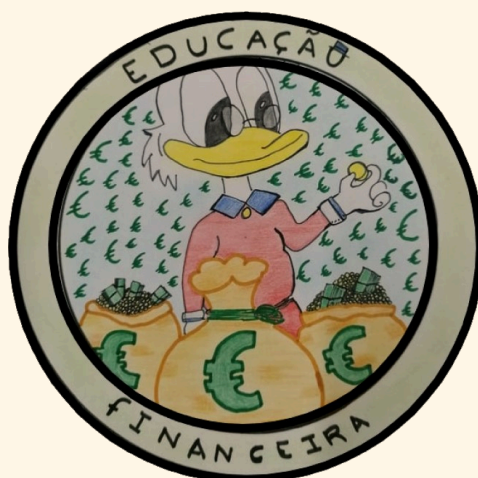




Educação Financeira

DOSSIÊ DE ATIVIDADES

Pequenas escolhas, grandes futuros

Pré-escolar + 1.º ciclo

2.º + 3.º ciclos

Secundário

44

atividades

3

separadores por ciclo

5

atividades de línguas

24

atividades extra

Elaborado por Maria João André, Psicóloga do SPO

Serviço de Psicologia e Orientação · Agrupamento de Escolas de Figueira de Castelo Rodrigo



Índice

Antes de começar

–	Como usar este dossiê	p. 5
–	Enquadramento curricular	p. 6

Pré-escolar e 1.º ciclo

P1	Preciso ou gostava?	Atividade principal	p. 8
P2	Os 3 mealheiros	Atividade principal	p. 11
P3	Uma segunda vida	Atividade principal	p. 13
P4	A lojinha	Atividade principal	p. 15
P5	O que aprendi?	Atividade principal	p. 18
P6	Hora do conto: «A Rosa e o Tilim»	Atividade extra	p. 20
P7	Constrói o teu mealheiro	Atividade extra	p. 30
P8	Antes do dinheiro: a feira das trocas	Atividade extra	p. 32
P9	Detetives das moedas	Atividade extra	p. 34
P10	O jogo do «esperar um bocadinho»	Atividade extra	p. 36
P11	Lengalenga do mealheiro	Atividade extra	p. 38
P12	O supermercado da sala	Atividade extra	p. 40
P13	Patrulha anti-desperdício	Atividade extra	p. 43
P14	Need or want? (Inglês)	Inglês · 3.º e 4.º anos	p. 45
–	Vídeos e recursos		p. 48



Índice (continuação)

2.º e 3.º ciclos

B1	Essencial ou dispensável?	Atividade principal	p. 50
B2	A minha meta SMART	Atividade principal	p. 52
B3	Calculadora do desperdício	Atividade principal	p. 54
B4	Missão: festa de turma	Atividade principal	p. 56
B5	O que aprendi?	Atividade principal	p. 58
B6	Diário de gastos de 3 dias	Atividade extra	p. 60
B7	Detetive do preço por quilo	Atividade extra	p. 62
B8	Escape room: o cofre do Money Maker	Atividade extra	p. 64
B9	Mini-empresa da turma	Atividade extra	p. 67
B10	Debate dos 4 cantos: mesada	Atividade extra	p. 69
B11	Inflação no lanche	Atividade extra	p. 72
B12	Caça ao #pub	Atividade extra	p. 74
B13	Quanto custa deixar a luz acesa?	Atividade extra	p. 76
B14	Is it a good deal? (Inglês)	Inglês · 2.º e 3.º ciclos	p. 78
B15	Au marché avec 10 euros (Francês)	Francês · 3.º ciclo	p. 80
—	Vídeos e recursos		p. 82

Ensino secundário

S1	Descodifica o anúncio	Atividade principal	p. 84
S2	Orçamento 50/30/20	Atividade principal	p. 86
S3	Novo, usado ou emprestado?	Atividade principal	p. 88
S4	Primeiro mês sozinho	Atividade principal	p. 90
S5	O que aprendi?	Atividade principal	p. 93
S6	O poder do tempo: juros compostos	Atividade extra	p. 95
S7	Isto é burla? Phishing em SMS e e-mails	Atividade extra	p. 97
S8	Crédito: o preço de comprar já	Atividade extra	p. 99
S9	Quanto custa mesmo ter um carro?	Atividade extra	p. 101
S10	Debate: compra agora, paga depois	Atividade extra	p. 103
S11	Orçamento para a vida universitária	Atividade extra	p. 105
S12	Investir não é apostar	Atividade extra	p. 107
S13	Embaixadores da poupança	Atividade extra	p. 109
S14	Money talks: write a complaint (Inglês)	Inglês · secundário	p. 111
S15	La seconde vie des objets (Francês)	Francês · secundário	p. 114
—	Vídeos e recursos		p. 116

Antes de começar

—	Referências		p. 117
---	-------------	--	---------------



Antes de começar

COMO USAR O DOSSIÊ E O ENQUADRAMENTO CURRICULAR

- | | | |
|---|--------------------------|------|
| – | Como usar este dossiê | p. 5 |
| – | Enquadramento curricular | p. 6 |



Como usar este dossiê



As atividades são propostas, não obrigações. Não têm de ser todas trabalhadas: cada professor pode realizar **só uma, várias ou todas**, conforme a turma, o tempo e a disciplina. Podem ser usadas em **qualquer altura do ano letivo**, durante ou fora da Semana da Poupança.

1. Escolha no **separador do seu ciclo** a atividade ou as atividades que quer usar — das 5 principais (P1–P5, B1–B5, S1–S5) ou das extra (6 a 13). Não é preciso fazer todas.
2. Cada atividade tem **uma página de descrição** (objetivo, materiais, passos, conversa) e, **logo a seguir**, o material para fotocopiar.
3. As atividades 14 e 15 são para as aulas de **Inglês** (do 3.º ano ao secundário) e de **Francês** (3.º ciclo e secundário). A **Roleta das Decisões** (em papel e online) e os **Desafios em família** são documentos à parte.
4. Os vídeos sugeridos são do RTP Ensina (português de Portugal): veja-os antes e use só o excerto necessário.

Mapa das atividades por tema

Tema	Pré + 1.º ciclo	2.º + 3.º ciclos	Secundário
Necessidades, desejos e publicidade	P1 · P6 · P10	B1 · B10 · B12	S1
Poupança e metas	P2 · P5 · P7 · P11	B2 · B5 · B11	S5 · S6 · S12 · S13
Reutilizar e evitar desperdício	P3 · P13	B3 · B13	S3
Orçamento e decisões de compra	P4 · P12	B4 · B6 · B7 · B9	S2 · S4 · S9 · S11
Dinheiro, crédito e segurança	P8 · P9	B8	S7 · S8 · S10
Línguas estrangeiras	P14 (Inglês)	B14 (Inglês) · B15 (Francês)	S14 (Inglês) · S15 (Francês)



Porquê assim? A educação financeira em contexto escolar melhora o conhecimento e, em menor grau, comportamentos como poupar e planejar (Kaiser et al., 2022); funciona melhor quando é prática e ligada a decisões do dia a dia (Amagir et al., 2018) e quando envolve a família (Shim et al., 2010). As referências completas estão na última página.



Enquadramento curricular

Estas propostas concretizam a dimensão **Literacia Financeira e Empreendedorismo**, que a nova Estratégia Nacional de Educação para a Cidadania (Resolução do Conselho de Ministros n.º 127/2025, de 29 de agosto) coloca no **Grupo 1 — obrigatória em todos os anos de escolaridade**. O objetivo é que os alunos tomem «decisões informadas sobre recursos financeiros, orçamento, poupança e investimento».

Aprendizagens Essenciais de Cidadania e Desenvolvimento (2025)

1.º ciclo	Compreender a importância da poupança e os seus objetivos; distinguir necessidades de desejos e rendimentos de despesas; relacionar contas bancárias e meios de pagamento; reconhecer escolhas com ganhos ou perdas; identificar atividades de empreendedorismo.
2.º ciclo	Elaborar um orçamento pessoal ou familiar; compreender formas de aplicação e de remuneração da poupança; reconhecer a importância do planeamento da poupança a médio e longo prazo.
3.º ciclo	Elaborar o orçamento de um projeto; entender as responsabilidades do recurso a bancos e seguros; reconhecer que diversificar as aplicações pode diminuir o risco; manifestar comportamentos de proteção face à fraude financeira e digital.
Secundário	Comparar diferentes produtos financeiros e o risco associado; simular reclamações às entidades competentes; reconhecer a importância da ética e da informação financeira; elaborar um modelo de negócio sustentável.

No 1.º ciclo, Cidadania e Desenvolvimento é trabalhada de forma transversal pelo professor titular; nos 2.º e 3.º ciclos é disciplina autónoma, com trabalho interdisciplinar do Conselho de Turma.

Referencial de Educação Financeira (2013) — temas e subtemas

Planeamento e Gestão do Orçamento	Necessidades e desejos · Despesas e rendimentos · Risco e incerteza · Planeamento
Sistema e Produtos Financeiros Básicos	Meios de pagamento · Contas bancárias · Empréstimos · Sistema financeiro · Seguros
Poupança	Objetivos da poupança · Aplicações da poupança
Crédito	Necessidades e capacidades financeiras · Custos do crédito · Responsabilidades do crédito
Ética	Ética e responsabilidade social
Direitos e Deveres	Informação financeira · Prevenção de fraude

Na educação pré-escolar, o Referencial trabalha necessidades e desejos, despesas e rendimentos, meios de pagamento e objetivos da poupança. As OCEPE (2016) enquadram estas atividades sobretudo na Área de Formação Pessoal e Social, no Conhecimento do Mundo e no domínio da Matemática.

Outras ligações

- **Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória** — áreas de competência indicadas nas tabelas por letra: A Linguagens e textos · B Informação e comunicação · C Raciocínio e resolução de problemas · D Pensamento crítico e criativo · E Relacionamento interpessoal · F Desenvolvimento pessoal e autonomia · G Bem-estar, saúde e ambiente · H Sensibilidade estética e artística · I Saber científico, técnico e tecnológico · J Consciência e domínio do corpo.
- **Matemática** — dinheiro como contexto de medida e de «incursões pela educação financeira» (1.º ciclo); números racionais, percentagens e proporcionalidade (2.º e 3.º ciclos); sucessões (secundário).
- **Economia A (10.º ano)** — Necessidades e consumo; Moeda e inflação; Rendimentos; Utilização dos rendimentos (consumo, poupança, aplicações da poupança, financiamento).
- **Português** — oralidade e argumentação, texto publicitário, educação literária (história «A Rosa e o Tilim»).
- **Inglês (3.º ano ao secundário) e Francês (3.º ciclo e secundário)** — competência comunicativa (compreensão, interação, produção e mediação), competência plurilingue e pluricultural e competência estratégica. As Aprendizagens Essenciais incluem preços, catálogos e publicidade como textos a trabalhar e articulam com a dimensão Literacia Financeira e Empreendedorismo.



Pré-escolar e 1.º ciclo

14 ATIVIDADES: 5 PRINCIPAIS, 8 EXTRA E ATIVIDADES DE INGLÊS

P1	Preciso ou gostava?	Atividade principal	p. 8
P2	Os 3 mealheiros	Atividade principal	p. 11
P3	Uma segunda vida	Atividade principal	p. 13
P4	A lojinha	Atividade principal	p. 15
P5	O que aprendi?	Atividade principal	p. 18
P6	Hora do conto: «A Rosa e o Tilim»	Atividade extra	p. 20
P7	Constrói o teu mealheiro	Atividade extra	p. 30
P8	Antes do dinheiro: a feira das trocas	Atividade extra	p. 32
P9	Detetives das moedas	Atividade extra	p. 34
P10	O jogo do «esperar um bocadinho»	Atividade extra	p. 36
P11	Lengalenga do mealheiro	Atividade extra	p. 38
P12	O supermercado da sala	Atividade extra	p. 40
P13	Patrulha anti-desperdício	Atividade extra	p. 43
P14	Need or want? (Inglês)	Inglês · 3.º e 4.º anos	p. 45
–	Vídeos e recursos		p. 48



P1 Preciso ou gostava?

Atividade principal

Sala

15–20 min

Objetivo

Distinguir necessidades de desejos e treinar a «pausa antes de comprar».

Materiais

cartões da Ficha P1 recortados; duas caixas (ou duas folhas no chão) com os rótulos PRECISO e GOSTAVA.

Como fazer

1. Mostrar um cartão de cada vez: «Precisamos disto para viver bem, ou só gostávamos de ter?»
2. Um aluno coloca o cartão numa caixa; a turma diz se concorda (polegar para cima ou para baixo).
3. Contar os cartões de cada caixa.

Para conversar

«O que acontece se gastarmos todo o dinheiro nos “gostava”?» · «Um gelado é mau?» (Não — os desejos não são proibidos; primeiro vem o que precisamos.)



Porquê assim? A capacidade de adiar a gratificação na infância está associada a melhor autorregulação mais tarde (Mischel et al., 1989), e o autocontrolo na infância prevê melhor saúde financeira na idade adulta (Moffitt et al., 2011). Uma regra simples e concreta, como «espera 24 horas», dá aos alunos uma forma prática de treinar essa pausa.

✂ Material para implementar – nas páginas seguintes

Cartões «Preciso ou gostava?»

p. 9

Rótulos PRECISO / GOSTAVA

p. 10



Preciso ou gostava?

Cartões para separar – um conjunto por turma ou por grupo

✂ Recorta os cartões. Mostra um de cada vez e pergunta: «Precisamos disto para viver bem, ou só gostávamos de ter?» Coloca-o na caixa **PRECISO** ou **GOSTAVA** (página seguinte).



Pão



Casaco



Sapatos



Água



Fruta



Peluche



Chupa-chupa



Consola



Gelado



Balões



PRECISO



GOSTAVA



P2 Os 3 mealheiros

Atividade principal

Sala

15–20 min

Objetivo

Conhecer uma estratégia concreta de poupança e definir uma meta.

Materiais

Ficha P2, lápis de cor; opcional: 3 frascos ou caixas reais com os rótulos Gastar, Poupar e Partilhar.

Como fazer

1. Mostrar os 3 mealheiros e dar um exemplo de cada (gastar num lanche, poupar para uma bola, partilhar com quem precisa).
2. Cada aluno pinta as 10 moedas da cor do mealheiro onde as quer pôr e escreve (ou desenha) quantas ficaram em cada frasco.
3. Desenhar para que vai usar o mealheiro Poupar. No pré-escolar, fazer em grande grupo com moedas de cartão.

Para conversar

«Porque é bom ter um mealheiro só para poupar?» · «Quem pôs mais moedas no Poupar? Para quê?»



Porquê assim? Definir metas concretas e planos «se... então...» (intenções de implementação) aumenta a probabilidade de os cumprir, com um efeito médio-elevado ($d = 0,65$; Gollwitzer & Sheeran, 2006). Decidir poupar *antes* de gastar — e não poupar o que sobra — aumenta a poupança efetiva (Thaler & Benartzi, 2004).

✂ Material para implementar — nas páginas seguintes

Ficha «Os 3 mealheiros»

p. 12



Os 3 mealheiros

Gastar · Poupar · Partilhar

Nome: _____

Turma: _____

Tens **10 moedas**. Pinta cada moeda da cor do mealheiro onde a queres pôr: **laranja = Gastar**, **verde = Poupar**, **azul = Partilhar**. Depois escreve (ou desenha) quantas moedas ficaram em cada frasco.



quantas moedas?



quantas moedas?



quantas moedas?

