

1º Ciclo do Ensino Básico

Disciplina: Matemática

Ano de escolaridade: 1º ano

PLANIFICAÇÃO ANUAL

Documentos Orientadores: *Aprendizagens Essenciais (AE) e Perfil do aluno à saída da escolaridade obrigatória (PA)*

| TEMAS/ DOMÍNIOS | AE: CONHECIMENTOS, CAPACIDADES E ATITUDES | AÇÕES ESTRATÉGICAS ORIENTADAS PARA O PA | DESCRIPTORIOS DO PA | INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO | N.º DE AULAS |
|---|---|--|--|--|--------------------|
| 1º Semestre | | | | | |
| GEOMETRIA E MEDIDA Localização e orientação no espaço | Identificar, interpretar e descrever relações espaciais, situando-se no espaço em relação aos outros e aos objetos | <p>Explorar, analisar e interpretar situações de contextos variados que favoreçam e apoiem uma aprendizagem matemática com sentido (dos conceitos, propriedades, operações, e procedimentos matemáticos).</p> <p>Realizar tarefas de natureza diversificada (projetos, explorações, investigações, resolução de problemas, exercícios, jogos).</p> | <p>Conhecedor/Sabedor/Culto /Informado (A, B, G, I, J) Criativo (A, C, D, J) Crítico/Analítico (A, B, C, D, G) Indagador/Investigador (C, D, F, H, I) Respeitador da diferença/ /do outro (A, B, E, F, H) Sistematizador/ /Organizador (A, B, C, I, J)</p> | <p>Ficha de avaliação</p> <p>Fichas de trabalho</p> <p>Grelha de observação</p> <p>Listas de verificação</p> | setembro / outubro |
| ORGANIZAÇÃO E TRATAMENTO DE DADOS Representação e interpretação de dados | Recolher, organizar e representar dados qualitativos e quantitativos discretos utilizando diferentes representações e interpretar a informação representada | <p>Explorar, analisar e interpretar situações de contextos variados que favoreçam e apoiem uma aprendizagem matemática com sentido (dos conceitos, propriedades, operações, e procedimentos matemáticos).</p> <p>Realizar tarefas de natureza diversificada (projetos, explorações, investigações, resolução de problemas, exercícios, jogos).</p> | <p>Questionador (A, F, G, I, J) Comunicador (A, B, D, E, H) Auto avaliador (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)</p> | | |

1º Ciclo do Ensino Básico

Disciplina: Matemática

Ano de escolaridade: 1º ano

| TEMAS/ DOMÍNIOS | AE: CONHECIMENTOS, CAPACIDADES E ATITUDES | AÇÕES ESTRATÉGICAS ORIENTADAS PARA O PA | DESCRITORES DO PA | INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO | N.º DE AULAS |
|---|--|---|--|------------------------------|-----------------|
| <p>NÚMEROS E OPERAÇÕES</p> <p>Resolução de problemas / Raciocínio matemático / Comunicação matemática</p> | <p>Ler e representar números no sistema de numeração decimal até 100 e identificar o valor posicional de um algarismo.</p> <p>Efetuar contagens progressivas e regressivas, com e sem recurso a materiais manipuláveis (incluindo contagens de 2 em 2, 3 em 3, 5 em 5, 10 em 10), e registar as sequências numéricas obtidas, identificando e dando exemplos de números pares e ímpares.</p> <p>Desenvolver interesse pela Matemática e valorizar o seu papel no desenvolvimento das outras ciências e domínios da atividade humana e social.</p> <p>Desenvolver confiança nas suas capacidades e conhecimentos matemáticos, e a capacidade de analisar o próprio trabalho e regular a sua aprendizagem.</p> <p>Desenvolver persistência, autonomia e vontade em lidar com situações que envolvam a Matemática no seu percurso escolar e na vida em sociedade.</p> | <p>Utilizar materiais manipuláveis estruturados e não estruturados e outros recursos na resolução de problemas e em outras tarefas de aprendizagem.</p> <p>Utilizar números naturais em situações variadas e com diferentes significados (de quantidade, ordem, localização, designação).</p> <p>Resolver problemas que envolvam a adição nos sentidos de juntar e acrescentar; subtração nos sentidos de retirar, comparar e completar; e, analisar estratégias variadas de resolução.</p> <p>Realizar cálculos recorrendo a diferentes estratégias de cálculo mental, em contextos diversos.</p> <p>Explorar e descrever padrões de repetição e regularidades numéricas, em contextos diversos.</p> <p>Resolver problemas que requeiram a aplicação de conhecimentos já aprendidos e apoiem a aprendizagem de novos conhecimentos.</p> <p>Resolver e formular problemas, analisar estratégias variadas de resolução de problemas, e apreciar os resultados obtidos.</p> <p>Comunicar, oralmente e por escrito, para descrever e explicar procedimentos, raciocínios e conclusões.</p> <p>Analisar o próprio trabalho para</p> | <p>Questionador (A, F, G, I, J) Comunicador (A, B, D, E, H) Auto avaliador (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)</p> <p>Questionador (A, F, G, I, J) Comunicador (A, B, D, E, H) 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)</p> | | |

