



**MINISTÉRIO DA SAÚDE  
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO**

**GUIA DE SUGESTÕES DE ATIVIDADES  
SEMANA SAÚDE NA ESCOLA**

**Brasília - DF  
2013**

**GUIA DE SUGESTÕES DE ATIVIDADES  
SEMANA SAÚDE NA ESCOLA**

**BRASÍLIA/DF, FEVEREIRO DE 2013**

# Semana Saúde na Escola

## Guia de Sugestões de Atividades

### SUMÁRIO

<a href="#">APRESENTAÇÃO</a> .....	3
<a href="#">ATIVIDADES ESSENCIAIS</a> .....	6
<a href="#">FICHA DE ATIVIDADE 01</a> .....	6
<a href="#">FICHA DE ATIVIDADE 02</a> .....	8
<a href="#">ATIVIDADES OPTATIVAS</a> .....	12
<a href="#">IDENTIFICANDO NECESSIDADES E CONHECENDO OS PARCEIROS</a> .....	12
<a href="#">SAÚDE OCULAR</a> .....	20
<a href="#">ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO</a> .....	42
<a href="#">PARTICIPAÇÃO JUVENIL/INFANTIL</a> .....	109
<a href="#">CULTURA DE PAZ</a> .....	125
<a href="#">EDUCAÇÃO EM DIREITOS HUMANOS</a> .....	135
<a href="#">PRÁTICAS CORPORAIS, ATIVIDADE FÍSICA E LAZER</a> .....	13963
<a href="#">PREVENÇÃO AO USO DE ÁLCOOL, TABACO, CRACK E OUTRAS DROGAS</a> .....	185
<a href="#">SEXUALIDADES E SAÚDE REPRODUTIVA</a> .....	200
<a href="#">SAÚDE INDÍGENA</a> .....	224

Caros profissionais da educação e da saúde,

Este Guia é um material orientador para todos e todas envolvidos com o Programa Saúde na Escola: profissionais de saúde e educação, comunidade, educandos e famílias.

A ideia é investir na formação de bons hábitos desde a infância. Se uma criança cresce em meio a uma vida saudável, a tendência é que se torne um adulto saudável. Cerca de 12 milhões de estudantes em 56 mil escolas de 2.495 municípios já participaram do Programa.

Portanto, este Guia contém sugestões de atividades para serem desenvolvidas não apenas durante a Semana Saúde na Escola, mas ao longo do ano letivo.

A proposta do Guia é fornecer um conjunto de atividades capazes de estimular e enriquecer o trabalho educativo dos profissionais de saúde e educação, sendo seus princípios a promoção e prevenção de agravos à saúde.

***O objetivo principal da Semana Saúde na Escola é dar início a uma mobilização temática prioritária de saúde, que deverá ser trabalhada ao longo do ano letivo nas escolas. Seus objetivos específicos visam:***

- a. Fortalecer ações prioritárias de política de governo, no âmbito da saúde e da educação;
- b. Socializar as ações e compromissos do PSE nos territórios;
- c. Fortalecer o Sistema de Monitoramento e Avaliação do PSE (E-SUS/SIMEC) como sistema de informação, gestão, monitoramento e avaliação do PSE e da saúde dos educandos;
- d. Incentivar a integração e a articulação das redes de educação e atenção básica;
- e. Fortalecer a comunicação entre escolas, equipes de Saúde da Família e unidades de saúde;
- f. Socializar as ações desenvolvidas pelas escolas;



- g. Fomentar o envolvimento da comunidade escolar e de parcerias locais;
- h. Mobilizar as redes de atenção à saúde para as ações do PSE.

A Semana Saúde na Escola compreenderá ações de atenção à saúde dos escolares e de promoção da saúde, cuja mobilização acontecerá no período de 11 a 15 de março de 2013, envolvendo intersetorialmente o planejamento das redes de educação básica e atenção básica em saúde.

A Semana Saúde na Escola inaugura a execução das metas pactuadas no Programa, pois as ações serão consideradas para o alcance das metas acordadas pelos municípios e o Distrito Federal no Termo de Compromisso, possibilitando maior visibilidade e o reconhecimento das ações planejadas e executadas no âmbito do Programa, além do fortalecimento da integração e articulação entre os setores da saúde e da educação em nível local.

A Semana Saúde na Escola, além de mobilizar e envolver a comunidade no território pactuado, com ações prioritárias de educação em saúde, fortalece a intersetorialidade; entretanto, devemos ressaltar que quanto maior o envolvimento dos atores do território, maior êxito terá a Semana.

Tendo em vista o resultado da Semana Saúde na Escola 2012, o contexto de enfrentamento do crescimento epidêmico da obesidade na infância e na adolescência e a repercussão da temática da obesidade na mídia nacional, o tema será retomado em 2013, acompanhado da temática da saúde ocular e do Projeto Olhar Brasil, ambos como temas centrais da Semana, com ações prioritárias nas séries iniciais do Ensino Fundamental. Outros temas importantes com ações previstas para a Semana para o público das séries finais do Ensino Fundamental e Ensino Médio são: prevenção ao uso do álcool, tabaco, crack e outras drogas, educação para a saúde sexual, saúde reprodutiva e prevenção das DST/aids, promoção de direitos humanos, das práticas corporais, atividade física e lazer nas escolas.

Lembre-se: ter saúde é reunir condições de estudar adequadamente, conviver e socializar. Com isso, para ter saúde precisamos de um ambiente saudável, alimentação adequada e equilíbrio emocional e físico.

Esperamos que essas orientações contribuam e apoiem a organização das atividades durante a Semana Saúde na Escola, e que os hábitos de vida saudável se tornem permanentes no ambiente do educando.

Tenham uma ótima Semana Saúde na Escola!

### FICHA DE ATIVIDADE 01

**NOME DA ATIVIDADE:** Avaliação antropométrica de crianças e adolescentes

**NÍVEL DE ENSINO:** (X) Fundamental (X) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** Avaliar o estado nutricional de crianças e adolescentes por meio do peso, altura e idade dos educandos. O acompanhamento sistemático do crescimento e do desenvolvimento da criança e do adolescente é de grande importância, pois favorece as condições de saúde e nutrição dos mesmos. Os índices antropométricos são utilizados como principal critério desse acompanhamento.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** fita métrica/antropômetro vertical e balança plataforma.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** As atividades de pesar, medir e fazer as respectivas anotações em formulários específicos levam, em média, 5 minutos por educando.

**DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:**

Articulação com a escola: As equipes de saúde deverão se articular com as equipes das escolas que, por sua vez, deverão informar os pais e/ou responsáveis e preparar os educandos para receber os profissionais de saúde.

Abordagem: Antes do início de qualquer atividade com as crianças e adolescentes perguntar o nome de cada um e se referir a eles pelo nome. Toda e qualquer pergunta dos educandos deverá ser respondida respeitando a faixa etária e o grau de (des)conhecimento sobre o tema em

questão. Todas as atividades na escola precisarão ser acompanhadas por um educador de referência das crianças na escola.

Descrição: As equipes de saúde precisam se articular com as escolas a fim de estabelecer as metas e os critérios para definição de turmas a serem avaliadas.

A avaliação antropométrica deve ser feita por um profissional de saúde capacitado, segundo técnicas referenciadas abaixo.

**REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):**

Brasil. Ministério da Saúde. Vigilância alimentar e nutricional - Sisvan: orientações básicas para a coleta, processamento, análise de dados e informação em serviços de saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2004. 120 p. (Série A. Normas e Manuais Técnicos).

## FICHA DE ATIVIDADE 02

**NOME DA ATIVIDADE:** Triagem de Acuidade Visual

**NÍVEL DE ENSINO:** (X) Fundamental Séries Iniciais e Finais (X) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** identificar os escolares com possíveis problemas oculares para consulta oftalmológica.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** tabela de Snellen, objeto para apontar (lápiz preto), giz, cadeira, metro ou fita métrica, fita adesiva, impresso para anotação dos resultados.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** em torno de três minutos por escolar

**DESCRIÇÃO E CUIDADOS PARA A REALIZAÇÃO DA ATIVIDADE:**

- A triagem dos escolares é uma atividade de equipe, em que todos os participantes (profissionais da educação e de saúde) desempenham funções essenciais.
- Para a triagem de acuidade visual, é muito importante: dominar a técnica de aplicação; o preparo do material; a escolha do local; o preparo do local; o treinamento do auxiliar; o preparo dos escolares; o preparo do material para o registro técnico da triagem; e o reteste.
- A triagem só deve começar quando os aplicadores tiverem certeza de uma eficaz aplicação. Se houver alguma dúvida, devem recorrer ao manual de instrução ou solicitar esclarecimentos a alguém treinado ou tecnicamente capacitado.
- É de fundamental importância providenciar, com antecedência, todo o material para aplicação do teste: tabela de Snellen; vareta ou lápis preto para apontar os optótipos; cadeira; metro ou fita métrica e ficha para registro dos resultados.
- Separado e conferido todo o material necessário, partir para a escolha do local de aplicação do teste, que deverá apresentar algumas

condições: no mínimo 6 (seis) metros; local bem iluminado, que permita a entrada de luz pelos lados ou por trás de quem estiver sendo testado. Evitar que a luz incida diretamente sobre a tabela de Snellen; local relativamente calmo, sem barulhos ou estímulos que possam desviar a atenção dos escolares.

- No momento de preparar o local para a triagem, lembre-se de escolher onde será afixada a tabela de Snellen; de afixar a tabela de tal modo que possa sofrer ajustes de acordo com a altura dos escolares (a linha correspondente à acuidade 1 = 100% no nível dos olhos de cada escolar que estiver sendo triado); demarcar no chão, com giz ou fita adesiva, uma linha com a distância de 5 ou 6 metros da tabela de Snellen, de acordo com a indicação da tabela; colocar uma cadeira com os pés traseiros sobre a linha riscada no chão.
- O preparo do escolar é fundamental para o êxito das atividades e visa: contribuir para a redução do nível de ansiedade; à familiarização com os procedimentos do teste; garantir presteza de respostas; e garantir a postura correta de sentar-se na cadeira do teste.
- Antes do início dos trabalhos práticos, todos os formulários devem estar à disposição dos aplicadores e devidamente preenchidos todos os dados sobre a unidade escolar, turma, nome dos escolares e educador. Recomenda-se que seja utilizada a ficha de atendimento coletivo que encontra-se disponível no Passo-a-Passo de Adesão a Semana Saúde na Escola.
- Durante a triagem, os aplicadores devem iniciar o exame apontando (com o lápis preto) para os optótipos maiores, perguntando para que lado as “pernas” do “E” estão voltadas (para cima, para baixo, para a direita ou para a esquerda); devem dar sequência a triagem até onde o escolar consiga enxergar sem dificuldade; apontar com o lápis para o optótipo, em posição vertical, passar o lápis em cima e depois

repousar, abaixo do optótipo; mover o lápis com segurança e ritmicamente de um optótipo para outro; solicitar ao escolar que estiver usando óculos para longe, durante a triagem, que os mantenha na avaliação; mostrar pelo menos dois optótipos de cada linha; em caso de dificuldade para enxergar, numa determinada linha, mostrar um número maior de optótipos da mesma linha. Caso a dificuldade continue, voltar à linha anterior. A acuidade visual que deverá ser registrada será aquela do número decimal existente, do lado esquerdo da tabela, da última linha em que o escolar conseguiu enxergar mais da metade dos optótipos; retestar todos os escolares que não atingirem 0,7. O registro do resultado deve ser o da medida da acuidade visual que foi maior; registrar como menor que 0,1 ( $<0,1$ ) o escolar que não conseguiu identificar corretamente o optótipo de maior tamanho.

- É importante observar e registrar, como observação na ficha de resultado da triagem, o escolar que durante a triagem da acuidade visual apresentar algum sinal ou sintoma ocular, como lacrimejamento; inclinação persistente de cabeça; piscar contínuo dos olhos; estrabismo (olho vesgo); cefaleia (dor de cabeça); testa franzida ou olhos semi-cerrados, entre outros.
- São critérios para encaminhamento regular às consultas oftalmológicas: acuidade visual inferior ou igual a 0,7; estrabismo (olho torto ou vesgo); escolar com mais de 40 anos de idade, com queixa de baixa acuidade visual para perto (ex: não consegue ler, não consegue enfiar linha na agulha); escolar diabético ou com história de glaucoma na família; e outros sintomas oculares (prurido, lacrimejamento ocasional, cefaleia).

## REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações)

Brasil. Ministério da Saúde. **Projeto Olhar Brasil: triagem de acuidade visual:** manual de orientação/Ministério da Saúde, Ministério da Educação. Disponível em:

[http://portal.saude.gov.br/portal/arquivos/pdf/MANUAL\\_PROJETO\\_OLHAR\\_BRASIL.pdf](http://portal.saude.gov.br/portal/arquivos/pdf/MANUAL_PROJETO_OLHAR_BRASIL.pdf) . Acesso em 1 de março de 2013 – Brasília: Ministério da Saúde, 2008. 24p.: il. - (Série A. Normas e Manuais Técnicos)

Machado EV.; Mazzaro, JL. **Diálogos com os professores sobre inclusão: fatos e histórias.** Edileine Vieira Machado (Coord.) - Brasília: LGE, 2008. BRASIL



## ATIVIDADES OPTATIVAS

### IDENTIFICANDO NECESSIDADES

### E CONHECENDO OS PARCEIROS

O Programa Saúde na Escola (PSE) vem contribuir para o fortalecimento de ações na perspectiva do desenvolvimento integral e proporcionar à comunidade a participação em programas e projetos que articulem saúde e educação, para o enfrentamento das vulnerabilidades que comprometem o pleno desenvolvimento de crianças, adolescentes e jovens brasileiros. Essa iniciativa reconhece e acolhe as ações de integração entre saúde e educação existentes e que causam impacto positivo na qualidade de vida dos educandos.

A escola é espaço privilegiado para práticas de promoção de saúde e prevenção de agravos à saúde e doenças. A articulação entre escola e unidade de saúde é, portanto, importante demanda do Programa Saúde na Escola.

As ações do PSE, em todas as dimensões, devem estar inseridas no projeto político-pedagógico da escola, levando-se em consideração o respeito à competência político-executiva dos Estados e Municípios, a diversidade sociocultural das diferentes regiões do País e a autonomia dos educadores e das equipes pedagógicas.

Destaca-se ainda a importância do apoio dos gestores da área de educação e saúde, estaduais e municipais, pois se trata de um processo de adesão que visa à melhoria da qualidade da educação e saúde dos educandos, que se dará à luz dos compromissos e pactos estabelecidos em ambos os setores.

Nas escolas, o trabalho de promoção da saúde com os educandos, professores e funcionários precisa ter como ponto de partida o que eles sabem e o que eles podem fazer. É preciso desenvolver em cada um a capacidade de interpretar o cotidiano e atuar de modo a incorporar atitudes e/ou comportamentos adequados para a melhoria da qualidade de vida. Desse modo, profissionais de saúde e de educação devem assumir atitude permanente de empoderamento dos princípios básicos de promoção da saúde por parte dos educandos, professores e funcionários das escolas.

FICHA DE ATIVIDADE 1

**NOME DA ATIVIDADE:** Vamos conhecer a Unidade Básica de Saúde?

**NÍVEL DE ENSINO:** (X) Fundamental (X) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** apresentar aos educandos a rede de saúde disponível para a comunidade, na perspectiva da prevenção/acompanhamento/tratamento de agravos.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** espaço onde os educandos podem se sentar em roda.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** roda de conversa de 60 min.

**DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:** A equipe irá apresentar aos estudantes os principais programas públicos de saúde voltados à prevenção e controle da obesidade e doenças crônicas não transmissíveis.

**REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):**

Publicações do Departamento de Atenção Básica. Disponíveis em:

<<http://dab.saude.gov.br/publicacoes.php>>.

FICHA DE ATIVIDADE 2

**NOME DA ATIVIDADE:** A salada

**NÍVEL DE ENSINO:** (X) Fundamental Séries Finais (X) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** sensibilizar para a importância do planejamento em uma ação de promoção da saúde.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** travessa retangular de louça, prato grande e redondo de vidro, recipiente redondo e fundo de acrílico, tarjetas, papel pardo, canetas coloridas, fita crepe.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** 1 hora

**DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:** o facilitador convidará o grupo para fazer uma grande e gostosa salada, com vários ingredientes e bem temperada. Os ingredientes e temperos estarão escritos em tarjetas de cartolina e dentro de seus respectivos recipientes, etiquetados (exemplo): LEGUMES, VERDURAS, ERVAS FRESCAS, PIMENTAS, ERVAS SECAS, VINAGRES, AZEITES, ÓLEOS, LIMÃO, QUEIJOS, ENLATADOS, CARNES DESFIADAS, PRESUNTO E OUTROS FRIOS, AZEITONAS, OVOS COZIDOS, CONSERVAS (recomenda-se utilizar nomes de frutas, verduras e legumes da estação e típicas da região). Esses recipientes ficarão à vista do grupo.

Onde colocar a salada: travessa retangular de plástico, prato grande plástico, recipiente redondo e fundo de plástico ou acrílico. Podem ser recipientes utilizados na própria cozinha da escola. Essas tarjetas ficarão à vista do grupo.

O facilitador solicitará ao grupo para sugerir o que fazer nesse momento.

Aprofundamento - esperar as respostas do grupo para iniciar a reflexão sobre a necessidade de planejamento para toda a ação que se vai fazer. Convidar o grupo a planejar os passos para a confecção da salada. Esperar

que o grupo se manifeste durante algum tempo, prestando atenção nas ideias que surgirem, que deverão ser analisadas com o grupo e relacionadas aos passos, simplificados, de um planejamento: levantamento de necessidades (o que lhe faz falta para uma boa nutrição); priorizar necessidades (o que o grupo quer comer); levantamento de recursos disponíveis (ingredientes e recipientes, nos quais caiba uma grande salada); a ação (alimentar o grupo); o quê (fazer uma salada); quem (o grupo); para quem (para eles, que são adolescentes); como (usando um recipiente bem grande, no qual serão misturados os ingredientes); com o quê (verduras, legumes, ervas, temperos, carnes de diferentes tipos, enlatados e conservas etc.); com quem (com o facilitador e todo o grupo); onde (na sala de aula); quando (hoje).

À medida que forem escolhidos recipientes e ingredientes, as respectivas tarjetas serão coladas no quadro de giz, podendo ser mudadas em função da reflexão do grupo sobre os passos do planejamento.

Quando a salada estiver pronta, as cartelas serão coladas em papel pardo, debaixo de cada um dos passos do planejamento de ação a que pertencem. Esse trabalho pode ficar exposto em local visível.

### **REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):**

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Promoção da Saúde.

Adolescentes promotores de saúde – uma metodologia para capacitação.

1.ed. - Brasília : Ministério da Saúde, 2000. Disponível em:

<[http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/capa\\_adolescentes.pdf](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/capa_adolescentes.pdf)>

FICHA DE ATIVIDADE 3

**NOME DA ATIVIDADE:** Roda de conversa. Promoção da saúde na escola

**NÍVEL DE ENSINO:** (X) Fundamental Séries Iniciais e Finais (X) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** criar rotina de troca de informações entre profissionais de saúde/educação e educandos.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** variáveis

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** 1 hora

**DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:** os profissionais de saúde/educação discutirão com os educandos, em uma roda de conversa, as necessidades da escola quanto às atividades de promoção da saúde, além de avaliar as ações já desenvolvidas. Essa troca com os educandos é de suma importância para se sentirem parte do processo de transformação.

FICHA DE ATIVIDADE 4

**NOME DA ATIVIDADE:** Mural - Conhecendo minha escola

**NÍVEL DE ENSINO:** (X) Fundamental Séries Iniciais e Finais (X) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** conhecer a opinião dos educandos sobre os principais problemas enfrentados na escola. Estimular os educandos a propor sugestões para a melhoria dos problemas citados.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** papel pardo/cartolina, figuras/recortes de jornais e revistas, canetas/lápis coloridos, giz de cera, cola.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** propõe-se que o mural fique à disposição das crianças por, no mínimo, uma semana.

**DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:** a escola criará dois murais feitos de cartolina/papel pardo a serem afixados no pátio/corredor/salas de aula (a critério da escola), com duas perguntas norteadoras: Em sua opinião, quais os maiores problemas da escola que interferem na sua aprendizagem? O que você acha que poderia ser feito para melhorar os problemas da escola? Diante dos questionamentos, os professores e funcionários da escola, ao longo da semana, motivarão os educandos a opinar no mural, com o intuito de melhorar as atividades em sala de aula e da escola de forma geral. Ao final da atividade, os questionamentos serão discutidos em sala de aula e serão traçadas ações simples a serem aplicadas durante o ano letivo.

**REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):**

MARCONDES, M.A.; NINA, V.C.L. **Oficina de ciências e consciência ambiental como metodologia de educação ambiental para educação não formal.** Disponível em:

<[http://www.prac.ufpb.br/anais/lcbeu\\_anais/anais/meioambiente/oficinadadencia.pdf](http://www.prac.ufpb.br/anais/lcbeu_anais/anais/meioambiente/oficinadadencia.pdf)>.



Pode ser verde, azul, castanho claro ou escuro, não importa, o olho humano é um órgão de rara beleza e de expressão singular. Sua função primordial é captar a luz do meio ambiente e convertê-la em impulsos nervosos que serão interpretados e transformados em imagens pelo córtex visual, situado no lobo occipital do cérebro.

Para o desempenho de funções tão sofisticadas, o olho apresenta características anatômicas e funcionais muito peculiares. A visão, além de fornecer em torno de 80% das informações sensoriais captadas do meio ambiente, contribui com a unificação, estruturação e organização de todas as outras informações advindas dos demais órgãos sensoriais.

Além disso, a visão é fundamental para o processo educativo, inserção cultural, habilidades sociais, assimilação de regras e normas do ambiente social. Está presente em quase todas as interações humanas que ocorrem predominantemente por meio de expressões faciais, gestuais e reciprocidade do olhar, em que sentimentos como admiração, amizade, desprezo, cumplicidade, intimidade, indiferença e punição são demonstradas ao outro.

Em uma sociedade tão marcada por estímulos visuais, não é difícil avaliar o significado das privações sensoriais causadas por perdas visuais, especialmente aquelas consideradas acentuadas e graves, que restringem ou impedem informações sobre o meio, prejudicando a interação social e a participação plena nos diversos aspectos da vida cotidiana.

Quando as perdas ocorrem prematuramente em crianças, podem ocasionar, caso não haja adequada intervenção, prejuízos em diversos aspectos do desenvolvimento, como atrasos no campo motor, cognitivo, emocional e social.

---

<sup>1</sup> Inspirado em: MACHADO, E. V.; MAZZARO, J. L. *Diálogos com os professores sobre inclusão: fatos e histórias*. Edileine Vieira Machado (Coord.) - Brasília: LGE, 2008. BRASIL.

Segundo dados do Conselho Brasileiro de Oftalmologia (CBO), aproximadamente 20% dos escolares brasileiros apresentam alguma alteração ocular e 10% necessitam usar óculos para correção de erros de refração (hipermetropia, miopia e astigmatismo); destes, 5% apresentam redução grave de acuidade visual.

É importante ressaltar que antes do ingresso das crianças na escola, as alterações visuais podem passar despercebidas da família pela ausência de sinais e sintomas que evidenciem o problema. Com o ingresso na escola e o esforço visual necessário ao processo educacional, as alterações visuais, preexistentes ou não, são evidenciadas e podem ser detectadas.

Torna-se imperativo que a escola participe de ações de promoção da saúde ocular, de identificação e encaminhamento de escolares para diagnóstico e tratamento dos problemas detectados com oftalmologistas.

Por isso, os Ministérios da Educação e da Saúde escolheram a saúde ocular como uma das ações prioritárias para a Semana de Saúde na Escola de 2013. Os escolares devem ser submetidos na escola a uma triagem ou teste de acuidade visual (TAV), para verificar a necessidade de serem encaminhados para uma consulta oftalmológica.

O TAV é considerado um indicador simples e eficaz de avaliação da função visual. Utilizado em diferentes países pela sua praticidade, não requer treinamento prolongado dos examinadores e nem uso de equipamentos sofisticados, permite triagem rápida e segura para o encaminhamento às consultas oftalmológicas.

Um componente essencial para a realização do TAV é a Tabela Optométrica Decimal de Snellen (Figura 1), que pode ser constituída por letras, números ou figuras de diferentes tamanhos, intituladas optótipos. Uma tabela bastante usual utiliza optótipos com a letra “E”, pois permite a triagem todas as pessoas, inclusive aquelas que ainda não foram alfabetizadas.

O TAV é baseado na relação entre os valores distância/tamanho. A pessoa avaliada deve ficar a distância da tabela de Snellen de 20 pés (seis metros), pois a essa distância as lentes dos olhos (cristalino) estão em posição natural e não precisam acomodar-se para encontrar o foco.

Durante o TAV, uma pessoa com acuidade visual normal é capaz de identificar os optótipos a uma distância de 20 pés. Sua visão será qualificada como 20/20, que significa que a 20 pés de distância, o avaliado pode ver o que uma pessoa com visão normal vê também a 20 pés, ou seja, sua visão está dentro do padrão de normalidade.

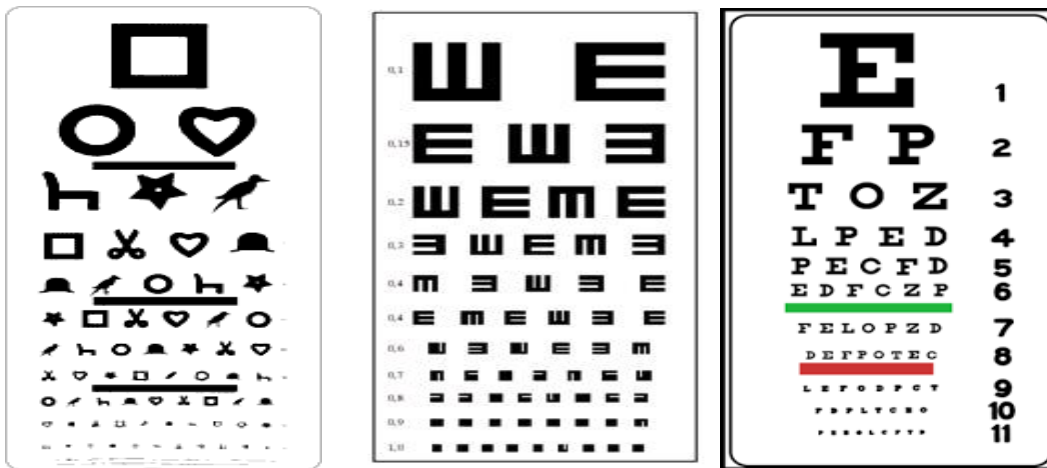


Figura 1 - Tabelas de Snellen

FICHA DE ATIVIDADE 5

**NOME DA ATIVIDADE:** Colorir ilustração

**NÍVEL DE ENSINO:** (X) Infantil ( ) Fundamental ( ) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** favorecer a compreensão do texto “A vaquinha Filomé” e desenvolver coordenação motora.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** cópia da história “A vaquinha Filomé”; cópias com a figura de uma ilustração da história; lápis de cores ou canetinhas hidrocor.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** ± 30 minutos

**DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:**

- Leitura da história “A vaquinha Filomé” para os educandos;
- Distribuir cópias da ilustração da história “A vaquinha Filomé”;
- Convidar todos os educandos para colorir a ilustração que receberam;
- Fazer uma pequena exposição com as ilustrações.

**ANEXO**



A VAQUINHA FILOMÉ

José Luiz Mazzaro

A Filomé não era uma vaquinha qualquer... Apesar de mugir como as outras e dar leite de montão, ela era uma vaquinha de exposição.

Ganhou tantos prêmios, tantos prêmios, que seu dono até perdeu as contas.

Mas de uns tempos para cá... Não dá nem para acreditar, como ficou diferente!

Até parece que Filomé ficou lelé!

Vivia tropeçando por todos os lados, com os olhos vermelhos, como se tivesse chorado.

Na hora de comer, fazia a maior confusão: misturava tudo na boca, até o que não era alimentação...

Seu dono procurou vários médicos-veterinários. E de médico em médico chegou a um famoso oftalmologista.

- Sabe o que aconteceu?

Nada de mais... Filomé não estava lelé e nem tinha problema nas patas. Foi só colocar um lindo par de óculos nela e tudo, tudo voltou ao normal!

### **REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):**

Brasil. Ministério da Educação. História para uma boa visão do escolar.

Brasília: MEC/FNDE/SEESP, 2002.

FICHA DE ATIVIDADE 6

**NOME DA ATIVIDADE:** Copiar a frase verdadeira

**NÍVEL DE ENSINO:** (X) Infantil (X) Fundamental Séries Iniciais ( ) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** favorecer a compreensão do texto “A vaquinha Filomé”.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** cópia da história “A vaquinha Filomé”, com frases verdadeiras e falsas sobre a história.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** aproximadamente 30 minutos

**DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:**

- Distribuir cópias da história “A vaquinha Filomé” com frases verdadeiras e falsas sobre a história;
- Convidar os educandos para uma leitura silenciosa;
- Após a leitura os educandos devem escolher e escrever a frase verdadeira sobre a história.

