



Aprendizagens Essenciais a abordar no 1º ciclo – Ano letivo 2025-26

CIDADANIA E DESENVOLVIMENTO	
Dimensões	Descritores de Aprendizagens
Direitos Humanos	▪ Cooperar com crianças e com adultos em situações da sala de aula e da vida da escola. ▪ Conhece os direitos das crianças. ▪ Reconhece situações de justiça e de injustiça. ▪ Rejeita a discriminação de quaisquer crianças ou de outras pessoas. ▪ Identifica comportamentos estereotipados associados à esfera doméstica e familiar, académica e profissional e à esfera pública e social. ▪ Reconhece que meninos e meninas podem realizar as mesmas atividades e ter as mesmas oportunidades.
Democracia e Instituições Políticas	▪ Reconhece o interesse e as necessidades dos outros na tomada de decisões coletivas. ▪ Percebe a necessidade de regras de ação individual coletiva e do seu cumprimento. ▪ Identifica comportamentos de integridade e de corrupção. ▪ Valoriza a importância da paz e da não-violência no convívio diário. ▪ Identifica os órgãos de soberania consagrados na Constituição da República Portuguesa e os princípios e os valores constitucionais em que assenta a democracia. ▪ Conhece as forças e os serviços de segurança existentes em Portugal e o seu papel na preservação da segurança e do bem-estar das populações. ▪ Conhece, na comunidade local, as principais estruturas de representação do poder político e a sua importância.
Desenvolvimento sustentável	▪ Entende uma noção de sustentabilidade. ▪ Entende a importância dos oceanos para a sustentabilidade do planeta. ▪ Propõe ações para a conservação da biodiversidade. ▪ Exemplifica práticas de produção e consumo sustentável que visem a redução, a reutilização e a reciclagem de resíduos. ▪ Associa a melhoria da qualidade de vida à satisfação de necessidades fundamentais. ▪ Reflete sobre mudanças necessárias na comunidade local e no mundo com vista à melhoria da qualidade de vida de todas as pessoas.
Literacia Financeira e Empreendedorismo	▪ Compreende a importância da poupança e os seus objetivos. ▪ Diferencia contrair empréstimos (junto de familiares, amigos ou bancos) de conceder empréstimos. ▪ Reconhece a importância da tomada de decisão e a necessidade de fazer escolhas que impliquem ganhos ou perdas. ▪ Relaciona contas bancárias e meios de pagamento. ▪ Distingue necessidades de desejos e rendimentos de despesas. ▪ Identifica atividades de empreendedorismo.

1º ANO	
Saúde	▪ Expressa afetos através de uma comunicação positiva, respeitadora e assertiva. ▪ Reconhece hábitos alimentares saudáveis e não saudáveis. ▪ Compreende a importância da atividade física para a saúde. ▪ Reconhece as partes do corpo, o direito à privacidade e a intimidade, tendo em conta a existência de toques atentatórios da integridade física e emocional. ▪ Reconhece que as pessoas são diferentes, física e mentalmente.
2º ANO	
Risco e Segurança Rodoviária	▪ Adota comportamentos adequados de autoproteção face a situações de riscos naturais, tecnológicos e mistos. ▪ Entende o papel dos agentes de segurança e de proteção civil na segurança, proteção e auxílio em emergências. ▪ Compreende efeitos ambientais e económicos resultantes da utilização de diferentes meios de transporte. ▪ Adota comportamentos seguros em ambiente rodoviário enquanto passageiro, peão e condutor. ▪ Identifica os sinais de trânsito e pictogramas de segurança.
3º ANO	
Media	▪ Manifesta interesse e curiosidade pelos acontecimentos relevantes na escola, na comunidade e no mundo. ▪ Distingue informação verdadeira de informação falsa ou distorcida. ▪ Entende a importância da liberdade de expressão e o significado do direito à informação. ▪ Compreende a importância de proteger os dados pessoais. ▪ É responsável na criação e partilha de mensagens, imagens, vídeos e outros conteúdos.
4º ANO	
Pluralismo e Diversidade Cultural	▪ Conhece fatores que influenciam a formação da sua identidade cultural, bem como a de outras pessoas. ▪ Manifestar abertura e curiosidade em conhecer o outro. ▪ Manifesta corresponsabilidade pela criação de ambientes em que todos se possam expressar e a que possam pertencer livremente. ▪ Participa em iniciativas de celebração e valorização da sua cultura, bem como de outras culturas, no quadro dos valores constitucionais da sociedade portuguesa.