1º Ciclo do Ensino Básico

Disciplina: Matemática

Ano de escolaridade: 1º ano

| TEMAS/ DOMÍNIOS | AE: CONHECIMENTOS, CAPACIDADES E ATITUDES | AÇÕES ESTRATÉGICAS ORIENTADAS PARA O PA | DESCRIPTORIOS DO PA | INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO | N.º DE AULAS |
|--|---|--|---|------------------------------|-----------------|
| <p>NÚMEROS E OPERAÇÕES</p> <p>Números naturais</p> | <p>Ler e representar números no sistema de numeração decimal até 100 e identificar o valor posicional de um algarismo.</p> <p>Efetuar contagens progressivas e regressivas, com e sem recurso a materiais manipuláveis (incluindo contagens de 2 em 2, 3 em 3, 5 em 5, 10 em 10), e registar as sequências numéricas obtidas, identificando e dando exemplos de números pares e ímpares.</p> | <p>identificar progressos, lacunas e dificuldades na sua aprendizagem</p> <p>Explorar, analisar e interpretar situações de contextos variados que favoreçam e apoiem uma aprendizagem matemática com sentido (dos conceitos, propriedades, regras e procedimentos matemáticos).</p> <p>Realizar tarefas de natureza diversificada (projetos, explorações, investigações, resolução de problemas, exercícios, jogos).</p> <p>Utilizar materiais manipuláveis estruturados e não estruturados e outros recursos na resolução de problemas e em outras tarefas de aprendizagem.</p> <p>Utilizar números naturais em situações variadas e com diferentes significados (de quantidade, ordem, localização, designação).</p> | <p>Conhecedor/Sabedor/Culto /Informado (A, B, G, I, J)</p> <p>Criativo (A, C, D, J)</p> <p>Crítico/Analítico (A, B, C, D, G)</p> <p>Indagador/Investigador (C, D, F, H, I)</p> <p>Respeitador da diferença/ /do outro (A, B, E, F, H)</p> <p>Sistematizador/ /Organizador (A, B, C, I, J)</p> | | <p>novembro</p> |
| <p>Adição e subtração</p> | <p>Reconhecer e memorizar factos básicos da adição e da subtração e calcular com os números inteiros não negativos recorrendo à representação horizontal do cálculo, em diferentes situações e usando diversas estratégias que mobilizem relações numéricas e propriedades das operações.</p> <p>Reconhecer e utilizar diferentes representações para o mesmo número e relacioná-las.</p> <p>Comparar e ordenar números, e realizar estimativas plausíveis de quantidades e</p> | <p>Utilizar materiais manipuláveis estruturados e não estruturados e outros recursos na resolução de problemas e em outras tarefas de aprendizagem.</p> <p>Utilizar factos básicos das operações em situações de cálculo.</p> <p>Resolver problemas que envolvam a adição nos sentidos de juntar e acrescentar; subtração nos sentidos de retirar, comparar e completar; e analisar estratégias variadas de resolução.</p> | <p>Conhecedor/Sabedor/Culto /Informado (A, B, G, I, J)</p> <p>Criativo (A, C, D, J)</p> <p>Crítico/Analítico (A, B, C, D, G)</p> <p>Indagador/Investigador (C, D, F, H, I)</p> <p>Respeitador da diferença/ /do outro (A, B, E, F, H)</p> <p>Sistematizador/ /Organizador (A, B, C, I, J)</p> | | |

1º Ciclo do Ensino Básico

Disciplina: Matemática

Ano de escolaridade: 1º ano

| TEMAS/ DOMÍNIOS | AE: CONHECIMENTOS, CAPACIDADES E ATITUDES | AÇÕES ESTRATÉGICAS ORIENTADAS PARA O PA | DESCRITORES DO PA | INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO | N.º DE AULAS |
|---|---|--|--|------------------------------|-----------------|
| <p>Resolução de problemas / Raciocínio Matemático / Comunicação matemática</p> | <p>de somas e diferenças, com e sem recurso a material concreto.</p> <p>Reconhecer e descrever regularidades em sequências e em tabelas numéricas, formular conjecturas e explicar como são geradas essas regularidades.</p> <p>Conceber e aplicar estratégias na resolução de problemas com números naturais, em contextos matemáticos e não matemáticos, e avaliar a plausibilidade dos resultados.</p> <p>Expressar, oralmente e por escrito, ideias matemáticas, e explicar raciocínios, procedimentos e conclusões.</p> <p>Desenvolver interesse pela Matemática e valorizar o seu papel no desenvolvimento das outras ciências e domínios da atividade humana e social.</p> <p>Desenvolver confiança nas suas capacidades e conhecimentos matemáticos, e a capacidade de analisar o próprio trabalho e regular a sua aprendizagem.</p> <p>Desenvolver persistência, autonomia e à vontade em lidar com situações que envolvam a Matemática no seu percurso escolar e na vida em sociedade</p> | <p>Realizar cálculos recorrendo a diferentes estratégias de cálculo mental, em contextos diversos</p> <p>Resolver problemas que envolvam a adição nos sentidos de juntar e acrescentar; subtração nos sentidos de retirar, comparar e completar; e, analisar estratégias variadas de resolução.</p> <p>Realizar cálculos recorrendo a diferentes estratégias de cálculo mental, em contextos diversos.</p> <p>Explorar e descrever padrões de repetição e regularidades numéricas, em contextos diversos.</p> <p>Resolver problemas que requeiram a aplicação de conhecimentos já aprendidos e apoiem a aprendizagem de novos conhecimentos.</p> <p>Resolver e formular problemas, analisar estratégias variadas de resolução de problemas, e apreciar os resultados obtidos.</p> <p>Comunicar, oralmente e por escrito, para descrever e explicar procedimentos, raciocínios e conclusões.</p> <p>Analisar o próprio trabalho para identificar progressos, lacunas e dificuldades na sua aprendizagem</p> | <p>Questionador (A, F, G, I, J) Comunicador (A, B, D, E, H) 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)</p> | | |