**ANEXO**

✂-----

Frases:

1. A vaquinha Filomé era toda azul.
2. A vaquinha Filomé não era uma vaquinha qualquer.
3. A vaquinha Filomé era lelé!

✂-----

**REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE** (fontes de conteúdo, publicações ou sites):

**Brasil. Ministério da Educação. História para uma boa visão do escolar. Brasília: MEC/FNDE/SEESP, 2002.**

FICHA DE ATIVIDADE 7

**NOME DA ATIVIDADE:** Jogos e brincadeiras

**NÍVEL DE ENSINO:** ( ) Infantil (X) Fundamental Séries Iniciais ( ) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** favorecer a compreensão sobre a história “O osso”.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** cópia da história “O osso” (em anexo), jogos e brincadeiras (em anexo), lápis ou caneta.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** ± 30 minutos

**DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:**

- Distribuir cópias da história “O osso”, com jogos e brincadeiras;
- Convidar os educandos para uma leitura silenciosa;
- Após a leitura os educandos devem resolver as atividades propostas.

**ANEXO**



O OSSO

José Luiz Mazzaro

Todo mundo sabe muito bem que cachorro adora roer um osso. Você já reparou no jeito que eles ficam ao ganhar um osso de presente?

Totó fica olhando para o seu osso sem piscar.

Já o Rex come o seu osso sem mastigar.

O Duque adora ficar levando seu osso para lá e para cá, para só depois saborear.

O Bumer gosta mesmo de enterrar o seu osso, para só procurar no outro dia.

A pequena Pequi trata o seu osso como se fosse um tesouro, colocando-o em sua casinha para vigiá-lo melhor.

Mas o que você não sabe é que cada um deles enxerga seu osso de forma diferente.

Totó, igual à maioria dos cachorros, vê o seu osso bem nítido e sem nada faltar.

Rex vê o seu osso faltando um pedaço, como se já dele tivesse comido, sem ao menos ter experimentado.

Duque vê seu osso embaçado, igual a dia nublado, ameaçando chover.

Bumer só vê bem o seu osso quando ele está bem longe, e por isso corre com ele para enterrar, pois tem medo de alguém pegar.

Já a pequena Pequi quase não consegue enxergar o osso, e por isso o guarda bem perto e usa seu olfato para vigiá-lo e encontrá-lo na hora que quiser.

Agora, para você que é bem esperto, vou contar um segredo: todas essas formas de enxergar não são apenas dos cachorros. Gente como a gente também pode enxergar assim.

Mas diferentemente do Duque e do Bumer, que não enxergam direito e não têm óculos para usar, você não precisa ficar vendo o seu caderno embaçado, faltando pedaço, chegando-o bem perto ou afastando-o para longe do nariz.

Basta não faltar à consulta ao oftalmologista e cuidar bem dos óculos que você ganhar, se precisar.

Agora, não se esqueça: já que o seu cachorro não pode ganhar óculos, leve-o então para ser vacinado.



## **REFERÊNCIA:**

Brasil. Ministério da Educação. História para uma boa visão do escolar.

Brasília: MEC/FNDE/SEESP, 2002.

FICHA DE ATIVIDADE 8

**NOME DA ATIVIDADE:** Jogos e brincadeiras

**NÍVEL DE ENSINO:** ( ) Infantil (X) Fundamental Séries Iniciais ( ) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** favorecer a compreensão sobre a história “O Ursinho Quelé”.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** cópia da história “O Ursinho Quelé” (em anexo), jogos e brincadeiras (em anexo), lápis ou caneta.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** ± 30 minutos

**DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:**

- Distribuir cópias da história “O Ursinho Quelé”, com jogos e brincadeiras;
- Convidar os educandos para uma leitura silenciosa da história;
- Após a leitura os educandos devem resolver as atividades propostas.

**ANEXO**



O URSINHO QUELÉ

José Luiz Mazzaro

Quelé era um ursinho muito atrapalhado. Vivia tropeçando em todas as coisas; tropeçava até nos próprios pés.

Quando precisava correr, caía estabonado no chão - e olha que ele era um verdadeiro peso-pesado!

Subir em árvores? Nem pensar!

Jogar bola, até que Quelé tentava, mas nem no gol os colegas o deixavam ficar, pois agarrava tudo, menos a bola.

Isso deixava Quelé muito triste, porque ele queria participar.

Na hora de escrever, Quelé fazia a maior confusão; nem mesmo com um espelho dava para fazer uma tradução.

Apesar de trapalhão, todos gostavam muito do Quelé, pois ele tinha um grande coração.

E a surpresa veio sem ninguém esperar, após uma consulta com um oftalmologista.

Foi uma festa quando a professora, com os óculos na mão, anunciou:

- Acho que agora o Quelé vai entrar no time de futebol da escola.

- Como?! Quelé não sabe dar nem pontapé! – falou admirado um coleguinha.

- Mas agora ele poderá virar um verdadeiro Pelé, pois vai enxergar tudo, tudo – falou a professora.

E foi exatamente o que aconteceu.

- Nossa, que diferença! - disse Quelé, bastante admirado, enxergando perfeitamente o que antes não podia ver.

Quelé agora enxergava a formiga queima-queima, os passarinhos cantando no galho do velho jatobá, a letra da professora e até a sujeira do seu pé.

Passou a correr sem cair ou tropeçar e até passar uma linha no fundo de uma agulha.

- Nossa, como é bom enxergar! – repetia sempre Quelé.

Só que ele não tomou alguns cuidados. Emprestava seus óculos para todo mundo brincar, largava-os de qualquer jeito e até jogados no chão.

Desse jeito não poderia mesmo durar, e logo Quelé descobriu como era difícil voltar a não enxergar.

Assim, ficou triste e arrependido por não ter cuidado direito dos óculos que ganhou.

Mas a sorte estava do lado de Quelé, que tinha muitos amigos, e eles lhe deram uma nova oportunidade.

Foi no dia de seu aniversário, e todos cantaram para ele uma musiquinha, que era mais ou menos assim:

### **VAMOS ESCREVER?**

**Escreva como poderia ser o final da história se Quelé não tivesse amigos.**

.....  
.....  
.....

### **REFERÊNCIA:**

Brasil. Ministério da Educação. História para uma boa visão do escolar. Brasília: MEC/FNDE/SEESP, 2002.

### **Outras atividades para trabalhar o tema saúde ocular na Semana Saúde na Escola**

Todos os professores e professoras, independentemente da série/ano ou disciplina que ministram e os profissionais de saúde, podem desenvolver atividades de caráter informativo, formativo, preventivo ou de promoção da saúde ocular. Por exemplo:

- ✓ Que tal aguçar a curiosidade dos escolares solicitando uma pesquisa relacionada à evolução do conhecimento sobre o funcionamento da visão, os problemas visuais e as diferentes formas de tratamento?

- ✓ Que tal solicitar uma pesquisa e depois organizar um debate em sala de aula sobre erros de refração: miopia, astigmatismo e hipermetropia?
- ✓ As professoras e os professores de Ciências ou de Biologia podem solicitar uma pesquisa em grupo sobre a história dos óculos e sua relação com os primeiros microscópios;
- ✓ As professoras e os professores de Ciências e de Física podem aproveitar a Semana de Saúde na Escola para dar início ao estudo dos fenômenos relacionados à luz (óptica física e geométrica) e sua aplicação prática no cotidiano (lentes para correção dos erros de refração, construção de telescópios e microscópios);
- ✓ Que tal debater a temática do preconceito mostrando sua relação com a falta de conhecimento (utilize como exemplo o que ocorreu ao longo da história da humanidade, em que o desconhecimento sobre a visão e os problemas visuais gerou perseguições, extermínio, abandono e diferentes formas de exclusão econômica, política, social e cultural dos deficientes visuais)?
- ✓ Que tal debater com os escolares mostrando que as críticas e os apelidos podem fazer com que uma pessoa, mesmo necessitando de correção óptica, abandone os óculos para não ser alvo de bullying?
- ✓ Que tal a professora ou o professor e os profissionais da saúde perguntar ao educando que usa óculos como ele faz para conservá-los? E depois demonstrar como se deve guardar, limpar e retirar os óculos do rosto para evitar possíveis danos;
- ✓ Que tal trabalhar ao longo da semana com atividades de contação de histórias existentes no guia ou outras que tiver acesso, sobre o tema saúde ocular?
- ✓ Que tal promover um debate na escola sobre prevenção de acidentes oculares, ocasionados por brincadeiras com espadas, facas, estiletos

e outros objetos pontiagudos, bombinhas e estilingue, que provocam úlceras traumáticas, queimaduras, contusões, perfurações do globo ocular e outros danos?

- ✓ Que tal convidar artistas de sua cidade para apresentar na escola uma peça teatral, de repentistas, de contação de histórias, sobre saúde ocular?
- ✓ Que tal solicitar aos educandos, após a leitura de uma das histórias infanto-juvenis sobre saúde ocular, que eles façam uma ilustração sobre o que mais gostaram da história, apresentem um breve relato sobre o que aprenderam de importante; recontem a história; interpretem a história por meio de mímicas; escrevam um pequeno texto sobre a história; montem em grupo uma história em quadrinhos?
- ✓ Teatro de fantoches é uma ideia muito legal. Quem sabe alguém da comunidade pode fazer os bonecos utilizando os personagens das histórias? Depois é só pedir aos educandos para montar os espetáculos.
- ✓ Que tal aguçar a curiosidade dos escolares solicitando uma pesquisa, em grupo, sobre ilusão de ótica? A melhor pesquisa poderá ser apresentada para toda a comunidade escolar.

## **OUTRAS HISTÓRIAS SOBRE SAÚDE OCULAR**



### **A CORUJINHA E O SABIÁ**

José Luiz Mazzaro

Conta uma lenda que em uma floresta existia um Sabiá que, além de teimoso, era muito preguiçoso. Seus pais sempre o aconselhavam, mas de nada adiantava. Ele não queria nem saber, achava que era o dono da verdade e que nada podia lhe acontecer.

Um belo dia, o Sabiá preguiçoso dormiu o dia inteiro e só acordou quando estava bem escuro.

- Nossa, que soneca gostosa! - disse o Sabiá em voz alta, espreguiçando e acordando todos.

- O que é isso, meu filho?! Tenha mais educação, não vê que seus irmãos estão dormindo?!

- Ora, mãe, estou apenas me levantando para dar uma voltinha por aí.

- E isso são horas de dar uma voltinha?! – disse sua mãe, cheia de preocupação.

O Sabiá nem escutou o que sua mãe estava falando, continuou espreguiçando e se esticando todo. Até que ouviu o seu estômago “reclamar”: - crourrrrrrr, crourrrrr!

- Nossa, que fome! Preciso sair imediatamente para caçar, pois com essa fome não dá para ficar.

Mesmo enxergando muito pouco, o Sabiá preguiçoso não pensou duas vezes: esticou as asas e zás, pulou do galho para o voo noturno.

O Sabiá teimoso nem chegou a sentir direito o frescor da brisa noturna batendo em suas asas, pois o seu voo foi interrompido por um galho de jatobá.

- Bummmm, trummm, aiiiiiiiiiii. Caiu estatelado no chão.

- Nossa, que tombo! - falou ainda tonto.

O nosso amigo ainda nem havia se recuperado do susto, quando uma enorme boca quase o engoliu.

- Ai, meu Deus! – disse, saltando para trás e escapando do pior.

Foi pura sorte, pois a onça errou o bote e o Sabiá escapou.

Mesmo assim, ele continuou reclamando da sorte, até que

ouviu uma voz perguntar:

- A esta hora você não deveria estar dormindo, Sabiá?!

- Quem está falando comigo? - perguntou, ainda mais assustado.

- Sou eu, a Corujinha feliz.

- A Corujinha da noite? - perguntou, mais aliviado.

- Sim, sou eu.

- Oi, Corujinha! Desculpe-me, mas eu não estou enxergando nada!

- Também não é para menos, a esta hora da noite!

- Sabe, Corujinha, eu dormi um pouquinho mais e só acordei agora, com uma baita de uma fome. Resolvi então dar uma voltinha para procurar comida.

- Só que você está correndo sérios riscos, Sabiá!

- Eu sei, Corujinha, mas estou com tanta fome...

- Mas nesta escuridão toda, e sem enxergar direito, você vai acabar virando comida de onça!

- Nem fale, Corujinha, que eu não gosto nem de pensar!

- Mas deve pensar, Sabiá, pois antes de fazer qualquer coisa errada devemos pensar em todas as consequências. Ninguém alertou sobre os riscos de sair assim pela noite?

- É, minha mãe vive falando...

- Mas você é teimoso, eu sei... Agora fique bem quietinho neste oco do jatobá, que eu vou buscar alguma coisa para você comer.

A Corujinha, com muita destreza, foi desviando de todos os obstáculos, e num verdadeiro vapt-vupt voltou, e ao Sabiá entregou uma frutinha vermelha.

- Obrigado, Corujinha! – ele disse, antes de comer a frutinha. E agradeceu ainda mais quando sentiu o gosto e descobriu que ela era a sua preferida.



Depois de saciar a fome, e já recuperado do tombo e do susto, o Sabiá sentiu sede, e para a Corujinha perguntou:

- Como posso chegar até o rio?

- É fácil, mas à noite você pode se machucar! - alertou a Corujinha.

Mas o Sabiá, com toda a sua teimosia, insistiu tanto, que a Corujinha acabou ensinando.

- Bata as asas cem vezes sem parar, e não esqueça de desviar dos galhos, que em pouco tempo ao leito do rio você chegará.

O Sabiá encheu o peito de ar, abriu bem as asas e começou a bater e a contar:

- 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, trummmm, brummmm, aiiiiiii...

Caiu novamente estatelado no chão. Só que dessa vez, para sua sorte, machucou o bico, quase quebrou a asa direita e teve uns poucos arranhões.

- É, Corujinha, deveria ter seguido os seus conselhos. Acho que agora não dá para buscar água não.

- Calma, Sabiá, fique aí de repouso refletindo sobre sua teimosia, enquanto eu busco água para você.

Como a Corujinha tinha o bico muito curto, ela apanhou uma flor e nela buscou água fresca para o Sabiá.

O Sabiá, depois de saciar a sede, perguntou: Como você faz, Corujinha, para enxergar tão bem à noite?

- Enxergo porque estou muito bem adaptada. Durante o dia estou dormindo e à noite bem acordada.

- E se você fizer o contrário, Corujinha?

- Não, não dá para enxergar.

- Por quê?

- É muita claridade para poder suportar!

- Quer dizer que você já tentou?
- Sim, e também me dei muito mal! Por isto, agora vivo muito feliz à noite.
- Mas me conte, como tudo aconteceu, Corujinha?
- Eu achava que viver durante o dia era uma maravilha, me revoltei contra minha espécie e fui viver à luz do dia. Sem enxergar direito, levei muitos tombos, fui perseguida por outros animais, e por sorte encontrei um sábio sabiá que, além de me salvar, muito me ensinou.
- Que lições esse “irmão” sabiá ensinou?
- Que devemos ser humildes e nos mais velhos e experientes acreditar.
- O que mais ele ensinou?
- Que devemos respeitar as regras da natureza que são sábias, e as adaptações de cada espécie, que levaram centenas de anos para ocorrer.
- Estou envergonhado, Corujinha!
- Não precisa ficar, sou sua amiga e estou aqui para ajudá-lo!
- Muito obrigado! - disse ele, com respeito e admiração.
- Nada de me agradecer, Sabiá. Esta noite, grandes lições da natureza você tirou.
- Sim, Corujinha, que devo deixar de ser preguiçoso.
- Isto também, mas principalmente que a visão é um fator fundamental em nossa vida, e por isso devemos cuidar muito bem dela.
- Dormindo e vivendo na hora certa?
- Não apenas isso, Sabiá. O homem, que é considerado o mais inteligente de todo o Reino Animal, adota algumas medidas e

cuidados fundamentais para a proteção e a manutenção de sua saúde visual.

- Que medidas, amiga Corujinha?

- São várias, e começam desde o nascimento, quando o médico aplica um colírio, de nitrato de prata, para evitar infecções. Continua nos cuidados de higiene, nas vacinas que as crianças devem tomar, na não utilização de qualquer tipo de medicamento nos olhos sem recomendação médica.

- Mas existem pessoas que utilizam medicamentos assim?

- Sim, Sabiá. Acho que em todo o Reino Animal existem sabiás e outros animais teimosos como você.

O Sabiá riu sem graça e perguntou:

- Existem outras recomendações?

- Sim, que todas as crianças devem, o mais cedo possível, consultar um oftalmologista, ou realizar um teste de acuidade visual, antes do processo de alfabetização.

- Afabeti o quê?

- Alfabetização, Sabiá, ou seja, aprender a ler e escrever.

- Estou realmente aprendendo muito esta noite, Corujinha.

- E vai aprender mais.

- Então me diga, Corujinha, o que o homem faz com as crianças que não enxergam bem?

- Eles receitam uma lente para a correção visual. Essa lente fica presa em uma armação, e o conjunto é chamado de óculos.

- Corujinha, só as crianças que usam óculos têm doenças na vista?

- Não, Sabiá, todas as crianças podem apresentar doenças. E existem algumas doenças, como as conjuntivites, que são muito contagiosas.

- O que é isto, Corujinha?

- São doenças que passam rapidamente de uma pessoa para outra. No caso das conjuntivites, as pessoas devem evitar ficar esfregando os olhos, e devem tomar todo o cuidado para não enxugar o rosto em toalhas coletivas ou que foram usadas por pessoas doentes.

- Existem crianças que se acidentam como eu?

- Muitas, Sabiá, e por isso foi muito importante você tocar no assunto. É lógico que elas não vão sair por aí voando como você, mas devem evitar brincar com espadas e objetos pontiagudos, que são muito perigosos. Além disso, elas devem tomar todo o cuidado quando um cisco ou um corpo estranho cair nos olhos.

- O que elas devem fazer?

- Ficar calmas e solicitar a ajuda de um adulto, que com muito cuidado e usando um cotonete deve tentar retirar o corpo estranho. Se não conseguir retirar com facilidade, deve tampar o olho da criança e procurar ajuda médica.

- E a alimentação?

- É fundamental, pois a alimentação inadequada, especialmente nas crianças, pode até levar à cegueira. Portanto, Sabiá, frutas, verduras e leite para as crianças não podem faltar.

Naquela noite, a Corujinha e o Sabiá conversaram até o sol raiar. Conta a lenda que o Sabiá mudou de vida, tornou-se bom filho e responsável. Conta ainda a lenda que o seu encontro com a Corujinha um dia se tornará uma historinha de verdade, para ensinar e orientar todas as crianças.

## REFERÊNCIA:

**Brasil. Ministério da Educação. Projeto Escola Feliz: histórias e músicas para prevenção, inclusão e formação da cidadania. Brasília: MEC/SEESP, 2003.**



### O SONHO

José Luiz Mazzaro

Um dia tive um sonho e levei um grande susto, pois vi, de verdade, um par de óculos falando. Ele veio caminhando e dizendo que tinha uma grande preocupação.

Eu, embora assustado, aguicei minha curiosidade e perguntei qual era a sua preocupação.

Ele me olhou bem nos olhos e respondeu:

- As crianças não estão me usando direito.

- Como assim?! – perguntei, intrigado.

- Me deixam jogado ou guardado de qualquer jeito. Assim, minhas lentes ficam arranhadas e eu não posso ajudar o meu dono a enxergar direito.

- Nossa, que desleixo! – falei para os óculos falantes.

- Às vezes me emprestam para o coleguinha que ainda não precisa de mim, apenas para brincar...

- Mas o que pode acontecer??? – perguntei com a curiosidade dos que querem aprender.

- Eu acabo ficando desajustado, e assim meu dono só tem a perder.

Sem falar no coleguinha que poderá ter uma tremenda dor de cabeça.

- E é isso que está deixando você tão contrariado?!

- Não é só isso, muitos criticam os que estão me usando, sem compreender que sou muito necessário para ler, escrever e viver melhor.

- Que tipo de crítica?! – perguntei, fingindo não entender.

- Colocam muitos apelidos. É quatro-olhos, zoinho, olhos-de-vidro e até coió.

- Mas isso é falta de coleguismo e de educação.

- É muito mais do que isso, é falta de amizade, de respeito e de consideração – disseram os óculos, com grande preocupação.

Depois que acordei daquele sonho fiquei me lembrando dos meus tempos de criança, quando sofria com os apelidos e recusava usar os óculos de que tanto precisava.

Mas tudo isso faz muito tempo. Hoje usar óculos é charmoso, elegante e um sinal de inteligência.

O presidente usa, aquele jogador de futebol também, os artistas da TV e muitos outros. Por que, então, deixar de usar?!

Fique, portanto, muito atento: se você não precisar de óculos, não critique o colega que vai usar.

Agora, se você precisa usar, lembre-se: é necessário saber limpá-los, saber guardá-los e não ligar para os que ainda insistem em criticar.

## **REFERÊNCIA:**

Brasil. Ministério da Educação. Projeto Escola Feliz: histórias e músicas para prevenção, inclusão e formação da cidadania. Brasília: MEC/SEESP, 2003.

A alimentação e nutrição são requisitos básicos para promoção e proteção da saúde, possibilitando a afirmação plena do potencial de crescimento e desenvolvimento humano, com qualidade de vida e cidadania.

Entende-se alimentação como fator condicionante e determinante da saúde humana, e que as ações de alimentação e nutrição devem ser desempenhadas transversalmente às ações de saúde, em caráter complementar e com formulação, execução e avaliação dentro das atividades e responsabilidades do sistema de saúde.

No campo da alimentação, são diversas as possibilidades de inserção do tema alimentação saudável no cotidiano educando, no trabalho conjunto entre os profissionais da saúde e da educação. Abordagem do tema em sala de aula ou em eventos, trabalho com horta, desenvolvimento de recursos educacionais, envolvimento da cantina e monitoramento do estado alimentar e nutricional dos educandos são algumas das múltiplas possibilidades.

A abordagem do tema contribui para a formação de hábitos alimentares saudáveis e para o reforço do papel da família, visando não apenas à promoção da saúde, mas a prevenção de doenças crônicas não transmissíveis, cujas causas encontram lugar no consumo excessivo de alimentos ricos em açúcar, gorduras e sódio, e na adoção de um modo de vida sedentário. Além disso, as crianças e adolescentes são um público vulnerável à publicidade de alimentos e aos modismos de um conjunto de dietas que podem ter repercussões sérias no consumo alimentar e conseqüentemente no estado de saúde.

No contexto de alimentação e nutrição é importante ficar atento à saúde bucal. Desenvolver atividades de educação e avaliação do estado de saúde bucal, escovação dental supervisionada, aplicação tópica de flúor e

avaliação do estado de saúde bucal estimula os educandos a incorporarem hábitos saudáveis, como o consumo moderado de alimentos que causam cáries, além de conscientizá-los sobre a importância da higiene bucal. Durante essas atividades, poderão ser identificadas as necessidades de tratamento odontológico apresentadas pelas crianças e pelos adolescentes/jovens.

As atividades listadas abaixo visam a auxiliar os profissionais de saúde e educação na abordagem de conceitos sobre a capacidade de o indivíduo fazer escolhas saudáveis e formar/reforçar hábitos de vida saudáveis, além de mobilizar gestores com vistas a tornar essas escolhas factíveis à população.



FICHA DE ATIVIDADE 9

**NOME DA ATIVIDADE:** Feira gastronômica do PSE

**NÍVEL DE ENSINO:** (X) Fundamental Iniciais e Finais (X) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** integrar as ações de saúde, educação e cultura local.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** alimentos regionais e preparações típicas.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** um período do dia (manhã, tarde ou noite).

**DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:** a equipe PSE, com os educandos e familiares, montará uma feira com os alimentos e preparações típicas do município ou região, com o objetivo de resgatar costumes e tradições locais, valorizando a cultura e hábitos alimentares regionais. Nessa feira, poderão ser apresentados produtos da comunidade local. Com a interação e troca de conhecimentos, a comunidade conhecerá novos sabores, resgatará as tradições culturais locais e desmistificará conceitos.

**REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):**

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde. Coordenação-Geral da Política de Alimentação e Nutrição. **Alimentos regionais**

**brasileiros.** Brasília: Ministério da Saúde, 1 ed., 2002. 140p. (Série F.

Comunicação e Educação em Saúde; n.21). Disponível em:

[http://189.28.128.100/nutricao/docs/geral/alimentos\\_regionais\\_brasileiros.pdf](http://189.28.128.100/nutricao/docs/geral/alimentos_regionais_brasileiros.pdf)

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Coordenação-Geral da Política de Alimentação e

Nutrição. **Manual operacional para profissionais de saúde e educação: promoção da alimentação saudável nas escolas.** Brasília: Ministério da

Saúde, 1 ed., 2008. 152p. Disponível em: <

[http://189.28.128.100/nutricao/docs/geral/manual\\_pse.pdf](http://189.28.128.100/nutricao/docs/geral/manual_pse.pdf)>

FICHA DE ATIVIDADE 10

**NOME DA ATIVIDADE:** A escolha de alimentos saudáveis

**NÍVEL DE ENSINO:** (X) Fundamental Iniciais e Finais (X) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** estimular os educandos a conhecer os grupos de alimentos e assim ter capacidade de escolhas.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** variáveis

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** 1 hora

**DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:** por meio de cartazes e conversas em sala de aula, os educandos discutirão sobre os grupos de alimentos e sua importância para o organismo. Ao longo de um dia, os alunos observarão e anotarão o que consumiram. No dia seguinte, os professores retomarão o assunto e analisarão, com os alunos, o perfil dos alimentos consumidos por meio dos grupos e cores de alimentos.

**REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):**

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Manual operacional para profissionais de saúde e educação: promoção da alimentação saudável nas escolas. Brasília: Ministério da Saúde, 2008. 152p. (Série A. Normas e Manuais Técnicos).

Disponível em: <

[http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/manual\\_operacional\\_profissionais\\_saude\\_educacao.pdf](http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/manual_operacional_profissionais_saude_educacao.pdf)>

FICHA DE ATIVIDADE 11

**NOME DA ATIVIDADE:** Eu faço a notícia

**NÍVEL DE ENSINO:** (X) Fundamental Iniciais e Finais (X) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** mobilizar os educandos a criar diferentes tipos de reportagem acerca do tema 'Envelhecimento saudável x obesidade'.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** variam de acordo com o tipo de reportagem escolhido pelo aluno.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** não existe tempo padronizado, varia de acordo com o planejamento da escola.

**DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:** será solicitado que os educandos criem reportagens voltadas ao tema 'Envelhecimento saudável x obesidade'. Murais, colagens, desenhos, pinturas, jornal da escola, entrevistas com a comunidade educando (professores, funcionários da escola, pais, dentre outros). Esse momento será importante para os estudantes discutirem sobre as diferentes formas do envelhecer saudável e sua relação com a obesidade. Ao final, essas reportagens serão analisadas em todas as turmas para todos poderem conversar sobre o assunto e elaborar seu conceito. Os materiais criados podem ser colocados à disposição na biblioteca da escola ou mesmo expostos no pátio ou corredores.

**REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):**

Publicações da Coordenação-Geral de Alimentação e Nutrição. Disponíveis em: <<http://nutricao.saude.gov.br/publicacoes.php>>

Publicações do Departamento de Atenção Básica. Disponíveis em: <<http://dab.saude.gov.br/publicacoes.php>>.

FICHA DE ATIVIDADE 12

**NOME DA ATIVIDADE:** Linha do tempo das famílias (palestra ou teatro)

**NÍVEL DE ENSINO:** (X) Fundamental Finais (X) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** fazer um histórico sobre a transição alimentar e nutricional da população brasileira ao longo dos anos.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** variáveis

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** 2 horas

**DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:** os professores mobilizarão os estudantes a pesquisar sobre os padrões alimentares dos brasileiros desde a chegada dos colonizadores até a atualidade. Essa pesquisa visa chamar a atenção dos estudantes para os padrões alimentares e a transição alimentar e nutricional que acontece ao longo dos anos. Por meio dessa visão, os estudantes identificam costumes que se perderam (saudáveis ou não) e costumes agregados de outras culturas (saudáveis ou não), além de trabalhar o senso crítico quanto às escolhas de alimentos. O resultado da pesquisa pode ser apresentado em forma de palestras (turma/série) ou teatro (as turmas se reúnem e apresentam para a escola).

**REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):**

Publicações da Coordenação-Geral de Alimentação e Nutrição. Disponíveis em: <<http://nutricao.saude.gov.br/publicacoes.php>>

Publicações do Departamento de Atenção Básica. Disponíveis em:

<http://dab.saude.gov.br/publicacoes.php>

## FICHA DE ATIVIDADE 13

**NOME DA ATIVIDADE:** A escolha de alimentos saudáveis

**NÍVEL DE ENSINO:** (X) Fundamental séries iniciais ( ) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** conscientizar sobre a importância de ter uma alimentação saudável, nutritiva e balanceada, para o crescimento e o desenvolvimento esperados; conhecer hábitos e atitudes necessárias para uma alimentação saudável; facilitar o processo de escolha de diferentes grupos de alimentos; favorecer comportamentos saudáveis relacionados à alimentação diária; estimular escolhas acertadas para uma alimentação saudável; conhecer os alimentos importantes para a manutenção da saúde; favorecer a reflexão sobre os danos ocasionados pelos apelidos pejorativos.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** uma cópia da história “Irmãos e amigos”; folhas de papel em branco para desenhar; lápis preto e de cor; folha com atividades.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** 50 minutos.

**DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:** ler a história “Irmãos e amigos” para os educandos. Após a leitura, o professor ou a professora deve distribuir, para cada um dos educandos, uma folha de papel em branco, para fazerem uma ilustração. Solicitar aos educandos que, individualmente, façam uma ilustração sobre a parte da história da qual mais gostaram (pode ser proposta como atividade extraclasse). Em seguida, o professor ou professora abre uma roda de conversa para debater a história, perguntando:

1. Com qual personagem da história se identificaram mais e por quê?
2. Quais comportamentos e hábitos alimentares mais contribuíram para o personagem Guilherme, da história “Irmãos e amigos”, ficar obeso?
3. Quais comportamentos e hábitos alimentares mais contribuíram para Felipe, o personagem da história “Irmãos e amigos”, ficar com baixo peso?