Para que vou usar o mealheiro POUPAR? Desenha.



P3 Uma segunda vida

Atividade principal

Sala

15–20 min

Objetivo

Ligar a poupança a reutilizar, reparar e partilhar — e lançar a Troca de Livros.

Materiais

Ficha P3; um frasco, uma caixa e um livro já lido; cartaz «Lembra-te!».

Como fazer

1. Mostrar os 3 objetos: «O que podemos fazer com isto em vez de deitar fora?»
2. Cada aluno rodeia um objeto e desenha a sua segunda vida.
3. Apresentar a Troca de Livros e as 4 regras do cartaz «Lembra-te!».

Para conversar

«Porque é que reutilizar também é poupar?» · «Que livro gostavas de trocar?»

 **Porquê assim?** A educação financeira é mais eficaz quando parte de situações concretas e próximas da vida dos alunos, em vez de conceitos abstratos (Amagir et al., 2018). Fazer as contas a gastos do dia a dia torna visível o efeito acumulado de pequenas decisões.

✂ Material para implementar – nas páginas seguintes

Ficha «Uma segunda vida»

p. 14



Uma segunda vida

Reutilizar também é poupar

Nome: _____

Turma: _____



Rodeia um destes objetos. Em vez de o deitar fora, **que segunda vida lhe podes dar?** Desenha-a na moldura.



Frasco



Caixa



Livro já lido

A segunda vida do meu objeto...

Dá-lhe um nome:



Troca um livro, ganha uma história! Leva à Biblioteca Escolar um livro em bom estado que já leste e recebe um **Vale 1 Livro**.



P4 A lojinha

Atividade principal

Sala

15–20 min

Objetivo

Aplicar o que aprenderam num problema realista e cooperativo.

Materiais

Ficha P4 (tabela de preços) e moedas de papel recortadas — uma faixa de 5 € por grupo.

Como fazer

1. Formar grupos de 3–4; cada grupo recebe 5 € em moedas de papel.
2. Escolher o lanche para um piquenique sem passar dos 5 € e «pagar» ao professor.
3. Cada grupo mostra o que comprou e quanto sobrou.

Para conversar

«O que deixaram de fora? Foi difícil escolher?» · «Lembraram-se da água e da fruta?»

 **Porquê assim?** A educação financeira tem efeitos positivos no conhecimento e em comportamentos como poupar e fazer orçamentos (Kaiser et al., 2022). As abordagens experienciais — simulações e jogos com decisões reais — são das mais promissoras com crianças e jovens (Amagir et al., 2018).

✂ Material para implementar — nas páginas seguintes

Tabela de preços «A lojinha»	p. 16
Moedas de papel	p. 17



A lojinha

Desafio de turma – orçamento de 5 €

🏠 O vosso grupo tem **5 €** para o lanche de um piquenique. Escolham o que compram **sem passar dos 5 €**.
Paguem com as moedas de papel e desenhem o que levaram.



Sandes

2 €



Maçã

50 c



Banana

50 c



Sumo

1 €



Água

50 c



Bolachas

1 €



logurte

50 c



Gomas

1 €

O nosso lanche (desenhem ou escrevam):

Gastámos:

Sobrou:



Cada faixa = 5 € para um grupo (2 € + 1 € + 1 € + 50 c + 50 c). Recortar pelas linhas tracejadas.



Moedas fictícias, só para o jogo.



P5 O que aprendi?

Atividade principal

Sala

15–20 min

Objetivo

Consolidar a aprendizagem e transformá-la num compromisso pessoal.

Materiais

Ficha P5 (moeda do sonho e post-it), lápis de cor, cola.

Como fazer

1. Recordar em conjunto as atividades realizadas: «Lembram-se dos 3 mealheiros?»
2. Cada criança desenha o seu sonho e o primeiro passo na moeda.
3. Colar as moedas no Mural «Os meus sonhos».

Para conversar

«Qual foi a atividade de que mais gostaram?» · «O que vão fazer de diferente?»



Porquê assim? Recordar ativamente o que se aprendeu, sem consultar, consolida a memória mais do que reler (Roediger & Karpicke, 2006). Escrever o primeiro passo concreto para um objetivo transforma uma intenção num plano (Gollwitzer & Sheeran, 2006).

✂ Material para implementar – nas páginas seguintes

Moeda do sonho e post-it

p. 19



O que aprendi?

Para o Mural «Os meus sonhos»

- ☆ Recorta a moeda, escreve (ou desenha) o teu sonho e o **primeiro passo** para lá chegar — e cola-a no Mural «Os meus sonhos». No fundo, completa o post-it e cola-o também.

O meu sonho:

O primeiro passo:

O meu sonho:

O primeiro passo:

Uma coisa que vou fazer diferente:

Uma coisa que vou fazer diferente:



P6

Hora do conto: «A Rosa e o Tilim»

Atividade extra

Sala

20–30 min

Objetivo

Compreender, através de uma história, que esperar e poupar permite chegar a um sonho.

Materiais

PDF «A Rosa e o Tilim» (projetar ou imprimir); opcional: um frasco de vidro e moedas de cartão.

Como fazer

1. Antes de ler, mostrar a capa: «O que será o Tilim?»
2. Ler em voz alta, fazendo «tilim!» com a turma sempre que uma moeda entra no frasco.
3. Conversar com as perguntas da última página.
4. No 1.º ciclo, resolver as «Contas da Rosa».

Variação

No pré-escolar, recontar a história com fantoches ou dramatizá-la.

✂ Material para implementar – nas páginas seguintes

História «A Rosa e o Tilim» (páginas horizontais)

pp. 21–29

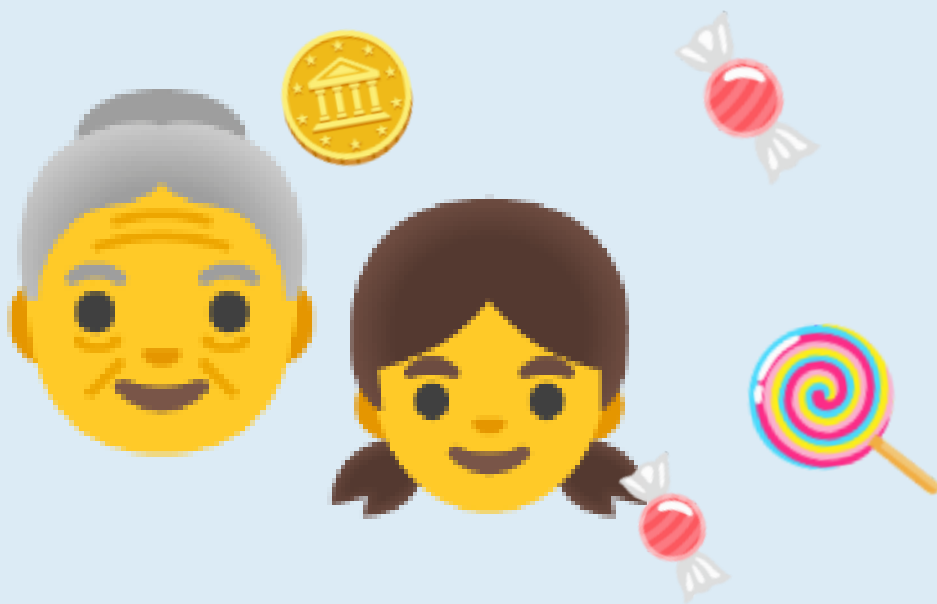


A Rosa e o Tilim

UMA HISTÓRIA SOBRE ESPERAR, POUPAR E SONHAR

Texto de Maria João André, Psicóloga do SPO

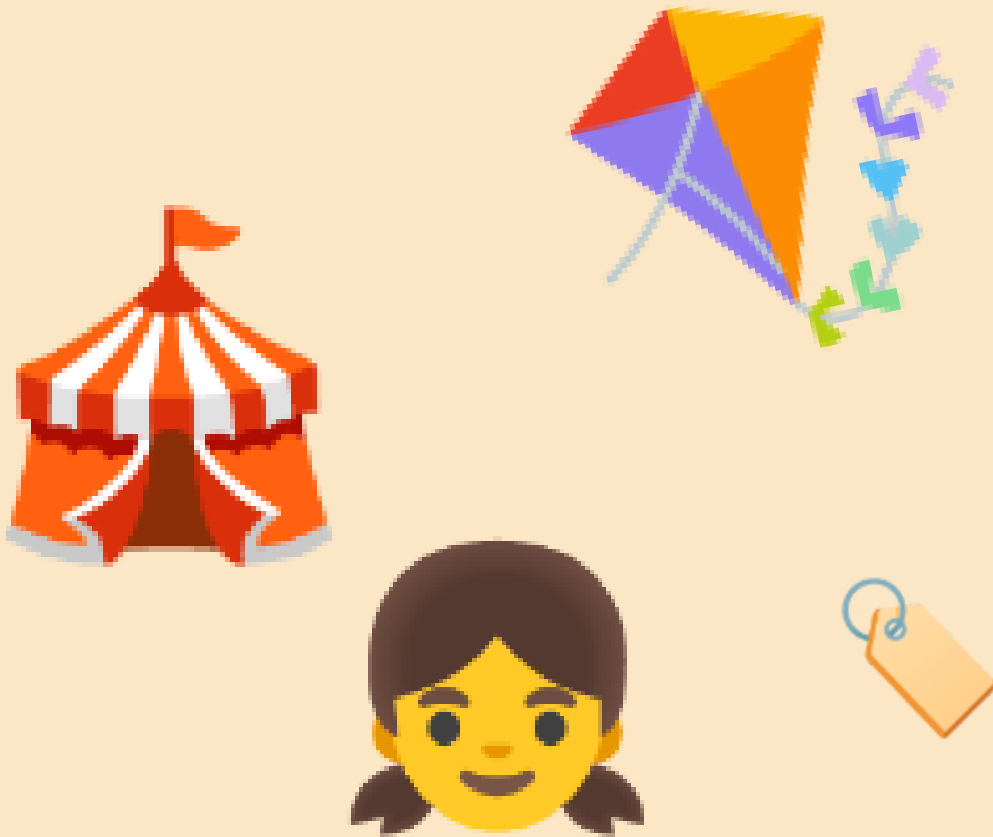
Para ler em voz alta · pré-escolar e 1.º ciclo · cerca de 5 minutos



Todas as sextas-feiras, a avó Lurdes dava uma moeda de 1 euro à Rosa.

A Rosa sorria, corria até à mercearia e – num instante – a moeda transformava-se em gomas.

Ao domingo, já não havia gomas... nem moeda.

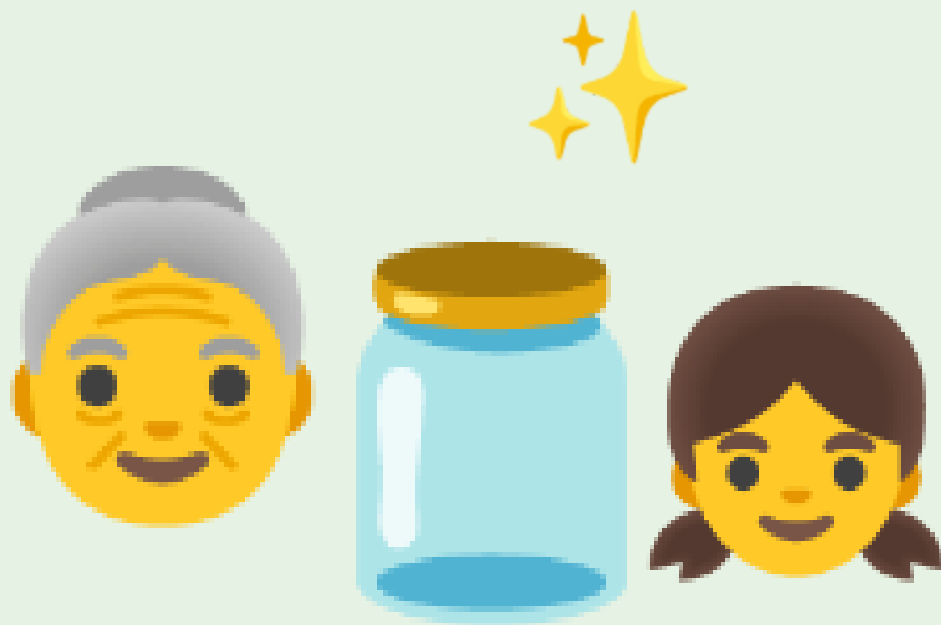


Um dia, na feira de São Martinho, a Rosa viu um papagaio de papel colorido, com uma cauda comprida cheia de laços.

— Quanto custa? — perguntou.

— Seis euros — disse o senhor da banca.

A Rosa abriu a mão. Estava vazia.



Em casa, a avó deu-lhe um frasco de vidro com uma ranhura na tampa.

— Chama-se Tilim — disse a avó. — Cada moeda que lá entra faz «tilim»... e fica à espera de um sonho.

A Rosa desenhou o papagaio colorido e colou o desenho no Tilim.



Na sexta-feira seguinte, a Rosa ficou parada com a moeda na mão: gomas ou Tilim?

Lembrou-se da pergunta mágica da avó: «Preciso disto, ou só gostava?»

– As gomas... só gostava – disse baixinho. E a moeda fez **tilim!**



Às vezes custava esperar. Em algumas semanas, a Rosa guardava a moeda inteira; noutras, guardava só metade e comprava umas gomas pequeninas.

Mas o Tilim ia ficando cada vez mais pesado: tilim, tilim, tilim...



Ao fim de oito semanas, a Rosa e o irmão, o Tomás, despejaram o Tilim em cima da mesa e contaram as moedas, uma a uma.

– Seis euros! – gritou o Tomás.

– Seis euros! – repetiu a Rosa, com os olhos a brilhar.



No sábado, o papagaio colorido subiu bem alto no monte, com os laços a dançar ao vento.

A Rosa emprestou-o ao Tomás, que também tinha ajudado a contar.

— Sabes, Tomás? — disse ela. — Esperar também é uma maneira de ganhar.

Para conversar depois da leitura

1. O que fazia a Rosa com a moeda, no início da história? E o que lhe acontecia ao domingo?
2. Porque é que a Rosa não conseguiu comprar o papagaio na feira?
3. O que é o Tilim? Porque é que se chama assim?
4. Qual era a «pergunta mágica» da avó? As gomas eram uma coisa de que a Rosa precisava, ou que só gostava?
5. Foi fácil para a Rosa esperar? O que a ajudou? (o desenho colado no frasco!)
6. Como achas que a Rosa se sentiu quando contou as moedas?
7. O que quer dizer «esperar também é uma maneira de ganhar»?
8. E tu? Para que sonho gostavas de poupar?

Para fazer a seguir

O meu Tilim (todos). Cada criança desenha o seu frasco-mealheiro e, lá dentro, o sonho para o qual quer poupar. Pode usar-se a ficha P2 «Os 3 mealheiros».

Dramatizar (pré-escolar). Em grupo, recontar a história com um frasco verdadeiro e moedas de cartão: cada vez que uma moeda entra, todos dizem «tilim!».