1º Ciclo do Ensino Básico

Disciplina: Matemática

Ano de escolaridade: 1º ano

| TEMAS/ DOMÍNIOS | AE: CONHECIMENTOS, CAPACIDADES E ATITUDES | AÇÕES ESTRATÉGICAS ORIENTADAS PARA O PA | DESCRITORES DO PA | INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO | N.º DE AULAS |
|---|---|---|--|------------------------------|-----------------|
| ORGANIZAÇÃO E TRATAMENTO DE DADOS Representação e interpretação de dados | Recolher, organizar e representar dados qualitativos e quantitativos discretos utilizando diferentes representações e interpretar a informação representada. | Explorar, analisar e interpretar situações de contextos variados que favoreçam e apoiem uma aprendizagem matemática com sentido (dos conceitos, propriedades, regras e procedimentos matemáticos). | Questionador (A, F, G, I, J) Comunicador (A, B, D, E, H) Auto avaliador (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) | | dezembro |
| NÚMEROS E OPERAÇÕES Números naturais | Ler e representar números no sistema de numeração decimal até 100 e identificar o valor posicional de um algarismo. Efetuar contagens progressivas e regressivas, com e sem recurso a materiais manipuláveis (incluindo contagens de 2 em 2, 3 em 3, 5 em 5, 10 em 10), e registar as sequências numéricas obtidas, identificando e dando exemplos de números pares e ímpares. | Explorar, analisar e interpretar situações de contextos variados que favoreçam e apoiem uma aprendizagem matemática com sentido (dos conceitos, propriedades, regras e procedimentos matemáticos). Realizar tarefas de natureza diversificada (projetos, explorações, investigações, resolução de problemas, exercícios, jogos). Utilizar materiais manipuláveis estruturados e não estruturados e outros recursos na resolução de problemas e em outras tarefas de aprendizagem. Utilizar números naturais em situações variadas e com diferentes significados (de quantidade, ordem, localização, designação). | Conhecedor/Sabedor/Culto /Informado (A, B, G, I, J) Criativo (A, C, D, J) Crítico/Analítico (A, B, C, D, G) Indagador/Investigador (C, D, F, H, I) Respeitador da diferença/ /do outro (A, B, E, F, H) Sistematizador/ /Organizador (A, B, C, I, J) | | |
| Adição e subtração | Reconhecer e memorizar factos básicos da adição e da subtração e calcular com os números inteiros não negativos recorrendo à representação horizontal do cálculo, em diferentes situações e usando diversas estratégias que mobilizem relações numéricas e propriedades das | Resolver problemas que requeiram a aplicação de conhecimentos já aprendidos e apoiem a aprendizagem de novos conhecimentos. Resolver e formular problemas, analisar estratégias variadas de | Conhecedor/Sabedor/Culto /Informado (A, B, G, I, J) Criativo (A, C, D, J) Crítico/Analítico (A, B, C, D, G) Indagador/Investigador (C, D, F, H, I) | | janeiro |

1º Ciclo do Ensino Básico

Disciplina: Matemática

Ano de escolaridade: 1º ano

| TEMAS/ DOMÍNIOS | AE: CONHECIMENTOS, CAPACIDADES E ATITUDES | AÇÕES ESTRATÉGICAS ORIENTADAS PARA O PA | DESCRITORES DO PA | INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO | N.º DE AULAS |
|---|--|--|--|------------------------------|-----------------|
| <p>Resolução de problemas / Raciocínio matemático / Comunicação matemática</p> | <p>operações.</p> <p>Reconhecer e utilizar diferentes representações para o mesmo número e relacioná-las.</p> <p>Comparar e ordenar números, e realizar estimativas plausíveis de quantidades e de somas e diferenças, com e sem recurso a material concreto.</p> <p>Reconhecer e descrever regularidades em sequências e em tabelas numéricas, formular conjecturas e explicar como são geradas essas regularidades.</p> <p>Conceber e aplicar estratégias na resolução de problemas com números naturais, em contextos matemáticos e não matemáticos, e avaliar a plausibilidade dos resultados.</p> <p>Expressar, oralmente e por escrito, ideias matemáticas, e explicar raciocínios, procedimentos e conclusões.</p> <p>Desenvolver interesse pela Matemática e valorizar o seu papel no desenvolvimento das outras ciências e domínios da atividade humana e social.</p> <p>Desenvolver confiança nas suas capacidades e conhecimentos matemáticos, e a capacidade de analisar o próprio trabalho e regular a sua aprendizagem.</p> <p>Desenvolver persistência, autonomia e à-vontade em lidar com situações que envolvam a Matemática no seu percurso escolar e na vida em sociedade</p> | <p>resolução de problemas, e apreciar os resultados obtidos.</p> <p>Comunicar, oralmente e por escrito, para descrever e explicar procedimentos, raciocínios e conclusões.</p> <p>Analisar o próprio trabalho para identificar progressos, lacunas e dificuldades na sua aprendizagem.</p> <p>Resolver problemas que envolvam a adição nos sentidos de juntar e acrescentar; subtração nos sentidos de retirar, comparar e completar; e, analisar estratégias variadas de resolução.</p> <p>Realizar cálculos recorrendo a diferentes estratégias de cálculo mental, em contextos diversos.</p> <p>Explorar e descrever padrões de repetição e regularidades numéricas, em contextos diversos.</p> <p>Resolver problemas que requeiram a aplicação de conhecimentos já aprendidos e apoiem a aprendizagem de novos conhecimentos.</p> <p>Resolver e formular problemas, analisar estratégias variadas de resolução de problemas, e apreciar os resultados obtidos.</p> <p>Comunicar, oralmente e por escrito, para descrever e explicar procedimentos, raciocínios e conclusões.</p> | <p>Respeitador da diferença/ /do outro (A, B, E, F, H) Sistematizador/ /Organizador (A, B, C, I, J)</p> <p>Questionador (A, F, G, I, J) Comunicador (A, B, D, E, H) 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)</p> | | |