4. Se recebessem um apelido pejorativo, como fariam?
5. Quais lições aprenderam com a história “Irmãos e amigos”?

### **REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):**

Mazzaro, JL. Estudando com saúde. Ministério da Educação e do Desporto/Secretaria de Educação do Distrito Federal/FEDF, 1998.

## **Irmãos e amigos**

José Luiz Mazzaro

Guilherme e Felipe eram irmãos e muito amigos, mas na escola andavam separados e cabisbaixos por causa dos apelidos que receberam.

Guilherme era chamado pelos colegas de “botijão”. Lógico que ele não gostava, pois ninguém gosta de apelidos pejorativos.

Mas que ele era um verdadeiro glutão, isso ninguém podia negar. Comia um, dois, três pães de uma vez, e ainda pedia mais:

- Glut, glut - ele logo engolia, com manteiga, requeijão ou goiabada. Até mesmo sem nada.

Felipe era o que nunca queria comer, talvez para ganhar tempo de correr e brincar.

- Felipe, quer um pedaço de bolo? – perguntava sua mãe.

- Nãooooo, mãe, estou sem fome!

- Felipe, venha tomar um copo de leite.

- Não, mãe! Eu detesto leite!

Virou “macarrão”, e sofria muito por causa do apelido que ganhou dos colegas de escola.

Felipe não comia, mas era um verdadeiro agito, pois não parava um minuto sequer. Jogava bola, empinava pipa, andava de bicicleta, brincava de pião ou pique-pega.

Já Guilherme era meio parado, via muita televisão e não gostava de bicicleta não!

- Jogo de bola, pique-esconde ou bicicleta são muito cansativos - dizia, e cada vez que Felipe o chamava para brincar de pique-pega, vinha logo com este refrão:

- Para que brincar de pique-pega? Videogame dá muito mais emoção...

De uma coisa os dois realmente não gostavam e reclamavam: serem chamados de “botijão” e “macarrão”.

Apesar de todas as diferenças, os dois irmãos eram muito unidos.

Depois de gritar várias vezes pelo nome do irmão, Felipe acabou chamando:

- Botijão, botijão...!

E o Guilherme, bastante irritado, respondeu:

- Sabe, Felipe, já estou cansado de me chamarem de “botijão”.

- Ora, Guilherme, com toda essa pança, só poderia ser baleia, elefante, bolão ou botijão.

Guilherme, irritado, gritou:

- E você, seu tripinha azeda, esverdeado, magro desse jeito você parece mesmo um macarrão espetado.

Ao escutar, da sala de visitas, aquela discussão, tia Sônia falou para a amiga, que há muito tempo não via:

- Sandra, minha amiga, desculpe me intrometer, mas esses meninos não podem tratar um ao outro dessa forma. E a causa da briga certamente é a alimentação inadequada. Felipe está aparentemente abaixo do peso e Guilherme, com certeza, está obeso.



- É verdade, amiga, mas não sei o que fazer. Todos os dias, aqui em casa, na hora do almoço ou do jantar, são brigas e mais brigas, não dá nem para contar... Felipe não quer comer nada, só belisca um pedacinho de carne, tomate ou agrião.

E a Sônia perguntou:

- E o Guilherme?

- Este parece um furacão, mas nas frutas e verduras ele não quer nem tocar!

- Você tem conversado com esses meninos sobre alimentação fora do horário das refeições?

- Sabe, Sônia, já tentei de tudo e estou cansada até de reclamar e discutir.

- Isto não adianta, Sandra, o que esses meninos precisam é de orientação. Leve-os ao meu consultório. Afinal, sua amiga aqui é nutricionista.

- Desculpe, Sônia, eu havia me esquecido, amanhã mesmo eles estarão lá.

No dia seguinte, no consultório, Sônia orientou a amiga a deixar os meninos e ir passear.

Depois de medir e pesar cuidadosamente Guilherme e Felipe, iniciou uma longa conversa. E perguntou:

- Guilherme, o que você mais gosta?

- De ver televisão – respondeu sorrindo.

- Não, eu estou perguntando de comida...

- Comida, tia? Ai, que fome! A senhora tem algo aí para comer?

- Tenho, Guilherme, vá até a geladeira e pegue uma maçã.

- Mas maçã, tiaaaaa...?

- Você não gosta de maçã?

- Até gosto, mas prefiro um pão com manteiga, um bolo, uma batatinha, um hambúrguer, uma pizza, uma lasanha, refrigerante, sorvete, chocolate, pudim e balinha.

Guilherme passava a língua pelos lábios. Terminou dizendo:

- Que delícia, tia...

Sônia voltou a perguntar:

- Agora me diga, do que você não gosta?

- Só não gosto que me chamem de “botijão”!

- Não, Guilherme, estou perguntando sobre comida.

- Bom, não gosto de jiló e nem de comida de coelho.

- Comida de coelho?

- Sim, tia... Alface, cenoura, repolho, couve, agrião e outras baboseiras.

- Mas, Guilherme, esses alimentos são muito importantes para uma alimentação equilibrada. Além de serem fontes de vitaminas e sais minerais, são ricos em fibras que ajudam no funcionamento do intestino. .

- E você, Felipe, gosta de quê?

- De frutas e de iogurte, porque tem um que vale por um bifinho e não precisa nem mastigar.

- Veja, Felipe, em primeiro lugar mastigar é muito importante para uma boa digestão, pois o estômago não possui dentes e precisa receber os alimentos bem triturados para facilitar a digestão. Por isso, os alimentos devem ser bem triturados para toda a energia liberar.

Dessa forma tia Sônia foi passando as lições. Em seguida fez algumas importantes recomendações:

- Para acabar com os apelidos, sabem o que vocês devem fazer?

- Brigar com quem nos chamar de botijão e macarrão?! - retrucou Felipe.

- Não, nem pensar! Para acabar com qualquer apelido, a gente nunca deve apelar, quanto mais brigar! Ter uma boa conversa com os colegas e pedir para serem chamados pelo nome e não por apelido.

Felipe perguntou:

- E se isso não resolver?

- Aí vocês devem contar para a professora ou o professor que, com certeza, vai tomar as providências necessárias, pois um direito está sendo desrespeitado.

Sônia continuou dizendo:

- Agora, de conduta, com certeza, vocês devem mudar.

- Como assim? - perguntaram os dois de uma só vez.

- Em relação à alimentação... Garanto que em pouco tempo vocês serão outros.

- Então, tia Sônia, conte logo o que fazer – quis saber Guilherme.

- Como vocês são dois grandes amigos, um sempre ajudará o outro.

- Ajudar como?!

- Brincando juntos, assistindo televisão e estudando no mesmo horário, além de colaborar nas tarefas domésticas.

- Mas o Guilherme não gosta de brincar ou comer as mesmas coisas que eu.

- É verdade, Felipe, e por isso vocês devem se ajudar. Para o Guilherme, sei que no início será difícil se acostumar, mas é preciso insistir. Portanto, vamos tentar estabelecer algumas regrinhas:

- acostumem-se a tomar um bom café da manhã, pois deve ser uma das principais refeições do dia;
- doces, balas ou chocolates podem ser consumidos com moderação;
- evitem alimentos gordurosos, açucarados ou enlatados, pois em grande quantidade podem ser nocivos à saúde;

- o hambúrguer é um sanduíche delicioso, mas não deve substituir o almoço ou o jantar, podem ser consumidos com moderação.;
- descansem pelo menos trinta minutos após o almoço ou jantar, procurem não discutir nas refeições, para não prejudicar a digestão;
- lembrem-se: uma alimentação saudável necessita ser equilibrada, e por isso ela deve ser bastante variada;
- evitem comer frituras, principalmente os salgadinhos; prefiram alimentos frescos e naturais;
- os refrigerantes são saborosos,, mas podem ser consumidos sem exageros. . Procurem substituí-los por sucos naturais e muita água;
- frutas, legumes e verduras no dia a dia não podem faltar; e quando a fome apertar comam uma fruta..
- Não se esqueçam de ingerir água. É um alimento importante para a composição do nosso corpo.

Ahhhhh, já ia me esquecendo: Guilherme, para aproveitar a companhia do Felipe, que tal vocês brincarem mais na rua e fazer outras atividades, como recreação, e muito, muito exercício, seja bicicleta ou natação, pega-pega, pipa ou pião? O Videogame você pode brincar, mas pode ser uma hora por dia, depois dos exercícios e dos deveres. Seguindo esses conselhos, tudo vai mudar. Gordura não é sinal de saúde, magreza também não. O ideal é haver equilíbrio por meio dos exercícios e da alimentação, para manter o crescimento e o desenvolvimento ideal do organismo.

- Guilherme e Felipe voltaram para casa muito empolgados e encorajados para tudo mudar.

No início, foi tudo muito difícil, até algumas briguinhas não deixaram de ocorrer, assaltos à geladeira não faltaram. Muita preguiça e chororô pintaram, mas os dias foram passando e os resultados não tardaram a aparecer.

Vieram às férias, e os dois se adaptavam. Juntos foram comendo e brincando. O tempo assim bem rápido foi passando, sem eles mesmos perceberem. Chegou o dia de voltar ao consultório...

- Nossa, que surpresa agradável, você perdeu vários quilos! – falou Sônia, sorrindo, para Guilherme.

Pesou e mediu Felipe. E comentou:

- Que maravilha, Felipe, você ganhou dois quilos!

O mais importante aconteceu no retorno às aulas.

Guilherme virou um craque de futebol e formou uma dupla sensacional. Ele e o Felipe no ataque do time da escola. Era só:

- Goooool do Guilherme...!!!

- Goooool do Felipe...!!!

Já estava me esquecendo de contar: daqueles apelidos horrorosos, que eles detestavam, ninguém nunca mais ouviu falar.

FICHA DE ATIVIDADE 14

**NOME DA ATIVIDADE:** Conhecer para prevenir

**NÍVEL DE ENSINO:** (X) Fundamental séries iniciais ( ) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** conhecer os principais sintomas da diabetes; incentivar o diagnóstico precoce da diabetes do Tipo II; favorecer o processo de inclusão dos escolares com diabetes.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** uma cópia da história “Um doce de menina”.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** 50 minutos.

**DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:**

- 1) o professor ou a professora deve ler, para os educandos, a história “Um doce de menina”, intercalando com informações complementares sobre a diabetes do Tipo I e do Tipo II, aproveitando para reforçar (com todos) a importância de se ter alimentação saudável e equilibrada (como deve ser a dieta do diabético) e os males causados pelos alimentos ricos em açúcar e gorduras, principalmente quando ingeridos em excesso e fora de hora;
- 2) após a leitura, o professor ou a professora convida os educandos para uma roda de conversa e reflexão sobre a história contada e sobre os problemas e agravos causados pela diabetes, especialmente nas pessoas que não controlam a doença: por não saberem que estão diabéticos; por não tomarem os medicamentos necessários; por não praticarem atividades físicas; e por não terem alimentação saudável e equilibrada;
- 3) perguntar se os educandos conhecem alguma pessoa com diabetes;
- 4) perguntar se os educandos conhecem os recursos disponíveis na comunidade voltados para o tratamento e a prevenção do diabetes;

- 5) finalizar com proposta para que os educandos estimulem os pais e parentes, com mais de 35 anos, a fazerem exames preventivos da diabetes e de outros problemas de saúde.

### Saiba mais sobre diabetes

<http://www.diabetes.org.br/diabetes-tipo-1#>

<http://www.diabetes.org.br/sala-de-noticias/2180-criancas-diabeticas-nas-escolas-necessitam-de-cuidados>

<http://www.diabetesnasescolas.org.br/imagens/multimidia/folhetoSBD.pdf>

## **Um doce de menina**

José Luiz Mazzaro

De olhar meigo e carinhoso, Adriana só queria fazer o bem. Consertava a asa quebrada do passarinho, a perna do besouro, contava histórias ou ajudava alguém.

Brincar com a cachorrinha Duquesa, correr entre as flores e sonhar com um mundo melhor (sem guerras, as crianças felizes, velhos amparados e adultos trabalhando), era o que mais gostava, sem esquecer de todos os dias torcer para tudo isso acontecer.

Ainda muito pequena descobriu que não podia chupar balas, comer bombons, bolos, tomar refrigerante... Mas nada disso deixava Adriana triste ou infeliz, pois sabia que era para o seu próprio bem. E sempre dizia:

- Pior são as crianças que podem e não têm nada para comer!

Apesar de viver feliz e estar sempre alegre, um dia ficou triste, pois ouviu uma coleguinha dizer bem alto:

- O xixi da Adriana é doce!

Nesse dia Adriana chorou, chorou muito, pois não queria ser diferente de ninguém.

A professora chamou Adriana, abraçou-a carinhosamente e lhe disse:

- Meu amor, não ligue para o que ela falou, pois só quem é tão especial quanto você pode ser assim, meiga e doce.

Os coleguinhas escutaram a professora falar, ficaram curiosos e perguntaram:

- Mas, afinal, o que Adriana tem de diferente?

E a professora, sem pestanejar, respondeu:

- Ahhh... Ela tem de diferente o que todo mundo deveria ter: alegria, meiguice, ternura, a bondade no coração, sonhos, as boas ações e um pequeno problema chamado diabetes. Que é uma doença que quando bem cuidada não modifica a vida de ninguém.

Depois daquele dia, Adriana nunca mais ficou triste. Passou a ensinar para os colegas a importância de uma alimentação equilibrada, saudável e natural para ter uma boa saúde.

Ensinava que a diabetes é uma doença que acontece com as crianças, mas que os adultos também podem ter. E o que é pior, sem saber.

Por isso, alertava que sentir muita sede, fraqueza, urinar várias vezes ao dia e durante a noite, e emagrecer repentinamente e sem motivo podem ser sintomas da doença.

Pedia sempre que os colegas ficassem atentos e falassem com os pais sobre a importância dos exames médicos. Todos os anos.

Adriana mostrava que podia e sabia como cuidar sozinha de sua saúde, fazendo os testes necessários e aplicando a injeção de insulina.

Por causa de Adriana, ninguém na escola tinha medo de injeção, de dentista ou de médico.

Mas a principal lição que aprenderam foi ser solidários e responsáveis consigo mesmos.

O tempo foi passando, Adriana crescia, o mundo mudando, mudando...



Lógico que o mundo com o qual ela tanto sonhou ainda está por vir, e exatamente por isso aquela doce menina sonhadora, agora professora, ainda não parou de sonhar, acreditar e principalmente trabalhar por um mundo melhor.

## FICHA DE ATIVIDADE 15

**NOME DA ATIVIDADE:** Alimentação e qualidade de vida

**NÍVEL DE ENSINO:** (X) Fundamental Séries Iniciais e Finais ( ) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** pesquisar os hábitos alimentares da turma; identificar e classificar em “adequados” ou “inadequados” os hábitos alimentares dos alunos; tabular e organizar os dados coletados; pesquisar procedimentos e cuidados com alimentos; relacionar a alimentação com a qualidade de vida; elaborar relatório relativo às descobertas.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** garrafa pet, caixa de ovo, tesoura sem ponta, sementes, mudas, papel, lápis.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** 2 horas-aula

**DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:**

O professor ou professora deve fazer a leitura do texto “A revolução dos vegetais” para os estudantes (encontra-se no final da atividade). Após a leitura organize a turma em roda de conversa e peça aos estudantes para relatarem:

- ✓ Qual trecho da história mais gostou?
- ✓ De quais vegetais referidos no texto gostam mais?
- ✓ Dê outro final para a história;
- ✓ Em que horário vocês fazem as refeições?
- ✓ Com quem fazem as refeições?
- ✓ Em qual lugar da casa fazem as refeições?
- ✓ Quais os alimentos preferidos em sua alimentação cotidiana?

O professor ou professora deve solicitar aos estudantes que criem uma tabela com três colunas e a quantidade de linhas necessárias que suporte a hipótese de classificação dos hábitos alimentares citados na roda de

conversa em “adequados” ou “inadequados” de todos os alunos. Veja a sugestão:

ALUNO (A)	ADEQUADOS	INADEQUADOS
Ana Clara	banana	batata frita
Diego	arroz	bolacha recheada
Luís Cláudio	tomate	refrigerante

O professor ou professora exibe o vídeo “Teatro Educação Nutricional” - <http://www.youtube.com/watch?v=eUsEmWQ81yw>, que trata de alguns alimentos preferidos pelas crianças, mas que são inadequados, e sugere vários outros alimentos adequados para uma alimentação saudável.

Poderá ser exibido o vídeo “Comer pode ser divertido”

<http://www.youtube.com/watch?v=lheXSMN9Jb0>, que aborda alguns procedimentos e cuidados com os alimentos.

O professor ou professora poderá solicitar uma pesquisa dos estudantes com os pais ou outros responsáveis, na qual classifiquem os hábitos alimentares de toda a família em “adequados” ou “inadequados”. Peça aos estudantes para relatarem, por meio de registro escrito, os procedimentos e cuidados com os alimentos.

Sugestão de modelo para a confecção de uma tabela.

## TAREFA DE CASA

HORÁRIO	ALIMENTOS	ALIMENTOS
	ADEQUADOS	INADEQUADOS
Café da manhã		

Almoço		
Lanche		
Jantar		
Ceia		

Debater com os estudantes se os hábitos alimentares estão corretos e o que precisa mudar.

Ao final da discussão o professor ou professora propõe aos estudantes montar uma horta, como no exemplo abaixo.

### **HORTINHA DE PET.**

Material:

- 1 tampa caixa de ovos (dúzia)
- 1 garrafa pet
- Tesoura sem ponta
- Terra
- Sementes ou mudas de hortelã ou manjericão

Como montar:

1. Deite a garrafa plástica e corte um retângulo na parte superior. Faça pequenos furinhos em sua base.
2. Coloque a terra dentro da garrafa e coloque um vaso sobre a tampa da caixa de ovo. Assim a caixa absorverá a água que corre.
3. Agora é hora de plantar! Enterre as sementinhas ou plante sua muda, cobrindo bem as raízes ou sementes com terra.

4. Prontinho! Você já tem sua horta em casa. Para a planta crescer bastante, é importante regar duas vezes ao dia e deixá-la em um lugar bem arejado.

Boa Brincadeira!

Fonte: <http://www.smartkids.com.br/passatempos/horta-sucata.html>

Recursos complementares

<http://veja.abril.com.br/multimedia/video/alimentacao-saudavel-criancas>

---

<http://www.youtube.com/watch?v=eUsEmWQ81yw>

<http://www.youtube.com/watch?v=lheXSMN9Jb0>

fonte: portal do professor - alimentação e qualidade de vida – uca autora kellen cristina costa alves bernardelli,

<http://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=31181A>

---

## **Revolução Vegetal**

José Luiz Mazzaro

Após forte ventania e grande tempestade, a pequena Cenoura, que havia sido arrancada da horta, foi levada pela enxurrada por várias horas até chegar a uma “diferente” comunidade.

Ainda meio tonta pela longa e inesperada viagem, a Cenoura abriu bem os olhos e, sem saber se estava sonhando, disse admirada ao ver aquela horta:

- Nossa, que horta maravilhosa!

E um robusto Rabanete retrucou:

- Você ainda não viu nada, pequena Cenoura.

E a Cenoura, maravilhada com a beleza daquele grande Rabanete, argumentou:

- É que estou chegando agora, grandioso Rabanete!

- De onde você vem, pequena Cenoura?

- Venho de uma horta - e ao fazer uma rápida comparação, corrigiu: - Ou melhor, de uma hortinha a algumas horas daqui.

- Logo vi que vem de longe, pequena Cenoura.

- Como sabe que venho de longe? - perguntou encabulada a Cenoura.

- Pelo seu porte, pequena Cenoura.

- Pelo meu porte?

- Sim, pequena Cenoura, pois mesmo sendo tão bela e formosa, sei que não existe, por estas redondezas, Cenoura adulta tão pequena como você.

- Obrigada, grandioso Rabanete, você também é belo e muito gentil. Gostaria muito de conhecê-lo melhor e todos desta horta.

- Pois não, pequena Cenoura - falou o Rabanete, já se despreendendo da terra. Deu alguns passos em direção à Cenoura, estendeu-lhe a mão e carinhosamente a chamou para passear pelos canteiros daquela fabulosa horta.

Depois de ser apresentada ao tomate, ao pepino, à couve, à alface e à acelga, e de ficar admirada com a formosura e o tamanho das verduras e legumes daquele estranho lugar, a Cenoura questionou o simpático Rabanete:

- Grandioso Rabanete, conte-me o segredo deste lugar.

- Qual segredo, pequena Cenoura?

- Da beleza, do tamanho das plantas, a grandiosidade desta horta.

- Não existem mágica ou segredo, pequena Cenoura.

E o Rabanete parou de falar ao ouvir, mesmo de longe, as crianças chegando para uma atividade na horta. Puxou carinhosamente a Cenoura pela mão e disse:

- Esconda-se, por favor, aqui, depressa, que a magia não pode se quebrar.

E a pequena Cenoura, escondida atrás do tomateiro, de mãos dadas com o Rabanete, ficou horas e horas a observar e a pensar:

- Como eram bonitas e coradas aquelas crianças.

E assim, agachadinha, a Cenoura ficou a tarde todinha, admirando tudo e todos.

Quando as crianças foram embora, a Cenoura e o Rabanete, de mãos dadas, voltaram a passear e conversar:

- Como estava mesmo falando, pequena Cenoura, não existem mágica ou segredo. Neste lugar há amor, trabalho e dedicação, depois que houve aqui uma grande revolução.

- Uma revolução? Foi isso mesmo que ouvi?

- Sim, pequena Cenoura, uma revolução de comportamento e costumes.

- Conte logo, grandioso Rabanete, pois estou morrendo de curiosidade!

E o Rabanete, cheio de orgulho da sua comunidade, começou a relatar:

- Pequena Cenoura, aqui nesta comunidade era tudo muito pobre e malcuidado. Não havia horta, riqueza ou criança corada. Até o dia em que uma doce fada chegou. Chamava-se Ana Laura, tinha cabelos longos e cacheados. Seus olhos brilhavam ao passar sua mensagem. Contou que era nutricionista e que viera para ajudar...

E a Cenoura, cada vez mais encantada, solicitou:

- Continue, continue, grandioso Rabanete.

Ana Laura cuidadosamente mediu e pesou todas as crianças, e logo constatou a realidade: muitas eram desnutridas, outras anêmicas e algumas obesas.

- Igualzinho! - disse a Cenoura, pensando em sua comunidade.

- O que disse?

- Nada, nada... Continue, grandioso Rabanete.

Ana Laura, depois de visitar várias casas, não encontrou nenhuma horta. Procurou em uma escola e nada encontrou. Conversou com a diretora. Para a merendeira, educadamente perguntou:

- O que as crianças da comunidade gostam de comer?

E a merendeira respondeu sem pestanejar:

- Arroz, feijão, doce, pão ou macarrão. Nada de salada, frutas ou sopão.

- Logo vi - disse Ana Laura sorrindo.

Ana Laura convocou todas as pessoas da comunidade para uma grande reunião, da diretora da escola ao motorista do ônibus escolar. Mostrou, sem medo, a realidade:

- Arroz é muito bom, com feijão é ainda melhor. Se tiver a carne irá complementar, mas legumes, frutas e verduras, para as crianças e os adultos nunca devem faltar. Precisamos de vitaminas, sais minerais e proteínas. Por isso, sem uma horta a escola e a comunidade não podem ficar.

Na hora, Ana Laura, com seu jeitinho doce e delicado, convenceu todas as pessoas presentes a trabalhar em mutirão e formar uma pequena horta na escola.

A Cenoura, cada vez mais admirada, solicitou:

- Continue, continue, grandioso Rabanete.



- No começo a horta era pequena, mas as crianças começaram a corar, pois na merenda, no almoço ou no jantar, não faltavam verduras e legumes. A pele foi ficando bonita e os cabelos reluzentes a brilhar. Não havia na comunidade quem deixasse de notar.

Logo, logo, outras hortas surgiram, agrônomos vieram ajudar. O que no início era apenas para a alimentação diária, tornou-se fonte de renda, alegria e transformação.

- Que lindo exemplo, grandioso Rabanete, que nós podemos levar! - disse a Cenoura, já pensando com o Rabanete se casar...

- Levar? Para onde? - perguntou o Rabanete sem ainda entender.

- Para a minha comunidade, isto é, se você aceitar se casar com esta pequena Cenoura... Pois contando com sua ajuda essa revolução poderemos tentar.

E naquela mesma noite, Rabanete e Cenoura se tornaram marido e mulher. Prepararam duas grandes malas, com muitas sementes, cheias de esperança para uma nova vida começar.

## FICHA DE ATIVIDADE 16

**NOME DA ATIVIDADE:** Paladar: gosto e sabores

**NÍVEL DE ENSINO:** (X) Educação Infantil (X) Fundamental Séries Iniciais e Finais ( ) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** diferenciar sabores, degustar alimentos e identificá-los pelo sabor. Provar alimentos e tentar perceber a parte da língua que permite sentir o sabor; saber que existe relação entre o órgão do paladar e o cérebro.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** vários recipientes pequenos com porções de alimentos para degustação (sal, limão, açúcar e café), espelho para cada grupo.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** 4 aulas, com diferentes momentos de 30 minutos cada.

### DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE

Atividade 1 – Degustar alimentos e descobrir sabores.

1º momento – o professor ou professora inicia o tema questionando as crianças sobre o sentido do paladar, fazendo uma brincadeira de oralidade.

Diz para as crianças que elas têm cinco minutos para explicar por que sentimos os sabores dos alimentos quando os levamos à boca.

2º momento – o professor ou professora traz vários recipientes pequenos com porções de alimentos para degustação (sal, limão açúcar e café). No momento da experimentação, as crianças fecham os olhos e tentam descobrir em qual parte da boca estão sentindo o sabor e qual é o sabor.

Desse modo, o professor ou professora, com um conta-gotas, coloca sal, diluído na água, na ponta da língua das crianças; e solicita que elas fechem os olhos e sintam o sabor; solicita que as crianças descrevam o sabor e digam qual a parte da língua que pode sentir o sabor salgado.

Observação - o professor ou professora coloca gotas de limão na ponta da língua das crianças, e faz o mesmo exercício com o café e com o açúcar.

Atividade 2 - Analisar o órgão do sentido que permite sentir o paladar.

1º momento – O professor ou professora traz imagens de uma língua para as crianças observarem a estrutura. Se houver algum laboratório de anatomia na escola, mostre a peça às crianças para analisar as partes da língua e pensar no momento que estavam experimentando os sabores: doce, salgado, azedo e amargo.

2º momento - o professor ou professora organiza as crianças em pequenos grupos (quatro crianças); no momento do trabalho se dividem em pares; com a ilustração do órgão, localizam na língua do colega as partes indicadas na foto (um observa e analisa a língua do seu par e depois mudam de posição). Em seguida voltam para o grupo e discutem o que observaram.

3º momento – o professor ou professora entrega um espelho ao grupo, e cada componente tem três minutos para procurar os pontos indicados na foto. Em seguida o grupo discute a experiência.

Atividade 3 – Representar o órgão sensorial do paladar.

1º momento – as crianças combinam no grupo como desenharão e indicarão as partes da língua que permitem perceber o paladar dos objetos ou alimentos colocados na boca. Em seguida, desenham, pintam e escrevem o nome das áreas receptoras.

2º momento - cada grupo apresenta o que entendeu sobre o paladar, tendo como ilustração o desenho elaborado. Nesse momento, o professor ou professora ajuda as crianças no processo dialógico, tira dúvidas e faz esclarecimentos.

3º momento - o professor ou professora procura pequenos textos para leitura na sala, ou elabora textos sobre o paladar como um dos sentidos

humanos vinculados a certa área do cérebro, que permite sentir gosto. No final solicita que as crianças tragam frutas da região para uma degustação e sintam os sabores; em seguida explica-se por que conseguem sentir os sabores dos alimentos.

<http://www.afh.bio.br/sentidos/Sentidos7.asp>

## Recursos complementares

Textos para reflexão

<http://www.cybelemeyer.com.br/index.php?cont=artigos&id=5&tema=textos>

Avaliação

A avaliação deve ser feita para saber o aprendizado das crianças e o nível de desenvolvimento. O professor ou professora observa se já sabiam ou aprenderam a diferenciar sabores, degustar alimentos e identificá-los pelo sabor; se conseguiram perceber no momento da degustação dos alimentos a parte da língua que permitiu sentir os sabores; se em suas explicações fizeram relação entre o órgão do paladar e o cérebro; se desenvolveram a habilidade de trabalhar em grupo; se desenvolveram a habilidade de explicar e argumentar os resultados.

**Fonte:** Portal do Professor, Regia Maria.  
<http://portaldoprofessor.mec.gov.br/perfil.html?id=54550>  
<http://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=21240>

## FICHA DE ATIVIDADE 17

**NOME DA ATIVIDADE:** Frutas: da manga rosa quero o gosto e o sumo

**NÍVEL DE ENSINO:** (X) EDUCAÇÃO INFANTIL (X) FUNDAMENTAL  
SÉRIES INICIAIS ( ) MÉDIO

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** conhecer nomes e imagens de algumas frutas; conhecer nomes e imagens de algumas fruteiras; explorar características físicas das frutas; pesquisar de onde vêm as frutas.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** vários recipientes pequenos com porções de alimentos para degustação (sal, limão, açúcar e café), e um espelho para cada grupo.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** 2 horas

**DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:**

Para vivenciar essa aula, os alunos precisam ter presenciado discussões iniciais sobre o tema das frutas. Esses conhecimentos poderão ser trabalhados nas aulas apresentadas neste portal, intituladas: “Frutas: será que nascem do supermercado?”, “Construindo um livro de receitas: frutas pra que te quero”.