Contas da Rosa (1.º ciclo). Em 8 semanas, a Rosa juntou 6 €. Em algumas semanas guardou 1 € e noutras só 50 cêntimos. Em quantas semanas guardou a moeda inteira? *(Solução: 4 semanas com 1 € e 4 com 50 cêntimos — $4 € + 2 € = 6 €$.)*

Porquê esta história? Os hábitos face ao dinheiro começam a formar-se por volta dos 7 anos (Whitebread & Bingham, 2013). Ter uma meta visível — o desenho no frasco — e uma pergunta simples para usar no momento da escolha ajuda as crianças a esperar pela recompensa (Mischel et al., 1989).

Temas: pensar antes de gastar e estratégias de poupança. Texto original de Maria João André, Psicóloga do SPO, para uso livre nas escolas do Agrupamento.



P7 Constrói o teu mealheiro

Atividade extra

Sala ou casa

40 min

Objetivo

Reutilizar materiais e criar um objeto que torna a poupança visível.

Materiais

Rolos de cartão, frascos ou caixas usados, papel colorido, cola, tesoura.

Como fazer

1. Ver o vídeo do Zig Zag «Como fazer um porquinho mealheiro».
2. Cada criança constrói o seu mealheiro com material reutilizado.
3. Colar no mealheiro um desenho do sonho para o qual vai poupar.

Variação

Fazer um mealheiro de turma para um objetivo comum (por exemplo, um livro para a sala).



Vídeo: Como fazer um porquinho mealheiro — Zig Zag, «Mãos à obra» (RTP)
<https://ensina.rtp.pt/artigo/como-fazer-um-porquinho-mealheiro/>

✂ Material para implementar – nas páginas seguintes

Rótulos do mealheiro

p. 31



Constrói o teu mealheiro

Rótulos para recortar e enrolar no mealheiro

🗨 Constrói o teu mealheiro com material usado. No rótulo, **desenha o sonho** para o qual vais poupar — como a Rosa fez com o Tilim!

1. Arranjar um rolo de cartão (ou um frasco/caixa com tampa).
2. Tapar as duas pontas do rolo com círculos de cartão colados.
3. Um adulto faz a ranhura para as moedas.
4. Recortar o rótulo, desenhar o sonho e enrolá-lo à volta do rolo.



O meu mealheiro

Estou a poupar para:

Nome: _____



O meu mealheiro

Estou a poupar para:

Nome: _____



P8

Antes do dinheiro: a feira das trocas

Atividade extra

Sala

30 min

Objetivo

Perceber para que serve o dinheiro, a partir da troca direta.

Materiais

Objetos pequenos (lápiz, autocolantes, cromos, fruta de brincar) — 2 ou 3 por criança.

Como fazer

1. Cada criança tenta trocar os seus objetos pelo que quer, sem dinheiro.
2. Conversar: foi fácil? E se ninguém quisesse o que tinhas para trocar?
3. Ver o episódio «O que é o dinheiro?» e descobrir porque se inventaram as moedas.

Variação

No 1.º ciclo, ligar à história do sal e da palavra «salário».



Vídeo: O que é o dinheiro? — Pulga atrás da Orelha (RTP), 2022
<https://ensina.rtp.pt/artigo/o-que-e-o-dinheiro/>

✂ Material para implementar — nas páginas seguintes

Cartões de objetos para trocar

p. 33



A feira das trocas

Cartões de objetos para trocar

✂ Se não houver objetos verdadeiros, recorta estes cartões e dá 2 ou 3 a cada criança. Cada uma tenta **trocar** os seus cartões pelo que quer — **sem dinheiro**. Depois conversem: foi fácil? E se ninguém quisesse o que tinhas?



Maça



Lápis



Peluche



Bola



Livro



Lápis de cera



Bolachas



Balão



Sumo



loiô



Tintas



Flor

Depois da feira

Conseguí trocar por: _____ Foi fácil? 😊 😐 😞



P9 Detetives das moedas

Atividade extra

Sala

20–30 min

Objetivo

Conhecer as moedas de euro e começar a fazer contas simples.

Materiais

Moedas reais ou de cartão (1, 2, 5, 10, 20 e 50 cêntimos; 1 e 2 euros), lupas, papel e lápis de cera.

Como fazer

1. Observar as moedas à lupa: cores, tamanhos, desenhos dos dois lados.
2. Fazer decalques das moedas com lápis de cera por baixo do papel.
3. Ordenar as moedas do menor para o maior valor.
4. 1.º ciclo: formar 1 euro de várias maneiras diferentes.

Variação

Pré-escolar: jogo da memória com pares de moedas desenhadas.

✂ Material para implementar – nas páginas seguintes

Ficha «Detetives das moedas»

p. 35



Detetives das moedas

Conhecer as moedas de euro

Nome: _____

Turma: _____



Observa moedas verdadeiras com a lupa. Põe uma moeda debaixo da folha e **passa o lápis de cera por cima** para a decalcar no quadrado.



1 cêntimos



2 cêntimos



5 cêntimos



10 cêntimos



20 cêntimos



50 cêntimos

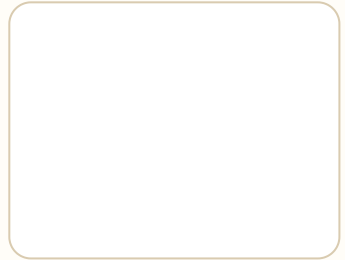
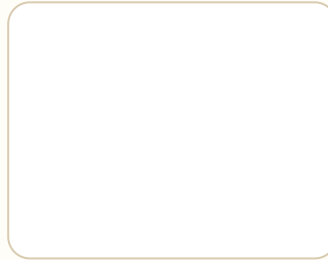
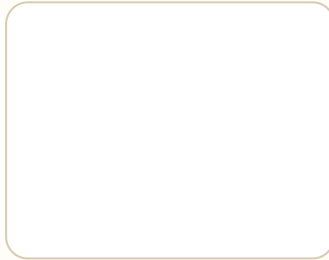
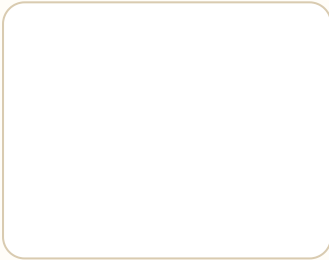


1 euro



2 euros

1. Os meus decalques



2. Pinta as moedas do valor mais pequeno para o maior: 1.º amarelo, 2.º verde, 3.º azul...

3. (1.º ciclo) Forma 1 euro de 3 maneiras diferentes

Maneira

Maneira

Maneira

Exemplos de solução: 50 c + 50 c · 20 c + 20 c + 50 c + 10 c · 5 × 20 c.



P10

O jogo do «esperar um bocadinho»

Atividade extra

Sala

5 min por dia

Objetivo

Treinar, de forma lúdica, a capacidade de adiar uma recompensa.

Materiais

Autocolantes ou carimbos.

Como fazer

1. De manhã, cada criança escolhe: 1 autocolante já ou 2 autocolantes no fim do dia.
2. Quem escolhe esperar guarda um «vale» num envelope com o seu nome.
3. No fim do dia, conversar: «O que te ajudou a esperar?»

Variação

Ensinar truques para esperar: cantar, desenhar, pensar noutra coisa — os mesmos que a Rosa usou.

✂ Material para implementar – nas páginas seguintes

Vales «Esperei!» e quadro da semana

p. 37



Esperar um bocadinho

Vales «Esperei!» e quadro da semana

- 🕒 De manhã, cada criança escolhe: **1 autocolante já** ou **2 no fim do dia**. Quem espera recebe um vale «Esperei!» e guarda-o num envelope. No fim do dia, troca-o pelos 2 autocolantes e conversa-se: «**O que te ajudou a esperar?**»

 Esperei! Vale 2 autocolantes no fim do dia Nome: _____	 Esperei! Vale 2 autocolantes no fim do dia Nome: _____	 Esperei! Vale 2 autocolantes no fim do dia Nome: _____
 Esperei! Vale 2 autocolantes no fim do dia Nome: _____	 Esperei! Vale 2 autocolantes no fim do dia Nome: _____	 Esperei! Vale 2 autocolantes no fim do dia Nome: _____
 Esperei! Vale 2 autocolantes no fim do dia Nome: _____	 Esperei! Vale 2 autocolantes no fim do dia Nome: _____	 Esperei! Vale 2 autocolantes no fim do dia Nome: _____
 Esperei! Vale 2 autocolantes no fim do dia Nome: _____	 Esperei! Vale 2 autocolantes no fim do dia Nome: _____	 Esperei! Vale 2 autocolantes no fim do dia Nome: _____

Quadro da semana (opcional): marca ✓ quando a criança escolheu esperar

Nome	2.ª	3.ª	4.ª	5.ª	6.ª

Esperar nunca é obrigatório: elogiar a tentativa e as estratégias usadas (cantar, desenhar, pensar noutra coisa), nunca comparar crianças.



P11 Lengalenga do mealheiro

Atividade extra

Sala ou intervalo

10 min

Objetivo

Memorizar, com ritmo e gestos, a ideia de guardar uma parte para mais tarde.

Materiais

Texto da lengalenga (abaixo).

Como fazer

1. Ensinar a lengalenga com gestos: moeda na mão, moeda no frasco, braços no ar.
2. «Uma moeda na mão, / não a gasto de supetão. / Penso bem, penso agora: / preciso ou vou-me embora? / Tilim, tilim, faz o meu frasco, / um dia o sonho já não é atraso!»
3. Dizer a lengalenga antes das atividades da semana.

Variação

No 1.º ciclo, inventar uma quadra nova para a turma.

✂ Material para implementar – nas páginas seguintes

Cartaz da lengalenga

p. 39



Lengalenga do mealheiro

Cartaz para a sala



Uma moeda na mão,

(mão aberta)

não a gasto de supetão.

(abandar a cabeça)

Penso bem, penso agora:

(dedo na testa)

preciso – ou vou-me embora?

(encolher os ombros)

Tilim, tilim, faz o meu frasco,

(moeda a cair no frasco)

um dia o sonho já não é atraso!

(braços no ar)

Cartaz para afixar na sala. Dizer a lengalenga com gestos no início das atividades da semana. Texto original de Maria João André, Psicóloga do SPO.

1.º ciclo: inventem uma nova quadra para a turma



P12 O supermercado da sala

Atividade extra

Sala

40–60 min

Objetivo

Fazer escolhas com um orçamento limitado e praticar trocos.

Materiais

Embalagens vazias (pedir às famílias), etiquetas de preço, moedas de papel (ficha P4), um cesto.

Como fazer

1. Montar a loja com preços redondos (50 cêntimos, 1 €, 2 €).
2. Cada «cliente» recebe uma lista de compras e 5 €.
3. Os «caixas» confirmam o total e dão o troco.
4. Trocar de papéis.

Variação

Pré-escolar: comprar só com moedas de 1 €. 1.º ciclo: incluir cêntimos e uma «promoção».

Material para implementar – nas páginas seguintes

Cartaz e listas de compras

p. 41

Etiquetas de preço

p. 42



O supermercado da sala

Cartaz e listas de compras

Montem a loja com embalagens vazias. Cada «cliente» recebe 5 € em moedas de papel (ficha P4) e uma lista. Os «caixas» somam e dão o troco. Depois trocam de papéis.



Supermercado da sala

Aberto às compras da turma

Lista de compras 1

Leite

Pão

Maçã

Tenho 5 €. Gastei: _____ Troco: _____

Lista de compras 2

Cereais

Leite

Bananas

Tenho 5 €. Gastei: _____ Troco: _____

Lista de compras 3

Arroz

Ovos

Pão

Tenho 5 €. Gastei: _____ Troco: _____

Lista de compras 4

Queijo

Sumo

Iogurte

Maçã

Tenho 5 €. Gastei: _____ Troco: _____

Soluções (total de cada lista): Lista 1: 2,00 € · Lista 2: 4,00 € · Lista 3: 4,50 € · Lista 4: 4,00 €.



Etiquetas de preço

Recortar e colar nas embalagens



Leite

1 €



Pão

50 c



Maçã

50 c



logurte

50 c



Bolachas

1 €



Sumo

1 €



Arroz

2 €



Cereais

2 €



Queijo

2 €



Bananas

1 €



Ovos

2 €



Sabonete

1 €



P13

Patrulha anti-desperdício

Atividade extra

Escola

30 min + uma semana

Objetivo

Descobrir que poupar também é não desperdiçar água, luz e papel.

Materiais

Folha de registo simples com desenhos (luz, torneira, papel, comida).

Como fazer

1. Percorrer a escola em pequenos grupos e assinalar desperdícios (luzes acesas, torneiras a pingar, papel só usado de um lado).
2. Escolher 2 regras da turma (por exemplo, «Último a sair apaga a luz»).
3. Durante a semana, um «patrulheiro» diferente lembra as regras.

Variação

1.º ciclo: ver «O bê-á-bá da tua poupança» e comparar dicas.



Vídeo: O bê-á-bá da tua poupança — Radar XS (RTP), 2020
<https://ensina.rtp.pt/artigo/o-be-a-ba-da-tua-poupanca-podemos-cortar/>

✂ Material para implementar – nas páginas seguintes

Registo e crachás da patrulha

p. 44



Patrulha anti-desperdício

Registo da semana e crachás

 Percorram a escola em pequenos grupos. Cada vez que encontrarem um desperdício, façam um risco no dia certo. No fim da semana, comparem: diminuiu?

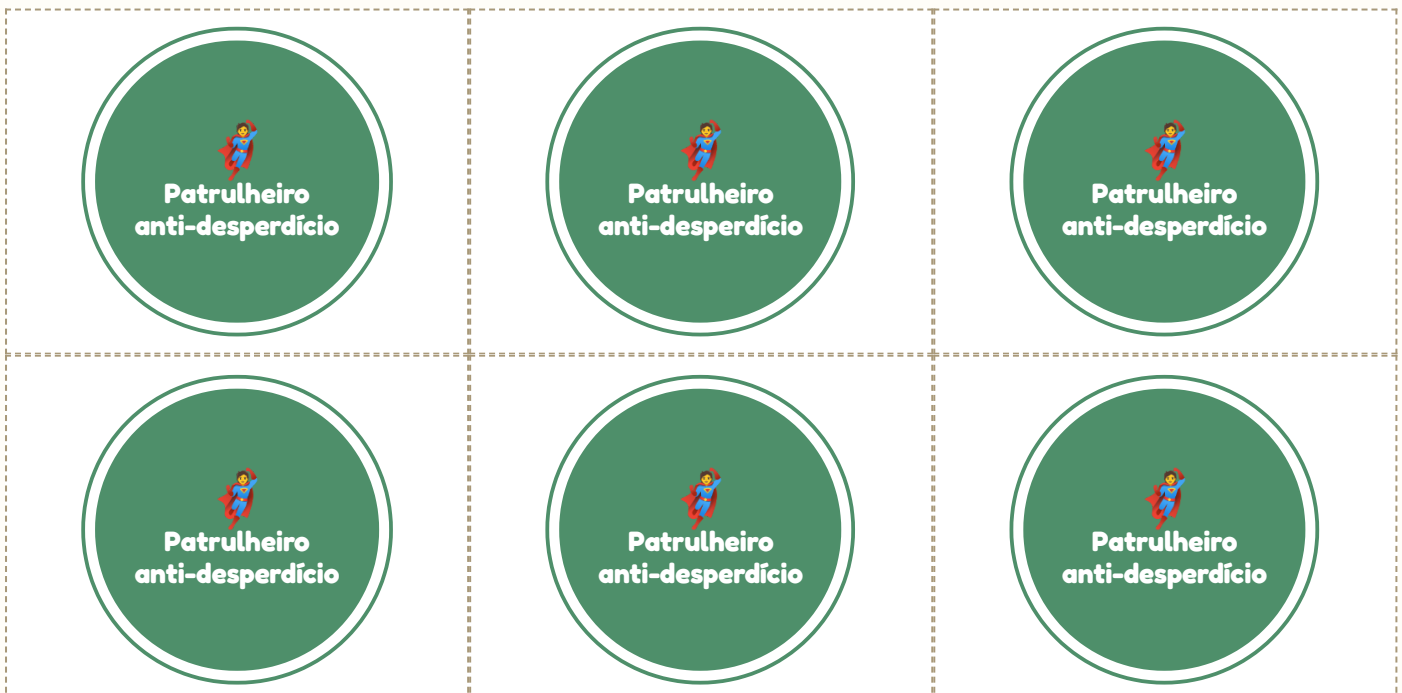
O que encontrámos	2.ª	3.ª	4.ª	5.ª	6.ª
 Luzes acesas sem ninguém					
 Torneira a pingar ou aberta					
 Papel usado só de um lado					
 Comida deitada fora					
 Aparelhos ligados sem uso					

As 2 regras da nossa turma

1.

