

Projeto “Conhece o teu corpo”

Público-alvo: 20 /25 Alunos do ensino básico 3º ciclo.

Objetivo Geral

Promover a conscientização sobre a estrutura e funcionamento dos órgãos do corpo humano.

Atividades

Abertura e Apresentação

- **Atividades:**
 - Explicação breve sobre o funcionamento dos sistemas do corpo humano.

Estação de Exercícios: Testar o conhecimento

- **Atividades:**
 - Criar várias estações com diferentes exercícios:
 - **Estação 1:** Montar o esqueleto humano.
 - **Estação 2:** Diferentes órgãos humanos, funções e sistemas;
 - **Estação 3:** Bate-bate Coração - Medir a pulsação e sentir os batimentos cardíacos;

Encerramento e Reflexão

- **Objetivo:** Discutir do conhecimento adquirido e a importância do autoconhecimento na saúde.
- **Atividade:** Realização de um quiz sobre o conhecimento adquirido com atribuição de um prémio simbólico ao primeiro classificado.