



O AR QUE EU RESPIRO PLANO DE AULA

IDENTIFICAÇÃO DA AULA

1. Tema – Qualidade do ar e saúde

2. Introdução – Esta aula pretende sensibilizar os alunos para a importância do ar que respiramos, explorando as causas da poluição atmosférica, os seus impactos na saúde e no ambiente, bem como estratégias para melhorar a qualidade do ar. A abordagem será prática e participativa, promovendo a reflexão sobre o contexto local e os comportamentos individuais.

3. Ano de escolaridade – 8º ano (13 a 15 anos de idade)

4. Objetivos, conhecimentos e competências

4.1. Objetivos:

- Identificar os principais poluentes atmosféricos;
- Compreender os impactos da poluição do ar na saúde e no ambiente;
- Reconhecer comportamentos que contribuem para a poluição;
- Propor soluções para melhorar a qualidade do ar.

4.2. Conhecimentos:

- Conceito de qualidade do ar
- Tipos de poluentes (ex: CO₂, partículas, gases)
- Relação entre atividades humanas e poluição

4.3. Competências:

- Pensamento crítico
- Trabalho colaborativo
- Literacia ambiental
- Comunicação

5. Duração da aula – 45+45 minutos

PREPARAÇÃO

6. Preparação prévia

- Seleção de um vídeo introdutório sobre qualidade do ar (Qualidade do ar - [Qualidade do ar - YouTube](#))
- Criação de um Padlet / Mentimeter para recolha de ideias
- Preparação de um quiz (ex: Kahoot)
- Teste dos equipamentos digitais

7. Notas importantes

- Os alunos podem ter a ideia de que o ar “limpo” não pode estar poluído (por ser invisível); é importante esclarecer este conceito
- Evitar alarmismo excessivo — privilegiar soluções e comportamentos positivos
- Garantir uso seguro de equipamentos digitais
- Incentivar a participação de todos os alunos

8. Recursos necessários

- Computador e projetor
- Internet
- Plataforma digital (Padlet / Mentimeter)
- Quiz digital ou fichas
- Vídeo educativo
- Quadro ou cartolinas
- Manual da disciplina de FQ 8º ano
- Caixa de cartão
- Material de pintura

ATIVIDADE DE APRENDIZAGEM

9. Atividade

Introdução (5–10 min)

- Visualização de um vídeo curto sobre o ar e poluição
- Questões orientadoras:
 - “O ar tem cor?”
 - “Como sabemos se está poluído?”

Desenvolvimento (100 min)

Atividade 1 – Brainstorming (grupo):

- Os alunos respondem no Padlet:
 - “O que polui o ar na nossa cidade?”

Atividade 2 – Discussão orientada:

- Exploração das respostas:
 - transportes
 - indústria
 - queimadas
 - hábitos quotidianos

Atividade 3 – Consolidação (quiz/jogo):

- Identificar:
 - poluentes
 - consequências
 - soluções

Atividade 4 – Planeamento do painel e jogo:

- A turma dividida em dois grupos (um grupo com o jogo e outro grupo com o painel)
- Através da pesquisa no site QualAr sobre a evolução do ar na nossa Zona, organizam a informação, projetando o jogo e o painel

Atividade 5 – Construção do painel e do jogo:

- Com recurso a caixa, cartolinas reutilizadas e outros materiais de escrita e pintura, constroem o painel e jogo.

Atividade 6 – Apresentação à turma:

- O grupo do painel apresenta-o ao outro grupo.
- O grupo do jogo apresenta o jogo e regras e em conjunto, ambos os grupos jogam.

Conclusão (10 min)

- Reflexão final:
 - “O que posso mudar no meu dia a dia?”
 - “Qual será o impacto do jogo e painel nas turmas apresentadas?”

10. Avaliação

- Observação da participação nas atividades
- Qualidade das respostas no Padlet
- Resultados no quiz
- Pertinência das propostas apresentadas

DEPOIS DA AULA

11. Disseminação/Partilha

- Divulgação do painel e do jogo em cada turma da escola (são 8 do total, do 1º ao 9º ano)
- Exposição do cartaz na escola
- Desafio do jogo no dia aberto à comunidade
- Apresentação no Conselho Eco-Escolas

12. Atividade complementar

- Projeto interdisciplinar: monitorização ambiental pelo 8º ano do ano letivo seguinte.

13. Adaptações para estudantes com dificuldades de aprendizagem ou alunos sobredotados

Alunos com dificuldades:

- Uso de imagens e exemplos concretos
- Apoio em grupo
- Questões simplificadas

14. Informação prévia para professores

- Portal Eco-Escolas – O Ar que Eu Respiro - <https://ecoescolas.abaae.pt/o-ar-que-eu-respiro/recursos-links/>
- Plataforma QualAR (qualidade do ar em Portugal) - [QualAr - Introdução](#)
- [Qualidade do ar - YouTube](#)

15. Referências/bibliografia

- Eco-Escolas – “O Ar que Eu Respiro” [ecoescolas.abaae.pt]
- Agência Portuguesa do Ambiente – Projeto qualidade do ar [apambiente.pt]
- Recursos Eco-Escolas [ecoescolas.abaae.pt]