2.

Crachás para o «patrulheiro» do dia





P14 Need or want? (Inglês)

Inglês · 3.º e 4.º anos

Sala de Inglês

30–45 min

Objetivo

Usar vocabulário de comida e objetos pessoais, os números até 100 e expressões simples de compra para distinguir «I need» de «I want».

Materiais

Cartões ilustrados com palavras em inglês e preços, rótulos I NEED / I WANT, tira de diálogo e moedas de papel (ficha P4).

Como fazer

1. Apresentar o vocabulário com os cartões: «It's an apple.», «It's a teddy bear.»
2. Em grupo, colocar cada cartão em I NEED ou I WANT e justificar com «I need... / I want...».
3. Role-play da loja em pares, com o diálogo: «Can I have..., please?» — «How much is it?» — «It's two euros.» — «Here you are.» — «Thank you!»
4. Completar a ficha: escrever os preços por extenso (two euros, fifty cents).

Variação

3.º ano: só os rótulos e os números até 20. 4.º ano: comprar com um limite de 5 euros e dizer «I can't buy it, it's too expensive.»

✂ Material para implementar – nas páginas seguintes

Cartões e rótulos I NEED / I WANT

p. 46

Diálogo e ficha «At the shop»

p. 47



Need or want?

Inglês · 3.º e 4.º anos – cartões e rótulos

✂ Recorta os cartões. Diz o nome em inglês e coloca-o em **I NEED** ou **I WANT**. Depois, faz compras com um colega!



an apple

50 cents



milk

1 euro



bread

50 cents



a coat

20 euros



trainers

30 euros



water

50 cents



a teddy bear

10 euros



a lollipop

1 euro



a video game

40 euros



a notebook

2 euros



an ice cream

2 euros



a balloon

1 euro

I NEED

I WANT



At the shop

Inglês · 3.º e 4.º anos – diálogo e ficha

Nome: _____

Turma: _____

1. At the shop – read and act with a friend



Can I have an apple, please?



Yes, here you are.



How much is it?



It's fifty cents.



Here you are. Thank you!



Thank you. Goodbye!

2. Write the prices in words

Price	In words
1 €	one euro
2 €	
10 €	
20 €	
50 cents	
30 €	

3. Complete: I need... / I want...

I need _____ .

I want _____ .

Vocabulário e números até 100 (Aprendizagens Essenciais de Inglês do 1.º ciclo). Os preços são fictícios.



Vídeos e recursos

Vídeos curtos em português de Portugal do **RTP Ensina**, gratuitos, para abrir ou começar uma conversa. Apontar a câmara do telemóvel ao QR para abrir.



Como fazer um porquinho mealheiro

Zig Zag, «Mãos à obra» (RTP) · Pré-escolar e 1.º ciclo

<https://ensina.rtp.pt/artigo/como-fazer-um-porquinho-mealheiro/>



O mealheiro ajuda a poupar dinheiro?

Radar XS (RTP), 2024 · 1.º e 2.º ciclos

<https://ensina.rtp.pt/artigo/o-mealheiro-ajuda-a-poupar-dinheiro/>



O bê-á-bá da tua poupança

Radar XS (RTP), 2020 · 1.º e 2.º ciclos

<https://ensina.rtp.pt/artigo/o-be-a-ba-da-tua-poupanca-podemos-cortar/>



Descomplicar o Dinheiro

Descomplica, Zig Zag (RTP), 2025 · 1.º e 2.º ciclos

<https://ensina.rtp.pt/artigo/descomplicar-o-dinheiro/>



O que é o dinheiro?

Pulga atrás da Orelha (RTP), 2022 · 1.º e 2.º ciclos

<https://ensina.rtp.pt/artigo/o-que-e-o-dinheiro/>

Planos de aula prontos – Todos Contam



Poupança e investimento – Dia da Poupança (pré-escolar/1.º ciclo)

https://www.todoscontam.pt/sites/default/files/biblioteca/planoaula_1ciclo_pouparinvestir.pdf



Fazer contas para evitar despesas tontas (1.º ciclo)

https://www.todoscontam.pt/sites/default/files/biblioteca/plano_de_aula_todos_contam_-_orcamento_familiar_-_1_ciclo_0.pdf



Preços a aumentar? Vamos lá conversar (1.º ciclo)

https://www.todoscontam.pt/sites/default/files/biblioteca/plano_de_aula_todos_contam_-_inflacao_-_1_ciclo.pdf

Antes de usar: veja o vídeo antes da aula e escolha só o excerto necessário (3–5 minutos chegam). Depois do vídeo, peça aos alunos que digam, por palavras suas, uma ideia que aprenderam: explicar ajuda a consolidar. Links verificados em 28 de outubro de 2026.

2.º e 3.º ciclos

15 ATIVIDADES: 5 PRINCIPAIS, 8 EXTRA E ATIVIDADES DE INGLÊS E FRANCÊS

B1	Essencial ou dispensável?	Atividade principal	p. 50
B2	A minha meta SMART	Atividade principal	p. 52
B3	Calculadora do desperdício	Atividade principal	p. 54
B4	Missão: festa de turma	Atividade principal	p. 56
B5	O que aprendi?	Atividade principal	p. 58
B6	Diário de gastos de 3 dias	Atividade extra	p. 60
B7	Detetive do preço por quilo	Atividade extra	p. 62
B8	Escape room: o cofre do Money Maker	Atividade extra	p. 64
B9	Mini-empresa da turma	Atividade extra	p. 67
B10	Debate dos 4 cantos: mesada	Atividade extra	p. 69
B11	Inflação no lanche	Atividade extra	p. 72
B12	Caça ao #pub	Atividade extra	p. 74
B13	Quanto custa deixar a luz acesa?	Atividade extra	p. 76
B14	Is it a good deal? (Inglês)	Inglês · 2.º e 3.º ciclos	p. 78
B15	Au marché avec 10 euros (Francês)	Francês · 3.º ciclo	p. 80
—	Vídeos e recursos		p. 82



B1 Essencial ou dispensável?

Atividade principal

Sala

15–20 min

Objetivo

Distinguir necessidades de desejos e treinar a «pausa antes de comprar».

Materiais

Ficha B1 (um conjunto de cartões por par), tesoura.

Como fazer

1. Em pares, ordenar os 12 cartões de «essencial» (1) a «dispensável» (12).
2. Justificar as 3 primeiras e as 3 últimas posições.
3. Comparar com outro par: onde discordam e porquê? Nem tudo é preto ou branco — depende do contexto.
4. Apresentar a **regra das 24 horas**.

Para conversar

«O hambúrguer com os amigos é só um desejo, ou também tem valor (estar com os amigos)?» · «Que compras fizeste por impulso?»

Fecho

Cada aluno escreve uma compra recente e se teria passado o teste das 24 horas.



Porquê assim? A capacidade de adiar a gratificação na infância está associada a melhor autorregulação mais tarde (Mischel et al., 1989), e o autocontrolo na infância prevê melhor saúde financeira na idade adulta (Moffitt et al., 2011). Uma regra simples e concreta, como «espera 24 horas», dá aos alunos uma forma prática de treinar essa pausa.

✂ Material para implementar – nas páginas seguintes

Cartões e ficha «Essencial ou dispensável?»

p. 51



Essencial ou dispensável?

Pensa antes de gastar

Nome: _____

Turma: _____

✂ Em pares, recortem os 12 cartões e **ordenem-nos de «essencial» (1) a «dispensável» (12)**. Justifiquem as 3 primeiras e as 3 últimas posições. Depois comparem com outro par: onde discordam, e porquê?

 Telemóvel novo (o teu funciona bem)	 Lanche para a escola	 Bilhete de cinema
 Passe do autocarro	 T-shirt da tua banda preferida	 Livro para um trabalho
 Skin num jogo online	 Escova de dentes	 Casaco de inverno
 Auscultadores novos	 Bola de futebol	 Hambúrguer com os amigos

A nossa ordem (escrevam o nome ou desenhem o símbolo de cada cartão)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----

Porque é que o 1.º é essencial e o 12.º é dispensável?

 **Regra das 24 horas:** antes de uma compra que não estava planeada, espera um dia. Se amanhã ainda fizer sentido, então decide.

Uma compra que fiz e que teria (ou não) passado o teste das 24 horas:



B2 A minha meta SMART

Atividade principal

Sala

15–20 min

Objetivo

Conhecer uma estratégia concreta de poupança e definir uma meta.

Materiais

Ficha B2, calculadora (opcional).

Como fazer

1. Explicar SMART com o exemplo: «Quero juntar 60 € para uns ténis até ao fim de junho.»
2. Cada aluno preenche a sua meta na tabela SMART.
3. Calcular quanto tem de poupar por semana (valor ÷ número de semanas).
4. Identificar de onde pode vir o dinheiro e um obstáculo provável; escrever o plano «Se... então...».

Para conversar

«A tua meta é mesmo alcançável? O que acontece se não for?» · «Qual é o maior obstáculo à poupança?»



Porquê assim? Definir metas concretas e planos «se... então...» (intenções de implementação) aumenta a probabilidade de os cumprir, com um efeito médio-elevado ($d = 0,65$; Gollwitzer & Sheeran, 2006). Decidir poupar *antes* de gastar — e não poupar o que sobra — aumenta a poupança efetiva (Thaler & Benartzi, 2004).

✂ Material para implementar – nas páginas seguintes

Ficha «A minha meta SMART»

p. 53



A minha meta SMART

Estratégias de poupança

Nome: _____

Turma: _____

 Transforma um sonho numa **meta SMART**. Exemplo: «Quero juntar 60 € para uns ténis até ao fim de junho.»

S	Específica O que quero exatamente?	
M	Mensurável Quanto custa?	
A	Alcançável Consigo mesmo? Quanto posso poupar por semana?	
R	Relevante Porque é importante para mim?	
T	Temporal Até quando?	

A minha meta numa frase

A conta

€ ÷

semanas =

€ por semana

De onde pode vir este dinheiro?

O meu plano «Se... então...»

Se tiver vontade de gastar em _____,

então vou _____



B3

Calculadora do desperdício

Atividade principal

Sala

15–20 min

Objetivo

Ligar a poupança a reutilizar, reparar e partilhar — e lançar a Troca de Livros.

Materiais

Ficha B3, calculadora.

Como fazer

1. Calcular o custo da água comprada todos os dias vs. garrafa reutilizável. *Solução: $0,50 \text{ €} \times 180 = 90 \text{ €}$ por ano; reutilizável 8 € → poupam-se 82 €.*
2. Calcular o lanche comprado vs. trazido de casa. *Solução: diferença de 1,20 €/dia; 10 € vs. 4 € por semana (6 €); 360 € vs. 144 € por ano letivo (216 €).*
3. Em grupo, inventar mais um exemplo e fazer as contas.
4. Apresentar a Troca de Livros.

Para conversar

«Que pequeno gasto vos surpreendeu mais ao fim de um ano?» · «Poupar também é bom para o ambiente?»



Porquê assim? A educação financeira é mais eficaz quando parte de situações concretas e próximas da vida dos alunos, em vez de conceitos abstratos (Amagir et al., 2018). Fazer as contas a gastos do dia a dia torna visível o efeito acumulado de pequenas decisões.

✂ Material para implementar – nas páginas seguintes

Ficha «Calculadora do desperdício»

p. 55



Calculadora do desperdício

Antes de deitar fora... faz as contas

Nome: _____

Turma: _____



Pequenos gastos repetidos tornam-se grandes no fim do ano. **Faz as contas** (podes usar a calculadora).

1. Água: comprar todos os dias ou reutilizar?

	Garrafa de água comprada	Garrafa reutilizável
Preço	0,50 € por dia	8 € (uma vez)
Dias de aulas num ano	cerca de 180	cerca de 180
Custo no ano letivo		
Quanto se poupa?		

2. Lanche: comprar ou trazer de casa?

	Lanche comprado	Lanche trazido de casa	Diferença
Por dia	2,00 €	0,80 €	
Por semana (5 dias)			
Por ano letivo (180 dias)			

3. Inventem outro exemplo de desperdício na escola ou em casa

O que se desperdiça	Quanto custa por dia/semana	Quanto custa por ano	Como evitar



Troca um livro, ganha uma história! Leva à Biblioteca Escolar um livro em bom estado que já leste e recebe um **Vale 1 Livro**.



B4 Missão: festa de turma

Atividade principal

Sala

15–20 min

Objetivo

Aplicar o que aprenderam num problema realista e cooperativo.

Materiais

Ficha B4 (uma por grupo), calculadora.

Como fazer

1. Grupos de 4: planear uma festa para 25 alunos com 50 €.
2. Regras: todos comem e bebem (pelo menos 2 copos por aluno); não passar dos 50 €; bónus se sobrar.
3. Cada grupo apresenta o plano e o total; a turma compara opções.

Para conversar

«Qual foi a escolha mais difícil?» · «E com 40 €?» *Um plano possível: 9 sumos (10,80 €), copos (2 €), 3 pacotes de pão de leite (5,40 €), 3 fiambres (6,60 €), 3 kg de fruta (4,80 €), 2 bolos (13 €), pipocas (1,90 €) e guardanapos (1 €) = 45,50 € — sobram 4,50 €.*



Porquê assim? A educação financeira tem efeitos positivos no conhecimento e em comportamentos como poupar e fazer orçamentos (Kaiser et al., 2022). As abordagens experienciais — simulações e jogos com decisões reais — são das mais promissoras com crianças e jovens (Amagir et al., 2018).

✂ Material para implementar – nas páginas seguintes

Ficha «Missão: festa de turma»

p. 57



Missão: festa de turma

Desafio financeiro de turma – em grupos

🔑 A turma tem **50 €** para uma festa de 25 alunos. Regras: **todos comem e bebem** (pelo menos 2 copos de bebida por aluno), não se pode passar dos 50 € e... **bónus** se sobrar dinheiro!