1º Ciclo do Ensino Básico

Disciplina: Matemática

Ano de escolaridade: 1º ano

| TEMAS/ DOMÍNIOS | AE: CONHECIMENTOS, CAPACIDADES E ATITUDES | AÇÕES ESTRATÉGICAS ORIENTADAS PARA O PA | DESCRIPTORIOS DO PA | INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO | N.º DE AULAS |
|---|--|---|--|------------------------------|-----------------|
| | | Analisar o próprio trabalho para identificar progressos, lacunas e dificuldades na sua aprendizagem | | | |
| 2º Semestre | | | | | |
| GEOMETRIA E MEDIDA | | | | | |
| Localização e orientação no espaço | Identificar, interpretar e descrever relações espaciais, situando-se no espaço em relação aos outros e aos objetos. | Explorar, analisar e interpretar situações de contextos variados, numa abordagem do espaço ao plano, que favoreçam e apoiem uma aprendizagem matemática com sentido (dos conceitos, propriedades, regras e procedimentos matemáticos). Realizar tarefas de natureza diversificada (projetos, explorações, investigações, resolução de problemas, exercícios, jogos). | Conhecedor/Sabedor/Culto /Informado (A, B, G, I, J) Criativo (A, C, D, J) Crítico/Analítico (A, B, C, D, G) Indagador/Investigador (C, D, F, H, I) Respeitador da diferença/ /do outro (A, B, E, F, H) Sistematizador/ /Organizador (A, B, C, I, J) | | fevereiro |
| Figuras geométricas | Identificar e comparar sólidos geométricos, reconhecendo semelhanças e diferenças, e identificando polígonos (triângulos, quadrados, retângulos) e círculos nesses sólidos. Descrever figuras planas, identificando as suas propriedades, e representá-las a partir de atributos especificados. Compor e decompor figuras planas, a partir de figuras dadas, identificando atributos que se mantêm ou que se alteram nas figuras construídas | Explorar, analisar e interpretar situações de contextos variados, numa abordagem do espaço ao plano, que favoreçam e apoiem uma aprendizagem matemática com sentido (dos conceitos, propriedades, operações, e procedimentos matemáticos). Descrever figuras bi e tridimensionais, identificando propriedades e partes componentes dessas figuras. Desenhar figuras bidimensionais e antecipar atributos de figuras obtidas por composição ou decomposição. | Conhecedor/Sabedor/Culto /Informado (A, B, G, I, J) Criativo (A, C, D, J) Crítico/Analítico (A, B, C, D, G) Indagador/Investigador (C, D, F, H, I) Respeitador da diferença/ /do outro (A, B, E, F, H) Sistematizador/ /Organizador (A, B, C, I, J) | | |

1º Ciclo do Ensino Básico

Disciplina: Matemática

Ano de escolaridade: 1º ano

| TEMAS/ DOMÍNIOS | AE: CONHECIMENTOS, CAPACIDADES E ATITUDES | AÇÕES ESTRATÉGICAS ORIENTADAS PARA O PA | DESCRIPTORIOS DO PA | INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO | N.º DE AULAS |
|--|--|---|--|------------------------------|-----------------|
| Tempo | Reconhecer e relacionar entre si, intervalos de tempo (dia, semana, mês e ano) e identificar a hora como unidade de medida de tempo. | Ler e escrever a medida de tempo apresentada num relógio de ponteiros, em horas e meias horas, relacionando-as, respetivamente, com voltas e meias voltas do ponteiro dos minutos. | Conhecedor/Sabedor/Culto/ /Informado (A, B, G, I, J) Crítico/Analítico (A, B, C, D, G) Indagador/Investigador (C, D, F, H, I) Sistematizador/ /Organizador (A, B, C, I, J) | | |
| Resolução de problemas / Raciocínio matemático / Comunicação matemática | <p>Conceber e aplicar estratégias na resolução de problemas envolvendo a visualização e a medida em contextos matemáticos e não matemáticos, e avaliar a plausibilidade dos resultados.</p> <p>Expressar, oralmente e por escrito, ideias matemáticas, e explicar raciocínios, procedimentos e conclusões.</p> <p>Desenvolver interesse pela Matemática e valorizar o seu papel no desenvolvimento das outras ciências e domínios da atividade humana e social.</p> <p>Desenvolver confiança nas suas capacidades e conhecimentos matemáticos, e a capacidade de analisar o próprio trabalho e regular a sua aprendizagem.</p> <p>Desenvolver persistência, autonomia e à-vontade em lidar com situações que envolvam a Matemática no seu percurso escolar e na vida em sociedade.</p> | <p>Resolver problemas que envolvam a adição nos sentidos de juntar e acrescentar; subtração nos sentidos de retirar, comparar e completar; e, analisar estratégias variadas de resolução.</p> <p>Realizar cálculos recorrendo a diferentes estratégias de cálculo mental, em contextos diversos.</p> <p>Explorar e descrever padrões de repetição e regularidades numéricas, em contextos diversos.</p> <p>Resolver problemas que requeiram a aplicação de conhecimentos já aprendidos e apoiem a aprendizagem de novos conhecimentos.</p> <p>Resolver e formular problemas, analisar estratégias variadas de resolução de problemas, e apreciar os resultados obtidos.</p> <p>Comunicar, oralmente e por escrito, para descrever e explicar procedimentos, raciocínios e conclusões.</p> <p>Analisar o próprio trabalho para identificar progressos, lacunas e dificuldades na sua aprendizagem.</p> | <p>Questionador (A, F, G, I, J) Comunicador (A, B, D, E, H) 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)</p> | | |

