncrono 0 Nº de horas online assíncrono 12

Demonstração da existência de uma equipa técnico-pedagógica que assegure o manuseamento das ferramentas e procedimentos do formação a distância

Será criado uma equipa numa plataforma online (Classroom) para acompanhar os formandos em todos os momentos da formação online.

Demonstração da implementação de um Sistema de Gestão da Aprendizagem / Learning Management System adequado

A Classroom dispõe de um conjunto de funcionalidades preparadas para armazenar, distribuir e gerir conteúdos de forma progressiva e interativa. As estratégias a implementar permitirão assegurar os seguintes aspectos::

- Sistema de registo automático de participantes, através da criação, na Classroom, de uma equipa específica da formação.
- Gestão dos conteúdos formativos e monitorização e controlo das atividades dos formandos, através da definição de tarefas às quais os formandos terão de dar resposta. O produto resultante dessas tarefas será publicado num padlet e o respetivo link integrado no relatório da formadora.
- Sistema de avaliação: as tarefas realizadas pelos formandos durante o trabalho assíncrono permitirão a recolha de informação para a respetiva avaliação.
- Sistemas colaborativos de aprendizagem: através da equipa criada na Classroom, os formandos poderão trocar impressões entre si e esclarecer dúvidas com a formadora.

Demonstração da avaliação presencial (permitida a avaliação em videoconferência)

Para além da avaliação que será realizada nas horas presenciais, a Classroom disponibiliza várias ferramentas, como o chat e a videoconferência, que permitirão à formadora acompanhar o desempenho dos formandos, em tempo real, podendo mediar de um modo eficaz a sua participação, através diálogo, da resposta a dúvidas, ou da troca de ideias e saberes

Demonstração da distribuição da carga horária pelas diversas tarefas

Sessão 1 (presencial): O Projeto de Educação para a Saúde (PES) e metodologias de conceção e implementação de um PES (3 horas)

Sessão 2 (presencial): A Educação para a Cidadania e o PES em interação (3 horas)

Sessão 3 (presencial): Sinergias e Construção de Projetos Integrados (3 horas)

Sessão 4 (online assíncrona): Planeamento e Desenvolvimento de um Projeto Integrado (4 horas)

Sessão 5 (online assíncrona): Continuação do Planeamento e Desenvolvimento de um Projeto Integrado (4 horas)

Sessão 6 (online assíncrona): Conclusão do Planeamento e Desenvolvimento de um Projeto Integrado (4 horas)

Sessão 7 (presencial): Partilha dos trabalhos e feedback entre os participantes (4 horas)

Rácio de formadores/as por formandos/as 1

[Processo](#)

Data de receção 01-10-2025 Nº processo 137774 Registo de acreditação CCPFC/ACC-137312/25

Data do despacho 27-10-2025 Nº ofício 7524 Data de validade 27-10-2028

Estado do Processo C/ Despacho - Acreditado