Lista de preços

Sumo (garrafa de 1,5 L, dá 6 copos)	1,20 €
Água (garrafa de 1,5 L)	0,35 €
Pão de leite (pacote de 10)	1,80 €
Fiambre (200 g)	2,20 €
Fruta da época (1 kg)	1,60 €
Batatas fritas (pacote de 150 g)	1,50 €
Pipocas (3 pacotes)	1,90 €
Bolo de chocolate (12 fatias)	6,50 €
Gomas (1 kg)	6,00 €
Copos de papel (50 unidades)	2,00 €
Guardanapos (100 unidades)	1,00 €
Balões (20 unidades)	2,50 €

O nosso plano de compras

Produto	Qtd.	Preço	Total
TOTAL			
SOBRA (50 € – total)			

Preços de referência para o exercício (aproximados).

Qual foi a escolha mais difícil? Porquê?

E se o orçamento descesse para 40 €, o que cortavam primeiro?



B5 O que aprendi?

Atividade principal

Sala

15–20 min

Objetivo

Consolidar a aprendizagem e transformá-la num compromisso pessoal.

Materiais

Ficha B5 (moeda do sonho e post-it).

Como fazer

1. Em 2 minutos, cada aluno escreve, sem consultar, 3 coisas que aprendeu sobre dinheiro.
2. Partilha em pares e depois em turma.
3. Preencher a moeda (sonho + primeiro passo) e o post-it «Uma coisa que vou fazer diferente».

Para conversar

«Qual destas ideias é mais difícil de pôr em prática? Porquê?»

 **Porquê assim?** Recordar ativamente o que se aprendeu, sem consultar, consolida a memória mais do que reler (Roediger & Karpicke, 2006). Escrever o primeiro passo concreto para um objetivo transforma uma intenção num plano (Gollwitzer & Sheeran, 2006).

✂ Material para implementar – nas páginas seguintes

Moeda do sonho e post-it

p. 59



O que aprendi?

Para o Mural «Os meus sonhos»

- ☆ Recorta a moeda, escreve (ou desenha) o teu sonho e o **primeiro passo** para lá chegar — e cola-a no Mural «Os meus sonhos». No fundo, completa o post-it e cola-o também.

O meu sonho:

O primeiro passo:

O meu sonho:

O primeiro passo:

Uma coisa que vou fazer diferente:

Uma coisa que vou fazer diferente:



B6 Diário de gastos de 3 dias

Atividade extra

Casa + sala

15 min + 3 dias

Objetivo

Tomar consciência de para onde vai o dinheiro, mesmo em pequenas quantias.

Materiais

Tabela simples (dia · o quê · quanto · necessidade ou desejo?).

Como fazer

1. Durante 3 dias, registar todas as compras feitas (lanches, cromos, apps...). Pode ser um registo inventado, se o aluno preferir.
2. Classificar cada compra em necessidade ou desejo.
3. Em sala, cada um responde por escrito, sem partilhar valores: o que me surpreendeu? O que mudava?

Variação

Fazer um gráfico de barras com o total (fictício) da turma por categoria.

Material para implementar – nas páginas seguintes

Diário de gastos

p. 61



Diário de gastos

3 dias para descobrir para onde vai o dinheiro

Nome: _____

Turma: _____

 Durante 3 dias, regista todas as compras que fizeres (lanches, cromos, apps, carregamentos...). **Podes inventar os valores** se preferires: o objetivo é pensar sobre as escolhas, não mostrar quanto dinheiro tens.

Dia 1

O que comprei	Onde	Quanto (€)	Necessidade ou desejo?

Dia 2

O que comprei	Onde	Quanto (€)	Necessidade ou desejo?

Dia 3

O que comprei	Onde	Quanto (€)	Necessidade ou desejo?

No fim dos 3 dias

Total em necessidades: _____ € Total em desejos: _____ €

O que me surpreendeu? O que mudava?



B7

Detetive do preço por quilo

Atividade extra

Sala

30 min

Objetivo

Comparar preços pelo preço unitário e não pelo preço da embalagem.

Materiais

Folhetos de supermercado ou os exemplos abaixo; calculadora.

Como fazer

1. Exemplo: arroz de 1 kg a 1,29 €, de 500 g a 0,79 € e de 5 kg a 5,99 €.
2. Calcular o preço por quilo de cada um. Solução: 1,29 €; 1,58 €; cerca de 1,20 €.
3. Discutir: a embalagem maior compensa sempre? (Só se a comida não se estragar e for mesmo usada.)
4. Em grupos, fazer o mesmo com 3 produtos do folheto.

Variação

Encontrar o «preço por kg» ou «por litro» nas etiquetas reais do supermercado.

✂ Material para implementar – nas páginas seguintes

Ficha «Preço por quilo»

p. 63



Detetive do preço por quilo

Comparar preços a sério

Nome: _____

Turma: _____

 O preço da embalagem engana. Para comparar, calcula o **preço por quilo** (ou por litro): $\text{preço} \div \text{peso em kg}$.
Exemplo: 500 g = 0,5 kg.

1. Qual é o arroz mais barato?

Embalagem	Peso	Preço	Preço por kg
Arroz A	1 kg	1,29 €	
Arroz B	500 g	0,79 €	
Arroz C	5 kg	5,99 €	

O mais barato por quilo é o _____. Compensa sempre comprar a embalagem maior? Porquê?

2. Agora com o folheto do supermercado

Produto	Quantidade	Preço	Preço por kg ou litro

3. Nas etiquetas das lojas, onde aparece o preço por kg ou por litro?



B8

Escape room: o cofre do Money Maker

Atividade extra

Sala

40 min

Objetivo

Aplicar cálculos e conceitos da semana num desafio cooperativo.

Materiais

4 enigmas em envelopes; uma caixa ou cadeado com o código 3620 (opcional).

Como fazer

1. Enigma 1: «Poupas 0,75 € por dia durante 4 dias. Quanto tens?» → 3 €. Primeiro algarismo: 3.
2. Enigma 2: «Um caderno de 4 € tem 25 % de desconto e pagas com uma nota de 5 € e quatro moedas de 1 €. Quanto recibes de troco?» → 6 €. Segundo algarismo: 6.
3. Enigma 3: «Tens 50 €. Gastas 10 % em lanches e metade em transportes. Quantas notas de 10 € te sobram?» → 2. Terceiro algarismo: 2.
4. Enigma 4: «Quantas são verdadeiras? “Uma promoção é sempre poupança.” “Os anúncios aparecem por acaso.” “Pagar com o telemóvel não é dinheiro real.”» → 0. Código: 3620.

Variação

A equipa que abrir o cofre primeiro ganha 3 pontos no ranking da Roleta.

✂ Material para implementar – nas páginas seguintes

Enigmas para recortar

p. 65

Folha da equipa

p. 66



O cofre do Money Maker

Enigmas para recortar – um envelope por enigma



Poupas 0,75 € por dia durante 4 dias. Quantos euros tens?

O 1.º algarismo do código é o resultado.



Um caderno de 4 € tem 25 % de desconto. Pagas com 9 €. Quantos euros recibes de troco?

O 2.º algarismo do código é o troco.



Tens 50 €. Gastas 10 % em lanches e metade em transportes. Quantas notas de 10 € te sobram?

O 3.º algarismo é o número de notas.



Quantas destas frases são verdadeiras? «Uma promoção é sempre poupança.» «Os anúncios nas redes aparecem por acaso.» «Pagar com o telemóvel não é dinheiro real.»

O 4.º algarismo é o número de frases verdadeiras.



Folha da equipa

Escape room – o cofre do Money Maker

🎯 Resolvam os 4 enigmas, escrevam cada algarismo num cadeado e descubram o **código do cofre**. Mostrem as contas!



1.º



2.º



3.º



4.º

As nossas contas

Enigma 1

Enigma 2

Enigma 3

Enigma 4

Equipa: _____ Tempo: _____ min



B9

Mini-empresa da turma

Atividade extra

Sala

2 aulas

Objetivo

Compreender custos, preço de venda e lucro.

Materiais

Folha de planeamento; preços de ingredientes ou materiais.

Como fazer

1. Escolher um produto para vender numa feira da escola (bolachas, marcadores de livros, plantas).
2. Calcular o custo de cada unidade e definir o preço de venda.
3. Prever quantas unidades vendem e calcular o lucro.
4. Decidir, em turma, para que fim vai o lucro (visita de estudo, causa solidária).

Variação

Se a escola permitir, realizar mesmo a venda e comparar o previsto com o real.

Material para implementar – nas páginas seguintes

Plano de negócio

p. 68



Mini-empresa da turma

Plano de negócio

 Planeiem um produto para vender numa feira da escola. **Lucro = receita – custos.** Um bom preço cobre os custos e as pessoas querem pagá-lo.

Nome da empresa: _____ Produto: _____

1. Custos

Ingrediente ou material	Quantidade	Preço (€)

2. As contas

	Valor
Custo total (soma da tabela)	
Quantas unidades conseguimos fazer?	
Custo por unidade (custo total ÷ unidades)	
Preço de venda por unidade	
Quantas unidades achamos que vendemos?	
Receita (unidades vendidas × preço)	
Lucro (receita – custo total)	

3. Para onde vai o lucro? (visita de estudo, causa solidária...)



B10 Debate dos 4 cantos: mesada

Atividade extra

Sala

30 min

Objetivo

Argumentar e ouvir opiniões diferentes sobre gestão de dinheiro.

Materiais

4 cartazes nos cantos da sala: «Concordo totalmente», «Concordo», «Discordo», «Discordo totalmente».

Como fazer

1. Ler uma afirmação. Cada aluno vai para o canto que corresponde à sua opinião.
2. Cada canto apresenta um argumento; quem mudar de opinião pode mudar de canto.
3. Afirmações: «A mesada devia depender das tarefas de casa.» «Com 12 anos já se pode ter um cartão bancário.» «Poupar é para quando se é adulto.»

Variação

Sem expor a realidade de cada família: discute-se o princípio, não quem recebe ou não mesada.

Material para implementar – nas páginas seguintes

Cartazes dos 4 cantos (2 páginas)

pp. 70–71



Concordo totalmente



Concordo



Discordo



Discordo totalmente



B11 Inflação no lanche

Atividade extra

Sala

30 min

Objetivo

Perceber o que é a inflação e como afeta o que o dinheiro consegue comprar.

Materiais

Vídeo «É o quê, a inflação?»; calculadora.

Como fazer

1. Ver o vídeo (Radar XS).
2. No exemplo do vídeo, um lanche passa de 4 € para 6 €. Em que percentagem subiu? Solução: 50 %.
3. Se tiveres 12 € guardados, quantos lanches compravas antes e quantos compras agora? Solução: 3 antes e 2 agora.
4. Concluir: o dinheiro parado pode perder valor.

Variação

Usar o plano de aula «Preços a subir? Vamos lá discutir» (Todos Contam, 2.º ciclo).



Vídeo: **É o quê, a inflação?** — Radar XS (RTP), 2024
<https://ensina.rtp.pt/artigo/e-o-que-a-inflacao/>

✂ Material para implementar – nas páginas seguintes

Ficha «Inflação no lanche»

p. 73



Inflação no lanche

O que acontece ao valor do dinheiro

Nome: _____

Turma: _____

 A **inflação** é a subida geral dos preços. Quando os preços sobem, o mesmo dinheiro compra menos coisas.



Vídeo: É o quê, a inflação? — Radar XS (RTP), 2024
<https://ensina.rtp.pt/artigo/e-o-que-a-inflacao/>

1. O lanche do vídeo passou de 4 € para 6 €. Em que percentagem subiu?

2. Tens 12 € guardados. Quantos lanches compravas antes? E agora?

	Preço do lanche	Lanches com 12 €
Antes	4 €	
Agora	6 €	

3. Um cabaz de compras custa 20 €. Se os preços subirem 5 %, quanto passa a custar?

4. O teu dinheiro rende 2 % ao ano e a inflação é de 3 %. Ficaste com mais ou menos poder de compra? Porquê?

5. Uma coisa que ficou mais cara lá em casa ou na escola:



B12 Caça ao #pub

Atividade extra

Sala ou casa

30 min

Objetivo

Reconhecer publicidade escondida nas redes sociais.

Materiais

Exemplos de publicações (imprimir ou projetar, sem dados pessoais).

Como fazer

1. Explicar que a publicidade paga por marcas tem de estar identificada (#pub, «parceria paga»).
2. Em pares, analisar 5 publicações: é publicidade? Como sabes? Que técnica usa (urgência, prova social...)?
3. Criar uma regra da turma para antes de comprar o que se viu num vídeo.

Variação

Partilhar a regra num story das redes sociais da escola.

Material para implementar – nas páginas seguintes

Ficha «Caça ao #pub»

p. 75



Caça ao #pub

Publicidade escondida nas redes sociais

Nome: _____

Turma: _____



Contas e marcas fictícias. Para cada publicação: é publicidade? Como sabes? Que técnica usa (urgência, escassez, prova social, código de desconto)?

@vida.da.bia

A

[imagem]

Já experimentaram os novos tênis Volt? 🔥 São MESMO os melhores! Link na bio com desconto 🤩 #pub

@ruiplays

B

[imagem]

Hoje fui ao parque com o meu irmão. Que dia incrível! ☀️

@snacko.official

C

[imagem]

O snack que TODA a gente anda a comer. Só esta semana: 2 por 1! ⌚

@maria.cozinha

D

[imagem]

Receita de bolo de cenoura da minha avó 🥕 (parceria paga com Farinhas Sol)

@gamerx

E

[imagem]

Abri 20 caixas-surpresa e saiu a skin mais rara!!! Vocês também conseguem 🙏 Código GAMERX10

Post	É publicidade? (sim/não/talvez)	Como sabes?	Técnica usada
A			
B			
C			
D			
E			

A regra da nossa turma antes de comprar o que vimos num vídeo:

Solução orientadora: A, C, D e E são publicidade (A e D identificadas; E é publicidade com código de desconto e loot boxes; C é a própria marca). B não é.



B13

Quanto custa deixar a luz acesa?

Atividade extra

Sala

30 min

Objetivo

Ligar a poupança de energia à poupança de dinheiro e ao ambiente.

Materiais

Vídeo «Poupar eletricidade todos os dias»; calculadora.

Como fazer

1. Ver o vídeo.
2. Listar 5 aparelhos que ficam ligados ou em espera em casa.
3. Propor 3 hábitos para a família e o que poupam (dinheiro e ambiente).

Variação

3.º ciclo: calcular o consumo a partir da potência (W) e das horas de uso.



Vídeo: Poupar eletricidade todos os dias — RTP Ensina
<https://ensina.rtp.pt/artigo/poupar-eletricidade-todos-os-dias/>

✂ Material para implementar — nas páginas seguintes

Ficha «Energia e dinheiro»

p. 77



Quanto custa deixar a luz acesa?

Energia e dinheiro

Nome: _____

Turma: _____



Consumo (kWh) = **potência (W)** × horas ÷ 1000. Custo = kWh × preço. Usa **0,20 € por kWh** (valor de referência aproximado).



Vídeo: Poupar eletricidade todos os dias — RTP Ensina

<https://ensina.rtp.pt/artigo/poupar-eletricidade-todos-os-dias/>

Aparelho	Potência (W)	Horas por dia	kWh por dia	Custo por dia (€)
Televisão	100	4		
Consola de jogos	150	3		
Lâmpada LED	10	5		
Carregador de telemóvel	5	3		
Forno elétrico	2000	0,5		

Quanto custa por ano (365 dias) o aparelho que mais gasta?