**ESTRATÉGIAS E RECURSOS DA AULA**

O professor ou professora, ao trabalhar o tema, poderá trazer para os alunos músicas que falam sobre o tema.

Sugerimos que nessa atividade o professor ou professora apresente primeiramente para as crianças as músicas, lendo a letra, cantando-as com as crianças ou até apresentando vídeos (sugeridos nessa aula). É importante que os professores apresentem os autores da letra das músicas.

As letras poderão ser registradas em cartazes para ficarem expostas na sala. O professor ou professora entrega uma cópia de cada letra às crianças. Depois de explorar as músicas, solicite que as ilustrem.

Outra atividade sugerida é que o professor construa com as crianças listas com o nome das frutas que aparecem na letra da música e depois sugira que as crianças pesquisem as imagens dessas frutas.

Na letra Pomar, o professor ou professora poderá construir uma lista com o nome das frutas e de suas respectivas fruteiras.

Sugerimos para essas aulas duas letras de músicas:

---

### **Morena Tropicana (Alceu Valença/Vicente Barreto)**

Da manga rosa quero o gosto e o sumo,

Melão maduro, sapoti, juá,

Jabuticaba, teu olhar noturno,

Beijo travoso de umbu cajá.

Pele macia, ai carne de caju,

Saliva doce, doce mel, mel de urucu,

Linda morena, fruta de vez temporana,

Caldo de cana caiana, vem me desfrutar!

Linda morena, fruta de vez temporana,

Caldo de cana caiana, vem me desfrutar!

Morena tropicana, eu quero o teu sabor,

Oi, oi, oi, oi,

Morena tropicana, eu quero o teu sabor,

Oi, oi, oi, oi!

Ao ser mostrada a música Morena Tropicana, poderá ser apresentado o vídeo para as crianças.

Vídeo Morena Tropicana: <http://www.youtube.com/watch?v=AqA9TZm7RwY>

### **Pomar (Palavra Cantada)**

Banana, bananeira

Goiaba, goiabeira

Laranja, laranjeira

Maçã, macieira

Mamão, mamoeiro

Abacate, abacateiro

Limão, limoeiro

Tomate, tomateiro

Caju, cajueiro

Umbu, umbuzeiro

Manga, mangueira

Pera, pereira

Amora, amoreira

Pitanga, pitangueira

Figo, figueira

Mexerica, mexeriqueira

Açaí, açaizeiro

Sapoti, saptizeiro

Mangaba, mangabeira

Uva, parreira

Coco, coqueiro

Ingá, ingazeiro

Jambo, jambuzeiro

Jaboticaba, jabuticabeira

Ao apresentar a música Pomar poderá ser exibido o vídeo e explorado o nome das fruteiras.

Vídeo Pomar: <http://www.youtube.com/watch?v=QRh7Do562Y8>Avaliação

**Ao final da aula o professor deverá observar se as crianças:**

Identificaram algumas frutas pelo nome;

Nomearam o seu desenho;

Participaram dos momentos em que as músicas foram apresentadas.

Fonte: Portal do Professor, Adele Guimarães Ubarana Santos, RN - Núcleo Educacional Infantil – NEI;

<http://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=15788>



## FICHA DE ATIVIDADE 18

**NOME DA ATIVIDADE:** Sabores, cores e cheiros dos nossos hábitos alimentares

**NÍVEL DE ENSINO:** ( ) EDUCAÇÃO INFANTIL (X) FUNDAMENTAL  
SÉRIES INICIAIS E FINAIS ( ) MÉDIO

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** pesquisar receitas da culinária regional e escolher uma para a culinária; preparar um prato regional; registrar a receita do prato regional preparado, seguindo as normas da escrita desse gênero textual.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** material para pesquisa, ingredientes para montar um prato regional, prato, caneca, copo, garfo, faca e/ou colher.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** 3 horas

**DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:**

**1º MOMENTO**

O professor ou professora iniciaria a aula conversando com as crianças sobre pratos regionais, receitas e preferências. Depois, poderá propor uma votação para escolher um prato e fazer uma aula de culinária. Escolhido o prato, o próximo passo é selecionar os ingredientes e solicitar a colaboração de algumas crianças. O pedido será feito à família por meio de um bilhete que será produzido coletivamente e lido na roda. As crianças que não contribuírem com ingredientes para essa culinária poderão fazê-lo em outra ocasião.

Receitas de alguns pratos regionais no Nordeste do Brasil.

<http://tudogostoso.uol.com.br/receita/12433-carne-de-sol-com-macaxeira.html>

<http://tudogostoso.uol.com.br/receita/1011-pacoca-de-carne-seca.html>

<http://tudogostoso.uol.com.br/receita/1011-pacoca-de-carne-seca.html>

Pratos regionais. Disponíveis em:

[http://3.bp.blogspot.com/\\_8HkV3oT1EvU/R7ySteTnSql/AAAAAAAAA-I/Ek0MqBVC2Ew/s320/fotogaleria%2B040.jpg](http://3.bp.blogspot.com/_8HkV3oT1EvU/R7ySteTnSql/AAAAAAAAA-I/Ek0MqBVC2Ew/s320/fotogaleria%2B040.jpg)

<http://www.receitasdecomidas.com.br/fotos/bolo-pe-de-moleque.jpg>

<http://www.receitadeliciosa.com.br/wp-content/uploads/2010/02/pa%C3%A7oca.jpg>

## 2° MOMENTO:

No dia combinado, o professor receberá os ingredientes e os apresentará às crianças. É hora de explorar nomes, cheiros, sabores, cores e texturas. Nesse momento, o professor ou professora deverá demonstrar prazer e ressaltar as características de cada alimento. A culinária deverá ser encaminhada por um adulto; entretanto, as crianças participarão desenvolvendo ações como mexer, misturar, bater ou medir, dependendo das características da preparação. O professor ou a professora deve designar, antecipadamente, um grupo de crianças para ler a receita e orientar a preparação.

## 3° MOMENTO:

Quando o prato estiver pronto, é hora de saboreá-lo. Caberá ao adulto orientar sobre a melhor forma: quente, frio ou gelado, além do uso de utensílios adequados: prato, caneca, copo, garfo, faca e/ou colher. Nesse momento é importante ficar atento às falas das crianças em relação à iguaria que estão saboreando. Terminada a degustação, a professora ou professor pode ler para as crianças um pouco da história do prato preparado, pois se trata de um alimento regional. Assim, as crianças ficarão

sabendo qual a sua origem, por que tem esse nome, dentre outras informações. Em seguida, a professora ou professor deve solicitar que as crianças representem com desenho e escrita o momento da degustação.

#### 4° MOMENTO:

O professor ou a professora deve reproduzir para cada criança uma cópia da receita que elas acabaram de preparar e degustar. Depois, o professor ou professora encaminhará, coletivamente, em um quadro ou painel, o registro da receita culinária, seguindo as normas da escrita desse gênero textual. Por fim, o texto coletivo será ilustrado pelas crianças e afixado no mural da sala de aula. Sugerir que as crianças levem para casa e peçam aos familiares que preparem e degustem juntos.

#### RECURSOS COMPLEMENTARES

---

Culinária regional do Brasil

<http://www.cozinharegional.com.br/>

#### AVALIAÇÃO

---

Com essa aula é possível avaliar se as crianças:

- Indicam pratos da culinária regional
- Reelaboram oralmente os passos para o preparo de um prato regional
- Conseguem identificar textos de receitas, por meio da estrutura da escrita desse gênero textual.

**FONTE:** Portal do Professor, autor Naire Jane Capistrano, Natal - RN - Núcleo Educacional Infantil - NEI.

<http://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=22733>

FICHA DE ATIVIDADE 19

**NOME DA ATIVIDADE:** Estudando o diabetes

**NÍVEL DE ENSINO:** ( ) EDUCAÇÃO INFANTIL (X) FUNDAMENTAL  
SÉRIES FINAIS (X) MÉDIO

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** o aluno poderá conceituar diabetes, listar sintomas e medidas de controle e prevenção.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** vídeo

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** 2 horas

**DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:**

Conhecimentos prévios trabalhados pelo professor com o aluno; noções básicas de hormônios e glândulas.

1º momento:

Professor/professora: coloque à disposição o vídeo Diabetes: controle e prevenção, que pode ser acessado pelo site:

<http://www.youtube.com/watch#!v=m6NfXG5fI0s&feature=related>

Após assisti-lo com a turma proponha as seguintes questões:

Elabore um conceito para diabetes.

Registre três sintomas do diabetes.

Registre cinco medidas para a prevenção e controle do diabetes.

Socialize as respostas e faça as correções.

2º momento

Proponha aos alunos a leitura dessa narrativa:

(antes de iniciar a leitura faça uma sondagem com os alunos sobre Gandhi; apresente-lhes uma rápida biografia dele)

A mãe trouxe seu filho ao Mahatma Gandhi. Ela implorou:

- Por favor, diga ao meu filho que pare de comer açúcar.

Gandhi fez uma pausa e disse:

- Traga seu filho de volta em duas semanas.

Confusa, a mulher agradeceu e disse que faria o que o Mahatma pedira.

Duas semanas mais tarde, ela retornou com seu filho.

Ghandi olhou o jovem nos olhos e disse:

- Pare de comer açúcar!

Agradecida, mas inconformada, a mulher perguntou:

- Mahatma, por que o senhor me pediu para trazê-lo em duas semanas? O senhor poderia ter dito a ele, como fez agora, há duas semanas.

Gandhi respondeu:

- Duas semanas atrás eu também comia açúcar.

Fonte: Rangel, Alexandre. As mais belas parábolas de todos os tempos.

BH: Ed. Leitura, 2002.

1. Solicite aos alunos associar a narrativa com os hábitos alimentares e com a mudança de hábitos.

2. Professor, discuta com os alunos a importância da educação alimentar e que ela implica mudança de hábitos alimentares. Acrescente que essa educação apresenta melhores resultados quando é estendida a todos os familiares.

(ressalte a importância de selecionar nossos alimentos não apenas pelo sabor, mas igualmente pelo valor nutritivo)

3. Solicite que os alunos leiam essa narrativa com os pais e socializem para os demais colegas a opinião dos pais.

3º momento

Convide um nutricionista para fazer uma palestra para os alunos (se possível para os familiares) sobre a alimentação (particularmente doces, refrigerantes, entre outros) e suas implicações sobre a qualidade de vida.

Peça aos alunos para redigir pelo menos cinco informações que consideraram importantes durante a palestra.

## **RECURSOS COMPLEMENTARES**

Professor/professora: aprofunde seus conhecimentos sobre diabetes acessando o site:

[www.abcdasaude.com.br/artigo.php?127](http://www.abcdasaude.com.br/artigo.php?127)

## **AVALIAÇÃO**

Solicite aos alunos que elaborem frases informativas sobre o diabetes, que deverão ser afixadas em pontos estratégicos da escola a fim de serem lidas por toda a comunidade escolar. Avalie as frases e a criatividade dos trabalhos.

**FONTE:** Portal do Professor, Delma Faria Shimamoto,  
<http://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=20278>

FICHA DE ATIVIDADE 21

**NOME DA ATIVIDADE:** Alimentação saudável

**NÍVEL DE ENSINO:** (X) Fundamental séries iniciais ( ) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** conscientizar sobre a importância das verduras e legumes para uma alimentação saudável, nutritiva e balanceada.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** uma cópia do texto “Vovó Cleusa”; revistas velhas; tesoura; e cola.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** 50 minutos.

**DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:** ler o texto “Vovó Cleusa” para os educandos, interrompendo a leitura, sempre que necessário, para informar e esclarecer as dúvidas. Após a leitura, o professor ou a professora deve distribuir, para cada um dos educandos, uma folha de papel em branco e revistas. Solicitar aos educandos que, individualmente, procurem figuras que possam servir para ilustrar o texto que acabaram de ouvir (pode ser proposta como atividade extraclasse). Em seguida, o professor ou professora deve organizar uma roda de conversa e pedir aos estudantes para relatarem:

- ✓ De quais verduras e legumes referidos no texto gostam mais?
- ✓ Com quem fazem as refeições?
- ✓ Quem da casa prepara as refeições?
- ✓ Sobre a importância de comer verduras e legumes nas refeições.

## Vovó Cleusa

Danielle Mazzaro

Vovó Cleusa vai toda semana à feira e vem com a cesta cheia de vitaminas, sais minerais e muitos remédios naturais.

Ela prepara a comida mais deliciosa que existe e diz:

- Quem da minha comida provar, remédios dificilmente vai precisar!

Quando ela faz espinafre, serve sorrindo e diz para o Vovô:

- Quero você bem forte! Longe da anemia e das infecções, enxergando direitinho e com muita disposição.

Quando serve couve, que delícia! Todos querem repetir. Pode ser rasgada, cortada bem fininha ou em uma rica farofinha. Nesse dia, não precisa nem dizer: couve é rica em vitaminas do tipo A, B, C e K, e contém ferro e cálcio, que são minerais essenciais.

Vovó Cleusa sempre faz uma inesquecível saladinha: com alface, tomate e agrião. Todos lá em casa já sabem as vitaminas e os minerais que a alface e o tomate nos oferecem. Mas ela sempre comenta:

- Isso é salada diária, que não pode faltar em nenhuma refeição, no almoço ou jantar, em banquete fino ou na refeição da escola, no hospital ou na marmita do trabalhador. Pois não podemos deixar de comer alface, tomate e o famoso agrião, no qual há um óleo essencial, rico em iodo, ferro, fosfato e minerais.

E assim Vovó Cleusa nos enriquece todos os dias, com sua cultura, sabedoria e farta refeição, em que não faltam beterraba, cenoura, abóbora ou jerimum, berinjela, chuchu, mandioca ou macaxeira, sem falar no amargo jiló, que vira doce bem gostoso, para sobremesa do almoço ou do jantar.

### **REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):**

Brasil. Ministério da Educação. Projeto Escola Feliz: histórias e músicas para prevenção, inclusão e formação da cidadania. SEESP. Brasília: 2003.



FICHA DE ATIVIDADE 22

**NOME DA ATIVIDADE:** Frutas e suas propriedades.

**NÍVEL DE ENSINO:** (X) Fundamental séries iniciais ( ) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** conscientizar sobre a importância do consumo de frutas; conhecer as frutas brasileiras.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** Cópias do texto “Frutas”.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** 50 minutos.

**DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:** distribuir o texto “Frutas” e solicitar que os educandos realizem uma leitura coletiva silenciosa. Após a leitura dos educandos, o professor ou a professora deve ler novamente o texto para educandos. Em seguida, o professor ou professora deve organizar uma roda de conversa e pedir aos estudantes para relatarem:

- ✓ De quais frutas, referidas no texto, gostam mais?
- ✓ Que frutas, não citadas no texto, gostam mais?
- ✓ Que frutas da região gostam mais?
- ✓ Que frutas, referidas no texto, ainda não comeram?
- ✓ Sobre a importância de comer frutas.

## Frutas

Danielle Mazzaro

Frutas, que maravilha saborear!

Sentir o cheiro e depois o paladar

Frutas podem ser cítricas: laranja, abacaxi ou limão

Adoro todas elas, caju, amora, jabuticaba,

cupuaçu, abiu ou a famosa lima-da-pérsia

A boca enche de água quando penso nas frutas doces:

Que tal uma banana nanica, ouro ou prata?

Vamos saborear um figo, uma tâmara ou um digestivo mamão?

Confesso que experimentei e adorei a castanha-do-pará,

fiquei sabendo que é uma fruta oleaginosa,

igual o abacate e o coco-da-bahia.

Não posso deixar de mencionar a famosa melancia ou o delicioso melão,

chamados de frutas hídricas, que podemos saborear no café da manhã,

durante o almoço ou após as refeições.

É, meus caros amigos, todas as frutas são maravilhosas, ricas em

vitaminas, fibras e sais minerais.

Por mais que se fale ou escreva sobre elas, nunca conseguiremos medir o

valor nutritivo e medicinal de cada uma delas, mas isso pouco importa...

Escolha uma fruta para comer, seja pela cor, pelo odor, pela beleza ou pelo

sabor, seja ela cítrica, doce, oleaginosa ou hídrica. Deixe que ela o

conquiste. Deixe que ela ofereça a você todos os seus benefícios.

De uma coisa tenho certeza: sem frutas nunca mais vai querer ficar!

### **REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):**

Brasil. Ministério da Educação. Projeto Escola Feliz: histórias e músicas para prevenção, inclusão e formação da cidadania. SEESP. Brasília: 2003.

Em nosso país, crianças e adolescentes são compreendidos como **sujeitos de direito**, que devem ser protegidas pelo Estado, sociedade e família, com prioridade absoluta.

Um dos documentos mais importantes para a garantia desses direitos é o Estatuto da Criança e do Adolescente – ECA<sup>2</sup>, que representa grande avanço da legislação brasileira, iniciado com a promulgação da Constituição de 1988. Fruto da luta da sociedade, o **ECA** garante a todas as crianças e adolescentes o tratamento com atenção, proteção e cuidados especiais para se desenvolverem e se tornarem adultos conscientes e participativos no processo inclusivo.

Entretanto, nem sempre esses direitos são cumpridos e respeitados como deveriam. Por essa razão, é muito importante que crianças, adolescentes e jovens saibam esses direitos e, principalmente, que se posicionem quando estes forem violados.

Uma de nossas propostas para a **Semana Saúde na Escola** é, portanto, mostrar a importância da participação das crianças, adolescentes e jovens na construção de uma sociedade cidadã.

### **De qual participação estamos falando?**

De acordo com o dicionário, o verbo **participar** tem vários significados: *fazer saber, comunicar, anunciar, tomar parte de, associar-se pelo sentimento, pelo pensamento; solidarizar-se com.*

A participação é um dos principais instrumentos na formação de uma atitude democrática. Quem participa ativamente da vida de uma

---

<sup>2</sup> BRASIL. Ministério da Saúde. **Estatuto da Criança e do Adolescente**. Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2008.

comunidade, de uma cidade, estado ou país, torna-se sujeito de suas ações, é capaz de fazer críticas, escolher, defender seus direitos e cumprir melhor suas responsabilidades.

Na história do Brasil, são vários os exemplos de participação de adolescentes e jovens: o movimento estudantil; a luta pelas Diretas Já, quando reconquistamos o direito ao voto; os espaços de cultura e lazer - grafiteiros, teatro, hip hop, skatistas, bandas musicais; a mobilização em torno de uma causa ou campanha - grupos ecológicos, acampamentos internacionais da juventude, campanhas via internet, entre muitos outros.

O grêmio estudantil é espaço importante de participação dos estudantes dentro da escola. Além de organizar atividades culturais e educacionais, o grêmio estimula a participação de crianças e adolescentes em atividades voltadas à promoção integral do sujeito.

### **Como o professor pode trabalhar esses temas na Semana Saúde na Escola**

Desenvolver ações com a participação de crianças, adolescentes e jovens pressupõe *uma relação dinâmica entre formação, conhecimento, participação, responsabilização e criatividade como mecanismos de fortalecimento da perspectiva de educar para uma cidadania ética e responsável*<sup>3</sup>.

Educar para a participação é, antes de tudo, criar espaços para o aluno e a aluna empreenderem, por si mesmos, a construção de seu ser. A utilização de oficinas, jogos, cenas e demais metodologias de linha participativa costuma ser a melhor opção. Vale lembrar que a opção pelo desenvolvimento de propostas baseadas na participação infantil e juvenil

---

<sup>3</sup> SILVA, Thais Gama. ASINELLI-LUZ, Araci. Protagonismo juvenil na escola: limitações e possibilidades enquanto prática pedagógica na disciplina de biologia. Disponível em: <http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/pde/arquivos/1362-8.pdf>. Acesso em 21 de fevereiro de 2012.

exige educadores e profissionais da saúde que realmente reconheçam o potencial transformador das novas gerações. Exige ainda a revisão das próprias posturas, abrindo maior espaço para alunas e alunos pensarem e dirigirem-se a si mesmos, habilitando-os a verdadeiramente participar da construção social por meio da construção de si próprio.

**NOME DA ATIVIDADE:** Adolescências e juventudes

**NÍVEL DE ENSINO:** ( ) Fundamental - Séries Iniciais e Finais (X) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** perceber as adolescências e as juventudes como construções históricas e sociais, identificando as situações de exclusão a que estão expostos adolescentes e jovens por características como gênero, raça/etnia, orientação sexual e classe social.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** folhas de *flip chart*, canetões coloridos, revistas que tenham fotos de adolescentes e jovens, tesouras e fita crepe.

**DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:**

- Peça para formarem grupos de 5 ou 6 pessoas, distribua as revistas, tesouras, colas e a folha de *flip chart* a cada um dos grupos. Em seguida, peça para procurarem fotos de adolescentes e jovens e as recortarem.
- Quando terminarem de recortar, peça para colarem as figuras na folha de papel, observando quantos meninos e quantas meninas apareceram; se há negros, brancos, asiáticos, indígenas e quantos de cada raça; o que esses adolescentes e jovens estão fazendo; a que classe social pertencem; e pergunte o que mais perceberam de desigualdades. Peça para elegerem um relator ou relatora para apresentar essas observações.
- Assim que todos os grupos apresentarem as colagens, peça para olharem cuidadosamente e compararem aquelas imagens com os adolescentes e jovens que conhecem, pensando nos alunos e alunas da escola e nos adolescentes e jovens da comunidade.

- Depois de feita as comparações, solicite que voltem aos grupos, compartilhem as ideias e elaborem frases sobre o que é ser criança, adolescente e jovem nos tempos atuais.
- Quando os grupos terminarem, peça a cada grupo para colar as frases na parede e, em conjunto, elaborar um conceito a partir das contribuições de todos.
- Aprofunde a discussão utilizando as seguintes perguntas:
  1. *Como a mídia retrata as crianças, os adolescentes e os jovens do sexo masculino?*
  2. *Como a mídia retrata a criança, a adolescente e a jovem do sexo feminino?*
  3. *Quais adolescentes e jovens costumam ser mais populares na escola? Quais características eles e elas têm?*
  4. *Quais adolescentes e jovens costumam ser mais discriminados? Por que isso acontece?*

## FINALIZAÇÃO

Crianças, adolescentes e jovens são sujeitos de direito e, portanto, dignos de respeito, independentemente da cor, sexo, idade, cultura, raça, religião, classe social, condição de saúde, orientação sexual, grau de instrução, se estão cumprindo medidas socioeducativas ou vivendo com o HIV e aids.

A discriminação e o preconceito são fenômenos sociais que produzem e alimentam diferentes situações de violência e violações de direitos humanos. Geram, nas pessoas que são alvos desses mecanismos, mal-estar, insegurança, angústia, isolamento e sofrimento. Esses sentimentos podem interferir nas relações sociais; prejudicar o rendimento escolar; impedir o acesso a oportunidades de emprego ou promoção no ambiente de trabalho; aumentar a vulnerabilidade às DST, HIV e aids, ao

uso do álcool, crack e outras drogas; enfim, influenciar a qualidade de vida e de saúde.

Refletir sobre todos esses aspectos proporciona a um primeiro passo para a mudança cultural visando um mundo mais inclusivo, respeitoso e justo.



## DICAS

O filme ***Como uma onda no ar*** conta a história de Jorge, Brau, Roque e Zequiél, quatro jovens negros moradores de uma favela de Belo Horizonte e amigos desde a infância. Eles criam a Rádio Favela, que logo conquista os moradores locais ao abrir espaço para os interesses da comunidade.

### FICHA DE ATIVIDADE 24

**NOME DA ATIVIDADE:** Direito à saúde

**NÍVEL DE ENSINO:** (X) Fundamental – Séries Finais (X) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** sensibilizar crianças e adolescentes sobre seus direitos.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** quadro ou papel afixado no mural ou no chão, pincel atômico, papel A4.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** ± 1h30min.

### DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:

- Inicie a oficina explicando que um dos documentos mais importantes existentes para a garantia dos direitos dos adolescentes é o Estatuto da Criança e do Adolescente – ECA.
- Em seguida, distribua uma cópia do artigo 4º do Estatuto para todos e peça que um aluno ou uma aluna leia o texto em voz alta.

#### **Estatuto da Criança e do Adolescente**

**Artigo 4º-** *É dever da família, da comunidade, da sociedade em geral e do poder público assegurar, com absoluta prioridade, a efetivação dos direitos referentes à vida, à saúde, à alimentação, à educação, ao esporte, ao lazer, à profissionalização, à cultura, à dignidade, ao respeito, à liberdade e à convivência familiar e comunitária.*

**Parágrafo único.** *A garantia de prioridade compreende:*

- a) primazia de receber proteção e socorro em quaisquer circunstâncias;*
- b) precedência de atendimento nos serviços públicos ou de relevância pública;*
- c) preferência na formulação e na execução das políticas sociais públicas;*

*d) destinação privilegiada de recursos públicos nas áreas relacionadas com a proteção à infância e à juventude.*

- Depois da leitura, peça para se reunirem em quatro grupos; distribua uma tira para cada um deles (em anexo) e explique que a proposta é uma reflexão, que consta no ECA, sobre a saúde.
- Explique que cada grupo deverá pensar sobre o que concretamente deveria acontecer para mostrar que os direitos à saúde de jovens e adolescentes sejam, de fato, respeitados. Por exemplo, precisam ter informações sobre como se prevenir de algumas doenças.
- Na terceira coluna, explique que não é suficiente apenas ter informações sobre como se prevenir de algumas doenças, se adolescentes e jovens não tomarem uma atitude para se prevenir ou tratar uma doença. Portanto, adolescentes e jovens precisam se cuidar.
- Quando todos terminarem de preencher as tiras, peça para apresentarem as conclusões e abra para o debate a partir das seguintes questões:
  1. *O que é saúde?*
  2. *Como as meninas cuidam de sua saúde? Como os meninos cuidam de sua saúde?*
  3. *O que seria possível fazer na escola para chamar a atenção sobre a responsabilidade de cada aluno e aluna para o cuidado com a própria saúde?*
  4. *E para a saúde coletiva, o que seria possível fazer?*

## **FINALIZAÇÃO**

O Estatuto da Criança e do Adolescente, como foi denominada a Lei Federal nº 8.069, de 13 de julho de 1990, tem 267 artigos que tratam da proteção integral às crianças e aos adolescentes de todo o Brasil. O ECA,

como é mais conhecido, foi elaborado para atender às pessoas de zero a 18 anos e, em alguns casos, com idade de 18 a 21 anos, levando em consideração que são cidadãos em desenvolvimento.

## ANEXO



Artigo 4º do ECA	Quais aspectos da saúde mostrariam que esse direito está sendo respeitado?	Quais seriam as responsabilidades das e dos adolescentes em relação à sua saúde?
É dever da família, da comunidade, da sociedade em geral e do Poder Público assegurar, com absoluta prioridade, a efetivação dos direitos referentes à <b>SAÚDE</b> .		



## REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):

BRASIL. Ministério da Saúde. **Marco Legal**: Saúde, um Direito de Adolescentes. Disponível em:

[http://portal.saude.gov.br/portal/arquivos/pdf/marco\\_legal.pdf](http://portal.saude.gov.br/portal/arquivos/pdf/marco_legal.pdf). Acesso em 21 de fevereiro de 2013.

## DICA

A publicação *Adolescentes e participação política*, elaborada pelo Unicef, apresenta um histórico da atuação de adolescentes e jovens na política brasileira e sugestões práticas de como organizar uma ação de promoção e defesa de uma causa e multiplicar a ideia da participação no contexto escolar.

### FICHA DE ATIVIDADE 25

**NOME DA ATIVIDADE:** A saúde que temos e a saúde que gostaríamos de ter

**NÍVEL DE ENSINO:** (X) Fundamental - Séries Iniciais e Finais (X) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** mobilizar alunos e alunas para a elaboração de ações voltadas à promoção da saúde e prevenção de doenças e agravos.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** tiras de papel, quadro ou papel afixado no mural ou no chão, pincel atômico, papel A4.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** ± 1h30min.

### DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:

- Abra uma roda de conversa e distribua uma tira de papel **azul** para cada participante. Em seguida, peça para responderem às seguintes questões: o que já aprendemos na escola sobre saúde? O que mais precisamos aprender?
- Quando terminarem de escrever a resposta, peça para colarem as respostas na parede com fita crepe.
- Em seguida, distribua tiras de papel **rosa** e peça para responderem à seguinte pergunta: *como gostaríamos que o tema saúde fosse trabalhado na escola?*
- Peça que, quando terminarem de escrever, cole as respostas do lado das que foram respondidas no papel azul, mas deixando espaço de um metro entre elas.
- Quando todas as tiras forem coladas, coloque uma cartolina cortada ao meio, distribua tiras **verdes** e explique que nessa **ponte** poderão colocar

as propostas a fim de contribuir para promover a saúde na escola.

- Quando todas as propostas estiverem coladas, abra para o debate a partir das seguintes questões:

1. *O que é uma escola? Qual é o seu objetivo?*
2. *Por que existe a Semana Saúde na Escola? Ela é importante? Por quê?*
3. *O que crianças, adolescentes e jovens podem fazer para deixar a escola mais saudável? E a comunidade em que vivem?*

## FINALIZAÇÃO

Promover a saúde não é somente ir ao serviço de saúde quando se está doente. É ter acesso a informações corretas e em linguagem adequada; educação formal de boa qualidade; segurança alimentar e nutricional; ambientes seguros e saudáveis; habitação digna; trabalho e emprego decentes e segurança.

Promover a saúde é se aproximar das necessidades humanas, sendo contextualizadas na vida social, cultural e econômica de cada tempo e lugar.

## REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Gestão do Trabalho e da Educação na Saúde. Departamento de Gestão da Educação na Saúde. **A educação que produz saúde**. Brasília: Ministério da Saúde, 2005.