1º Ciclo do Ensino Básico

Disciplina: Matemática

Ano de escolaridade: 1º ano

| TEMAS/ DOMÍNIOS | AE: CONHECIMENTOS, CAPACIDADES E ATITUDES | AÇÕES ESTRATÉGICAS ORIENTADAS PARA O PA | DESCRIPTORIOS DO PA | INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO | N.º DE AULAS |
|---|---|---|--|------------------------------|-----------------|
| GEOMETRIA E MEDIDA Figuras geométricas | <p>Identificar e comparar sólidos geométricos, reconhecendo semelhanças e diferenças, e identificando polígonos (triângulos, quadrados, retângulos) e círculos nesses sólidos.</p> <p>Descrever figuras planas, identificando as suas propriedades, e representá-las a partir de atributos especificados.</p> <p>Compor e decompor figuras planas, a partir de figuras dadas, identificando atributos que se mantêm ou que se alteram nas figuras construídas.</p> | <p>Explorar, analisar e interpretar situações de contextos variados, numa abordagem do espaço ao plano, que favoreçam e apoiem uma aprendizagem matemática com sentido (dos conceitos, propriedades, operações, e procedimentos matemáticos).</p> <p>Descrever figuras bi e tridimensionais, identificando propriedades e partes componentes dessas figuras.</p> <p>Desenhar figuras bidimensionais e antecipar atributos de figuras obtidas por composição ou decomposição.</p> | <p>Conhecedor/Sabedor/Culto /Informado (A, B, G, I, J) Criativo (A, C, D, J) Crítico/Analítico (A, B, C, D, G) Indagador/Investigador (C, D, F, H, I) Respeitador da diferença/ /do outro (A, B, E, F, H) Sistematizador/ /Organizador (A, B, C, I, J)</p> | | março |
| NÚMEROS E OPERAÇÕES Adição e subtração | <p>Reconhecer e memorizar factos básicos da adição e da subtração e calcular com os números inteiros não negativos recorrendo à representação horizontal do cálculo, em diferentes situações e usando diversas estratégias que mobilizem relações numéricas e propriedades das operações.</p> <p>Reconhecer e utilizar diferentes representações para o mesmo número e relacioná-las.</p> <p>Comparar e ordenar números, e realizar estimativas plausíveis de quantidades e de somas e diferenças, com e sem recurso a material concreto.</p> <p>Reconhecer e descrever regularidades em sequências e em tabelas numéricas, formular conjecturas e explicar como são geradas essas regularidades.</p> | <p>Resolver problemas que requeiram a aplicação de conhecimentos já aprendidos e apoiem a aprendizagem de novos conhecimentos.</p> <p>Resolver e formular problemas, analisar estratégias variadas de resolução de problemas, e apreciar os resultados obtidos.</p> <p>Comunicar, oralmente e por escrito, para descrever e explicar procedimentos, raciocínios e conclusões.</p> <p>Analisar o próprio trabalho para identificar progressos, lacunas e dificuldades na sua aprendizagem.</p> | <p>Conhecedor/Sabedor/Culto /Informado (A, B, G, I, J) Criativo (A, C, D, J) Crítico/Analítico (A, B, C, D, G) Indagador/Investigador (C, D, F, H, I) Respeitador da diferença/ /do outro (A, B, E, F, H) Sistematizador/ /Organizador (A, B, C, I, J)</p> | | |

1º Ciclo do Ensino Básico

Disciplina: Matemática

Ano de escolaridade: 1º ano

| TEMAS/ DOMÍNIOS | AE: CONHECIMENTOS, CAPACIDADES E ATITUDES | AÇÕES ESTRATÉGICAS ORIENTADAS PARA O PA | DESCRIPTORIOS DO PA | INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO | N.º DE AULAS |
|---------------------------|---|--|---|------------------------------|-----------------|
| Números naturais | <p>Ler e representar números no sistema de numeração decimal até 100 e identificar o valor posicional de um algarismo.</p> <p>Efetuar contagens progressivas e regressivas, com e sem recurso a materiais manipuláveis (incluindo contagens de 2 em 2, 3 em 3, 5 em 5, 10 em 10), e registar as sequências numéricas obtidas, identificando e dando exemplos de números pares e ímpares.</p> | <p>Explorar, analisar e interpretar situações de contextos variados que favoreçam e apoiem uma aprendizagem matemática com sentido (dos conceitos, propriedades, regras e procedimentos matemáticos).</p> <p>Realizar tarefas de natureza diversificada (projetos, explorações, investigações, resolução de problemas, exercícios, jogos).</p> <p>Utilizar materiais manipuláveis estruturados e não estruturados e outros recursos na resolução de problemas e em outras tarefas de aprendizagem.</p> <p>Utilizar números naturais em situações variadas e com diferentes significados (de quantidade, ordem, localização, designação).</p> | <p>Conhecedor/Sabedor/Culto /Informado (A, B, G, I, J)</p> <p>Criativo (A, C, D, J)</p> <p>Crítico/Analítico (A, B, C, D, G)</p> <p>Indagador/Investigador (C, D, F, H, I)</p> <p>Respeitador da diferença/ /do outro (A, B, E, F, H)</p> <p>Sistematizador/ /Organizador (A, B, C, I, J)</p> | | |
| Adição e subtração | <p>Reconhecer e memorizar factos básicos da adição e da subtração e calcular com os números inteiros não negativos recorrendo à representação horizontal do cálculo, em diferentes situações e usando diversas estratégias que mobilizem relações numéricas e propriedades das operações.</p> <p>Reconhecer e utilizar diferentes representações para o mesmo número e relacioná-las.</p> <p>Comparar e ordenar números, e realizar estimativas plausíveis de quantidades e de somas e diferenças, com e sem recurso a material concreto.</p> <p>Reconhecer e descrever regularidades em sequências e em tabelas numéricas, formular conjecturas e explicar como são geradas essas regularidades.</p> | <p>Resolver problemas que requeiram a aplicação de conhecimentos já aprendidos e apoiem a aprendizagem de novos conhecimentos.</p> <p>Resolver e formular problemas, analisar estratégias variadas de resolução de problemas, e apreciar os resultados obtidos.</p> <p>Comunicar, oralmente e por escrito, para descrever e explicar procedimentos, raciocínios e conclusões.</p> <p>Analisar o próprio trabalho para identificar progressos, lacunas e dificuldades na sua aprendizagem.</p> | <p>Conhecedor/Sabedor/Culto /Informado (A, B, G, I, J)</p> <p>Criativo (A, C, D, J)</p> <p>Crítico/Analítico (A, B, C, D, G)</p> <p>Indagador/Investigador (C, D, F, H, I)</p> <p>Respeitador da diferença/ /do outro (A, B, E, F, H)</p> <p>Sistematizador/ /Organizador (A, B, C, I, J)</p> | | |