3 hábitos para a minha família poupar energia

Solução: TV 0,4 kWh = 0,08 €; consola 0,45 kWh = 0,09 €; lâmpada 0,05 kWh = 0,01 €; carregador 0,015 kWh = 0,003 €; forno 1 kWh = 0,20 € por dia (73 € por ano).



B14 Is it a good deal? (Inglês)

Inglês · 2.º e 3.º ciclos

Sala de Inglês

45 min

Objetivo

Ler anúncios simples em inglês, identificar técnicas de persuasão e usar vocabulário de compras (sale, discount, deal, free, price).

Materiais

Ficha com 4 anúncios fictícios em inglês, glossário e perguntas de compreensão; tarefa de escrita.

Como fazer

1. Rever o vocabulário do glossário (sale, discount, offer, deal, price, free, only, left).
2. Em pares, ler os 4 anúncios e responder às perguntas (True / False e escolha múltipla).
3. Identificar a técnica de cada anúncio: hurry (urgência), only a few left (escassez), everybody has it (prova social), was / now (preço âncora).
4. Escrever um anúncio honesto para um objeto que já não usam (2.º ciclo: 3 frases; 3.º ciclo: 5–6 frases).

Variação

3.º ciclo: debate rápido «Should influencers always say #ad?» com frases-modelo (I think... / I disagree because...).

✂ Material para implementar – nas páginas seguintes

Ficha «Is it a good deal?»

p. 79



Is it a good deal?

Inglês · 2.º e 3.º ciclos

Nome: _____

Turma: _____

 Fictitious ads. Read them carefully: **is it really a good deal?**

SUPER SALE!

A

Wave headphones: ~~€80~~ now **€49**. Hurry — **ONLY TODAY!**

LAST 3 LEFT!

B

Volt trainers in blue. Buy now before they are gone!

EVERYBODY HAS ONE!

C

2 000 000 teens use the FitNow app. Download it now — it's **FREE***. *€4.99 a month after 7 days

BUY 2, GET 1 FREE

D

Snacko crisps: €1.50 a bag. Take 3 and pay for 2!

Glossary

Word	Meaning (PT)
sale	saldos / promoção
discount	desconto
deal	negócio / oferta
left	restantes
free	grátis
a month	por mês

1. True or False?

Ad A: the headphones cost €80 today.	T F
Ad B: there are lots of trainers left.	T F
Ad C: the app is free forever.	T F
Ad D: three bags cost €3.00.	T F

2. Match the ad and the trick

hurry ____ only a few left ____
everybody has it ____ was / now ____

3. Write an honest ad for something you don't use any more

Solutions: 1. F, F, F, T. 2. Hurry — A; only a few left — B; everybody has it — C; was / now — A (D: "get 1 free" = multibuy offer).



B15

Au marché avec 10 euros (Francês)

Francês · 3.º ciclo

Sala de Francês

45 min

Objetivo

Usar os números, os preços e expressões de compra em francês para fazer uma lista de compras dentro de um orçamento.

Materiais

Catálogo do «Marché du quartier» com preços em francês, lista de compras para preencher e diálogo-modelo.

Como fazer

1. Ler os preços do catálogo em voz alta («un euro vingt», «deux euros cinquante»).
2. Em grupos, planear um pequeno-almoço para 4 pessoas com 10 € e preencher a lista com os totais.
3. Role-play no mercado: «Bonjour ! Je voudrais... — Ça coûte combien ? — C'est ... euros. — Voilà ! — Merci, au revoir !»
4. Cada grupo apresenta a lista e diz se ficou «dans le budget» ou «hors budget».

Variação

7.º ano: dar a lista já começada. 9.º ano: justificar as escolhas («J'ai choisi... parce que...») e comparar com outro grupo.

✂ Material para implementar – nas páginas seguintes

Ficha «Au marché avec 10 euros»

p. 81



Au marché avec 10 euros

Francês · 3.º ciclo

Nome: _____

Turma: _____

Vous avez **10 €** pour préparer le petit-déjeuner de 4 personnes. Choisissez dans le catalogue et restez **dans le budget** !

Le catalogue du Marché du quartier

une baguette	0,90 €
un litre de lait	1,10 €
six œufs	1,80 €
un pot de confiture	2,40 €
un kilo de pommes	1,60 €
un paquet de céréales	2,90 €
un jus d'orange (1 l)	1,70 €
un fromage	3,20 €
des croissants (x4)	2,80 €
un yaourt (x4)	1,50 €

Notre liste de courses

Produit	Quantité	Prix
TOTAL		

Il reste _____ €. ☐ dans le budget ☐ hors budget

Au marché – jouez la scène

- Bonjour ! Je voudrais une baguette, s'il vous plaît.
- Voilà. Et avec ça ?
- Un kilo de pommes. Ça coûte combien ?
- Deux euros cinquante en tout.
- Voilà. Merci, au revoir !
- Merci, bonne journée !

Écrivez les prix en lettres

0,90 € : _____ 2,40 € : _____

3,20 € : _____ 1,70 € : _____

Solutions : quatre-vingt-dix centimes · deux euros quarante · trois euros vingt · un euro soixante-dix. Prix fictifs. Dans le dialogue : 0,90 € + 1,60 € = 2,50 €.



Vídeos e recursos

Vídeos curtos em português de Portugal do **RTP Ensina**, gratuitos, para abrir ou começar uma conversa. Apontar a câmara do telemóvel ao QR para abrir.



O mealheiro ajuda a poupar dinheiro?

Radar XS (RTP), 2024 · 1.º e 2.º ciclos
<https://ensina.rtp.pt/artigo/o-mealheiro-ajuda-a-poupar-dinheiro/>



É o quê, a inflação?

Radar XS (RTP), 2024 · 1.º e 2.º ciclos
<https://ensina.rtp.pt/artigo/e-o-que-a-inflacao/>



As criptomoedas são mesmo moedas?

RTP Ensina · 1.º e 2.º ciclos
<https://ensina.rtp.pt/artigo/as-criptomoedas-sao-mesmo-moedas/>



Poupar eletricidade todos os dias

RTP Ensina · 2.º e 3.º ciclos, secundário
<https://ensina.rtp.pt/artigo/poupar-eletricidade-todos-os-dias/>



Como poupar água em casa?

RTP Ensina · 2.º e 3.º ciclos, secundário
<https://ensina.rtp.pt/artigo/como-poupar-agua-em-casa/>



Uma moeda chamada bitcoin?

RTP Ensina · 2.º e 3.º ciclos
<https://ensina.rtp.pt/artigo/uma-moeda-chamada-bitcoin/>



Cuidado com as notas falsas

RTP Ensina · 3.º ciclo e secundário
<https://ensina.rtp.pt/artigo/cuidado-com-as-notas-falsas/>

Planos de aula prontos – Todos Contam



Fazer contas à vida: uma prática sabida (2.º ciclo)

https://www.todoscontam.pt/sites/default/files/biblioteca/plano_de_aula_todos_contam_-_orcamento_familiar_-_2_ciclo_0.pdf



Preços a subir? Vamos lá discutir (2.º ciclo)

https://www.todoscontam.pt/sites/default/files/biblioteca/plano_de_aula_todos_contam_-_inflacao_-_2_ciclo_0.pdf



Todos a contar para o orçamento familiar (3.º ciclo e secundário)

https://www.todoscontam.pt/sites/default/files/biblioteca/plano_de_aula_todos_contam_-_orcamento_familiar_-_3_ciclo_e_secundario_1.pdf

Antes de usar: veja o vídeo antes da aula e escolha só o excerto necessário (3–5 minutos chegam). Depois do vídeo, peça aos alunos que digam, por palavras suas, uma ideia que aprenderam: explicar ajuda a consolidar. Links verificados em 28 de outubro de 2026.



Ensino secundário

15 ATIVIDADES: 5 PRINCIPAIS, 8 EXTRA E ATIVIDADES DE INGLÊS E FRANCÊS

S1	Descodifica o anúncio	Atividade principal	p. 84
S2	Orçamento 50/30/20	Atividade principal	p. 86
S3	Novo, usado ou emprestado?	Atividade principal	p. 88
S4	Primeiro mês sozinho	Atividade principal	p. 90
S5	O que aprendi?	Atividade principal	p. 93
S6	O poder do tempo: juros compostos	Atividade extra	p. 95
S7	Isto é burla? Phishing em SMS e e-mails	Atividade extra	p. 97
S8	Crédito: o preço de comprar já	Atividade extra	p. 99
S9	Quanto custa mesmo ter um carro?	Atividade extra	p. 101
S10	Debate: compra agora, paga depois	Atividade extra	p. 103
S11	Orçamento para a vida universitária	Atividade extra	p. 105
S12	Investir não é apostar	Atividade extra	p. 107
S13	Embaixadores da poupança	Atividade extra	p. 109
S14	Money talks: write a complaint (Inglês)	Inglês · secundário	p. 111
S15	La seconde vie des objets (Francês)	Francês · secundário	p. 114
—	Vídeos e recursos		p. 116



S1 Descodifica o anúncio

Atividade principal

Sala

15–20 min

Objetivo

Distinguir necessidades de desejos e treinar a «pausa antes de comprar».

Materiais

Ficha S1; opcional: anúncios reais trazidos pelos alunos (redes sociais, folhetos).

Como fazer

1. Apresentar as 5 técnicas: urgência, escassez, prova social, ancoragem e preço psicológico.
2. Em pares, identificar as técnicas nos 4 anúncios fictícios. *Solução: A — urgência; B — escassez; C — prova social; D — ancoragem e preço psicológico.*
3. Partilhar um anúncio real visto esta semana.
4. Cada aluno escreve a sua «frase-travão».

Para conversar

«Porque é que estas técnicas resultam, mesmo quando as conhecemos?» · «Que plataformas usam mais estes truques?»



Porquê assim? A capacidade de adiar a gratificação na infância está associada a melhor autorregulação mais tarde (Mischel et al., 1989), e o autocontrolo na infância prevê melhor saúde financeira na idade adulta (Moffitt et al., 2011). Uma regra simples e concreta, como «espera 24 horas», dá aos alunos uma forma prática de treinar essa pausa.

✂ Material para implementar – nas páginas seguintes

Ficha «Descodifica o anúncio»

p. 85



Descodifica o anúncio

Penso antes de gastar

Nome: _____

Turma: _____

 Os anúncios usam truques que **aceleram a decisão** e nos tiram tempo para pensar. Identifica as técnicas em cada anúncio (marcas fictícias). Um anúncio pode usar mais do que uma.

SÓ HOJE! -50 %

Ténis Volt X

A promoção termina à meia-noite 🕒

A

RESTAM APENAS 3!

Auscultadores Wave Pro

Garante já o teu antes que esgotem

B

+20 000 JOVENS JÁ USAM

App FitNow

E tu, de que estás à espera?

C

**ANTES 129,99 €
AGORA 79,99 €**

Casaco Urban

Poupe 50 €!

D

Que técnica(s) encontras em cada anúncio?

Técnica	Como funciona	Anúncio(s)
Urgência	Pressão do tempo: «só hoje», «últimas horas».	
Escassez	Parece valioso porque está a acabar.	
Prova social	Se muitos comprem, deve ser bom.	
Ancoragem	Um preço «antes» alto faz o atual parecer barato.	
Preço psicológico	79,99 € parece muito menos do que 80 €.	

Um anúncio real que vi esta semana (onde, o quê, que técnica):

A minha frase-travão antes de comprar online

Exemplos: «Se ainda o quiser daqui a 24 horas, decido.» · «Preciso disto, ou só o vi agora?»



S2 Orçamento 50/30/20

Atividade principal

Sala

15–20 min

Objetivo

Conhecer uma estratégia concreta de poupança e definir uma meta.

Materiais

Ficha S2.

Como fazer

1. Explicar a regra 50/30/20: 50 % necessidades, 30 % desejos, 20 % poupança.
2. Classificar as 10 despesas (N ou D) e comparar com a meta. *Solução provável: N = 235 € (meta 200 €); D = 160 € (meta 120 €); sobram 5 € (meta 80 €) — é preciso cortar cerca de 75 €.*
3. Discutir o que cortar e porque se «paga primeiro» a poupança.
4. Repetir o raciocínio com 300 €.

Para conversar

«O ginásio é necessidade ou desejo?» (Aceitar justificações — o que conta é o argumento.) · «Porque é tão difícil poupar “o que sobra”?»



Porquê assim? Definir metas concretas e planos «se... então...» (intenções de implementação) aumenta a probabilidade de os cumprir, com um efeito médio-elevado ($d = 0,65$; Gollwitzer & Sheeran, 2006). Decidir poupar *antes* de gastar — e não poupar o que sobra — aumenta a poupança efetiva (Thaler & Benartzi, 2004).

✂ Material para implementar — nas páginas seguintes

Ficha «Orçamento 50/30/20»

p. 87



Orçamento 50/30/20

Estratégias de poupança

Nome: _____

Turma: _____



Vives fora de casa e tens **400 € por mês** para as tuas despesas (o quarto e as contas da casa já estão pagos). Classifica cada despesa como **N** (necessidade) ou **D** (desejo) e compara com a **regra 50/30/20**.

As despesas do mês

Despesa	€/mês	N ou D?
Supermercado	130 €	N / D
Almoços na cantina (20 × 3 €)	60 €	N / D
Transportes	20 €	N / D
Telemóvel	10 €	N / D
Material escolar e fotocópias	15 €	N / D
Jantares e cafés com amigos	50 €	N / D
Subscrições (música e vídeo)	15 €	N / D
Ginásio	25 €	N / D
Roupa	30 €	N / D
Saídas e concertos	40 €	N / D

A regra 50/30/20

	Meta (400 €)	Na lista	Diferença
50 % Necessidades			
30 % Desejos			
20 % Poupança			

Quanto sobra para poupar?

O que cortavas para poupar 80 € por mês?

Porque se diz que a poupança se «paga primeiro», e não com o que sobra?

E se o rendimento descesse para 300 €? O que mudava?



S3 Novo, usado ou emprestado?

Atividade principal

Sala

15–20 min

Objetivo

Ligar a poupança a reutilizar, reparar e partilhar — e lançar a Troca de Livros.

Materiais

Ficha S3.

Como fazer

1. Para os 4 itens, estimar o custo de comprar novo, usado, alugar ou pedir emprestado.
2. Escolher a melhor opção para cada um e justificar (preço, duração, impacto ambiental).
3. Discutir: que fatores, além do preço, pesam? (Garantia, higiene, segurança, valor sentimental.)
4. Apresentar a Troca de Livros.

Para conversar

«Porque é que comprar usado ainda tem algum estigma?» · «O que poderia a escola partilhar mais?»

 **Porquê assim?** A educação financeira é mais eficaz quando parte de situações concretas e próximas da vida dos alunos, em vez de conceitos abstratos (Amagir et al., 2018). Fazer as contas a gastos do dia a dia torna visível o efeito acumulado de pequenas decisões.

✂ Material para implementar – nas páginas seguintes

Ficha «Novo, usado ou emprestado?»

p. 89



Novo, usado ou emprestado?

Reutilizar e não desperdiçar

Nome: _____

Turma: _____



Para cada item, estima o custo e pensa na duração e no impacto ambiental de cada opção. Depois escolhe e justifica.

