

Síntese da Planificação da Disciplina de Ciências Naturais 9.º Ano 2026/2027

Período	Dias de aulas previstos				
	2.ª	3.ª	4.ª	5.ª	6.ª
1.º Período	12	12	13	13	13
2.º Período	10	10	10	11	11
3.º Período	9	9	9	8	9

(As aulas previstas são contabilizadas em unidades de 50 minutos)

	Unidades Temáticas	Instrumentos e Critérios de Avaliação
1.º Período	DOMÍNIO – VIVER MELHOR NA TERRA 1- SAÚDE INDIVIDUAL E COMUNITÁRIA - Saúde e qualidade de vida - Doença e causas de doença - Os antibióticos - Doenças não transmissíveis (DNT) - Fatores de risco - Determinantes da saúde individual e comunitária - As culturas de risco - Ações de promoção da saúde	I – Conhecimentos e capacidades ----- 90% Teste(s) de avaliação escrito(s) -----58,5% Outros instrumentos-----31,5% Questões-aula, mini-testes, provas orais/práticas e todas as prestações e trabalhos realizados pelos alunos na aula ou em atividade equiparada, sujeitos à observação direta e avaliação dos professores. II – Atitudes -----10% Participação; responsabilidade; comunicação; respeito pelos outros; assiduidade; pontualidade; empenho; disciplina; cumprimento das tarefas e apresentação do material necessário.
	2- ORGANISMO HUMANO EM EQUILÍBRIO - Regulação do meio interno - Estrutura e composição do corpo humano - Ciência, tecnologia e corpo humano - Alimentos e nutrientes - Funções dos nutrientes - A insuficiência de elementos traços e os seus efeitos no organismo - Distúrbios alimentares - Alimentação saudável - A alimentação saudável e a prevenção de doenças da contemporaneidade - A importância da Dieta Mediterrânica na promoção da saúde - Nutrição e metabolismo celular - Órgãos e funções do sistema digestivo	

	• Digestão e absorção • A importância do microbiota humano e medidas que contribuem para o bom funcionamento do sistema digestivo • Constituição e funções do sangue • As análises ao sangue • Defesas do organismo • Constituição do sistema cardiovascular • Estrutura e função do coração	
--	--	--

	Unidades Temáticas	Instrumentos e Critérios de Avaliação
2.º Período	2- ORGANISMO HUMANO EM EQUILÍBRIO (CONT.) • O ciclo cardíaco • Circulação do sangue • Doenças e saúde do sistema cardiovascular • O sistema linfático • A linfa • Estrutura e funções do sistema linfático • Doenças e saúde do sistema linfático • Constituição do sistema respiratório • Funções do sistema respiratório • Ventilação pulmonar • Trocas gasosas • Doenças e saúde do sistema respiratório • Suporte básico de vida (SBV) • Procedimentos de suporte básico de vida • Procedimentos para a desobstrução da via aérea • Posição lateral de segurança (PLS) • Constituição e funções do sistema urinário • Estrutura e função do rim • Doenças e saúde do sistema urinário • Estrutura e funções da pele • Doenças e saúde da pele • Constituição do sistema nervoso • O neurónio e a transmissão nervosa	I – Conhecimentos e capacidades ----- 90% Teste(s) de avaliação escrito(s) -----58,5% Outros instrumentos-----31,5% Questões-aula, mini-testes, provas orais/práticas e todas as prestações e trabalhos realizados pelos alunos na aula ou em atividade equiparada, sujeitos à observação direta e avaliação dos professores. II – Atitudes -----10% Participação; responsabilidade; comunicação; respeito pelos outros; assiduidade; pontualidade; empenho; disciplina; cumprimento das tarefas e apresentação do material necessário.

3.º Período	Unidades Temáticas	Instrumentos e Critérios de Avaliação
	2- ORGANISMO HUMANO EM EQUILÍBRIO (CONT.) • Funcionamento do sistema nervoso • Doenças e saúde do sistema nervoso • Glândulas, hormonas e células-alvo • Constituição do sistema hormonal • Funcionamento do sistema hormonal • Doenças e saúde do sistema hormonal 3-TRANSMISSÃO DA VIDA • Estrutura e função dos órgãos reprodutores • As células sexuais • Ciclos ovário e uterino • As hormonas sexuais • Da fecundação ao nascimento • A importância do aleitamento materno • Infecções sexualmente transmissíveis e saúde do sistema reprodutor • Vantagens e desvantagens dos diferentes métodos contraceptivos • Aplicações da genética • Diversidade genética • Genética e hereditariedade	I – Conhecimentos e capacidades ----- 90% Teste(s) de avaliação escrito(s) -----58,5% Outros instrumentos-----31,5% Questões-aula, mini-testes, provas orais/práticas e todas as prestações e trabalhos realizados pelos alunos na aula ou em atividade equiparada, sujeitos à observação direta e avaliação dos professores. II – Atitudes -----10% Participação; responsabilidade; comunicação; respeito pelos outros; assiduidade; pontualidade; empenho; disciplina; cumprimento das tarefas e apresentação do material necessário.

Material básico para a aula: manual, caderno de atividades, caderno diário e material de escrita