

# Construir!



## Objectivos Educativos III Secção

São Pedro



### Físico

<b>Desempenho</b>	F1. Testo de forma responsável os limites do meu corpo e pratico actividades físicas que me permitem conseguir um desenvolvimento equilibrado.		
<b>Auto-conhecimento</b>	F2. Aceito as características próprias do meu corpo e respeito as diferenças físicas entre as pessoas.	F3. Reconheço que homens e mulheres têm características físicas diferentes e respeito os comportamentos e necessidades que vão surgindo.	
<b>Bem-estar físico</b>	F4. Faço escolhas saudáveis a nível da minha alimentação, repouso e actividades físicas.	F5. Tomo as medidas necessárias para o meu bem-estar físico e ando apurado.	F6. Conheço os malefícios das substâncias e comportamentos de risco e evito-os.



### Afectivo

<b>Relacionamento e sensibilidade</b>	A1. Valorizo as minhas relações afectivas e demonstro equilíbrio na gestão de conflitos.	A2. Comprometo-me com o bem-estar da minha família.	A3. Reconheço que existem diversas sensibilidades estéticas e partilho os meus gostos.	A4. Encaro com naturalidade a minha sexualidade e procuro integrá-la harmoniosamente na minha vida, respeitando-me a mim e aos outros.
<b>Equilíbrio emocional</b>	A5. Ajo de forma ponderada e reflectida, respeitando os sentimentos dos outros.		A6. Reconheço quando me excedo e esforço-me por corrigir o meu comportamento.	
<b>Auto-estima</b>	A7. Reconheço as características da minha personalidade.	A8. Reconheço que erro e comprometo-me a melhorar as minhas características menos positivas.	A9. Aceito as minhas próprias limitações, esforçando-me sempre por melhorar.	A10. Conheço bem as minhas capacidades e invisto no meu desenvolvimento.



### Carácter

<b>Autonomia</b>	C1. Escolho conscientemente as minhas referências e valores fundamentais.	C2. Sou capaz de fazer opções e de reconhecer as suas implicações.	C3. Estabeleço para mim, com regularidade, metas a atingir em várias áreas da minha vida.	
<b>Responsabilidade</b>	C4. Correspondo à confiança que em mim depositam.	C5. Reconheço a importância das minhas tarefas, estabeleço prioridades e respeito-as.	C6. Encaro os obstáculos sem desistir de encontrar soluções ou alternativas e reconhecendo as lições a tirar.	C7. Assumo as minhas acções, aceitando as consequências das mesmas para mim ou para os grupos a que pertencço.
<b>Coerência</b>	C8. Partilho e defendo aquilo em que acredito de forma serena e fundamentada.	C9. Ajo, em cada dia, de acordo com as convicções e referências que vou tomando para mim, tendo consciência do testemunho que dou aos outros.		



### Espiritual

<b>Descoberta</b>	E1. Conheço e compreendo a vida dos profetas.	E2. Conheço e percebo a vida de Jesus com os Apóstolos.	E3. Reconheço que cada membro da Igreja é diferente e que isso é importante e enriquece a comunidade.	
<b>Aprofundamento</b>	E4. Vivo a oração como parte do meu quotidiano e participo nas celebrações comunitárias.	E5. Conheço a perspectiva da Igreja sobre os temas principais a partir da fundamentação Bíblica.	E6. Aprofundo as razões da minha fé no contacto com as outras religiões.	
<b>Serviço</b>	E7. Defendo a vida humana como um valor absoluto.		E8. Sei o que é ser "Sal da Terra e Luz do Mundo" e ponho-me ao serviço dos outros.	



### Intelectual

<b>Procura do conhecimento</b>	I1. Procuro sempre aumentar os meus conhecimentos, diversificando as vivências.	I2. Sei onde procurar a informação e selecciono-a de acordo com as necessidades.	I3. Conheço as minhas aptidões, sou capaz de optar por uma área profissional ou de estudo e identificar outros domínios de interesse pessoal.	
<b>Resolução de problemas</b>	I4. Sei avaliar as experiências que vivo e utilizo o que aprendo de forma criativa nas novas situações que enfrento.	I5. Analiso problemas, proponho soluções e escolho a mais adequada.		
<b>Criatividade e Expressão</b>	I6. Assumo o desafio de criar ideias e projectos inovadores em que relaciono os meus conhecimentos e gostos.	I7. Apresento ideias e emoções de forma criativa, explorando diferentes técnicas e meios e adequando-as a quem me dirijo.		



### Social

<b>Exercer activamente cidadania</b>	S1. Conheço os meus deveres e direitos e promovo que, à minha volta, os outros os conheçam.	S2. Participo activamente nas comunidades em que me insiro, intervindo na promoção de causas comuns.	S3. Quando perco uma votação, aceito a decisão e trabalho nesse sentido.	
<b>Solidariedade e tolerância</b>	S4. Identifico situações em que posso ser útil na resolução ou minimização de um problema social.	S5. Participo, sozinho ou em equipa, na resolução ou minimização de um problema social.	S6. Exponho as minhas ideias, respeitando e valorizando as dos outros.	
<b>Interação e cooperação</b>	S7. Valorizo as diferentes funções no grupo e desempenho o melhor possível aquelas que me são confiadas.		S8. Respeito as necessidades do grupo, nunca sobrepondo a minha liderança.	