## DICA

A publicação *Escolas promotoras de saúde: experiências do Brasil* - [http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/escolas\\_promotoras\\_](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/escolas_promotoras_)

saude\_experiencias\_brasil\_p1.pdf. - tem por objetivo fortalecer a capacidade do setor Saúde e de Educação em promover a saúde, o bem-estar e a qualidade de vida de meninos, meninas, adolescentes, pais, professores e outros membros da comunidade. As experiências exitosas descritas nesse material podem trazer algumas novas ideias para se desenvolver trabalhos conjuntos entre os setores da educação e da saúde.



FICHA DE ATIVIDADE 26

**NOME DA ATIVIDADE:** Coisas que eu amo

**NÍVEL DE ENSINO:** (X) Creche (X) Pré-Escola ( ) Fundamental ( )  
Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** favorecer a reflexão sobre a responsabilidade de todos os alunos no cuidado com a escola.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** papel, lápis, fita adesiva, flip chart ou papel pardo, canetões e um saquinho.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** ± 1h30

**DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:**

- Distribua um quadradinho de papel para cada uma delas.
- Peça que, individualmente, pensem em um objeto que possuem e do qual gostam muito.
- Essa informação não deverá ser passada ainda para as outras crianças.
- Solicite que desenhem o objeto no papel, que dobrem os quadradinhos e os coloquem em uma sacola.
- Embaralhe os quadradinhos e os redistribua para as crianças.
- Peça que cada uma mostre o desenho que recebeu e que o cole na folha de *flip chart* ou papel pardo com fita adesiva.
- Abra uma roda de conversa perguntando às crianças:
  1. *E se esse objeto fosse a escola que vocês frequentam?*
  2. *Como vocês se sentiriam se a escola estivesse muito suja?*
  3. *O que poderíamos fazer para cuidar melhor de nossa escola?*

**FINALIZAÇÃO**

A Escola Pública não pertence ao governo, nem ao diretor, nem ao professor e nem aos educandos. Pertence à comunidade escolar formada pelos professores, alunos, funcionários e pela comunidade que vive no entorno da escola. Financeiramente, ela é mantida pelo dinheiro recolhido nos impostos. Assim, todas as pessoas que a frequentam precisam cuidar dela, do mesmo modo que cuidamos das pessoas e dos objetos que amamos.

### **REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):**

Inspirado em: BRASIL. Secretaria de Educação do Estado de São Paulo/Fundação para o Desenvolvimento da Educação. **Projeto Cuidar do que é de todos**. São Paulo: FDE, 2007.

#### **DICA**

O filme **Vida de inseto** – direção de John Lasseter e Andrw Stanton, 1998 – é uma boa ferramenta para se trabalhar a cooperação e a união dos diferentes na resolução de um problema comum.

A gente convive tanto com a violência que nem sabe mais quando um ato é violento ou não. É claro que quando aparecem as notícias sobre assaltos, assassinatos, guerras, brigas de gangues, logo a gente identifica. Mas violência não é só isso. Existem outras formas dela se manifestar, e a gente nem percebe. Por exemplo: uma brincadeira sobre alguém que é diferente do seu grupo, uma piada sobre alguma raça ou sobre pessoas que fizeram escolhas diferentes das suas. Isso é uma sementinha de violência, que uma hora pode virar uma árvore grande e frondosa, que vai espalhar sua sombra sobre muita gente e causar muitos males. Este é um daqueles casos em que se deve cortar o mal pela raiz, ou seja, não participar da conversa, não deixá-la prosseguir, porque já se sabe onde pode acabar. Existem, ainda, aquelas formas de violência que parecem não ter jeito de serem resolvidas. Mas acredite, sempre tem. A violência pode acontecer dentro de casa, com maus tratos físicos, abuso sexual e psicológico, descuido ou abandono da criança e do adolescente. E pode acontecer fora, como nos casos de trabalho e prostituição infantis, violência nas escolas ou nas ruas, e conflitos com policiais. Em todos os casos pode-se denunciar e pedir ajuda ao Conselho Tutelar . um órgão municipal encarregado de fazer com que o Estatuto da Criança e do Adolescente seja cumprido. O que não se pode é ficar calado, indiferente ou amedrontado. Não deixe a violência começar. Mas, se ela começar, lembre-se: você tem meios de pará-la.

A escola, locus de inclusão e convivência de diversidades, é fundamental na construção da cidadania. Sua função social relaciona-se ao desafio de assegurar a todos a oportunidade de aprendizagens significativas, desenvolvimento de potencialidades individuais e preparo básico para a vida em um mundo melhor. O reconhecimento da violência na escola, uma nova e urgente questão, é um primeiro passo na interpretação do fenômeno, caracterizado por sentimentos de medo, isolamento, angústia e tantos outros a interferir nas relações interpessoais. Ela chega a se confundir com a violência das ruas, não respeitando o limite do espaço físico da instituição.

Pensar em promoção da saúde e na capacidade de superar as adversidades transfere o foco da ação dos fatores de risco para os fatores de proteção. A promoção da saúde propõe a articulação entre escola, serviços de saúde, outros equipamentos sociais e comunidade, para proporcionar mais chances aos sujeitos sociais de encontrarem soluções para seus problemas. É fundamental a discussão e a reflexão coletiva sobre a realidade presente, o conhecimento da rede de complexidade do território e o desenvolvimento de ações/estratégias que modifiquem a realidade da comunidade. Essa violência pode se manifestar de diversas formas e proporções preocupantes, da agressão física, furto, roubo (em geral, contra o patrimônio da própria escola ou da comunidade educando), porte de armas, tráfico de drogas, até ofensas verbais, aparentemente menos graves, que revelam atitudes discriminatórias, segregativas e humilhantes, por vezes difíceis de perceber ou mensurar.

Hoje, é bastante frequente nas escolas o bullying. São vários os sinais que podem indicar uma criança ou adolescente sob violência: lesões físicas; dificuldades de aprendizagem; comportamento apático, tenso, rebelde e/ou agressivo; isolamento-afastamento; choros; fugas de casa ou negação do convívio familiar ou de pessoas-grupos específicos; má nutrição; e outros. Além do planejamento de intervenções no ambiente e nas relações sociais, com vistas à construção de relações mais saudáveis, cooperativas e solidárias, a escola pode integrar redes de prevenção de violências, comprometendo-se a identificar e prevenir sinais de violência e outras manifestações que antecedem o evento violento. A violência é um problema crescente para os gestores das escolas. Um tipo de violência em escolas merece especial atenção: o bullying.

O termo bullying (do inglês bully = valentão, brigão) é usado para identificar qualquer ato com o sentido de troçar ou gozar, tyrannizar, ameaçar, intimidar, humilhar, isolar, perseguir, amedrontar, ignorar, ofender, bater, ferir, discriminar e imputar apelidos maldosos a outrem.

Bullying compreende todas as formas de atitudes agressivas, intencionais e repetidas, sem motivação evidente, provocadas por um ou mais estudantes em

relação a outros, responsáveis por causar dor, angústia, exclusão, humilhação, discriminação, entre outros sentimentos, sob uma relação desigual de poder.

### FICHA DE ATIVIDADE 27

**NOME DA ATIVIDADE:** Violência na família, fatores de vulnerabilidade e de proteção na comunidade.

**NÍVEL DE ENSINO:** (X) Fundamental (X) Médio

Agentes e lideranças comunitárias/moradores da comunidade. Profissionais de instituições que atuam na região.

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** Identificar as diferentes expressões da violência na comunidade e traçar caminhos de ação em rede.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** Papel 40 kg ou Kraft, 4 conjuntos de canetas hidrocores, lápis e borracha, papel A4.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** 2 horas em média, dependendo do número de participantes.

#### **DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:**

Dinâmicas de apresentação dos participantes (.quebra gelo.)

Apresentação da proposta

O grupo é dividido em subgrupos de 6 participantes (em média). Cada um irá dispor de uma folha de papel (40 kg ou Kraft) e papel A4 e um conjunto de canetas hidrocores. Cada subgrupo poderá trabalhar com a folha apoiada numa mesa grande ou no chão, de maneira que todos tenham acesso ao papel e às canetas.

Os subgrupos são convidados a desenhar conjuntamente um mapa da comunidade. Propõe-se, nesse caso, a elaboração de um mapa temático em que podem ser registrados um ou mais dos tópicos a seguir:

- situações de violências em seu território;
- instituições que fazem parte da rede e que atendam estas situações de violências;
- acesso a estas instituições;
- integração entre estas instituições.

A partir de um mapa de base, pode-se utilizar folhas de papel manteiga para registro de novas informações sobre o território, o mapa do passado, o mapa do futuro . o que melhor convier aos objetivos propostos, ao grupo em questão e à disponibilidade de tempo.

Tempo médio para desenho do mapa: 40 minutos.

Cada grupo apresenta na plenária o seu mapa.

Discussão: quais serviços são necessários e quais estão faltando nesta rede? O que precisa ser feito para melhor articulação da rede?

REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):

Ficha técnica 4 . Teatro fórum, p. 55, na Metodologia para o Cuidado de Crianças, Adolescentes e suas Famílias em Situação de Violências, 2011. Disponível em: <[http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/metodologias\\_cuidado\\_crianca\\_situacao\\_violencia.pdf](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/metodologias_cuidado_crianca_situacao_violencia.pdf)>.

### FICHA DE ATIVIDADE 28

**NOME DA ATIVIDADE:** Prevenção de violências no território . Atuação em rede

**NÍVEL DE ENSINO:** (X) Fundamental (X) Médio

Profissionais, usuários do serviço ou de instituições locais, lideranças comunitárias.

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** Identificar instituições que atuam na atenção ou na prevenção à violência no território escolhido (comunidade, bairro, região), perceber a interação existente e o relacionamento do grupo participante com tais temas.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** Pincel atômico, canetas hidrocores, tesoura, fita crepe, cartolinas.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** 1 hora e meia a 2 horas

#### **DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:**

Solicitar aos participantes que relacionem os diferentes grupos organizados que atuam no local. Dependendo do número de participantes, pode-se realizar o trabalho em pequenos subgrupos, apresentando-se depois os pontos de vista em plenária.

Pedir aos participantes que atribuam pesos às instituições de acordo com o trabalho realizado e sua importância. Distribuir círculos de diferentes tamanhos e solicitar que coloquem neles o nome das instituições, utilizando-se círculos maiores para contribuições mais significativas.

Um círculo grande colado na parede representa a comunidade.

O grupo deverá afixar os círculos das instituições, posicionando-os em relação ao círculo da comunidade, de acordo com o grau de atuação local. Eles devem também se tocar quando houver interação entre os diferentes grupos e quando houver apoio de serviços localizados fora da comunidade.

Para finalizar, pode-se debater, em função do contexto simbolizado no diagrama, sobre os tipos de ações que deveriam ser feitas no sentido de envolver as



instituições da forma desejável. E, nos casos em que existe interação, as estratégias e ações que devem ser fortalecidas.

**REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):**

Ficha técnica 17 . Encontro de rede: Diagrama de Venn, p. 68, Metodologia para o Cuidado de Crianças, Adolescentes e suas Famílias em Situação de Violências, 2011. Disponível em: <  
[http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/metodologias\\_cuidado\\_crianca\\_situacao\\_violencia.pdf](http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/metodologias_cuidado_crianca_situacao_violencia.pdf)>

### FICHA DE ATIVIDADE 29

**NOME DA ATIVIDADE:** Conceituando “bullying”

**NÍVEL DE ENSINO:** (X) Fundamental (X) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** Adotar atitudes de respeito com o próximo. Perceber a importância de ter um bom convívio social, de conhecer valores e regras. A aula pretende esclarecer: O que significa bullying? De que maneiras o bullying pode acontecer na escola? Quais são as consequências de quem pratica e de quem sofre bullying na escola? Como colaborar com a escola para que este problema seja superado.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** 4 aulas de 50 minutos.

#### **DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:**

Para contextualizar o assunto, o professor (a) poderá elaborar previamente pequenas cenas que expressem ações de bullying na escola. Na forma de dramatização, os alunos separados em grupos, terão que representar para toda a turma as cenas descritas pelo professor (a). Neste momento, não há necessidade de apresentar o conceito .bullying. ainda, pois o objetivo é promover uma discussão e reflexão acerca dos atos de violência, humilhação e perseguição ocorridas no cotidiano educando.

Após as apresentações, o professor (a) poderá levantar alguns questionamentos:

Essas atitudes são comuns em nossa escola?

Alguém já presenciou alguma cena como essa, seja em sala de aula, no pátio, ou no recreio?

Como isso aconteceu?

Alguém já foi vítima de ações como está em nossa escola?

A partir deste momento, o professor (a) poderá apresentar o termo BULLYING, explicando o significado deste termo.

**REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):** <http://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=2147>

FICHA DE ATIVIDADE 30

**NOME DA ATIVIDADE:** Reportagem

**NÍVEL DE ENSINO:** (X) Fundamental (X) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** Discutir o tema bullying.

**DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:**

Realizar uma reportagem sobre bullying. Segue um roteiro para os alunos:

1. Deixar claro o assunto de que deverá tratar a reportagem;
2. Pesquisar sobre o assunto: anote dados relevantes e que já estão disponíveis;
3. Em seguida, apontar os elementos a serem problematizados;
4. A seguir, indicar fontes a serem ouvidas, as pessoas que podem ser entrevistadas sobre o assunto.
5. Se dispuser de equipamento fotográfico, roteirizar fotos e imagens que devem, junto com o texto, ilustrar o trabalho;
6. O roteiro está pronto para fazer o trabalho de campo: a reportagem.

**REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):**

<http://silvanosulzarty.blogspot.com/2011/04/5-sugestoes-de-atividadesdinamicas-para.html>

### FICHA DE ATIVIDADE 31

**NOME DA ATIVIDADE:** Discutindo “bullying”.

**NÍVEL DE ENSINO:** (X) Fundamental (X) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** Discutir o tema bullying.

**DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:**

Trabalhar de forma dinâmica e interativa, motivar os alunos e, posteriormente, abrir para a discussão.

Segue a proposta de uso de um vídeo como ponto de partida: Mary e Max - Uma amizade diferente. Uma história de amizade entre duas pessoas muito diferentes: Mary Dinkle (voz de Toni Collette), uma menina gordinha e solitária, de oito anos, que vive nos subúrbios de Melbourne, e Max Horovitz (voz de Philip Seymour Hoffman), um homem de 44 anos, obeso e judeu que vive com Síndrome de Asperger no caos de Nova York. Alcançando 20 anos e dois continentes, a amizade de Mary e Max sobrevive muito além dos altos e baixos da vida. Mary e Max é viagem que explora a amizade, o autismo, o alcoolismo, de onde vêm os bebês, a obesidade, a cleptomania, a diferença sexual, a confiança, diferenças religiosas e muito mais.

**REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):**

<http://rafaelnink.com/blog/2011/11/10/bullying/>

A Declaração Universal dos Direitos Humanos é um documento marco na história dos direitos humanos. Elaborada por representantes de diferentes origens jurídicas e culturais de todas as regiões do mundo, a Declaração foi proclamada pela Assembleia Geral das Nações Unidas, em Paris, em 10 de dezembro de 1948, como norma comum a ser alcançada por todos os povos e nações.

A Declaração, que desencadeou grande processo de mudanças no comportamento social e a produção de instrumentos e mecanismos internacionais de direitos humanos, significou igualmente transformações na área da educação. Uma delas foi pensar a educação além da dimensão da razão e da aprendizagem cognitiva, envolvendo aspectos afetivos e valorativos que precisam ser sentidos e vivenciados.

A proposta é que a *Educação em Direitos Humanos* seja eixo central do trabalho desenvolvido nas escolas e permeie integralmente o currículo, a formação inicial e continuada dos profissionais da educação, o projeto político-pedagógico da instituição, os materiais didático-pedagógicos, o modelo de gestão e de avaliação e as metodologias e práticas desenvolvidas no conjunto do espaço escolar.

O tema dos Direitos Humanos não poderia ficar de fora da *Semana Saúde na Escola*, não é verdade?

### **Educação em Direitos Humanos: o que é?**

De acordo com a socióloga Maria Victória Benevides<sup>1</sup>, *a Educação em Direitos Humanos é essencialmente a formação de uma cultura de respeito à dignidade humana através da promoção e da vivência dos valores da liberdade, da justiça, da igualdade, da solidariedade, da cooperação, da tolerância e da paz. Portanto, a formação desta cultura significa criar, influenciar, compartilhar e consolidar mentalidades,*

---

<sup>4</sup> Texto inspirado em: BENEVIDES, Maria Victória. *Educação em Direitos Humanos: de que se trata?*. Disponível em: <http://www.hottopos.com/convenit6/victoria.htm>. Acesso em 16 de fevereiro de 2013.  
[http://www.tvbrasil.org.br/fotos/salto/series/164228Dirhuman\\_edu.pdf](http://www.tvbrasil.org.br/fotos/salto/series/164228Dirhuman_edu.pdf). BRASIL.

*costumes, atitudes, hábitos e comportamentos que decorrem, todos, daqueles valores essenciais citados – os quais devem se transformar em práticas.*

É uma proposta de educação que necessita ser compartilhada por todas as pessoas envolvidas no processo educacional – educadores e educandos, ou ela não será educação e muito menos educação em direitos humanos.

Entretanto, para se construir uma sociedade mais justa, equitativa e democrática, a escola não pode estar sozinha. É preciso que diversos setores, como educação, saúde, comunicação, cultura, segurança, justiça, esporte e lazer, participem da formação de uma cultura de direitos humanos.

Como o professor pode trabalhar nessa perspectiva?

O Plano Nacional de Educação em Direitos Humanos (PNEDH) entende essa nova cultura como processo dinâmico, sistemático e permanente, que orienta a formação do sujeito de direitos, articulando as seguintes dimensões:

- a. apreensão de conhecimentos historicamente construídos sobre direitos humanos e a sua relação com os contextos internacional, nacional e local;
- b. afirmação de valores, atitudes e práticas sociais que expressem a cultura dos direitos humanos em todos os espaços da sociedade;
- c. formação de consciência cidadã capaz de se fazer presente nos níveis cognitivo, social, ético e político;
- d. desenvolvimento de processos metodológicos participativos e de construção coletiva, utilizando linguagens e materiais didáticos contextualizados;
- e. fortalecimento de práticas individuais e sociais que gerem ações e instrumentos em favor da promoção, proteção e defesa dos direitos humanos, e reparação das violações.

Nossa proposta para a *Semana Saúde na Escola* é desenvolver atividades que possibilitem a reflexão sobre relações mais solidárias, generosas e respeitadas, e resolver os problemas por meio do diálogo, negociação e mediação.

### FICHA DE ATIVIDADE 32

**NOME DA ATIVIDADE:** Sadako e os tsurus

**NÍVEL DE ENSINO:** ( ) Creche ( ) Pré-Escola (X) Fundamental - Séries Iniciais e Finais (X) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** problematizar responsabilidades e provocar a participação.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** folhas de papel cortadas em quadrados (13X13cm), barbante e fita crepe.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** ± 1h30min.

**DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:**

- Convide um grupo de crianças e adolescentes para escutar uma história chamada *Sadako e os tsurus*. Explique que essa história será contada em várias partes e, entre uma e outra, cada criança ou adolescente construirá um pássaro.
- Comece a história explicando que *no Japão as crianças costumam fazer animaizinhos de papel usando uma técnica chamada origami, ou dobradura em português. Um desses animais é um pássaro chamado tsuru, que no Brasil tem o nome de grou. Segundo a tradição oriental, quem faz 1000 tsurus terá um desejo atendido. O mundo inteiro ficou sabendo dessa tradição a partir da história de uma menina chamada Sadako Sasaki.*
- Distribua pedaços de papel quadrados para as crianças e construa o *tsuru* em conjunto com os alunos e as alunas para entenderem o passo a passo da construção do pássaro.
- Peça que dobrem o papel ao meio e novamente o dobrem, levando uma ponta sobre a outra



- Depois que tiverem dobrado o papel duas vezes, inicie a história: *Sadako Sasaki nasceu em Hiroshima e tinha apenas dois anos de idade quando os norte-americanos lançaram uma bomba atômica sobre a sua cidade. Como ela, a mãe e o irmão viviam longe do lugar em que a bomba foi jogada, pareciam estar bem. Mas quando a família de Sadako fugiu da cidade, foram encharcados por uma espécie de chuva que continha substâncias que faziam muito mal para a saúde.*
- Peça que as crianças dobrem apenas uma das pontas até a metade do triângulo fazendo um vinco. Em seguida, peça que dobrem a aba sobre si mesma gerando um losango, de modo que a ponta que estava à esquerda aponte para baixo. Explique que é preciso fazer o mesmo do outro lado.
- Averigue se todas as dobraduras estão corretas e continue a história: *Terminada a guerra, Sadako e sua família tocaram sua vida normalmente. Quando Sadako completou doze anos de idade, durante uma aula de educação física sentiu-se muito mal, com tonturas. Alguns dias se passaram e novamente o mal-estar fez com que ela caísse no chão, sem sentidos. Socorrida e levada a um hospital, depois de alguns dias surgiram marcas escuras em seu corpo, e o diagnóstico foi de leucemia, uma doença que já estava matando outras crianças japonesas que foram expostas à bomba. Na época a leucemia era até chamada de “doença da bomba atômica”.*
- Peça que façam um vinco na dobradura e depois peguem a ponta da aba de cima e desdobrem-na para cima, puxando as laterais para dentro, de modo a formar um novo losango. Solicite que façam o mesmo do outro lado, como mostra o exemplo abaixo:

- Depois de terem feito a dobradura, e estando correta, continue a história:

*Um dia, a melhor amiga de Sadako, Chizuko Hamamoto, foi visitá-la no hospital levando um pássaro de papel para a amiga. Sadako gostou muito do presente e Chizuko lhe falou sobre uma lenda que dizia que quem fizesse 1000 tsurus teria um desejo concedido.*

- Solicite que novamente dobrem cada uma das laterais do papel, fechando a dobradura e unindo as duas partes. Depois, peça que façam o mesmo do outro lado, de modo que as faces visíveis agora sejam aquelas que estavam dobradas anteriormente
- Quando tiverem completado as dobraduras, reinicie a história contando:

*Sadako decidiu fazer os mil tsurus, desejando a sua recuperação. Mas a doença avançava rapidamente e a menina ficava cada vez com mais dificuldade de fazer os pássaros. Pensando sobre sua doença, Sadako compreendeu que muitos japoneses ficaram doentes por causa da guerra, e em vez de construir os pássaros esperando ser curada, continuou a dobrar os tsurus desejando que nunca mais nenhuma criança sofresse pelas guerras.*

- Continue a construção do *tsuru* explicando que é preciso fechar a dobradura unindo as duas partes. Peça que façam o mesmo do outro lado. Dobre as pontas de baixo para cima, e em uma delas inverta a ponta para dentro, de modo a criar a cabeça do *tsuru*.
- Feita essa etapa, conte: *na manhã de 25 de outubro de 1955, Sadako montou seu último tsuru e faleceu. Ela fez 644 tsurus. Quando seus colegas da escola souberam disso, dobraram os tsurus que faltavam para serem enterrados com a menina.*
- Peça que puxem as pontas para fora e inflem por baixo, de modo a armar o corpo do pássaro, como no desenho abaixo:

- Termine a história contando que os colegas de Sadako decidiram formar um grupo e iniciar uma campanha para construir um monumento em memória da amiga e de todas as crianças mortas e feridas pela guerra. Com doações de alunos de cerca de 3100 escolas japonesas e de mais nove países, em 1958 foi erguido em Hiroshima o **MONUMENTO DAS CRIANÇAS À PAZ**, conhecido como *Torre dos Tsurus*, no Parque da Paz.
- Peça que abram as asas do *tsuru*.
- Quando todos os *tsurus* ficarem prontos, proponha que sejam amarrados com um barbante, formando uma corrente de *tsurus* a ser pendurada em algum lugar da escola.
- Abra para o debate a partir das seguintes questões:
  1. *O que acharam dessa história?*
  2. *Já ouviram falar em “educação em direitos humanos”? O que isso significa?*

## FINALIZAÇÃO

A Educação em Direitos Humanos tem como proposta fazer com que as pessoas sejam capazes de viver juntas, de criar um novo sentido de compartilhar, ouvir e zelar umas pelas outras, e assumir responsabilidades por sua participação em uma sociedade democrática que luta contra a pobreza e a exclusão. E, ao mesmo tempo, garantir igualdade política, equidade social e diversidade cultural.

## REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):

DISKIN, Lia e ROIZMAN, Laura Gorresio, **Paz, como se faz?**

Disponível em:

<http://unesdoc.unesco.org/images/0013/001308/130851por.pdf>.

**DICAS**

Uma apresentação em *power point* com essa história está disponível em:

<http://www.slideshare.net/criscorre/sadako-sasaki-2710975>

Para entender melhor o passo a passo para fazer essa dobradura, entre no seguinte link: <http://www.youtube.com/watch?v=iCwy6lub9ac>

**NOME DA ATIVIDADE:** Quem somos nós?

**NÍVEL DE ENSINO:** ( ) Creche ( ) Pré-Escola (X) Fundamental - Séries Iniciais e Finais (X) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** estimular o conhecimento e o registro sobre aspectos da vida pessoal, da comunidade e do território.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** folhas de papel de diferentes cores, lápis de cor ou canetas de várias cores, cola, fita crepe, régua.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** ± 2 horas

### **DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:**

- Peça que fechem os olhos e procurem se lembrar de histórias pessoais e das histórias da família, pensando em suas origens, em sentimentos e momentos marcantes, em sonhos etc. Enfim, em tudo aquilo que cada pessoa considera representativo em sua vida.
- Em seguida, distribua um pedaço de papel **amarelo** e solicite que pintem símbolos ou imagens relacionados às lembranças. Explique que esse é um momento individual, que deve levar o tempo necessário para cada um se sentir à vontade ao expressar sua história de vida.
- Quando terminarem, peça para colocarem os desenhos no chão, formando uma espécie de “tapete redondo”.
- Em seguida, solicite que formem grupos de 4 ou 5 pessoas e explique que na segunda etapa deverão compartilhar o que sabem sobre a história da comunidade em que vivem. Cada grupo poderá escolher algum fato, acontecimento e/ou característica da comunidade para contar.

- Quando terminarem a conversa, distribua pedaços de papel **rosa** e peça para fazerem um novo desenho com as ideias que discutiram em grupo. Para esse novo desenho, além dos materiais disponíveis, poderão utilizar outros materiais existentes na escola como, por exemplo, terra, pedrinhas, folhas, flores etc.
- Ao término dessa etapa, proponha que os grupos coloquem as produções em volta das histórias individuais, mantendo o formato redondo.
- Distribua papéis **azuis** e peça para refletirem sobre o que seria importante mudar na comunidade para as pessoas serem mais felizes.
- Solicite que novamente coloquem as contribuições em volta das colagens, representando a comunidade.
- Na sequência, solicite que os grupos unam os pedaços de papel com barbantes e fita crepe para não desmanchar o “tapete”.
- Coloque-o na parede e abra para a discussão a partir das seguintes questões:
  1. *Como se sentiram participando dessa atividade?*
  2. *Como poderíamos definir nossa comunidade?*
  3. *Em nossa comunidade ocorrem situações de violência? Quais?*
  4. *O que podemos fazer para as pessoas de nossa comunidade serem mais generosas e solidárias umas com as outras?*

## **FINALIZAÇÃO**

Para mudanças acontecerem em nossa família, na escola, nos serviços de saúde e em outros espaços, é preciso acreditar que cada pessoa é um agente de transformação da própria vida e do mundo em que vive. Se, portanto, nos unirmos, poderemos gerar poderoso movimento por meio de atitudes e hábitos voltados à preservação da vida, da comunidade e da paz.

## REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):

ALMEIDA, Edison. ARRUDA, Silvani. **Cultura de paz e prevenção às violências**: guia de metodologias e atividades a serem aplicadas nas escolas estaduais para crianças, adolescentes, jovens e comunidade.

Disponível em:

<http://www.projetoape.com.br/images/metodologia/PazSite.pdf>

### DICAS

O livro **Como restaurar a paz nas escolas: um guia para educadores**, escrito por

Antonio Ozório Nunes (Editora Contexto, 2010), tem como objetivo orientar atividades de linha restaurativa em sala de aula e em outros ambientes. Várias reflexões e atividades sugeridas nessa publicação poderão ser úteis para evitar que os conflitos na escola se transformem em atos de violência, promovendo um ambiente escolar mais cooperativo e propício à resolução restaurativa dos conflitos. Sugere ainda diferentes atividades para a prevenção das situações de violência envolvendo toda a comunidade escolar, a partir do estabelecimento de laços de cooperação e solidariedade. Algumas atividades práticas, programadas para o trabalho com adolescentes, poderão ser adaptadas para crianças.

**NOME DA ATIVIDADE:** Com quem contamos?

**NÍVEL DE ENSINO:** ( ) Creche (X) Pré-Escola (X) Fundamental - Séries Iniciais e Finais (X) Médio

Famílias e pessoas da comunidade poderão participar dessa atividade.

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** identificar instituições que atuam na atenção ou prevenção à violência no território escolhido (comunidade, bairro, região).

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** pincel atômico, canetas hidrocores, tesoura, fita crepe e cartolinas. Cinco cadernos; lápis; cartolinas; canetões coloridos; régua; mapas da região.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** ± 3 horas

### DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:

- Com antecedência, imprima cinco fotocópias do mapa do bairro em que a escola está inserida. Em cada um dos mapas, selecione cinco quadras (quarteirões) que ficam nas proximidades da escola.
- Informe que a proposta da atividade é observar os arredores da escola, identificando os espaços e as instituições que fazem as pessoas se sentirem mais protegidas.
- Divida os participantes em grupos mistos (crianças, adolescentes, jovens e adultos), e distribua um mapa, um caderno por grupo e um lápis.
- Peça que percorram as ruas indicadas no mapa, observando os recursos que existem no território em que essas pessoas vivem.
- Terminada a caminhada, peça que se mantenham os grupos e distribua cartolinas, régua e canetas coloridas para cada um deles.