1º Ciclo do Ensino Básico

Disciplina: Matemática

Ano de escolaridade: 1º ano

| TEMAS/ DOMÍNIOS | AE: CONHECIMENTOS, CAPACIDADES E ATITUDES | AÇÕES ESTRATÉGICAS ORIENTADAS PARA O PA | DESCRITORES DO PA | INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO | N.º DE AULAS |
|--|---|---|---|------------------------------|-----------------|
| Resolução de problemas / Raciocínio Matemático / Comunicação matemática | <p>Conceber e aplicar estratégias na resolução de problemas com números naturais, em contextos matemáticos e não matemáticos, e avaliar a plausibilidade dos resultados.</p> <p>Expressar, oralmente e por escrito, ideias matemáticas, e explicar raciocínios, procedimentos e conclusões.</p> <p>Desenvolver interesse pela Matemática e valorizar o seu papel no desenvolvimento das outras ciências e domínios da atividade humana e social.</p> <p>Desenvolver confiança nas suas capacidades e conhecimentos matemáticos, e a capacidade de analisar o próprio trabalho e regular a sua aprendizagem.</p> <p>Desenvolver persistência, autonomia e vontade em lidar com situações que envolvam a Matemática no seu percurso escolar e na vida em sociedade.</p> | <p>Resolver problemas que envolvam a adição nos sentidos de juntar e acrescentar; subtração nos sentidos de retirar, comparar e completar; e, analisar estratégias variadas de resolução.</p> <p>Realizar cálculos recorrendo a diferentes estratégias de cálculo mental, em contextos diversos.</p> <p>Explorar e descrever padrões de repetição e regularidades numéricas, em contextos diversos.</p> <p>Resolver problemas que requeiram a aplicação de conhecimentos já aprendidos e apoiem a aprendizagem de novos conhecimentos.</p> <p>Resolver e formular problemas, analisar estratégias variadas de resolução de problemas, e apreciar os resultados obtidos.</p> <p>Comunicar, oralmente e por escrito, para descrever e explicar procedimentos, raciocínios e conclusões.</p> <p>Analisar o próprio trabalho para identificar progressos, lacunas e dificuldades na sua aprendizagem.</p> | <p>Questionador (A, F, G, I, J)</p> <p>Comunicador (A, B, D, E, H)</p> <p>Autoavaliador (transversal às áreas)</p> <p>Participativo/ colaborador (B, C, D, E, F)</p> <p>Responsável/ autónomo (C, D, E, F, G, I, J)</p> <p>Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)</p> | | abril |
| NÚMEROS E OPERAÇÕES Números naturais | <p>Ler e representar números no sistema de numeração decimal até 100 e identificar o valor posicional de um algarismo.</p> <p>Efetuar contagens progressivas e regressivas, com e sem recurso a materiais manipuláveis (incluindo contagens de 2 em 2, 3 em 3, 5 em 5, 10 em 10), e registar as sequências numéricas obtidas,</p> | <p>Explorar, analisar e interpretar situações de contextos variados que favoreçam e apoiem uma aprendizagem matemática com sentido (dos conceitos, propriedades, regras e procedimentos matemáticos).</p> <p>Realizar tarefas de natureza di-</p> | | | |

1º Ciclo do Ensino Básico

Disciplina: Matemática

Ano de escolaridade: 1º ano

| TEMAS/ DOMÍNIOS | AE: CONHECIMENTOS, CAPACIDADES E ATITUDES | AÇÕES ESTRATÉGICAS ORIENTADAS PARA O PA | DESCRIPTORES DO PA | INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO | N.º DE AULAS |
|---------------------------|---|---|---|------------------------------|-----------------|
| Adição e subtração | <p>identificando e dando exemplos de números pares e ímpares.</p> <p>Reconhecer e memorizar factos básicos da adição e da subtração e calcular com os números inteiros não negativos recorrendo à representação horizontal do cálculo, em diferentes situações e usando diversas estratégias que mobilizem relações numéricas e propriedades das operações.</p> <p>Reconhecer e utilizar diferentes representações para o mesmo número e relacioná-las.</p> <p>Comparar e ordenar números, e realizar estimativas plausíveis de quantidades e de somas e diferenças, com e sem recurso a material concreto.</p> <p>Reconhecer e descrever regularidades em sequências e em tabelas numéricas, formular conjecturas e explicar como são geradas essas regularidades.</p> | <p>versificada (projetos, explorações, investigações, resolução de problemas, exercícios, jogos).</p> <p>Utilizar materiais manipuláveis estruturados e não estruturados e outros recursos na resolução de problemas e em outras tarefas de aprendizagem.</p> <p>Utilizar números naturais em situações variadas e com diferentes significados (de quantidade, ordem, localização, designação).</p> <p>Resolver problemas que requeiram a aplicação de conhecimentos já aprendidos e apoiem a aprendizagem de novos conhecimentos.</p> <p>Resolver e formular problemas, analisar estratégias variadas de resolução de problemas, e apreciar os resultados obtidos.</p> <p>Comunicar, oralmente e por escrito, para descrever e explicar procedimentos, raciocínios e conclusões.</p> <p>Analisar o próprio trabalho para identificar progressos, lacunas e dificuldades na sua aprendizagem.</p> | <p>Conhecedor/Sabedor/Culto /Informado (A, B, G, I, J)</p> <p>Criativo (A, C, D, J)</p> <p>Crítico/Analítico (A, B, C, D, G)</p> <p>Indagador/Investigador (C, D, F, H, I)</p> <p>Respeitador da diferença/ /do outro (A, B, E, F, H)</p> <p>Sistematizador/ /Organizador (A, B, C, I, J)</p> | | |