Item	Novo	Usado	Alugado ou emprestado	A minha escolha e porquê
Manuais escolares				
Bicicleta				
Roupa para a festa de finalistas				
Consola de jogos				

Além do preço, o que pesou nas tuas escolhas?

Uma coisa que tenho e que podia emprestar, trocar ou dar:



Troca um livro, ganha uma história! Entrega na Biblioteca Escolar um livro em bom estado e recebe um Vale 1 Livro.



S4 Primeiro mês sozinho

Atividade principal

Sala

15–20 min

Objetivo

Aplicar o que aprenderam num problema realista e cooperativo.

Materiais

Ficha S4 (uma por grupo) e os 8 cartões de imprevistos recortados.

Como fazer

1. Grupos de 3–4: com 900 € por mês, pagar as despesas fixas (650 €) e decidir o destino dos 250 € que sobram.
2. Cada grupo tira 4 imprevistos e decide como os resolve.
3. Vence quem acaba o mês sem saldo negativo e com mais no fundo de emergência.

Para conversar

«Para que serve um fundo de emergência?» · «Quem decidiu não ir ao jantar ou não comprar os ténis? Como se sentiram?»



Porquê assim? A educação financeira tem efeitos positivos no conhecimento e em comportamentos como poupar e fazer orçamentos (Kaiser et al., 2022). As abordagens experienciais — simulações e jogos com decisões reais — são das mais promissoras com crianças e jovens (Amagir et al., 2018).

✂ Material para implementar – nas páginas seguintes

Ficha «Primeiro mês sozinho»

p. 91

Cartões de imprevistos

p. 92



Primeiro mês sozinho

Desafio financeiro de turma – em grupos

 O vosso grupo vive sozinho pela primeira vez e recebe **900 € por mês**. Paguem as despesas fixas, decidam quanto vai para o **fundo de emergência** e para o lazer... e depois **sorteiem 4 imprevistos**. Vence quem acabar o mês sem saldo negativo e com mais no fundo de emergência.

1. Despesas fixas

Quarto	350 €
Alimentação	200 €
Contas da casa (partilhadas)	40 €
Transportes	40 €
Telemóvel e internet	20 €
Total	
Sobra (900 € – total)	

2. O nosso plano para o que sobra

Fundo de emergência	
Lazer	
Outros	

Decidam antes de sortear os imprevistos!

3. Imprevistos sorteados

Imprevisto	Valor	O que decidimos / de onde saiu o dinheiro

Saldo final do mês:

Fundo de emergência no fim:

O que mudavam no plano do próximo mês?



Recortar, baralhar e virar para baixo. Cada grupo tira 4 cartões.

Imprevisto

O ecrã do telemóvel partiu-se.
Reparação:

-90 €

Imprevisto

Jantar de aniversário de um amigo.
Vais?

-25 €

Imprevisto

Perdeste o passe: 2.ª via e bilhetes
extra.

-30 €

Imprevisto

Promoção «imperdível» de ténis.
Compras?

-70 €

Imprevisto

Consulta no dentista.

-45 €

Boa notícia

Trabalho extra ao fim de semana.

+80 €

Imprevisto

A conta da luz veio mais alta (é
inverno).

-20 €

Boa notícia

Vendeste online os manuais do ano
passado.

+40 €



S5 O que aprendi?

Atividade principal

Sala

15–20 min

Objetivo

Consolidar a aprendizagem e transformá-la num compromisso pessoal.

Materiais

Ficha S5 (moeda do sonho e post-it).

Como fazer

1. Em 2 minutos, cada aluno escreve, sem consultar, 3 ideias sobre dinheiro que aprendeu.
2. Debate rápido: «Qual destas ideias teria mais impacto daqui a 5 anos?»
3. Preencher a moeda e o post-it; colar no Mural.

Para conversar

«O que gostavam de ter aprendido mais cedo sobre dinheiro?»

 **Porquê assim?** Recordar ativamente o que se aprendeu, sem consultar, consolida a memória mais do que reler (Roediger & Karpicke, 2006). Escrever o primeiro passo concreto para um objetivo transforma uma intenção num plano (Gollwitzer & Sheeran, 2006).

✂ Material para implementar – nas páginas seguintes

Moeda do sonho e post-it

p. 94



O que aprendi?

Para o Mural «Os meus sonhos»

- ☆ Recorta a moeda, escreve (ou desenha) o teu sonho e o **primeiro passo** para lá chegar — e cola-a no Mural «Os meus sonhos». No fundo, completa o post-it e cola-o também.

O meu sonho:

O primeiro passo:

O meu sonho:

O primeiro passo:

Uma coisa que vou fazer diferente:

Uma coisa que vou fazer diferente:



S6 O poder do tempo: juros compostos

Atividade extra

Sala

40 min

Objetivo

Perceber como o tempo faz crescer uma poupança.

Materiais

Calculadora ou folha de cálculo.

Como fazer

1. Explicar juros simples e compostos.
2. 1000 € a 3 % ao ano, com juros compostos: quanto ao fim de 10, 20 e 30 anos? Solução: cerca de 1343,92 €, 1806,11 € e 2427,26 € (sem impostos).
3. Comparar com juros simples ao fim de 30 anos: 1900 €.
4. Discutir: porque é que começar cedo faz tanta diferença?

Variação

Construir a tabela numa folha de cálculo e mudar a taxa e os anos.

✂ **Material para implementar – nas páginas seguintes**

Ficha «O poder do tempo»

p. 96



O poder do tempo

Juros simples e compostos

Nome: _____

Turma: _____

Depositas **1000 €** a **3 % ao ano** (sem impostos). Juros simples: ganhas sempre 3 % sobre os 1000 € iniciais. Juros compostos: ganhas 3 % sobre tudo o que já tens.

Simplex: $C \times (1 + t \times n)$ | **Compostos:** $C \times (1 + t)^n$ (C = capital, t = taxa, n = anos)

Anos	Juros simples	Juros compostos	Diferença
0	1000,00 €	1000,00 €	
1	1030,00 €	1030,00 €	
2			
5			
10			
20			
30			

Quem junta mais aos 40 anos?

A Inês deposita 1000 € aos 15 anos. O Diogo deposita 1000 € aos 30 anos. Ambos a 3 % (compostos). Quanto tem cada um aos 40?

Inês (25 anos)

Diogo (10 anos)

Conclusão por palavras minhas

Soluções: compostos — 1060,90 € (2 anos), 1159,27 € (5), 1343,92 € (10), 1806,11 € (20), 2427,26 € (30). Simplex aos 30 anos: 1900 €. Inês ≈ 2093,78 €; Diogo ≈ 1343,92 €.



S7 Isto é burla? Phishing em SMS e e-mails

Atividade extra

Sala

40 min

Objetivo

Reconhecer sinais de fraude digital e saber como agir.

Materiais

Plano de aula «Canais digitais, riscos reais» (Todos Contam); exemplos fictícios de mensagens.

Como fazer

1. Mostrar 6 mensagens (3 legítimas, 3 falsas), inventadas pelo professor.
2. Em pares, procurar sinais de alarme: urgência, links estranhos, pedidos de códigos, erros.
3. Regra de ouro: o banco nunca pede códigos por SMS, e-mail ou telefone.
4. Criar um cartaz «3 sinais de burla» para a escola.

Variação

Fazer o mesmo com anúncios de investimentos «garantidos» nas redes sociais.

✂ Material para implementar – nas páginas seguintes

Ficha «Isto é burla?»

p. 98



Isto é burla?

Phishing em SMS e e-mails

Nome: _____

Turma: _____

 Entidades e mensagens fictícias. Lê cada mensagem: é **legítima** ou **burla**? Que sinais de alarme encontras?

SMS · Banco Horizonte

1

URGENTE: a sua conta foi bloqueada por motivos de segurança. Confirme os seus dados em 24h: <http://bh-seguro-confirmar.xyz>

SMS · número desconhecido

2

Olá mãe, mudei de número, este é o novo. Estou aflita, podes fazer-me uma transferência de 300 € agora? Depois explico.

E-mail · Escola Básica

3

Lembramos que a reunião de pais é na quinta-feira às 18h30, na sala 12. Não é necessário responder.

E-mail · «Prémios Já»

4

Parabéns! Foste selecionado para ganhar um telemóvel novo. Paga só 1,99 € de portes com o teu cartão aqui.

Notificação · app Banco Horizonte

5

O seu extrato de outubro está disponível na app. Lembramos: nunca lhe pediremos códigos por SMS, e-mail ou telefone.

SMS · Loja Pixel

6

A tua encomenda n.º 48213 foi enviada. Podes acompanhar o envio na tua área de cliente, na app da loja.

N.º	Legítima ou burla?	Sinais de alarme
1		
2		
3		
4		
5		
6		

Sinais de alarme

- ☐ Pressa ou ameaça («urgente», «24h», «conta bloqueada»)
- ☐ Link estranho ou diferente do site oficial
- ☐ Pedido de códigos, dados do cartão ou transferência
- ☐ Prémio que não pediste
- ☐ Remetente desconhecido ou que «mudou de número»
- ☐ Erros de escrita ou tom invulgar

Regra de ouro: o banco nunca pede códigos. Na dúvida, não clicar e contactar a entidade pelos canais oficiais.

Solução: burla — 1, 2 e 4; legítima — 3, 5 e 6.



S8

Crédito: o preço de comprar já

Atividade extra

Sala

40 min

Objetivo

Comparar opções de crédito pelo custo total e pela TAEG.

Materiais

Calculadora.

Como fazer

1. Um portátil de 1000 €. Opção A: 12 prestações de 88 €. Opção B: 24 prestações de 47 €.
2. Calcular o total pago. Solução: A = 1056 €; B = 1128 €.
3. Qual tem a prestação mais baixa? Qual sai mais cara? Porquê?
4. Explicar a TAEG como o indicador para comparar créditos (inclui juros e encargos).

Variação

Comparar com a opção de poupar 100 € por mês durante 10 meses e comprar a pronto.



Vídeo: Usar o cartão de crédito — RTP Ensina
<https://ensina.rtp.pt/artigo/usar-o-cartao-de-credito/>

✂ Material para implementar – nas páginas seguintes

Ficha «O preço de comprar já»

p. 100



O preço de comprar já

Crédito, prestações e TAEG

Nome: _____

Turma: _____

📄 Queres um portátil de **1000 €**. Compara as três opções. A **TAEG** (taxa anual de encargos efetiva global) junta juros e encargos: serve para comparar créditos — quanto mais baixa, melhor.



Vídeo: Usar o cartão de crédito — RTP Ensina

<https://ensina.rtp.pt/artigo/usar-o-cartao-de-credito/>

Opção	Prestação	Total pago	Custo a mais
A — 12 prestações	88 €		
B — 24 prestações	47 €		
C — Poupar 100 €/mês durante 10 meses e pagar a pronto	—	1000 €	0 €

1. Qual tem a prestação mais baixa? E qual sai mais cara? Porquê?

2. Que desvantagem tem a opção C? E que vantagem?

3. Antes de assinar um crédito, que 3 perguntas devo fazer?

Soluções: A = 1056 € (+56 €); B = 1128 € (+128 €); C = 1000 € (espera 10 meses).



S9

Quanto custa mesmo ter um carro?

Atividade extra

Sala

40 min

Objetivo

Estimar custos escondidos e recorrentes de uma compra grande.

Materiais

Valores de referência abaixo (aproximados); calculadora.

Como fazer

1. Custos por ano: seguro 400 €, combustível 80 € por mês, imposto de circulação 30 €, inspeção 35 €, manutenção 300 €.
2. Calcular o total anual e mensal. Solução: 1725 € por ano, cerca de 144 € por mês.
3. Comparar com transportes públicos, bicicleta ou boleias partilhadas.

Variação

Acrescentar o custo da carta de condução e o valor que o carro perde por ano.

✂ Material para implementar – nas páginas seguintes

Ficha «Quanto custa ter um carro?»

p. 102



Quanto custa ter um carro?

Custos escondidos de uma compra grande

Nome: _____

Turma: _____



Comprar o carro é só o início. Calcula o custo anual de o **manter** (valores de referência aproximados) e compara com alternativas.

Custo	Valor de referência	Por ano (€)
Seguro	400 € por ano	
Combustível	80 € por mês	
Imposto de circulação (IUC)	30 € por ano	
Inspeção	35 € por ano	
Manutenção e pneus	300 € por ano	
Estacionamento, portagens...		
Total		

Por mês: _____ €. Quantas horas de trabalho, a 6 € por hora, são precisas por mês? _____

Alternativas

Alternativa	Custo por mês (estimativa)	Vantagens	Desvantagens
Transportes públicos (passe)			
Bicicleta			
Boleias partilhadas			

O que escolhia aos 18 anos, e porquê?

Solução: 1725 € por ano, cerca de 144 € por mês (cerca de 24 horas de trabalho a 6 € por hora).



S10

Debate: compra agora, paga depois

Atividade extra

Sala

45 min

Objetivo

Avaliar riscos de pagamentos fracionados e compras por impulso.

Materiais

Fichas de papel com argumentos a favor e contra.

Como fazer

1. Dividir a turma em duas equipas: a favor e contra os pagamentos «em 3 vezes sem juros».
2. Preparar argumentos (10 min), debater (20 min), votar no final.
3. Concluir com uma lista de perguntas a fazer antes de usar estes serviços.

Variação

Inverter as posições a meio do debate.



Vídeo: «Bling Bling»: Dinheiro e Literacia Financeira — Scroll (RTP), 2022
<https://ensina.rtp.pt/artigo/bling-bling-dinheiro-e-literacia-financeira/>

✂ Material para implementar – nas páginas seguintes

Cartões de argumentos e grelha

p. 104



Compra agora, paga depois

Cartões de argumentos e grelha do debate

Debate: «Pagar em 3 vezes sem juros é uma boa ideia para jovens?» Recortem os cartões-argumento como ponto de partida e acrescentem os vossos.

A favor

Permite comprar algo necessário sem esperar.
Muitas vezes não há juros.
Ajuda a distribuir uma despesa grande.
É simples e rápido.
Pode ajudar numa emergência.
Dá flexibilidade ao orçamento.

Contra

Facilita compras por impulso.
Encargos e multas se houver atraso.
Várias prestações juntas tornam-se difíceis de controlar.
Dá a ilusão de que é mais barato.
Pode prejudicar o historial de crédito.
Habitua a gastar dinheiro que ainda não se tem.

Grelha de avaliação (para o júri)

Critério	Equipa A favor (1-5)	Equipa Contra (1-5)
Argumentos claros		
Exemplos concretos		
Respondeu ao outro lado		
Respeito e tempo		

Perguntas a fazer antes de usar «compra agora, paga depois»



S11

Orçamento para a vida universitária

Atividade extra

Sala ou casa

45 min

Objetivo

Planear um mês de vida independente com preços reais.

Materiais

Pesquisa de preços (quarto, cantina, passe, telemóvel) numa cidade universitária à escolha.

Como fazer

1. Cada grupo escolhe uma cidade e pesquisa os preços.
2. Construir o orçamento mensal e compará-lo com a regra 50/30/20.
3. Incluir um fundo de emergência e a bolsa de estudo, se aplicável.
4. Apresentar: o que mais nos surpreendeu?

Variação

Ligar ao guia «Poupança é segurança» (Todos Contam, secundário).