- Solicite que desenhem o trecho percorrido e sinalizem os espaços de proteção que encontraram. Sugira que usem cores diferentes para cada tipo de fator encontrado. Por exemplo, **verde** para os locais em que existem áreas de lazer, **vermelho** para os serviços de saúde, **azul** para onde existe policiamento etc.
- Quando terminarem o desenho, peça que cada grupo apresente sua construção e explique por que esses locais foram considerados fatores de proteção para a comunidade.
- Feitas as apresentações, abra para a discussão a partir das seguintes perguntas:
  1. *Como foi a experiência de realizar o mapeamento?*
  2. *Qual foi a parte mais fácil? E a mais difícil?*
  3. *Encontraram algo novo, que desconheciam, sobre a localidade? O quê?*
  4. *O que a comunidade precisa para se sentir mais protegida?*
  5. *Como a escola, os serviços de saúde e outras instituições poderiam contribuir para a ampliação desses fatores de proteção?*

## **FINALIZAÇÃO**

Elaborar o mapeamento do território em que vivemos é uma boa forma de se pensar em ações para melhorar a qualidade de vida das pessoas e do local em que elas vivem. É um primeiro diagnóstico para alertar a comunidade sobre o que é preciso modificar para se garantir a diminuição da violência e, conseqüentemente, a saúde da população. Isto porque, mesmo que as pessoas não sejam atingidas por situações de violência, o medo de sair às ruas, gerado pelas notícias disseminadas pelos canais de comunicação ou situações que ocorreram com outras pessoas, pode fazer com que fiquem mais retraídas, deixando de relacionar-se com amigos e familiares.

**REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):**

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. **Linha de cuidado para a atenção integral à saúde de crianças, adolescentes e suas famílias em situação de violências**: orientação para gestores e profissionais de saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2010.

**DICAS**

A publicação ***Escola que protege: enfrentando a violência contra crianças e adolescentes***, elaborada por Vicente de Paula Faleiros e Eva Silveira Faleiros, compartilha informações importantes sobre as diferentes formas de violência a que estão submetidos crianças e adolescentes brasileiros, visando subsidiar ações práticas para o enfrentamento das situações. Abordam-se temas como trabalho infantil, direitos, legislação e redes de proteção.

**Disponível**

**em:**

<http://unesdoc.unesco.org/images/0015/001545/154588por.pdf>

### FICHA DE ATIVIDADE 35

**NOME DA ATIVIDADE:** O varal da violência

**NÍVEL DE ENSINO:** (X) Fundamental - Séries Iniciais e Finais (X) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** compreender as diferentes violências que ocorrem no cotidiano e discutir como é possível lidar com essa situação na escola, na comunidade e em outros espaços.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** barbante para o varal, fita crepe, 4 folhas de papel tamanho A4 ou equivalente (preferência já utilizadas e recicladas) para cada participante, prendedores de roupa.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** ± 1h30min.

### DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:

- Previamente, coloque quatro varais no espaço em que ocorrerá a atividade.
- Convide as alunas e os alunos a participarem da atividade, que terá como tema a prevenção de situações de violência.
- Distribua quatro folhas de papel para cada participante e peça que escrevam na primeira folha quais violências já viveram na escola ou em outros espaços. Peça que, ao terminar, coloquem a folha em um dos varais.
- Em seguida, solicite que escrevam em outra folha quais violências já praticaram contra outras pessoas. Quando terminarem, peça que coloquem essa folha no segundo varal.
- Na terceira folha, deverão escrever como se sentem quando são vítimas de algum tipo de violência e em seguida coloquem a folha em um novo varal.
- Finalmente, na quarta folha, peça que escrevam como se sentem quando são violentos com alguma pessoa.

- Quando todos os varais estiverem com as folhas, leia o que foi escrito e colocado em cada um deles, computando as situações que mais apareceram.
- Abra uma roda de conversa a partir das seguintes questões:
  1. *Qual é o tipo mais comum de violência que acontece nas escolas?*
  2. *Existe alguma violência pior do que outra?*
  3. *Onde podemos procurar ajuda caso soframos algum tipo de violência?*
  4. *O que podemos fazer para prevenir situações de violência na escola e em outros espaços da comunidade?*

## FINALIZAÇÃO

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), a violência é o uso intencional da força física ou do poder, real ou potencial, contra si próprio, contra outras pessoas ou contra um grupo ou uma comunidade, que resulte ou tenha grande possibilidade de resultar em lesão, morte, dano psicológico, deficiência de desenvolvimento ou privação.<sup>5</sup>

A definição considera as diferentes formas de violência que não acarretam necessariamente lesão ou morte, mas as que oprimem as pessoas, as famílias, os sistemas de saúde, as escolas, os ambientes de trabalho e as comunidades. Enfim, toda a sociedade.

Além disso, a definição associa a intenção de se cometer um ato violento às relações e práticas de **poder** incluindo, portanto, ameaças, intimidações, negligências e todos os tipos de abuso - físico, sexual e psicológico.

---

<sup>5</sup> PINHEIRO, P.S. ASSIS, G. **Violência Urbana**. São Paulo: Publifolha, 2009.

## REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):

Instituto Promundo (coord.). Da violência para a convivência. **Série Trabalhando com Homens Jovens**. Rio de Janeiro: Instituto Promundo, 2002. Disponível em: <http://www.promundo.org.br/wp-content/uploads/2010/04/DaViolenciaparaConvivencia.pdf>

### DICAS

O filme **Ponte para Terabítia** - direção de Gabor Csupo (2007) – conta a história de um garoto chamado Jess Aarons e de sua amiga Leslie Burke. Juntos, criam o reino secreto de Terabítia, um lugar mágico onde apenas é possível chegar se pendurando em uma velha corda, que fica sobre um riacho perto da casa de ambos. Lá eles lutam contra Dark Master e suas criaturas fantásticas e buscam estratégias para acabar com as situações de violência que acontecem dentro da escola.

**NOME DA ATIVIDADE:** **Jogo dos balões**

**NÍVEL DE ENSINO:** (X) Fundamental - Séries Iniciais e Finais (X) Médio

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** aparelho de som e um CD de música animada, quatro balões de ar com tiras de perguntas em seu interior.

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** discutir alternativas para lidar com situações como *bullying* e *cyberbullying* sem usar agressividade e/ou violência.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** ± 1h30min.

### **DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:**

- Solicite que formem um único círculo.
- Informe que você colocará uma música e que, enquanto isso, um balão de ar passará de mão em mão.
- Explique que quando você parar a música, quem estiver com o balão deverá estourá-lo e pegar a tira de papel que estiver dentro dele (exemplos dessas tiras encontram-se ao final dessa atividade). Em cada uma das tiras há uma situação relacionada ao *bullying*.
- A pessoa que ficou com o balão deverá ler a frase e completá-la. Mas há uma regra: a frase deverá ser completada sem ser usado nenhum tipo de violência. Por exemplo: Os amigos de João vivem dizendo que ele “fede” devido à cor da sua pele. Daí, João respondeu que no Brasil o racismo é crime, e que eles poderiam ser denunciados por conta disso.

- Se a pessoa que tiver que continuar a frase não souber, quem estiver à sua direita responde. As outras pessoas poderão ajudar quando necessário.
- Repita a atividade até as quatro questões serem respondidas.
- Depois de completadas, abra para a discussão a partir das seguintes perguntas:
  1. *O que é bullying?*
  2. *O que é cyberbullying?*
  3. *O que diferencia o bullying e o cyberbullying de outros tipos de violência?*
  4. *O que precisamos fazer para resolver situações de bullying em nossa escola e em outros espaços de convivência?*

## FINALIZAÇÃO

O **bullying** é palavra da língua inglesa que significa ‘intimidação’ ou ‘amedrontamento’. Não existe palavra equivalente em português e, por conta disso, alguns sugerem a utilização dos termos “violência moral” ou “maltrato entre pares”. A primeira coisa que caracteriza o *bullying* é que se trata de fenômeno de grupo em que a agressão acontece entre iguais, ou seja, pessoas que têm mais ou menos a mesma idade e que convivem no mesmo espaço.

Já o **cyberbullying** é praticado no mundo digital. São mensagens difamatórias ou ameaçadoras que circulam por e-mails, sites, blogs, celulares, sites de relacionamento como o *Facebook* ou o *Twitter*. Para alguns estudiosos, o *cyberbullying* é ainda mais cruel que o *bullying* tradicional, pois no espaço virtual os xingamentos e as provocações atormentam a pessoa permanentemente e não somente no contexto da escola. As mensagens ameaçadoras chegam a todos os lugares em que se acessa a *internet*, e a denúncia fica ainda mais difícil, pois nem sempre é possível identificar o agressor.

Quando executados na escola, o *bullying* e o *cyberbullying* resultam em comprometimento da aprendizagem, da vontade de estudar e de se relacionar com outras pessoas.

### REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):

REVISTA NOVA ESCOLA. **Bullying, um problema que merece tradução.** Disponível em:

<http://revistaescola.abril.com.br/ensino-medio/bullying-problema-merece-traducao-475045.shtml>

#### DICA

##### O que todos precisam saber sobre bullying

É uma página do site Observatório da Infância, que contempla vários temas

relacionados à violação dos direitos das crianças, dentre eles o *bullying*. Estão à disposição textos, apresentação em power point, pesquisas e cartilhas para profissionais da educação.

Disponível em:

[http://www.observatoriodainfancia.com.br/rubrique.php3?id\\_rubrique=19](http://www.observatoriodainfancia.com.br/rubrique.php3?id_rubrique=19)

#### EXEMPLO DE TIRAS DE APOIO QUE PODERÃO ESTÁ DENTRO DOS BALÕES



*Maricota é zoada pelos seus colegas por conta do seu sotaque pernambucano. Na semana passada, Maricota errou na hora de chutar a bola e um colega a chamou de “baiana burra”. A partir daí, sua vida virou um inferno. Era só passar pelos corredores que escutava alguém pedindo um acarajé ou chamando-a de “cabeça chata”. Maricota, então,*

.....





-----  
-----  
*Cláudio é gay e não esconde isso de ninguém. Só que basta ele aparecer no portão da escola que um grupo de meninos e meninas já começa a ofendê-lo. Outro dia, entrando em um site de relacionamento, viu que alguém havia postado uma foto dele, e várias pessoas fizeram comentários muito desagradáveis. Ele já está cansado dessa situação e resolveu que iria procurar ajuda em ...*



-----  
-----  
*Marta tem um problema físico e, por conta disso, caminha com certa dificuldade. Um dia, passeando com as amigas, elas começaram a dizer que jamais o Felipe – o menino de quem Marta gosta – ficaria com ela por conta do seu problema. Pouco depois, suas amigas começaram a rir do jeito dela andar, chamando-a de “pata choca”. Essa situação continuou a acontecer na escola. Marta resolveu que .....*



-----  
-----  
*Júlio foi até o posto de saúde pedir preservativos. Lá chegando, encontrou um grupo de colegas que tinha ido tomar vacina contra a Hepatite B. Quando ele falou que tinha ido buscar preservativos, seus colegas começaram a zoar, dizendo que Júlio devia ser gay ou usuário de drogas e que, por isso, usava preservativo. No dia seguinte, quando Júlio chegou à escola, o mesmo grupo de colegas começou a zoar com ele, chamando-o de “Rosinha”. Júlio ficou muito chateado, mas ...*



### FICHA DE ATIVIDADE 37

**NOME DA ATIVIDADE:** Jornal mural

**NÍVEL DE ENSINO:** (X) Fundamental - Séries Iniciais e Finais (X) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** favorecer a apreensão sobre o significado e a importância da EDUCAÇÃO EM DIREITOS HUMANOS, por meio da construção de um jornal mural.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** jornais, revistas, 2 metros de papel craft; cola, tesouras, canetões coloridos, folhas coloridas, fita crepe.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** ± 3 horas

### DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:

- Explique que a proposta dessa atividade é a confecção de um jornal mural, ou seja, um jornal para se colocar em uma parede. Mas antes é preciso pensar no que será escrito nele.
- Peça que, sem censura, falem o que deveria haver em um jornal mural que tem como tema a educação em direitos humanos. Conforme expressarem as ideias, registre-as em uma folha de *flip chart*.
- Uma vez com o quadro de ideias pronto, explique que o jornal mural será elaborado em uma folha de papel craft de mais ou menos dois metros. Explique que geralmente um jornal mural tem:
  1. um nome
  2. a data em que foi elaborado
  3. as manchetes, ou seja, os assuntos que o jornal mural contém;
  4. uma entrevista com alguém que fale sobre o tema;
  5. ilustrações, fotografias
  6. resultados de pesquisas;

7. artigos sobre o tema escritos ou recortados de outros jornais;
  8. endereços de onde buscar mais informações ou procurar ajuda.
- Na medida do possível, pesquise algumas imagens na internet mostrando exemplos de jornais murais.
  - Divida-os em quatro subgrupos, dividindo as responsabilidades:
    - Grupo 1** – entrevista com um/a professor/a, coordenador/a da escola ou profissionais da área da saúde. Caberá a esse grupo elaborar as perguntas e depois digitar ou escrever à mão as perguntas e as respostas.
    - Grupo 2** – buscar imagens, fotografias e pesquisas sobre educação em direitos humanos (livros, jornais, folhetos, internet etc.).
    - Grupo 3** – procurar notícias atuais sobre situações de violência na escola e comunidade e, a partir dessas notícias, escrever um artigo sobre como seria possível prevenir a violência na escola que frequentam, com o apoio do serviço de saúde mais próximo.
    - Grupo 4** – organizar um quadro com os locais na comunidade em que poderão buscar ajuda caso passem por uma situação de violência (Conselho Tutelar, Delegacia da Mulher, Vara da Infância e da Adolescência, organizações não governamentais etc.), explicando o que faz cada uma dessas instituições.
  - Quando todas as tarefas estiverem terminadas, reúna o grupo e monte o jornal mural. Lembre-se que é preciso colocar o nome da escola, escrever a data em que ele ficou pronto e, na primeira coluna, escrever quais são as manchetes, ou seja, os assuntos tratados naquela edição. Não se esqueça de alertar que os títulos têm que ser em letra grande para as pessoas conseguirem ler de longe.
  - Quando o jornal estiver montado, peça para sugerirem o nome do jornal. Escreva as sugestões em uma folha e depois abra para a votação. Em conjunto com o grupo, procure um local de fácil acesso, de boa visibilidade e com espaço suficiente para as pessoas que

circulam pela escola lerem as notícias sem perturbar a movimentação interna ou se aglomerar.

- Abra para o debate a partir das seguintes questões:
  1. *O que acharam dessa atividade? O que aprenderam com ela?*
  2. *Quais os outros materiais de comunicação que poderiam ser elaborados para divulgar os direitos humanos na escola e nos demais locais da comunidade?*

## FINALIZAÇÃO

A partir da *internet*, a comunicação participa mais, a cada dia, da vida de crianças, adolescentes e jovens. Por essa razão, alguns autores afirmam que no que diz respeito às atividades educativas, é preciso investir na criatividade, motivação, contextualização de conteúdos, afetividade, cooperação, participação, livre expressão, interatividade e experimentação. Nossa proposta é se pensar em novos meios para disseminar os artigos da Declaração Universal dos Direitos Humanos, utilizando diferentes veículos de comunicação - cartazes, jornais murais, blogs, sites de relacionamento, e-mails, torpedos, HQ etc. – como formas de engajar a população na busca pelo respeito à vida e à diversidade, à igualdade de gênero e de raças/etnia, e na garantia de que os direitos humanos sejam respeitados. A esse tipo de metodologia dá-se o nome de **educomunicação**, ou seja, ao campo de ação que se insere na interface entre os tradicionais campos da educação e da comunicação, e que tem como objetivo ampliar as condições de expressão de todos os segmentos humanos, especialmente da infância, adolescência e juventude.

**REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):**

UNICEF. *Eu Comunico, Tu Comunicas, Nós Educomunicamos*.

Disponível em:

<http://www.projetosegurancahumana.org/arquivos/410ne0.pdf>

#### DICA

**O livro Educomunicação: o conceito, o profissional, a aplicação do professor**, de [Ismar de Oliveira Soares](#) (Paulinas – 2011), discute caminhos para tornar a educação uma experiência significativa para as novas gerações. O diferencial está na visão sistêmica do novo conceito, propondo que professores e alunos passem a ser gestores de sua comunicação, sócios de uma mesma empreitada, cúmplices de um mesmo projeto: a ampliação do “coeficiente comunicativo” das ações no âmbito da comunidade escolar.

### FICHA DE ATIVIDADE 38

**NOME DA ATIVIDADE:** Construção de um sucatório

**NÍVEL DE ENSINO:** (X) Creche (X) Pré-Escola ( ) Fundamental ( )  
Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** contribuir para o aprendizado, na prática, do consumo consciente e do reaproveitamento de materiais.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** sucatas, quatro caixas de papelão, canetões, tintas e pincéis.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** aproximadamente 1h30 min

### DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:

- Explique para as crianças que a ideia da atividade é organizar um sucatório, ou seja, um local em que vários materiais que costumam ser jogados fora sejam reaproveitados para a construção de brinquedos.
- Inicialmente, pergunte às crianças em que lugar deverá ficar o sucatório. A partir das contribuições, converse sobre qual seria o melhor lugar.
- Definido o local, coloque quatro caixas nesse espaço e peça para pensarem em formas de separar as sucatas para colocá-las nas caixas. Por exemplo, na caixa 1 colocar o que é de plástico. Na caixa dois os papéis, e assim por diante.
- Estimule a discussão sobre os critérios para a separação das sucatas.
- Quando terminar a discussão, forme quatro grupos e entregue as caixas com as sucatas já separadas para cada grupo.
- Peça para fazerem um desenho do lado de fora da caixa para que todo mundo saiba que sucatas encontrará.
- Peça para cada grupo apresentar seu desenho e pergunte se gostaram de fazer essa atividade e o que aprendeu de novo.

- Propor ao grupo que siga com a coleção e separação da sucata e utilize-as para invenção de novos brinquedos.

## FINALIZAÇÃO

O lixo é um dos maiores problemas que há hoje no mundo. E uma das formas de minimizar o problema é reaproveitar ou doar os objetos que não serão mais usados. A reciclagem se tornou uma das grandes lutas nas sociedades de todo o mundo. O reaproveitamento de muitas coisas que irão para o lixo é fundamental para diminuir as consequências que os lixões provocam na saúde das pessoas e do planeta.

## REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):

JUS BRASIL. **Sucatório, um recurso criativo para a escola.** Disponível em: <http://pref-aracaju.jusbrasil.com.br/politica/8796935/sucatorio-um-recurso-criativo-na-escola>. Acesso em 28 de fevereiro de 2013.

## DICAS

O Instituto Alana defende que o desenvolvimento saudável de uma criança depende de um ambiente familiar e comunitário saudável. Em seu site – [www.alana.org.br](http://www.alana.org.br) – estão disponíveis várias experiências interessantes para o trabalho com a área da educação.

A alfabetização motora de crianças e jovens é parte integrante dos processos de aprendizagem especialmente no ambiente social, seja na escola ou na comunidade. Foi na Inglaterra, por exemplo, que o pedagogo inglês Thomas Arnold “pedagogizou” e introduziu alguns jogos tradicionais como estratégia educacional na Escola de Rugby entre 1820 e 1840. Tais jogos eram praticados desde a antiguidade pelas comunidades rurais, um deles transformou-se no Football Association, dando as bases para o surgimento de diversas outras modalidades esportivas pelo mundo. A ginástica também fez parte dos processos educativos de crianças, jovens e adultos.

Diante do potencial pedagógico e, ao mesmo tempo, de sua capacidade de desenvolver de forma harmoniosa as capacidades físicas e reflexivas, as *práticas corporais* são elemento indispensável nos processos educativos e de preparação das pessoas para a vida em sociedade. No entanto, faz-se necessário enfatizar aspectos contidos nos jogos e atividades, promovendo estratégias que deixem em segundo plano a exacerbação da competitividade. Quando coloca-se em questão a promoção de saúde no espaço escolar é importante que haja um esforço no sentido de proporcionar atividades que produzam o fortalecimento das relações entre os educandos. Uma estratégia significativa de tais práticas diz respeito à cooperação, tema que fez surgir a corrente denominada *Jogos Cooperativos*.

Um dos principais objetivos dos jogos cooperativos, enfatizado por Fábio Otuzi Brotto (2001), é o de levar as pessoas a vencer os desafios, limites e medos pessoais, ultrapassando a idéia de que o importante é superar os outros a qualquer custo. Os jovens e crianças em idade escolar necessitam ser expostos a desafios em seus processos de aprendizagem que possibilitem a eles a apreensão de regras e condutas sociais.

Os jogos, a brincadeira e o esporte são poderosas ferramentas que podem estimular, por meio de práticas corporais, o entendimento e a educação para vida em sociedade. Especialmente quando os processos pedagógicos contidos nas atividades são enfatizados levando-se em consideração os sujeitos da ação como principais protagonistas, é possível trazer à luz vários aspectos positivos ou negativos da vida social. É papel do educador e do profissional de saúde explorar os significados e as relevâncias que determinados aspectos têm para a vida social. Acompanhe aspectos



intrínsecos às ações e a ênfase que se pode dar a eles. Essa reflexão pode nortear a condução de todas as atividades propostas na Semana Saúde na Escola.

<b>JOGOS COMPETITIVOS</b>	<b>JOGOS COOPERATIVOS</b>
São divertidos apenas para uns.	São divertidos para todos
Alguns jogadores têm o sentimento de derrota.	Todos os jogadores têm um sentimento de vitória.
Alguns jogadores são excluídos por sua falta de habilidade.	Todos se envolvem independentemente de sua habilidade.
Aprende-se a ser desconfiado, egoístas ou se sentirem melindrados com os outros.	Aprende-se a compartilhar e a confiar.
Divisão por categorias: meninos x meninas, criando barreiras entre as pessoas e justificando as diferenças como uma forma de exclusão.	Há mistura de grupos que brincam juntos criando alto nível de aceitação mútua.
Os perdedores ficam de fora do jogo e simplesmente se tornam observadores.	Os jogadores estão envolvidos nos jogos por um período maior, tendo mais tempo para desenvolver suas capacidades.
Os jogadores não se solidarizam e ficam felizes quando alguma coisa de "ruim" acontece aos outros.	Aprende-se a solidarizar com os sentimentos dos outros, desejando também o seu sucesso.
Os jogadores são desunidos.	Os jogadores aprendem a ter um senso de unidade.
Os jogadores perdem a confiança em si mesmo quando eles são	Desenvolvem a auto-confiança porque todos são bem aceitos.

rejeitados ou quando perdem.	
Pouca tolerância à derrota desenvolve em alguns jogadores um sentimento de desistência face a dificuldades.	A habilidade de perseverar face as dificuldades é fortalecida
Poucos se tornam bem sucedidos.	Todos encontram um caminho para crescer e desenvolver.

### FICHA DE ATIVIDADE 39

**NOME DA ATIVIDADE:** Jogos Cooperativos

**NÍVEL DE ENSINO:** (X) Fundamental (X) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** Desenvolver os significados da cooperação

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** sala de apoio, pátio, quadra, sacos de nylon ou estopa

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** Poderá durar até 1h30.

#### **Exemplo de atividade principal:**

##### **Saco Gigante**

##### **Objetivos:**

Despertar para a Consciência de Interdependência, a partir da visão de que, apesar de sermos diferentes, todos e todas estão juntas “no mesmo saco”.

Estimular o desenvolvimento de competências colaborativas, tais como: planejamento em equipe, comunicação eficaz, liderança com-partilhada, diálogo grupal, apoio mútuo, confiança, gerenciamento coletivo, entre outras.

Fortalecer o trabalho em equipe, a partir da consciência de que os esforços/qualidades/competências individuais, quando colocados a serviço do coletivo, podem gerar mais resultados, com muito menos esforço e muito mais felicidade.

##### **Desafio:**

Percorrer um percurso pré-determinado com toda a equipe dentro de um mesmo “saco gigante”

##### **Participação:**

Entre 05 a 40 pessoas por “saco gigante”. Para isso, é importante que o material seja confeccionado de forma que proporcione resistência a este número de pessoas.

**Desenvolvimento:**

Todas as pessoas serão convidadas a atravessar um percurso determinado pelo facilitador. Porém, só poderão fazer isto juntas, dentro de um mesmo “saco gigante”, tendo um tempo limite para cumprir o desafio.

Para tornar o desafio mais complexo, o facilitador pode incluir elementos que convidarão o grupo a exercitarem um maior grau de cooperação, cuidado, comunicação, como por exemplo vendar os olhos de alguns participantes.

**Espaço:**

Qualquer espaço que permita o grupo percorrer uma distância que seja desafiadora, de acordo com as condições do grupo (faixa etária, condições físicas, etc).

**Material:**

Um “saco gigante” feito de nylon, lycra ou estopa, que comporte várias pessoas da equipe dentro. O objetivo é o de possibilitar a vivência por todos do grupo. Pode ser saco de entulho que é vendido em lojas de material de construção, ou pode ser confeccionado para este fim.

**Reflexão:**

As atividades devem possibilitar a comunicação e sempre ser iniciadas e finalizadas com os participantes dispostos em roda, onde as atividades deverão ser explicadas no início e avaliadas por todos ao final. A sequência ideal é a seguinte.

- 1) Início em roda
- 2) Aquecimento
- 3) Atividade principal
- 4) Esfriamento
- 5) Roda de avaliação da atividade (reflexão).

## PRÁTICAS CORPORAIS, ATIVIDADE FÍSICA E LAZER

FICHA DE ATIVIDADE 40

**NOME DA ATIVIDADE:** Esquema corporal

**NÍVEL DE ENSINO:** (X) Educação Infantil ( ) Fundamental ( ) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** conhecimento do próprio corpo e de suas partes.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** o próprio corpo.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** 1 hora

**DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:** em um espaço higienizado, estimular que os educandos engatinhem, rolem, rastejem, andem de joelhos, andem para trás e para frente, corram livremente e, ao sinal do professor ou professora, coloquem as mãos nas áreas do corpo por eles indicadas. Por exemplo: coloquem a mão na cintura, na cabeça, no pé, no braço...

Repetir os movimentos e colocar as mãos, no colega, no local indicado pelo professor, professora e/ou profissional da saúde. Por exemplo: colocar a mão na cintura, na mão, na cabeça, no pé, no braço...

Depois, andar livremente e, ao sinal do professor ou professora e/ou profissional da saúde, saltar para frente, saltar para trás, girar para um lado e para o outro, correr para o lado esquerdo e para o lado direito.

No final da atividade conversar com as crianças sobre a importância de cada parte do corpo.

Sugestões de atividades motoras para Educação Infantil -

<http://educacaofisicaeacao.blogspot.com.br/2009/07/sugestoes-de-atividades-motoras-para.html>

**REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):**

FALKENBACH, Atos Prinz. Um estudo de casos: as relações de crianças com síndrome de down e de crianças com deficiência auditiva na psicomotricidade relacional. 2003. 448 f. Tese (Doutorado em Educação) – Faculdade de Educação Física, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2003.

SERAPIÃO; João de Aguiar. Educação inclusiva, jogos para o ensino de conceitos. Editora Papyrus Ltda, 2004.

BROUGÈRE, Gilles. Jogo e educação; trad. Ramos, Patrícia – Porto Alegre: Ed. Artes Médicas, 1998.

### FICHA DE ATIVIDADE 41

**NOME DA ATIVIDADE:** Arcos/bambolês

**NÍVEL DE ENSINO (X) Educação Infantil (X) Fundamental Séries Iniciais ( )  
Médio**

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** orientação e estrutura espacial, agilidade, destreza, noção de cor, forma, tamanho, peso, dentro, fora, perto e longe.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** um arcos/bambolês para cada criança, espaço que permite circulação dos educandos entre os arcos.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** 2 horas

#### **DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:**

- Com o arco que receberem, cada criança deverá andar livremente pelo espaço, tomando cuidado para não se chocar com os companheiros e nem com os arcos dos colegas;
- O professor, professora ou profissional da saúde deve promover atividades com esses arcos espalhados pelo espaço propondo desafios: andar sem pisar nos arcos e sem se chocar com os companheiros; correr sem pisar nos arcos nem nos companheiros; ... correr e pisar dentro do maior número possível de arcos, sem se chocar com os companheiros ... correr, pular para dentro e depois para fora dos arcos, com os dois pés juntos ... correr segurando o arco à frente do corpo, como um volante de carro, sem se chocar com os outros companheiros ... correr para todos os lados, segurando o arco na altura da cintura, sem se chocar com os companheiros (Nesse caso, o corpo deve estar cingido pelo arco); ...jogar o arco mais alto?; ... jogar o arco mais longe?; ... rodar o arco no chão por mais tempo? O professor, professora e/ou profissional da saúde deverão reservar os minutos finais da atividade para as crianças brincarem livremente com os arcos. Ao final da atividade deve-se perguntar para as crianças:
  - Quais as maiores dificuldades que tiveram?
  - O que mais gostaram de fazer?

Atividade inspirada na proposta do professor

-

<http://educacaofisicaeacao.blogspot.com.br/2009/07/sugestoes-de-atividades-motoras-para.html> Acesso em 1 de março de 2013.

**REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):**

NEGRINE, Airton. Aprendizagem e desenvolvimento infantil – Simbologia e jogo. Porto Alegre: Ed. Prodil, 1994a.

NEGRINE, Airton. Aprendizagem e desenvolvimento infantil – Perspectiva psicopedagógicas. Porto Alegre: Ed. Prodil, 1994b.

NEGRINE, Airton. Aprendizagem e desenvolvimento infantil – Psicomotricidade: alternativas pedagógicas. Porto Alegre: Ed. Prodil, 1995.

OLIVEIRA, Marta Kohl de. Vygotsky: Aprendizado e desenvolvimento: Um processo sócio-histórico. São Paulo: Ed. Scipione, 1997.



### FICHA DE ATIVIDADE 42

**NOME DA ATIVIDADE:** “Minha melhor amiga é a bola”

**NÍVEL DE ENSINO ( ) Educação Infantil (X) Fundamental Séries Iniciais e  
Finais (x) Médio**

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** debater os motivos que levam os escolares a praticar o futsal/futebol; aproveitar o jogo de futsal e de futebol para debater as relações de gênero nas aulas de Educação Física; vivenciar atividades pré-desportivas mistas entre meninos e meninas.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** Material para pesquisa.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** 2 horas/aula

**DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:**



**Conte aos estudantes a notícia abaixo:**

O Comitê Executivo da *FÉDÉRATION INTERNATIONALE DE FOOTBALL ASSOCIATION* - FIFA

(instituição das associações de futsal, futebol de areia e futebol de campo) decidiu para 2012 escolher, pela primeira vez na história da Federação, uma mulher para compor sua equipe, até os dias de hoje formada exclusivamente por homens (24 homens). Essa eleição acontecerá este ano, no congresso mundial da entidade. Portanto, logo haverá uma mulher representando a instituição internacional.

Notícia disponível no endereço

<http://noticias.bol.uol.com.br/internacional/2012/05/25/fifa-admite-a-primeira-mulher-em-seu-comite-executivo.jhtm> . Acesso em 1 de março de 2013.

Perguntas para reflexão:

- A “exclusão” das mulheres no futebol acontece somente fora dos muros da escola?
- Por que devemos refletir e questionar sobre as questões de gênero no futebol/futsal?

O fato de uma mulher ter a oportunidade de integrar o comitê da FIFA é resultado de anos de batalha para a quebra da “ideologia sexista”, que restringe as possibilidades dos alunos de ambos os sexos, pois impõe limitações baseadas em atribuições sexuais culturalmente determinadas e cerceia as possibilidades de crescimento em base de igualdade de oportunidades.

Em nosso país há exemplos de grandes mulheres que, por meio de sua luta, quebraram barreiras, abrindo caminho para outras conquistarem esse espaço, historicamente dominado por homens.

#### **Atividade: construção de biografias**

Os estudantes devem construir biografias a partir de pesquisas (internet, textos impressos, outros), sobre a vida profissional da jogadora de futebol Marta Vieira da Silva e outras mulheres que superam preconceitos de gênero em esportes “ditos masculinos”.

**Sugestão:** para a incrementar a elaboração dessa atividade o professor/ou o profissional de saúde pode basear-se nas aulas de “Biografia”, de autoria de Maria Carolina da Silva, na qual ela apresenta uma proposta de leitura e interpretação de biografias e como construí-las.

Veja a aula disponível na íntegra em:

<http://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=28416> acesso em: 1 de março de 2013.

**Conclusão da atividade:** realizado o trabalho de pesquisa chega o momento de sistematizar todas as informações. Para isso sugira aos educandos a elaboração de um jornal mural, para registrar todas as atividades da aula e um debate sobre as histórias de vida coletadas.

Fonte: Portal do Professor: “Minha melhor amiga é a bola” – Autor: [Marcelo Inocêncio Pereira Costa](#) - Curitiba - PR - Secretaria Estadual de Educação  
<http://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=40546>

**REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):**

Época - NOTÍCIAS. **Os 100 brasileiros mais influentes de 2009**. Disponível em: <http://revistaepoca.globo.com/Revista/Epoca/1.EMI108920-17445.00.html> acessado em: 15/04/2012.

### FICHA DE ATIVIDADE 43

**NOME DA ATIVIDADE:** “Minha melhor amiga é a bola 2”

**NÍVEL DE ENSINO ( ) Educação Infantil (X) Fundamental Séries Iniciais e  
Finais (X) Médio**

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:**

- Ter maior consciência corporal e ritmo;
- Reconhecer diferentes estilos de dança;
- Expressar-se corporalmente;
- Desenvolver uma coreografia;
- Perceber a linguagem corporal como forma de comunicação.

#### **MATERIAL DE APOIO PARA O PLANEJAMENTO CONJUNTO ENTRE PROFISSIONAIS DA EDUCAÇÃO E SAÚDE:**

Recomenda-se que o professor e o profissional de saúde, antes de realizar essa atividade com os educandos, assistam ao vídeo disponível no blog do UCA - RS (<http://uca-rs.blogspot.com/>): “**Ken Robinson diz que as escolas acabam com a criatividade**”. ([www.ted.com/talks/lang/por\\_br/ken\\_robinson\\_says\\_schools\\_kill\\_creativity.html](http://www.ted.com/talks/lang/por_br/ken_robinson_says_schools_kill_creativity.html)). Inspiradas nesse vídeo surgiram algumas propostas para essa aula. Link para acesso do vídeo: <http://www.ted.com/talks>  
É interessante que o professor assista à aula de Wilson Vassallo Fagundes: “**A mensagem do corpo**”, em <http://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=9627>

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE: 4 horas/aula**

**DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:**

Iniciar a atividade com algumas reflexões acerca do tema. Perguntar aos escolares:

1. O que é dança para vocês?

2. Qual tipo de dança preferem?
3. Quando vocês dançam?
4. Quem gosta e quem não gosta de dançar? Por quê?
5. Quais estilos de dança vocês conhecem?

Chamar a atenção dos estudantes para o fato de que o corpo pode transmitir uma mensagem pelo movimento, mediante gestos, mímicas e mesmo expressões fisionômicas. Podemos transmitir muitas coisas sem falar uma palavra, não é verdade? Todos nós temos uma cadência e um ritmo próprios, inclusive nos movimentamos dentro de um ritmo.

Uma sequência regular de sons pode ser produzida a partir de movimentos corporais. E os mesmos movimentos podem seguir uma sequência de sons gerando o ritmo no corpo.

Apresentar para os estudantes os vídeos abaixo. Esses vídeos poderão ser acessados nos links citados.

**Vídeo 1:** Barbatuques – Baiana

<http://www.youtube.com/watch?v=E0EJLRkysM&feature=related>

**Vídeo 2:** Isadora Duncan - Dancer

<http://www.youtube.com/watch?v=Kq2GgIMM060&feature=related>

**Vídeo 3:** Capoeira de Angola - Pastinha Forever Duo

<http://www.youtube.com/watch?v=uzUYYxi7fjw>

**Vídeo 4:** Dança sobre rodas cadeirantes e andantes - Parte 1 - Rio de Janeiro

<http://www.youtube.com/watch?v=-HWrlCGmKmM&feature=fvst>

Esses vídeos apresentam distintas formas de dança, com variados ritmos e coreografias. Cada vídeo representa diferentes modos de se relacionar e pensar o mundo a partir do movimento. Após todos terem assistido aos vídeos, comentar com os alunos que a humanidade já produziu, no decorrer de sua história, inúmeras formas de se expressar pela música e, conseqüentemente, pelos movimentos que visam seguir essas músicas. As músicas podem ter ritmos e cadências diferentes. Ao unirmos cadência, expressão corporal, movimento e ritmo em sequência, constrói-se uma coreografia. Isso ocorre em espaços formais de dança (academias de dança, teatros) e nos informais (como em bailes funk). E é possível associar uma série de significados na montagem dessas coreografias, como acontece no Carnaval, em que há uma

temática da escola de samba, na qual cada ala representa uma parte da história contada.

Chamar a atenção para a especificidade dos vídeos propostos acima, com ritmos e coreografias bem diferenciados.

O professor ou professora poderá dividir a turma em vários grupos, se achar melhor. Solicitar que cada grupo faça um breve relato escrito sobre alguma coisa que vivenciou no último mês (contar uma história que viveu – sobre qualquer tema do dia a dia ou mesmo temas tratados na escola, na sala de aula de outras disciplinas - violência, preservação do meio ambiente, trânsito, animais etc.).

Depois que todos os grupos escreveram um relato (uma história), que tal arrumar um jeito de contá-la por meio de movimentos?

Retomar o conceito de coreografia, perguntando se os alunos sabem explicar o que é uma coreografia.

Segundo o dicionário (<http://www.dicio.com.br/coreografia/>), a palavra “coreografia” significa “s.f. Ant. Notação dos passos e das figuras da dança. Arte de compor bailados e de os transcrever”. Portanto, é possível montar a coreografia para passar a mensagem por meio de música, seja para interpretar essa música, ou passar a mensagem de quem dança para quem assiste.

Solicitar que os alunos elaborem uma coreografia para os relatos. Poderão organizar as sequências representando-as por meio de desenhos, roteiro escrito, fotografias...

O professor ou professora deverá deixar o aluno trabalhar com autonomia, mas esteja disponível para auxiliar nas dúvidas que surgirem.

\*É importante que os alunos decidam qual a música ou som para a atividade. A coreografia, em grande parte dos casos, é pensada a partir ou junto com a música a ser utilizada em uma dança.

Com o roteiro pronto, os alunos poderão ensaiá-lo, e depois apresentá-lo aos colegas. Se desejarem poderão pensar na indumentária e em cenários bem simples, que criem uma ambientação para o que apresentarão.

Reunir todos os alunos para discutir as apresentações, indicando as que consideraram boas e o porquê. Perguntar aos grupos o que os levou à escolha

de determinada música, ritmo etc. Indagar como se sentiram dançando, se foi difícil definir e acompanhar a coreografia. Como foi o trabalho em grupo?

Fonte: Portal do Professor: Vamos dançar? Autora [claudia vicari zanatta](#);  
<http://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=31843>

## **REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):**

### **“Ken Robison diz que as escolas acabam com a criatividade”**

([www.ted.com/talks/lang/por\\_br/ken\\_robinson\\_says\\_schools\\_kill\\_creativity.html](http://www.ted.com/talks/lang/por_br/ken_robinson_says_schools_kill_creativity.html)). Inspiradas nesse vídeo foram feitas algumas propostas para essa aula. Link para acesso do vídeo: <http://www.ted.com/talks> . Acesso em 1 de março de 2013.

### **“A mensagem do corpo” em**

<http://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=9627>

Nos links abaixo há vários exemplos de danças brasileiras e de alguns outros países:

#### **HIP HOP**

[http://www.youtube.com/watch?v=8FX\\_NFOgQEU](http://www.youtube.com/watch?v=8FX_NFOgQEU) Acesso em 1 de março de 2013.

[http://pt.wikipedia.org/wiki/Hip\\_hop](http://pt.wikipedia.org/wiki/Hip_hop) Acesso em 1 de março de 2013.

#### **Foró**

<http://pt.wikipedia.org/wiki/Forr%C3%B3> . Acesso em 1 de março de 2013.

#### **Tango**

<http://www.youtube.com/watch?v=bXhQNRsH3uc> . Acesso em 1 de março de 2013.

<http://pt.wikipedia.org/wiki/TANGO> . Acesso em 1 de março de 2013.

#### **Frevo**

<http://www.youtube.com/watch?v=bCDF2XxxXnA> . Acesso em 1 de março de 2013.

<http://pt.wikipedia.org/wiki/Frevo> . Acesso em 1 de março de 2013.

#### **Balé**

<http://pt.wikipedia.org/wiki/Bal%C3%A9> . Acesso em 1 de março de 2013.

#### **Araruna**

<http://www.youtube.com/watch?v=FGvqmHyhFrQ> . Acesso em 1 de março de 2013.

[http://pt.wikipedia.org/wiki/Araruna\\_\(dan%C3%A7a\)](http://pt.wikipedia.org/wiki/Araruna_(dan%C3%A7a)) . Acesso em 1 de março de 2013.

### **Bumba meu Boi**

<http://www.youtube.com/watch?v=Fejq3qQcAKY&feature=fvw> . Acesso em 1 de março de 2013.

[http://pt.wikipedia.org/wiki/Bumba\\_meu\\_boi](http://pt.wikipedia.org/wiki/Bumba_meu_boi) . Acesso em 1 de março de 2013.

### **Dança Chinesa**

[http://www.youtube.com/watch?v=v\\_Z-VS8TVCU](http://www.youtube.com/watch?v=v_Z-VS8TVCU) . Acesso em 1 de março de 2013.



**NOME DA ATIVIDADE:** EQUILIBREM-SE!

**NÍVEL DE ENSINO ( ) Educação Infantil (X) Fundamental Séries Iniciais e  
Finais ( ) Médio**

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** nessa aula de equilibrismo na corda bamba pretendemos: ofertar situações para o aprendizado do equilíbrio na “corda bamba”, além de trabalhar as noções de centro de gravidade e suas variáveis.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** espaços; espaço aberto ou sala com material adequado. Cordas, cadeiras, bancos suecos.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** 2 horas

**DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:** o professor, professora e/ou profissional da saúde deve esticar várias cordas no chão e dividir os estudantes de acordo com o número de cordas disponíveis. Peça aos alunos para caminharem lentamente sobre a corda, mantendo o corpo ereto, como se equilibrassem na corda. Esse é um exercício simples e bem aceito pelos alunos por não exigir que enfrentem o medo de cair. Entretanto, é muito útil para treinar o equilíbrio com as crianças pequenas.

Sobre o banco sueco ou cadeiras, deixe a superfície mais larga para cima e peça que os alunos atravessem o banco lentamente, com os braços abertos ao lado do corpo, evitando olhar para baixo, mas para frente (na direção do final do banco). Faça isso muitas vezes com as crianças, pedindo para também atravessarem de costas.

Faça a mesma atividade anterior, porém, vire o banco sueco de maneira que a superfície estreita fique para cima (fig.1). Assim, o equilíbrio fica dificultado pela diminuição da superfície de contato com os pés. É importante orientar as crianças para olharem sempre para frente e não para o chão. Ao olhar para o chão elas inclinam o quadril para trás, desequilibrando-se.

Deve-se considerar o desenvolvimento de cada educando durante todo o processo de aprendizagem. Além disso, é importante considerar o envolvimento de cada um, o respeito às limitações do outro, a capacidade e o empenho no trabalho em grupos, em ajudar o outro etc. E há ainda um aspecto importante: conversar abertamente com as crianças, perguntando-as sobre suas impressões em relação a atividade e ao ritmo dos seus corpos. O que aprenderam de novo? O que ainda querem aprender? Há algo que gostariam de fazer novamente? O que modificariam na atividade? O que já conheciam e que foi repetido?

---

FONTE: PORTAL DO PROFESSOR - EQUILIBREM-SE! – AUTORA:  
[CRISTIANE OLIVEIRA PISANI MARTIN](#)

<http://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=22776> Acesso em 1 de março de 2013.

#### **REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):**

A inserção da cultura corporal no projeto político-pedagógico da escola municipal: uma pesquisa participante. Neira, Marcos Garcia – FEUSP.

Inclusão e exclusão no ensino fundamental: uma abordagem do tratamento da corporeidade. Zobolo, Fabio – FURB; Lamar, Adolfo Ramos – FURB.

### FICHA DE ATIVIDADE 45

**NOME DA ATIVIDADE:** LATERALIDADE

**NÍVEL DE ENSINO (X) Educação Infantil ( ) Fundamental Séries Iniciais e  
Finais ( ) Médio**

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** ajudar a criança a aprender, brincando, lateralidade e noções de equilíbrio e espaço.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** cartolina, E.V.A colorido, papel contact transparente, cola quente, caixinha com milho de pipoca, canetinha colorida e tesoura.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** 2 horas

**DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:** *com o auxílio da professora, professor e/ou do profissional de saúde, os estudantes deverão fazer algumas rodadas com o dado, como numa competição. Ao jogar o dado, o número que cair corresponde a um movimento que a criança terá que fazer. Por exemplo: nº 1- Dê 2 passos para o lado da janela;*

*Nº 2 - dê 1 passo para trás (fundo da sala);*

*Nº 3 – dê 3 passos para frente (direção do quadro)*

*Nº 4 – imitar um macaco*

*Nº5 – pular 5 vezes*

*Nº6 – rodopiar 1 vez*

Fonte: baseada na atividade apresentada à disciplina Corpo Movimento e Psicomotricidade pelo 2ºA Grupo Tuttibambini.

[http://aprendizageminteligenciaeducacao.blogspot.com.br/2011/02/atividade-para-desenvolver-lateralidade\\_2082.html](http://aprendizageminteligenciaeducacao.blogspot.com.br/2011/02/atividade-para-desenvolver-lateralidade_2082.html)

**REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):**

- RICHTER, A. C. (2005). Sobre a presença de uma pedagogia do corpo na educação na infância. REUNIÃO DA ANPED, 28ª, Caxambu/MG.
- CARVALHO, Rodrigo S. de. Educação Infantil: Práticas escolares e o e o disciplinamento dos corpos. Dissertação de Mestrado. Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Faculdade de Educação. Programa de Pós-Graduação em Educação. 2005. Disponível no endereço: <http://www.lume.ufrgs.br/handle/10183/6977>. Acesso em 1 de março de 2013.

O PSE tem o compromisso com a promoção da saúde e a prevenção ao uso de drogas. Vamos conversar um pouco sobre isso?

### **De que drogas estamos falando?**

O termo “droga” tem origem na palavra *drogg*, proveniente do holandês antigo, que significa *folha seca*. Isso porque os medicamentos utilizados no passado distante eram feitos, principalmente, a partir da secagem de vegetais.

Já no contexto atual, a palavra droga é definida como qualquer substância capaz de modificar a função dos organismos vivos, que resulta em mudanças fisiológicas ou de comportamento. Por exemplo: uma substância ingerida contrai os vasos sanguíneos (modifica a função) e a pessoa passa a ter aumento da pressão arterial (mudança na fisiologia ou funcionamento do corpo). Outro exemplo: uma substância faz com que as células do nosso cérebro (os neurônios) fiquem mais ativas (modificam a função) e, como consequência, a pessoa fica mais alerta, perdendo o sono (mudança comportamental). Em linguagem médica, o termo “droga” é usado como sinônimo de medicamento.

Nesta publicação, a proposta é abordar os riscos e danos do uso de drogas numa perspectiva do fortalecimento dos vínculos e afetos para favorecer escolhas de vida saudáveis e melhoria das relações entre os educandos e a comunidade escolar/equipes de saúde.

### **Como trabalhar esse tema na Semana Saúde na Escola**

Trabalhar o tema Álcool, Tabaco, Crack e outras Drogas significa, antes de tudo, trabalhar sob a ótica dos direitos humanos.

O trabalho com a prevenção ao uso do álcool e outras drogas não é tarefa que cabe somente à escola. As áreas da saúde, cultura, esportes, justiça e juventude, dentre outras, precisam estar juntas na implantação e implementação de projetos. Da mesma forma, é essencial

envolver a família e a comunidade nas ações da escola, comprometendo-as na promoção de uma vida mais saudável e protegida. Um bom começo é introduzir o tema em contexto mais amplo, mostrando a responsabilidade das pessoas pela própria vida, pela sua saúde e pelo mundo em que vive.

Alguns especialistas sugerem que o melhor caminho é construir, em conjunto com alunas e alunos, alternativas autênticas, livres e mais protegidas, que sejam traduzidas em práticas de cuidado. Estratégias participativas e sistemáticas costumam ser mais efetivas que uma palestra dada por um especialista convidado uma vez por ano.

FICHA DE ATIVIDADE 46

**NOME DA ATIVIDADE:** Drogas e vulnerabilidades

**NÍVEL DE ENSINO:** (X) Fundamental - Séries Finais (X) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** estimular a reflexão sobre as situações na vida que deixam as pessoas mais vulneráveis ao uso de substâncias psicoativas.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** dicionário, folha com as afirmações e lápis.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** ± 2 horas

**DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:**

- Comece a atividade explorando no dicionário o significado da palavra “vulnerabilidade”.
- Comente que, muitas vezes, entramos em algumas situações que nos deixam mais vulneráveis. Uma delas diz respeito ao uso de substâncias psicoativas. Um exemplo é que sob o efeito do álcool, muitas pessoas deixam de usar o preservativo em uma relação sexual.
- Divida os participantes em grupos de no máximo quatro pessoas.
- Explique que você distribuirá algumas frases para cada grupo, e que a ideia é que cada um deles reflita sobre as afirmações, decidindo se concordam ou não com elas e por quê. Dê 20 minutos para a tarefa.
- Quando terminarem, peça para escolherem um relator que lerá a frase e as conclusões de cada grupo. Após as apresentações, abra uma roda de conversa utilizando as seguintes questões:
  1. *Quais pessoas ou grupos estão mais vulneráveis ao uso do álcool, do tabaco, do crack e outras drogas? Por quê?*

2. *Quais os aspectos de nossa cultura que deixam os homens jovens e adultos mais vulneráveis em relação ao uso do álcool, tabaco, crack e outras drogas? E as mulheres?*
3. *Como deveriam ser as atividades de prevenção ao uso do álcool, tabaco, crack e outras drogas na escola e na comunidade?*

## FINALIZAÇÃO

A noção de vulnerabilidade foi inicialmente pensada como maneira de fornecer elementos para avaliar, objetivamente, as diferentes chances que toda e qualquer pessoa tem de se infectar pelo HIV, dado o conjunto formado por certas características - individuais, sociais e programáticas - de seu cotidiano, julgadas relevantes para a maior exposição ou menor chance de proteção diante do problema. Mais tarde, esse conceito passou a ser utilizado em outros contextos como, por exemplo, a violência baseada em gênero e o uso do álcool, tabaco, crack e outras drogas.

## ANEXO



---

### **Adolescentes e jovens se colocam em situação de vulnerabilidade quando...**

- ... acreditam que podem dirigir sem problema nenhum depois de beber alguns copos de cerveja.
- ... acreditam que fumar um cigarro de maconha faz menos mal do que fumar cigarros comuns.
- ... utilizam bebida alcoólica para lidar com sua timidez.
- ... cedem à pressão de amigos para experimentar determinada droga, mesmo não querendo.
- ... utilizam alguma substância psicoativa para curtir mais uma balada.
- ... utilizam anabolizantes para o corpo ficar mais sarado.
- ... fazem qualquer coisa para ficar com o corpo igual ao das modelos.



... têm uma relação sexual sob o efeito de alguma droga psicotrópica.



## REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):

SODELLI, Marcelo. **Drogas e ser humano**: a prevenção do possível. Disponível em: <http://www.crpsp.org.br/portal/comunicacao/livro-alcool-drogas/crpsp-alcool-e-outras-drogas.pdf>

### DICA

A Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas – SENAD, em parceria com o Centro Brasileiro de Informações sobre Drogas Psicotrópicas da Universidade Federal de São Paulo –, elabora sistematicamente um levantamento sobre o consumo de drogas psicotrópicas, com o intuito de conhecer a prevalência e os padrões de consumo de drogas e suas consequências sobre os estudantes brasileiros de ensino fundamental e médio. Trata-se do VI Levantamento Nacional sobre o Consumo de Drogas Psicotrópicas entre Estudantes do Ensino Fundamental e Médio das Redes Pública e Privada de Ensino nas 27 Capitais Brasileiras – 2010.

#### Disponível em:

<http://www.obid.senad.gov.br/portais/OBID/biblioteca/documentos/Publicacoes/328890.pdf>

## PREVENÇÃO AO USO DE ÁLCOOL, TABACO, CRACK E OUTRAS DROGAS

FICHA DE ATIVIDADE 47

**NOME DA ATIVIDADE:** Quiz do álcool e do tabaco

**NÍVEL DE ENSINO:** (X) Fundamental Séries Finais (X) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** conhecer alguns mitos e verdades sobre álcool e tabaco.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** duas mesas, campainhas, cartões com as perguntas.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** ± 1h30

### **DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:**

- Divida os alunos em duas equipes e peça que cada uma fique em uma mesa.
- Explique que nessa atividade serão lidas algumas afirmações para uma equipe de cada vez. As equipes terão 3 minutos para conversar e dizer se aquela afirmação é verdadeira, mais ou menos verdadeira ou errada.
- Peça para tirarem par ou ímpar para definir qual equipe começa. Caso a equipe não saiba ou erre a resposta, a outra poderá responder.
- Informe ainda que cada resposta certa equivale a 10 pontos.
- Quando terminar o quiz, abra uma roda de conversa e aprofunde o tema a partir das seguintes perguntas:
  1. *Na opinião de vocês, qual a droga mais consumida por adolescentes e jovens que frequentam as escolas? Por quê?*
  2. *Que tipos de sensação ou emoção adolescentes e jovens buscam utilizando o álcool e/ou o tabaco?*

3. *No caso do álcool, por exemplo, dá para saber qual a hora de parar de beber antes de passar mal ou falar/fazer alguma coisa e se arrepender depois?*
4. *O que poderia ser feito na escola para se prevenir os riscos associados ao uso do álcool e do tabaco?*

## FINALIZAÇÃO

O álcool é a droga mais consumida por adolescentes e jovens brasileiros. Além dos problemas de saúde que pode acarretar a partir de seu uso constante, o álcool está associado a várias situações de violência e acidentes. Tanto o álcool quanto as demais drogas podem deixar as pessoas menos cuidadosas consigo próprias e, portanto, com as outras pessoas também. Um exemplo é que, muitas vezes, uma pessoa que sempre utiliza a camisinha nas relações sexuais pode deixar de usá-la quando está sob o efeito de alguma droga. A segunda droga mais consumida é o tabaco.

## ANEXO

Pergunta	Verdade	Meia verdade	Mentira
1. Álcool é eficaz para curar coceiras.			<b>X</b> Na verdade, o uso pode piorar o problema por ressecar a pele, causando até eczemas.
2. Cigarro de cravo é uma opção mais natural.			<b>X</b> O cigarro de cravo também tem nicotina, altos teores de alcatrão e monóxido de carbono. É só mais uma estratégia de marketing da indústria do tabaco para ampliar o seu mercado.

<p>3. Usar chiclé de nicotina e/ou adesivo é trocar um vício por outro.</p>			<p><b>X</b> Na verdade, muitas dependências são tratadas com substâncias da mesma família. Essas formas de tratamento são acessíveis sem prescrição médica, chegam a dobrar a chance de sucesso no tratamento do tabagismo, reduzem a sensação de falta do cigarro, e não contêm as outras 5000 substâncias tóxicas da fumaça.</p>
<p>4. Uma ducha fria, café bem forte e ar fresco o deixarão sóbrio.</p>			<p><b>X</b> Nada corta o efeito do álcool. A chuvairada, talvez por minimizar o torpor do alcoolizado, dê a falsa sensação de que o efeito do álcool desapareceu. Somente o tempo vai eliminar o álcool do organismo.</p>
<p>5. Homens são mais “fortes” para beber do que as mulheres.</p>		<p><b>X</b> Há um fundo de verdade nisso. Geralmente, por possuir maior massa corporal do que a mulher, o homem tem mais resistência.</p>	
<p>6. Fumar cigarro com filtro e light é mais seguro.</p>			<p><b>X</b> Essa é uma das maiores mentiras que o marketing do cigarro produziu. Não existe cigarro seguro, pois todos eles têm nicotina, o que leva à dependência, produzem monóxido de carbono, levando à queda na oxigenação, e têm</p>

			alcatrão, responsável pelo desenvolvimento de vários tipos de câncer. A falsa sensação de segurança faz com que muitos continuem a fumar.
7. Tabaco é a principal causa de morte evitável no mundo.	<b>X</b> O cigarro é responsável por várias doenças, como infarto do miocárdio, bronquite e enfisema, derrame cerebral e vários tipos de câncer; 50% dos fumantes morrerão mais cedo por doenças relacionadas ao cigarro. Uma para cada 5 mortes é causada pelo cigarro. O cigarro é responsável pelas doenças letais mais comuns: infarto do miocárdio, bronquite e enfisema, derrame cerebral, vários tipos de câncer, entre outras 50 doenças.		

**REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):**

**CEBRID. VI Levantamento Nacional sobre o Consumo de Drogas Psicotrópicas entre Estudantes do Ensino Fundamental e Médio das Redes Pública e Privada de Ensino nas 27 Capitais Brasileiras – 2010.**

**Disponível em:**

[http://www.obid.senad.gov.br/portais/OBID/biblioteca/documentos/  
Publicacoes/328890.pdf](http://www.obid.senad.gov.br/portais/OBID/biblioteca/documentos/Publicacoes/328890.pdf)

**DICA**

UNODC e prevenção ao abuso de drogas, tratamento e reabilitação  
Nesse site da agência da ONU responsável pelos temas de Drogas e Crimes há uma série de textos, notícias e relatório sobre álcool, tabaco e outras drogas.

**Disponível em:** <http://www.unodc.org/southerncone/>

# PREVENÇÃO AO USO DE ÁLCOOL, TABACO, CRACK E OUTRAS DROGAS

FICHA DE ATIVIDADE 48

**NOME DA ATIVIDADE:** Cenas

**NÍVEL DE ENSINO:** (X) Fundamental Séries Finais (X) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** refletir sobre as razões que levam adolescentes e jovens a utilizar determinadas substâncias como forma de construção de um corpo tido como 'ideal'.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** cenário e figurinos.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** ± 2 horas

## **DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:**

- Pergunte quem gostaria de participar da criação de uma cena de teatro.
- Quando os voluntários e voluntárias se apresentarem, informe que a proposta é criarem uma história que trate do uso de medicamentos para emagrecer (por uma menina) e o uso de anabolizantes (por um menino).
- Explique que nessa cena será preciso inventar situações em que as pessoas do entorno – amigos, professores, profissionais da saúde, grupo familiar – só critiquem o uso dessas substâncias e que o final seja infeliz.
- No dia da apresentação, o grupo do teatro começa lendo o roteiro. Peça que as pessoas que estiverem assistindo à encenação prestem muita atenção ao enredo.
- Quando terminarem a leitura, explique que agora o grupo de teatro representará a cena. Depois de terminada a cena, explique que ela será mostrada repetidamente até ser encontrado um final satisfatório para a história.