1º Ciclo do Ensino Básico

Disciplina: Matemática

Ano de escolaridade: 1º ano

| TEMAS/ DOMÍNIOS | AE: CONHECIMENTOS, CAPACIDADES E ATITUDES | AÇÕES ESTRATÉGICAS ORIENTADAS PARA O PA | DESCRITORES DO PA | INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO | N.º DE AULAS |
|--|---|---|---|------------------------------|-----------------|
| Resolução de problemas / Raciocínio matemático / Comunicação matemática | <p>Conceber e aplicar estratégias na resolução de problemas com números naturais, em contextos matemáticos e não matemáticos, e avaliar a plausibilidade dos resultados.</p> <p>Expressar, oralmente e por escrito, ideias matemáticas, e explicar raciocínios, procedimentos e conclusões.</p> <p>Desenvolver interesse pela Matemática e valorizar o seu papel no desenvolvimento das outras ciências e domínios da atividade humana e social.</p> <p>Desenvolver confiança nas suas capacidades e conhecimentos matemáticos, e a capacidade de analisar o próprio trabalho e regular a sua aprendizagem.</p> <p>Desenvolver persistência, autonomia e vontade em lidar com situações que envolvam a Matemática no seu percurso escolar e na vida em sociedade.</p> | <p>Resolver problemas que envolvam a adição nos sentidos de juntar e acrescentar; subtração nos sentidos de retirar, comparar e completar; e, analisar estratégias variadas de resolução.</p> <p>Realizar cálculos recorrendo a diferentes estratégias de cálculo mental, em contextos diversos.</p> <p>Explorar e descrever padrões de repetição e regularidades numéricas, em contextos diversos.</p> <p>Resolver problemas que requeiram a aplicação de conhecimentos já aprendidos e apoiem a aprendizagem de novos conhecimentos.</p> <p>Resolver e formular problemas, analisar estratégias variadas de resolução de problemas, e apreciar os resultados obtidos.</p> <p>Comunicar, oralmente e por escrito, para descrever e explicar procedimentos, raciocínios e conclusões.</p> <p>Analisar o próprio trabalho para identificar progressos, lacunas e dificuldades na sua aprendizagem.</p> | <p>Questionador (A, F, G, I, J)</p> <p>Comunicador (A, B, D, E, H)</p> <p>Autoavaliador (transversal às áreas)</p> <p>Participativo/ colaborador (B, C, D, E, F)</p> <p>Responsável/ autónomo (C, D, E, F, G, I, J)</p> <p>Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)</p> | | |
| GEOMETRIA E MEDIDA | | | | | |
| Dinheiro | <p>Reconhecer e relacionar entre si o valor das moedas e notas da Zona Euro, e usá-las em contextos diversos.</p> | <p>Efetuar contagens e ler quantias de dinheiro envolvendo números naturais até 100, utilizando apenas euros ou apenas cêntimos.</p> | <p>Conhecedor/Sabedor/Culto /Informado (A, B, G, I, J)</p> <p>Criativo (A, C, D, J)</p> <p>Crítico/Analítico (A, B, C, D, G)</p> <p>Indagador/Investigador (C, D, F, H, I)</p> <p>Respeitador da diferença/</p> | | maio |

1º Ciclo do Ensino Básico

Disciplina: Matemática

Ano de escolaridade: 1º ano

| TEMAS/ DOMÍNIOS | AE: CONHECIMENTOS, CAPACIDADES E ATITUDES | AÇÕES ESTRATÉGICAS ORIENTADAS PARA O PA | DESCRIPTORIOS DO PA | INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO | N.º DE AULAS |
|--|--|---|--|------------------------------|-----------------|
| Tempo | Reconhecer e relacionar entre si intervalos de tempo (dia, semana, mês e ano), e identificar a hora como unidade de medida de tempo. | Ler e escrever a medida de tempo apresentada num relógio de ponteiros, em horas e meias horas, relacionando-as, respetivamente, com voltas e meias voltas do ponteiro dos minutos. | /do outro (A, B, E, F, H) Sistematizador/ /Organizador (A, B, C, I, J) | | |
| Resolução de problemas / Raciocínio matemático / Comunicação matemática | <p>Conceber e aplicar estratégias na resolução de problemas envolvendo a visualização e a medida em contextos matemáticos e não matemáticos, e avaliar a plausibilidade dos resultados.</p> <p>Expressar, oralmente e por escrito, ideias matemáticas, e explicar raciocínios, procedimentos e conclusões.</p> <p>Desenvolver interesse pela Matemática e valorizar o seu papel no desenvolvimento das outras ciências e domínios da atividade humana e social.</p> <p>Desenvolver confiança nas suas capacidades e conhecimentos matemáticos, e a capacidade de analisar o próprio trabalho e regular a sua aprendizagem.</p> <p>Desenvolver persistência, autonomia e à vontade em lidar com situações que envolvam a Matemática no seu percurso escolar e na vida em sociedade.</p> | <p>Resolver problemas que envolvam a adição nos sentidos de juntar e acrescentar; subtração nos sentidos de retirar, comparar e completar; e, analisar estratégias variadas de resolução.</p> <p>Realizar cálculos recorrendo a diferentes estratégias de cálculo mental, em contextos diversos.</p> <p>Explorar e descrever padrões de repetição e regularidades numéricas, em contextos diversos.</p> <p>Resolver problemas que requeiram a aplicação de conhecimentos já aprendidos e apoiem a aprendizagem de novos conhecimentos.</p> <p>Resolver e formular problemas, analisar estratégias variadas de resolução de problemas, e apreciar os resultados obtidos.</p> <p>Comunicar, oralmente e por escrito, para descrever e explicar procedimentos, raciocínios e</p> | <p>Conhecedor/Sabedor/Culto/ /Informado (A, B, G, I, J) Crítico/Analítico (A, B, C, D, G) Indagador/Investigador (C, D, F, H, I) Sistematizador/ /Organizador (A, B, C, I, J)</p> <p>Questionador (A, F, G, I, J) Comunicador (A, B, D, E, H) 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)</p> | | |

1º Ciclo do Ensino Básico

Disciplina: Matemática

Ano de escolaridade: 1º ano

| TEMAS/ DOMÍNIOS | AE: CONHECIMENTOS, CAPACIDADES E ATITUDES | AÇÕES ESTRATÉGICAS ORIENTADAS PARA O PA | DESCRIPTORIOS DO PA | INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO | N.º DE AULAS |
|--|--|---|--|------------------------------|-----------------|
| GEOMETRIA E MEDIDA | | conclusões. Analisar o próprio trabalho para identificar progressos, lacunas e dificuldades na sua aprendizagem. | | | |
| Comprimento | Comparar e ordenar objetos de acordo com a grandeza comprimento e medi-los utilizando unidades de medida não convencionais. | Utilizar unidades de medida não convencionais em contextos variados. | Conhecedor/Sabedor/Culto /Informado (A, B, G, I, J) Criativo (A, C, D, J) Crítico/Analítico (A, B, C, D, G) | | junho |
| Figuras geométricas | Compor e decompor figuras planas, a partir de figuras dadas, identificando atributos que se mantêm ou que se alteram nas figuras construídas. | Explorar, analisar e interpretar situações de contextos variados, numa abordagem do espaço ao plano, que favoreçam e apoiem uma aprendizagem matemática com sentido (dos conceitos, propriedades, operações, e procedimentos matemáticos). Descrever figuras bi e tridimensionais, identificando propriedades e partes componentes dessas figuras. Desenhar figuras bidimensionais e antecipar atributos de figuras obtidas por composição ou decomposição. | Indagador/Investigador (C, D, F, H, I) Respeitador da diferença/ /do outro (A, B, E, F, H) Sistematizador/ /Organizador (A, B, C, I, J) | | |
| Resolução de problemas / Raciocínio Matemático / Comunicação matemática | Conceber e aplicar estratégias na resolução de problemas envolvendo a visualização e a medida em contextos matemáticos e não matemáticos, e avaliar a plausibilidade dos resultados. Expressar, oralmente e por escrito, ideias matemáticas, e explicar raciocínios, pro- | Resolver problemas que envolvam a adição nos sentidos de juntar e acrescentar; subtração nos sentidos de retirar, comparar e completar; e, analisar estratégias variadas de resolução. Realizar cálculos recorrendo a | Questionador (A, F, G, I, J) Comunicador (A, B, D, E, H) Autoavaliador (transversal às áreas) Participativo/ colaborador (B, C, D, E, F) Responsável/ autónomo (C, | | |