Vídeo: Aprende a poupar dinheiro — O Seu Dinheiro (RTP), 2009
<https://ensina.rtp.pt/artigo/aprenda-a-poupar/>

✂ Material para implementar – nas páginas seguintes

Ficha «Orçamento universitário»

p. 106



Orçamento universitário

Um mês de vida independente

 Escolham uma cidade universitária e pesquisem preços reais. Construam o orçamento de um mês (N = necessidade, D = desejo, P = poupança).

Cidade: _____ Rendimento mensal (família, bolsa, trabalho): _____ €

Despesa	Tipo	Valor (€)	Fonte do preço
Quarto (ou parte da renda)	N		
Alimentação (supermercado + cantina)	N		
Transportes (passe)	N		
Telemóvel e internet	N		
Material e propinas (mensal)	N		
Saídas e lazer	D		
Subscrições	D		
Viagens a casa	N/D		
Poupança / fundo de emergência	P		
Total			

Comparar com a regra 50/30/20

	Meta	O nosso orçamento
50 % Necessidades		
30 % Desejos		
20 % Poupança		

O que mais nos surpreendeu?



S12 Investir não é apostar

Atividade extra

Sala

40 min

Objetivo

Distinguir risco, retorno e diversificação; reconhecer promessas falsas.

Materiais

Vídeo «Como investir na bolsa de valores»; 3 cestos e ovos de papel (opcional).

Como fazer

1. Ver o vídeo.
2. Jogo dos cestos: pôr todos os «ovos» num cesto ou distribuí-los? Lança-se um dado para «partir» um cesto.
3. Discutir: porque é que «rendimento garantido e alto» é sinal de alarme?
4. Onde confirmar se uma entidade está autorizada: sites da CMVM e do Banco de Portugal.

Variação

Usar o plano «Saber mais para investir melhor» (Todos Contam).



Vídeo: Como investir na bolsa de valores — RTP Ensina
<https://ensina.rtp.pt/artigo/como-investir-na-bolsa-de-valores/>

✂ Material para implementar – nas páginas seguintes

Ficha «Investir não é apostar»

p. 108



Investir não é apostar

Risco, retorno e diversificação

- 🎯 Mais retorno esperado vem quase sempre com **mais risco**. Diversificar é não pôr «todos os ovos no mesmo cesto».



Vídeo: Como investir na bolsa de valores — RTP Ensina

<https://ensina.rtp.pt/artigo/como-investir-na-bolsa-de-valores/>

Produto	Risco (1 = baixo, 5 = alto)	Retorno esperado	Sinal de alarme?
Depósito a prazo			
Certificados de Aforro			
Ações de uma só empresa			
Fundo diversificado			
Criptomoedas			
«Plataforma» que promete 20 % ao mês garantidos			

Jogo dos cestos

Cada grupo tem 12 «ovos» (fichas). Distribuem-nos por 1, 2 ou 3 cestos. Lança-se um dado: com 1 ou 2, o cesto A «parte-se»; com 3 ou 4, o B; com 5 ou 6, o C. Repitam 3 vezes. Quem ficou com mais ovos? Porquê?

Sinais de que é burla, não investimento

- ☐ Retorno alto e «garantido»
- ☐ Pressa para decidir
- ☐ Pedem para recrutar amigos
- ☐ Entidade não registada na CMVM ou no Banco de Portugal

Onde confirmar?

Sites da CMVM (cmvm.pt) e do Banco de Portugal (bportugal.pt) — listas de entidades autorizadas e alertas.



S13

Embaixadores da poupança

Atividade extra

Projeto

2–3 aulas

Objetivo

Comunicar o que aprenderam a públicos mais novos.

Materiais

Telemóvel ou computador; Canva ou papel.

Como fazer

1. Em grupos, criar um post, um vídeo curto ou um cartaz com uma dica de poupança para os alunos do 1.º e 2.º ciclos.
2. Validar a dica com o professor (correta, clara e sem publicidade a marcas).
3. Os melhores trabalhos são publicados nas redes sociais do Agrupamento durante a semana.

Variação

Ir a uma turma do 1.º ciclo ler «A Rosa e o Tilim» ou dinamizar a Roleta.

✂ Material para implementar – nas páginas seguintes

Ficha «Embaixadores da poupança»

p. 110



Embaixadores da poupança

Planear uma mensagem para os mais novos

- ★ Criem uma publicação, um vídeo curto ou um cartaz com **uma dica de poupança** para os alunos mais novos. Os melhores trabalhos vão para as redes sociais do Agrupamento.

O nosso plano

Público (que idade?)	
A dica (uma só!)	
Formato (post, vídeo, cartaz)	
Frase principal (máx. 10 palavras)	
Imagem ou ideia visual	
Quem faz o quê	

Esboço

Antes de entregar, confirmem

- ☐ A dica está correta (confirmada com o professor)
- ☐ Linguagem simples para crianças de 6 a 12 anos
- ☐ Sem marcas, sem publicidade
- ☐ Sem rostos nem nomes de alunos (RGPD)
- ☐ Tem uma frase curta e fácil de lembrar
- ☐ Termina com uma ação («Hoje experimenta...»)



S14

Money talks: write a complaint (Inglês)

Inglês · secundário

Sala de Inglês

2 aulas

Objetivo

Ler um caso de consumo em inglês, usar vocabulário financeiro e escrever um e-mail formal de reclamação.

Materiais

Ficha com o caso (compra online com cobranças inesperadas), glossário, perguntas de compreensão, estrutura do e-mail e grelha de autoavaliação.

Como fazer

1. Ler o caso e responder às perguntas de compreensão.
2. Explorar o glossário (refund, subscription, hidden fee, terms and conditions, scam, budget, debt).
3. Planear o e-mail com a estrutura dada (motivo, factos, pedido, prazo) e escrevê-lo (120–180 palavras).
4. Trocar com um colega e rever com a grelha.

Variação

Discutir em inglês: «Free trials: useful or a trap?» com expressões de opinião.

✂ Material para implementar – nas páginas seguintes

O caso e a preparação p. 112

Folha de escrita e revisão p. 113



Money talks

Inglês · secundário – o caso

Nome: _____

Turma: _____

 Fictitious case. Read it, answer the questions and write a **formal complaint email** for Leo (120–180 words).

Last month, Leo, 17, bought a phone case on an online shop called *GadgetHub* (fictitious). The price was €12.99. During checkout he ticked a box to get “free delivery for 30 days”. He did not read the terms and conditions. Two weeks later, he noticed two payments of €9.99 on his bank card: the “free delivery” was a monthly subscription. Leo never used it. He wants to cancel the subscription and get a refund.

1. Comprehension

1. How much did Leo pay for the phone case?
2. What did he agree to during checkout?
3. How much extra money was taken from his card?
4. What two things does Leo want now?
5. What could Leo have done to avoid the problem?

Glossary

Word	Meaning (PT)
refund	reembolso
subscription	subscrição / assinatura
hidden fee	custo escondido
terms and conditions	termos e condições
to cancel	cancelar
scam	burla

2. Plan your email

Part	Useful language
Opening	Dear Sir or Madam, / I am writing to complain about...
Facts	On [date], I bought... / I noticed that...
Request	I would like you to cancel... and refund...
Deadline	I look forward to receiving a reply within 14 days.
Closing	Yours faithfully, / Kind regards,

Solutions: 1. €12.99 2. A monthly subscription (“free delivery”). 3. €19.98 (2 × €9.99). 4. Cancel the subscription and get a refund. 5. Read the terms and conditions before ticking the box.



Inglês · secundário – escrita e revisão

Turma:

To: support@gadgethub.example Subject: _____

Checklist	Me	Partner
Formal opening and closing		
Clear facts (what, when, how much)		
Clear request (cancel + refund)		
Polite but firm tone		
120–180 words, few mistakes		



S15

La seconde vie des objets (Francês)

Francês · secundário

Sala de Francês

45–90 min

Objetivo

Compreender um texto em francês sobre consumo responsável e produzir conselhos para poupar e reduzir o desperdício.

Materiais

Texto curto em francês, glossário, perguntas de compreensão e tarefa de produção (cartaz «5 conseils pour économiser»).

Como fazer

1. Ler o texto «La seconde vie des objets» e responder às perguntas.
2. Explorar o glossário (économiser, dépenser, épargne, d'occasion, gaspillage, réparer).
3. Em grupos, criar um cartaz com 5 conselhos para poupar, usando o imperativo («Réparez...», «Comparez...»).
4. Apresentar oralmente o cartaz em 2 minutos.

Variação

Escrever um parágrafo de opinião: «Acheter d'occasion, c'est une bonne idée ?»

✂ Material para implementar – nas páginas seguintes

Ficha «La seconde vie des objets»

p. 115



La seconde vie des objets

Francês · secundário

Nome: _____

Turma: _____



Lisez le texte, répondez aux questions et créez en groupe une affiche : **5 conseils pour économiser.**

La seconde vie des objets

Aujourd'hui, beaucoup de jeunes achètent et vendent des vêtements, des livres et des jeux d'occasion. C'est bon pour le porte-monnaie : un livre d'occasion coûte souvent la moitié du prix d'un livre neuf. C'est aussi bon pour la planète, parce qu'on fabrique moins de nouveaux objets et on réduit le gaspillage. Mais attention : avant d'acheter, il faut vérifier l'état de l'objet, comparer les prix et se demander si on en a vraiment besoin. Une « bonne affaire » qu'on n'utilise jamais, ce n'est pas une économie ! Et quand un objet est cassé, pourquoi ne pas essayer de le réparer ?

1. Compréhension

1. Qu'est-ce que beaucoup de jeunes achètent d'occasion ?
2. Pourquoi c'est bon pour le porte-monnaie ?
3. Pourquoi c'est bon pour la planète ?
4. Quelles précautions faut-il prendre avant d'acheter ?
5. Expliquez la phrase : « Une bonne affaire qu'on n'utilise jamais, ce n'est pas une économie. »

Vocabulaire

Mot	Signification (PT)
économiser	poupar
dépenser	gastar
l'épargne	a poupança
d'occasion	em segunda mão
le gaspillage	o desperdício
réparer	reparar

2. Notre affiche : 5 conseils pour économiser (à l'impératif)

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Exemples : Comparez les prix. · Réparez avant de jeter. · Achetez d'occasion. · Faites une liste. · Attendez 24 heures avant d'acheter.



Vídeos e recursos

Vídeos curtos em português de Portugal do **RTP Ensina**, gratuitos, para abrir ou começar uma conversa. Apontar a câmara do telemóvel ao QR para abrir.



Aprende a poupar dinheiro
O Seu Dinheiro (RTP), 2009 · 3.º ciclo e secundário
<https://ensina.rtp.pt/artigo/aprenda-a-poupar/>



«Bling Bling»: Dinheiro e Literacia Financeira
Scroll (RTP), 2022 · 3.º ciclo e secundário
<https://ensina.rtp.pt/artigo/bling-bling-dinheiro-e-literacia-financeira/>



Usar o cartão de crédito
RTP Ensina · 3.º ciclo e secundário
<https://ensina.rtp.pt/artigo/usar-o-cartao-de-credito/>



Como investir na bolsa de valores
RTP Ensina · 3.º ciclo e secundário
<https://ensina.rtp.pt/artigo/como-investir-na-bolsa-de-valores/>



O mundo da criptomoeda: tecnologia, dinheiro e cuidados
RTP Ensina · 3.º ciclo e secundário
<https://ensina.rtp.pt/artigo/o-mundo-da-criptomoeda-tecnologia-dinheiro-e-cuidados/>



Cuidado com as notas falsas
RTP Ensina · 3.º ciclo e secundário
<https://ensina.rtp.pt/artigo/cuidado-com-as-notas-falsas/>

Planos de aula prontos – Todos Contam



Poupança é segurança
https://www.todoscontam.pt/sites/default/files/biblioteca/plano_de_aula_todos_contam_-_poupanca_e_seguranca_-_secundario.pdf



Canais digitais, riscos reais
https://www.todoscontam.pt/sites/default/files/biblioteca/plano_de_aula_todos_contam_-_canais_digitais_riscos_reais_-_secundario_0.pdf



Caderno de Educação Financeira 4 (secundário)
https://www.todoscontam.pt/sites/default/files/2021-10/caderno_de_educacao_financeira_4_0.pdf

Antes de usar: veja o vídeo antes da aula e escolha só o excerto necessário (3–5 minutos chegam). Depois do vídeo, peça aos alunos que digam, por palavras suas, uma ideia que aprenderam: explicar ajuda a consolidar. Links verificados em 28 de outubro de 2026.



Referências

- Amagir, A., Groot, W., Maassen van den Brink, H., & Wilschut, A. (2018). A review of financial-literacy education programs for children and adolescents. *Citizenship, Social and Economics Education*, 17(1), 56–80.
- Bisra, K., Liu, Q., Nesbit, J. C., Salimi, F., & Winne, P. H. (2018). Inducing self-explanation: A meta-analysis. *Educational Psychology Review*, 30(3), 703–725.
- Black, P., & Wiliam, D. (1998). Assessment and classroom learning. *Assessment in Education: Principles, Policy & Practice*, 5(1), 7–74.
- CAST (2018). *Universal Design for Learning Guidelines* (versão 2.2).
- Fiorella, L., & Mayer, R. E. (2013). The relative benefits of learning by teaching and teaching expectancy. *Contemporary Educational Psychology*, 38(4), 281–288.
- Gollwitzer, P. M., & Sheeran, P. (2006). Implementation intentions and goal achievement: A meta-analysis of effects and processes. *Advances in Experimental Social Psychology*, 38, 69–119.
- Kaiser, T., Lusardi, A., Menkhoff, L., & Urban, C. (2022). Financial education affects financial knowledge and downstream behaviors. *Journal of Financial Economics*, 145(2), 255–272.
- Mischel, W., Shoda, Y., & Rodriguez, M. L. (1989). Delay of gratification in children. *Science*, 244(4907), 933–938.
- Roediger, H. L., & Karpicke, J. D. (2006). Test-enhanced learning: Taking memory tests improves long-term retention. *Psychological Science*, 17(3), 249–255.
- Shim, S., Barber, B. L., Card, N. A., Xiao, J. J., & Serido, J. (2010). Financial socialization of first-year college students: The roles of parents, work, and education. *Journal of Youth and Adolescence*, 39(12), 1457–1470.

Documentos curriculares

- Resolução do Conselho de Ministros n.º 127/2025, de 29 de agosto — Estratégia Nacional de Educação para a Cidadania.
- Direção-Geral da Educação (2025). *Aprendizagens Essenciais — Cidadania e Desenvolvimento* (1 de setembro de 2025).
- Conselho Nacional de Supervisores Financeiros & Ministério da Educação e Ciência (2013). *Referencial de Educação Financeira*. DGE.
- Martins, G. O. et al. (2017). *Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória*. Ministério da Educação/DGE.
- Silva, I. L., Marques, L., Mata, L., & Rosa, M. (2016). *Orientações Curriculares para a Educação Pré-Escolar*. Ministério da Educação/DGE.
- Direção-Geral da Educação. *Aprendizagens Essenciais — Economia A, 10.º ano; Inglês (1.º ciclo ao secundário); Francês (3.º ciclo e secundário)*.
- Decreto-Lei n.º 54/2018, de 6 de julho (educação inclusiva).