1º Ciclo do Ensino Básico

Disciplina: Matemática

Ano de escolaridade: 1º ano

| TEMAS/ DOMÍNIOS | AE: CONHECIMENTOS, CAPACIDADES E ATITUDES | AÇÕES ESTRATÉGICAS ORIENTADAS PARA O PA | DESCRITORES DO PA | INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO | N.º DE AULAS |
|--|---|---|---|------------------------------|-----------------|
| <p>ORGANIZAÇÃO E TRATAMENTO DE DADOS</p> <p>Representação e interpretação de dados</p> | <p>cedimentos e conclusões.</p> <p>Desenvolver interesse pela Matemática e valorizar o seu papel no desenvolvimento das outras ciências e domínios da atividade humana e social.</p> <p>Desenvolver confiança nas suas capacidades e conhecimentos matemáticos, e a capacidade de analisar o próprio trabalho e regular a sua aprendizagem.</p> <p>Desenvolver persistência, autonomia e à vontade em lidar com situações que envolvam a Matemática no seu percurso escolar e na vida em sociedade.</p> <p>Recolher, organizar e representar dados qualitativos e quantitativos discretos utilizando diferentes representações e interpretar a informação representada.</p> | <p>diferentes estratégias de cálculo mental, em contextos diversos.</p> <p>Explorar e descrever padrões de repetição e regularidades numéricas, em contextos diversos.</p> <p>Resolver problemas que requeiram a aplicação de conhecimentos já aprendidos e apoiem a aprendizagem de novos conhecimentos.</p> <p>Resolver e formular problemas, analisar estratégias variadas de resolução de problemas, e apreciar os resultados obtidos.</p> <p>Comunicar, oralmente e por escrito, para descrever e explicar procedimentos, raciocínios e conclusões.</p> <p>Analisar o próprio trabalho para identificar progressos, lacunas e dificuldades na sua aprendizagem.</p> <p>Explorar, analisar e interpretar situações de contextos variados que favoreçam e apoiem uma aprendizagem matemática com sentido (dos conceitos, propriedades, operações, e procedimentos matemáticos).</p> <p>Realizar tarefas de natureza diversificada (projetos, explorações, investigações, resolução de problemas, exercícios, jogos).</p> | <p>D, E, F, G, I, J) Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)</p> <p>Questionador (A, F, G, I, J) Comunicador (A, B, D, E, H) Auto avaliador (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)</p> | | |

1º Ciclo do Ensino Básico

Disciplina: Matemática

Ano de escolaridade: 1º ano

| TEMAS/ DOMÍNIOS | AE: CONHECIMENTOS, CAPACIDADES E ATITUDES | AÇÕES ESTRATÉGICAS ORIENTADAS PARA O PA | DESCRITORES DO PA | INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO | N.º DE AULAS |
|---|--|---|---|------------------------------|-----------------|
| <p>Resolução de problemas / Raciocínio matemático / Comunicação matemática</p> | <p>Conceber e aplicar estratégias na resolução de problemas envolvendo a organização e tratamento de dados em contextos familiares variados.</p> <p>Expressar, oralmente e por escrito, raciocínios, procedimentos e resultados baseando-se nos dados recolhidos e tratados.</p> <p>Desenvolver interesse pela Matemática e valorizar o seu papel no desenvolvimento das outras ciências e domínios da atividade humana e social.</p> <p>Desenvolver confiança nas suas capacidades e conhecimentos matemáticos, e a capacidade de analisar o próprio trabalho e regular a sua aprendizagem.</p> <p>Desenvolver persistência, autonomia e à-vontade em lidar com situações que envolvam a Matemática no seu percurso escolar e na vida em sociedade.</p> | <p>Resolver problemas que envolvam a adição nos sentidos de juntar e acrescentar; subtração nos sentidos de retirar, comparar e completar; e, analisar estratégias variadas de resolução.</p> <p>Realizar cálculos recorrendo a diferentes estratégias de cálculo mental, em contextos diversos.</p> <p>Explorar e descrever padrões de repetição e regularidades numéricas, em contextos diversos.</p> <p>Resolver problemas que requeiram a aplicação de conhecimentos já aprendidos e apoiem a aprendizagem de novos conhecimentos.</p> <p>Resolver e formular problemas, analisar estratégias variadas de resolução de problemas, e apreciar os resultados obtidos.</p> <p>Comunicar, oralmente e por escrito, para descrever e explicar procedimentos, raciocínios e conclusões.</p> <p>Analisar o próprio trabalho para identificar progressos, lacunas e dificuldades na sua aprendizagem.</p> | <p>Questionador (A, F, G, I, J)</p> <p>Comunicador (A, B, D, E, H)</p> <p>Autoavaliador (transversal às áreas)</p> <p>Participativo/ colaborador (B, C, D, E, F)</p> <p>Responsável/ autónomo (C, D, E, F, G, I, J)</p> <p>Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)</p> | | |