- Informe que para chegar a esse final será preciso mexer nas falas de alguns personagens. Assim, em alguns momentos o **curinga** perguntará se alguém do grupo acha que deve entrar no lugar de algum personagem para modificar a situação. Por exemplo: se alguém achar que um personagem está mal informado, deve entrar no lugar dele para dar a informação correta.
- Quando o final da história for aprovado por todos, abra para a discussão a partir das seguintes perguntas:
  1. *O que sentiu quando a cena foi apresentada pela primeira vez?*
  2. *Por que os personagens principais da cena utilizavam anabolizantes e remédios para emagrecer?*
  3. *Vocês acham que homens e mulheres sofrem influência dos ideais de beleza feminino e masculino que aparecem nas novelas e filmes? Como?*
  4. *O que seria preciso fazer para que as pessoas cuidassem do seu corpo sem apelar para medicamentos que podem trazer problemas para a sua saúde?*
  5. *O que acharam das modificações feitas no final da cena?*
- Explique que essa técnica é conhecida como *Teatro do Oprimido* ou *Teatro Fórum*. Nela busca-se romper os rituais tradicionais do teatro, que reduzem o público ao imobilismo, à passividade. A ideia é o estabelecimento de um diálogo entre palco e plateia, em que os espectadores se autoativariam ao entrar em cena para transformar a peça.

## **FINALIZAÇÃO**

Há atualmente, com frequência, grande pressão para as mulheres serem magras. Muitas meninas utilizam medicamentos para emagrecer influenciadas pelos ideais de beleza presentes na mídia. Em relação aos



meninos, os anabolizantes - substitutos sintéticos da testosterona, hormônio sexual masculino para aumentar os músculos do corpo - são muito usados por aqueles que buscam um corpo "sarado" (forte, desenvolvido). Ambas as substâncias provocam uma série de problemas de saúde para quem os utiliza. Ambas as substâncias provocam uma série de problemas de saúde para quem os utiliza.

### **REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):**

ARAÚJO, Teo W.; CALAZANS, Gabriela. **Prevenção das DST/Aids em adolescentes e jovens:** brochuras de referência para os profissionais de saúde. São Paulo: Secretaria da Saúde/Coordenação Estadual de DST/Aids, 2007.

### **DICAS**

O ***Guia prático para programas de prevenção de drogas*** tem como objetivo instrumentalizar escolas a construir e manter um programa de prevenção ao uso de drogas inserido no cotidiano escolar.

#### **Disponível em:**

[http://apps.einstein.br/alcooledrogas/novosite/imagens/Guia\\_Prevencao\\_Albert\\_Einstein.pdf](http://apps.einstein.br/alcooledrogas/novosite/imagens/Guia_Prevencao_Albert_Einstein.pdf)

# PREVENÇÃO AO USO DE ÁLCOOL, TABACO, CRACK E OUTRAS DROGAS

FICHA DE ATIVIDADE 49

**NOME DA ATIVIDADE:** Criação de argumentos

**NÍVEL DE ENSINO:** (X) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** contribuir para a aquisição de competências sociais.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** sala com cadeiras móveis

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** ± 1h30

**DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:**

- Divida-os em dois grupos.
- Solicite que o **grupo 1** pense em todos os argumentos possíveis para convencer uma pessoa a não utilizar o crack.
- Em seguida, peça para o **grupo 2** pensar em todos os argumentos que uma pessoa dependente teria para usar o crack.
- Dê 15 minutos para os grupos prepararem seus argumentos. Terminado esse tempo, solicite que um grupo fique de frente para o outro e que um tente convencer o outro a partir de seus argumentos.
- Depois de 10 minutos de discussão, peça para trocarem a posição: o grupo que argumentava contra o uso do crack deverá convencer o outro grupo de que precisa da droga, e vice-versa.
- Terminado o tempo, abra para uma roda de conversa a partir das seguintes questões:
  1. *Como se sentiram participando dessa atividade?*
  2. *Quais as dificuldades que encontraram na discussão com o outro grupo que defendia uma posição contrária à do seu grupo? E quando se inverteram as posições dos grupos?*

3. *O que sabemos sobre o crack?*
4. *Como podemos trabalhar com a prevenção ao uso do crack com nossos colegas?*

## **FINALIZAÇÃO**

Dá-se o nome de competências sociais ao aprendizado sobre as formas com que uma pessoa interage com os eventos de vida, tanto no sentido de resolução de problemas como de autorrealização. Essas características podem ser aprendidas e favorecer o desenvolvimento dos talentos e potencialidades individuais e coletivos para a melhoria da qualidade de vida e transformação social. Algumas competências são muito importantes para o cuidado consigo próprio e com as demais pessoas. Por exemplo, a comunicação, a negociação, a tomada de decisão, a capacidade de ouvir e refletir a partir da perspectiva de outra pessoa.

## **REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):**

SERRÃO, Margarida. BALEEIRO, Maria Clarice. **Aprendendo a ser e conviver**. São Paulo: Editora FTD, 1999.

## **DICAS**

***Crack é possível vencer*** -

<http://www.brasil.gov.br/crackepossivelvencer/home>. Nesse site estão disponíveis várias informações sobre a droga, efeitos e consequências.

## SEXUALIDADES E SAÚDE REPRODUTIVA<sup>6</sup>

Em 1994, na cidade do Cairo, aconteceu um grande evento: a ***IV Conferência Internacional sobre População e Desenvolvimento***. Organizada pelo Fundo de População das Nações Unidas, discutiram-se várias questões. Uma delas dizia respeito ao direito de adolescentes e jovens à educação, à informação sobre sexualidade e saúde reprodutiva, e à facilidade de utilização dos recursos indispensáveis para fazer as escolhas de modo eficiente e seguro.

O Brasil não apenas esteve presente na conferência, como assinou um documento se comprometendo a seguir as recomendações pactuadas durante o encontro. Havia uma questão referente aos *Parâmetros Curriculares Nacionais* do Ministério da Educação, que explicita a inclusão de conteúdos relativos à sexualidade e saúde reprodutiva como estratégia de valorização de direitos sexuais e reprodutivos, visando à ampliação de direitos sociais.

Assim, nossa proposta para a Semana Saúde na Escola é reforçar a necessidade de se garantir os Direitos Sexuais e os Direitos Reprodutivos de adolescentes e jovens a partir de seus diferentes aspectos.

### ***De que sexualidade e de qual saúde reprodutiva estamos falando?***

Para começo de conversa, a sexualidade envolve, além do nosso corpo, nossa história, nossos costumes e nossas relações afetivas. É muito mais do que sexo, parte eminentemente biológica do corpo que permite que as pessoas se reproduzam.

Vale sempre reforçar que faz parte do tema uma gama de conteúdos que ultrapassa as informações sobre corpo sexual e reprodutivo, gravidez

---

<sup>6</sup> Inspirado em: BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Área Técnica de Saúde da Mulher. **Direitos Sexuais e Direitos Reprodutivos**: uma prioridade do governo. Brasília: Ministério da Saúde, 2005. [http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cartilha\\_direitos\\_sexuais\\_reprodutivos.pdf](http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cartilha_direitos_sexuais_reprodutivos.pdf)

na adolescência e prevenção às DST, HIV e aids. Esses conteúdos são a comunicação e negociação, igualdade de gênero, respeito às raças/etnias e à diversidade sexual, entre tantos outros.

Outro ponto importante é lembrar que para cada momento de desenvolvimento da vida – infância, adolescência, juventude – existe uma forma adequada de se lidar com os temas. Essas especificidades estão muito bem trabalhadas em diferentes documentos do Ministério da Educação e do Ministério da Saúde.

### **Como o professor pode trabalhar esses temas na Semana Saúde na Escola**

A condição básica para tratar dos assuntos relacionados à sexualidade e à saúde reprodutiva é abrir espaços para alunas e alunos se sentirem à vontade em opinar, discutir e refletir criticamente sobre todas as questões. Trabalhar a partir de um grupo de reflexão ou debate estimularia adolescentes e jovens a refletir sobre atitudes e expor dúvidas, sem revelar a própria história.

Por exemplo, além do conhecimento sobre métodos contraceptivos, é importante abrir espaço para conversar abertamente sobre fantasias, curiosidades, medos e preconceitos relacionados às experiências afetivas e sexuais.

Oficinas, rodas de conversa, jogos e construção de materiais educacionais costumam ser as melhores formas de se trabalhar com esse tema tão importante e ainda polêmico.

#### **IMPORTANTE!**

**A Lei de Diretrizes e Bases da Educação Brasileira – Lei n.º 9.394/1996** regulamenta o direito à educação como direito público subjetivo de todo cidadão. Estabelece a incumbência da União Federal na elaboração do *Plano Nacional de Educação* em colaboração com Estados, Distrito Federal

e Municípios, outorgando ao Conselho Nacional de Educação as funções normativas e de supervisão. Considerando a descentralização política e administrativa, definida na Constituição, os *Parâmetros Curriculares Nacionais* apresentam referenciais para a elaboração descentralizada de propostas curriculares em nível estadual e municipal, incluindo a saúde e a sexualidade entre os temas a serem abordados, de forma transversal, no currículo escolar.

## SEXUALIDADE E SAÚDE REPRODUTIVA

### FICHA DE ATIVIDADE 50

**NOME DA ATIVIDADE:** A árvore do sexo e da sexualidade

**NÍVEL DE ENSINO:** ( ) Fundamental (X) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** compreender a construção cultural do feminino e do masculino e as expectativas sociais em relação a cada um dos sexos.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** desenho de uma árvore, canetas coloridas, cartões e fita crepe.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** ± 1h30min.

### DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:

- Desenhe uma árvore bem grande em uma folha de papel de embrulho.
- Peça que formem grupos, distribua uma folha de papel sulfite e peça que façam um risco vertical, dividindo a folha em duas partes.
- Do lado esquerdo, peça que escrevam a palavra **HOMEM**, e do lado direito a palavra **MULHER**.
- Peça que façam uma lista com todas as informações sobre **sexo** e **sexualidade** passadas para meninas e meninos desde a infância. Por exemplo: “as meninas têm que brincar com bonecas porque no futuro serão mães”, ou “os meninos têm que comer bastante para crescer, ficar forte e ter muitas namoradas”.
- Distribua as tiras de papel e peça que nelas escrevam as características que levantaram.
- Coloque o desenho da árvore na parede e peça que, quando terminarem, cada grupo fixe suas tiras na **raiz** da árvore, utilizando um pedaço de fita crepe. Os relacionados às meninas do lado esquerdo e aos meninos do lado direito.

- Depois que todas as tiras forem colocadas, leia as respostas e peça que reflitam sobre quem costuma passar essas informações para as crianças (família, escola, sociedade, religião, mídia, grupo de amigos).
- Peça que novamente escrevam as conclusões nas tiras; mas, dessa vez, devem ser coladas no **tronco** da árvore.
- Em seguida, pergunte como, a partir da **raiz** e do **tronco** da árvore, seria a relação entre os meninos e meninas tendo por base esses aprendizados. Escreva os resultados na **copa** da árvore, como se fossem **frutos**.
- Leia as tiras e abra para o debate a partir das seguintes questões:
  1. *O que é sexo?*
  2. *O que é sexualidade?*
  3. *O que uma menina espera de um relacionamento?*
  4. *O que um menino espera de um relacionamento?*
  5. *Quem tem que pensar em contracepção? O menino ou a menina?*
  6. *Quem tem que pensar em prevenção às DST, HIV e aids? O menino ou a menina?*

## FINALIZAÇÃO

Quando falamos em sexo, estamos nos referindo aos órgãos sexuais femininos e masculinos e ao ato sexual. Agora, a sexualidade é bem mais do que isso. É a energia que nos motiva a buscar afeto, carinho e contato físico. Tem a ver com sentimentos de satisfação e prazer. Cada pessoa vivencia a sexualidade de um jeito diferente, que varia ao longo do tempo.

A maior parte das diferenças entre homens e mulheres é aprendida, ou seja, uma mulher não nasce sensível e meiga, nem os homens violentos ou insensíveis. Elas e eles aprendem a ser assim no contato com a família, escola, comunidade, meios de comunicação, grupo de amigos/as etc.



## REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):

ARRUDA, Silvani. CORREIA, Vania. **Cá entre nós**: Guia de Educação Integral em sexualidade. Disponível em:

<http://unesdoc.unesco.org/images/0021/002170/217096por.pdf>.

### DICA

O livro ***Menino brinca de boneca***, de Marcos Ribeiro (Editora Moderna), em sua 3ª edição, é referência de trabalho para profissionais, universidades, associações, ONG e projetos na área de sexualidade e saúde reprodutiva de diferentes instituições. Há mais de duas décadas, é indicado e adotado por escolas públicas e privadas de todo o país.

## SEXUALIDADE E SAÚDE REPRODUTIVA

### FICHA DE ATIVIDADE 51

**NOME DA ATIVIDADE:** Diagrama dos métodos contraceptivos

**NÍVEL DE ENSINO:** ( ) Fundamental - Séries Finais (X) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** favorecer a apreensão sobre os métodos contraceptivos existentes.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** cópias do diagrama para todos os alunos e alunas e lápis.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** ± 1 hora

### DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:

- Copie o diagrama e as definições dos métodos contraceptivos para todos os participantes.
- Explique que devem ler a descrição dos diferentes métodos e escrever nas linhas pontilhadas.
- Informe que, ao final, descobrirão qual é o único método que serve para evitar gravidez e prevenir a infecção pelas DST e HIV/aids.
- Quando terminarem de preencher o diagrama, corrija as respostas e abra uma roda de conversa partindo das seguintes questões:
  1. *Quais desses métodos já conheciam?*
  2. *Quais os que não conheciam?*

### FINALIZAÇÃO

Os métodos contraceptivos são utilizados por pessoas que têm vida sexual ativa e querem evitar a gravidez. Há vários tipos de métodos contraceptivos disponíveis no mercado, como a camisinha masculina, camisinha feminina, o DIU (dispositivo intrauterino), contracepção hormonal





## SEXUALIDADE E SAÚDE REPRODUTIVA

### FICHA DE ATIVIDADE 52

**NOME DA ATIVIDADE:** A história de Jairo e Pepa

**NÍVEL DE ENSINO:** ( ) Fundamental - Séries Finais (X) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** discutir uma situação de gravidez na adolescência a partir do ponto de vista de um menino e de uma menina, enfatizando a importância de envolver os homens na contracepção.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** cópia da história de Jairo ou de Pepa para os grupos (em anexo).

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** ± 2 horas

### DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:

- Forme dois grupos e peça que cada um escolha uma pessoa para coordená-los.
- Informe que um grupo receberá uma história sobre *gravidez na adolescência* do ponto de vista de uma menina, e o outro receberá a história do ponto de vista de um menino.
- Explique que o coordenador distribuirá a primeira parte do estudo de caso, para todos lerem e responderem às questões ao final de cada capítulo; quando terminarem a discussão distribuirá a segunda parte. Deve fazer o mesmo com a terceira parte. Reforce que somente se passa para a parte seguinte da história depois de discutidas as questões.
- Explique ainda que será função do coordenador favorecer a participação de todos e anotar as respostas em uma folha de papel em branco.
- Após o término das histórias, peça ao coordenador para apresentar as respostas do seu grupo.
- Abra para o debate a partir das seguintes questões:
  1. *Quais opções um casal tem quando se descobre “grávido”?*

2. *Qual é a reação da jovem quando ela descobre que está grávida?*
3. *Qual é a reação do jovem quando ele descobre que está grávido?*
4. *E se for uma jovem com quem o menino só saiu uma vez? É diferente? Por quê?*
5. *Como se sente uma jovem quando descobre que vai ser mãe? O que isso muda em sua vida?*
6. *Como se sente um jovem quando descobre que vai ser pai? O que isso muda em sua vida?*
7. *Qual costuma ser a reação dos pais da menina? E dos pais do menino?*

## **FINALIZAÇÃO**

A gravidez na adolescência, considerada um sério problema de saúde pública mundial, vem preocupando governantes, pesquisadores e ativistas, bem como a própria Organização Mundial de Saúde. No entanto, mesmo a quase 20 anos depois da IV Conferência de População e Desenvolvimento (Cairo, 1994), a paternidade na adolescência é um tema ainda pouco explorado na literatura e nos programas de saúde destinados à prevenção e/ou assistência no contexto da saúde sexual e reprodutiva de adolescentes e de jovens.

## **ANEXO**

### **A HISTÓRIA DE PEPA E DE JAIRO**



#### **A história de Pepa - Parte 1**

Pepa é uma menina de 15 anos que mora em uma cidade do interior do Estado do Ceará. Ela gosta muito de estudar e participa de vários projetos na escola em que estuda. No período das férias, sempre passa uns dias com sua tia Jurema, em Fortaleza. É lá que ela se dedica ao que mais gosta de fazer: desenhar e pintar.

Um dia, Pepa estava sentada debaixo de uma árvore observando a praia e criando um novo desenho, quando dela se aproximou Jairo, um jovem pescador de 16 anos. Ele sentou-se ao seu lado e perguntou o que ela estava fazendo. Seu sorriso era lindo, e imediatamente Pepa sentiu um calor percorrendo seu corpo. Conversaram um longo tempo e, antes de ir-se, Jairo convidou Pepa para tomar um sorvete no dia seguinte. Enquanto o pescador ia embora, Pepa percebeu-se sentindo emoções que lhe eram totalmente novas. Como nas histórias, Pepa sentiu que havia encontrado o amor.

- *O que sente uma menina quando está apaixonada?*
- *O que ela espera que aconteça nos próximos encontros?*
- *Jairo sentiu a mesma emoção de Pepa?*
- *Como continua essa história?*



### **A história de Pepa - Parte 2**

Pepa e Jairo se encontravam praticamente todos os dias e, nos momentos em que estavam separados, sentiam muitas saudades um do outro. Ao se encontrarem, conversavam o tempo todo, trocavam beijos e juras de amor eterno.

Um dia, Jairo convidou Pepa a visitar sua casa. Seus pais tinham ido visitar uma tia enferma e só voltariam à noite. Pepa ficou em dúvida se deveria aceitar o convite. Tinha medo de que sua tia ficasse sabendo disso e a mandasse voltar para sua cidade antes de as férias terminarem. No entanto, acabou concordando. Trocaram carícias, beijos e tiveram uma relação sexual.

- *Quem tem que pensar em contracepção? Pepa ou Jairo?*
- *E na prevenção das DST e do HIV?*
- *Pepa e Jairo se protegeram? Por quê?*
- *Como continua essa história?*



### **A história de Pepa - Parte 3**

A relação sexual entre os dois foi doce e amorosa. Foi a primeira vez dos dois. Jairo levou Pepa até a casa de sua tia e se despediram com um beijo. Eles continuaram a se encontrar, mas não tiveram mais nenhuma relação sexual. Quando as férias terminaram, Pepa teve que partir, Jairo ficou muito triste e prometeu que telefonaria para ela todos os dias.

Passado dois meses, Pepa percebeu que estava grávida: sua menstruação não chegava, seus seios estavam inchados, e estava sempre com enjoo. Pepa entrou em pânico. Não sabia o que fazer.

- *Por que eles tiveram uma relação sexual sem usar o preservativo ou algum outro método contraceptivo?*
- *O que sentiu Pepa ao saber que estava grávida? Que opções ela tinha?*
- *O que ela esperava que Jairo falasse ou fizesse?*
- *Tendo um filho, o que mudaria na vida de Pepa? E na de Jairo?*
- *Como ela comunicaria a notícia à família?*



### **A história de Jairo - Parte 1**

Jairo é um jovem de 16 anos que trabalha como pescador e que reside no litoral do Estado do Ceará, na cidade de Fortaleza. Um dia, quando se dirigia para sua casa depois do trabalho, viu uma garota desenhando, sentada na praia. A menina era tão graciosa que Jairo resolveu aproximar-se. Sentou-se ao lado dela e perguntou o que estava fazendo. Pepa tinha os olhos mais lindos do mundo e Jairo sentiu um calor percorrendo o seu corpo.

Conversaram um longo tempo, e Pepa contou que tinha 15 anos e morava no interior do Estado. Jairo convidou Pepa para tomar um sorvete no dia seguinte. Pepa concordou e Jairo se sentiu o homem mais feliz do mundo. Apaixonara-se perdidamente por Pepa.

- *O que sente um menino quando está apaixonado?*
- *O que ele espera que aconteça nos próximos encontros?*
- *Pepa sentiu a mesma emoção de Jairo?*
- *Como continua essa história?*



### **A história de Jairo - Parte 2**

Jairo e Pepa se encontravam praticamente todos os dias, e nos momentos em que estavam separados sentiam muitas saudades um do outro. Ao se encontrarem, conversavam o tempo todo, trocavam beijos e juras de amor eterno. Um dia, os pais de Jairo foram visitar uma tia enferma e o menino convidou Pepa para conhecer sua casa. Jairo percebeu que a menina tinha dúvidas se devia aceitar o convite, mas ela acabou concordando. Trocaram muitas carícias, muitos beijos e tiveram uma relação sexual.

- *Quem tem que pensar em contracepção? Jairo ou Pepa?*



- E na prevenção do HIV/aids?
- Jairo ou Pepa se protegeram? Por quê?
- Como continua essa história?



### A história de Jairo - Parte 3

A relação sexual entre os dois foi doce e amorosa. Foi a primeira vez de Jairo e de Pepa. Mais tarde, Jairo levou Pepa até a casa de sua tia e se despediram com um beijo. Eles continuaram a encontrar-se, mas não tiveram mais nenhuma relação sexual. Quando as férias terminaram, Jairo ficou muito triste com a partida de Pepa. Prometeu que telefonaria para ela todos os dias.

Passados dois meses e meio, Pepa telefonou para Jairo dizendo que estava grávida. Jairo entrou em pânico. Não sabia o que fazer.

- Por que eles tiveram uma relação sexual sem usar o preservativo ou algum outro método contraceptivo?
- O que sentiu Jairo ao saber que estava grávido? Que opções ele tinha?
- O que ele esperava que Pepa falasse ou fizesse?
- Tendo um filho, o que mudaria na vida de Jairo? E na de Pepa?
- Como ele comunicaria a notícia à família?



## REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):

CAVASIN, Sylvia. ARRUDA, Silvani. *Gravidez na adolescência: desejo ou subversão?* Disponível em:

[http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/156\\_04PGM2.pdf](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/156_04PGM2.pdf).

### DICAS

O vídeo **Minha vida de João** é um desenho animado, sem palavras, que conta a história de João, mostrando os desafios que ele enfrenta ao longo de seu processo de crescimento: machismo, violência familiar, homofobia,

dúvidas em relação à sexualidade, a primeira experiência sexual, gravidez da namorada, uma doença sexualmente transmissível e paternidade.

**Disponível em:** <http://www.youtube.com/watch?v=JzG4re-Ja0I>

O vídeo **Era uma vez outra Maria** apresenta experiências comuns na vida de mulheres jovens. Aborda assuntos como saúde sexual e reprodutiva, violência, gravidez, maternidade e trabalho. Pode ser usado com mulheres e homens jovens, ou profissionais de saúde e educação que buscam novas formas para discutir a saúde e a autonomia das mulheres jovens.

Disponível em: <http://www.promundo.org.br/audiovisuais/para-jovens-e-adultos/era-uma-vez-outra-maria/>

## SEXUALIDADE E SAÚDE REPRODUTIVA

### FICHA DE ATIVIDADE 53

**NOME DA ATIVIDADE:** Quero ou não quero?

**NÍVEL DE ENSINO:** ( ) Fundamental - Séries Finais (X) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** recriar as situações que se dão na negociação do sexo seguro, incorporando os argumentos a favor e contra o uso do preservativo.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** quatro tiras com motivos de meninas e meninos e as situações que deverão defender (disponível no ANEXO); uma folha de papel e um lápis para cada grupo.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** ± 1h30min.

#### **DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:**

- Divida o grupo em quatro equipes e explique que cada uma delas receberá uma tira de papel especificando o sexo de uma pessoa (se é homem ou mulher) e se essa pessoa quer ou não quer ter uma relação sexual.
- Explique que cada uma dessas situações exigirá do grupo um levantamento de argumentos favoráveis à ideia. Ou seja, cada grupo deverá fazer uma lista com os motivos para se fazer ou não determinada coisa.
- Distribua as tiras e peça que ‘incorporem’ a situação pensando como um homem ou uma mulher defenderiam sua posição.
- Quando todos os grupos tiverem sua lista com as argumentações, peça para formarem dois grupos:  
HOMENS (1) + MULHERES (2) e  
HOMENS (2) + MULHERES (1).

- Quando os participantes estiverem organizados em dois grupos, explique que deverão negociar se querem ou não ter uma relação sexual com base nos argumentos levantados.
- Dê 10 minutos para essa negociação entre os dois grupos (H1 + M2 e H2 + M1); em seguida, peça a cada grupo para contar como foi a conversa com o outro grupo. Pergunte como se sentiram participando da atividade.
- Abra para o debate a partir das seguintes questões:
  1. *As representações que fizeram têm a ver com a realidade?*
  2. *De que maneira essa negociação aparece na vida real?*
  3. *Adolescentes e jovens costumam conversar sobre o uso do preservativo antes de a relação sexual acontecer?*

## ANEXO

### Tiras para recortar

✂.....

**HOMEM 1** – os motivos que os meninos dão para convencer uma menina a ter relações sexuais com eles.

✂.....

**HOMEM 2** – os motivos que os meninos dão quando não querem ter relações sexuais com uma menina.

✂.....

**MULHER 1** – os motivos que as meninas dão para convencer um menino a ter relações sexuais com elas.

✂.....

**MULHER 2** – os motivos que as meninas dão quando não querem ter relações sexuais com um menino.

✂.....

## FINALIZAÇÃO

Em uma negociação sobre ter ou não relações sexuais, está presente uma série de fatores: autoestima, comunicação, relações de poder desiguais, pressão dos amigos e expectativas. Atividades educativas que aprimoram a argumentação e a negociação são importantes para o aprendizado das chamadas competências sociais. É uma forma de mostrar ser possível se chegar a um acordo, em que as duas partes encontram um caminho adequado a ambas.

### **REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):**

FONSECA, Vanessa. BITTENCOURT, Danielle. ARRUDA, Silvani. **Trabalhando com Mulheres e Homens Jovens:** Manual de atividades educativas para sensibilização sobre Gênero, Sexualidade e Saúde. Rio de Janeiro: Instituto Promundo, 2011.

### **DICAS**

No site do psiquiatra Jairo Bouer - <http://doutorjairo.uol.com.br/> - há sempre atualidades sobre os temas da sexualidade e saúde reprodutiva. Apresenta ainda um *pop up* para o qual adolescentes e jovens podem enviar dúvidas.

## SEXUALIDADE E SAÚDE REPRODUTIVA

### FICHA DE ATIVIDADE 54

**NOME DA ATIVIDADE:** Negociando o uso do preservativo

**NÍVEL DE ENSINO:** ( ) Fundamental - Séries Finais (X) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** refletir sobre a negociação do uso do preservativo como forma de prevenção das DST/aids (anexo).

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** cópias das situações a serem respondidas, uma batata ou uma bola e um recipiente.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** 1 hora

### DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:

- Peça para a turma sentar em círculo. Uma bola ou uma batata circulará pelo grupo enquanto, com os olhos fechados, você diz: “batata quente, batata quente, batata quente, queimou...”. Quando falar “queimou”, a pessoa que estiver com a batata quente pegará, dentro de um recipiente localizado no meio do círculo, uma situação para responder. A brincadeira continua por algum tempo, possibilitando a maior participação possível.
- Discuta com o grupo as negociações feitas, cujas principais ideias foram por ele anotadas. Estimule o grupo a refletir sobre a pertinência ou não dos argumentos utilizados, e a criar outros argumentos para as respostas.

### Anexo

#### NEGOCIANDO O USO DO PRESERVATIVO - “BATATA QUENTE”

Se alguém falar: <i>As pessoas com aids deveriam ser isoladas.</i>	Você responde...
Se alguém falar: <i>Camisinha não é natural, me</i>	Você responde...

<i>bloqueia.</i>	
Se alguém falar: <i>Ah, você tem camisinha na bolsa! Você está querendo transar comigo.</i>	Você responde...
Se alguém falar: <i>Gostaria de transar mas não tenho camisinha comigo.</i>	Você responde...
Se alguém falar: <i>Uma criança portadora do vírus não deveria frequentar a escola porque irá infectar outras crianças.</i>	Você responde...
Se alguém falar: <i>Eu não sou homossexual e não uso drogas injetáveis, por isso não preciso usar o preservativo.</i>	Você responde...
Se alguém falar: <i>Eu não doo sangue porque posso me infectar pelo HIV e outras DST.</i>	Você responde...
Se alguém falar: <i>Não precisamos de camisinha, sou virgem.</i>	Você responde...
Se alguém falar: <i>Camisinha? Você está me ofendendo! Pensa que já transei com todo mundo?</i>	Você responde...
Se alguém falar: <i>Existe perigo em utilizar o mesmo banheiro que uma pessoa com aids usou?</i>	Você responde...
Se alguém falar: <i>Se eu parar para colocar a camisinha perco o tesão.</i>	Você responde...
Se alguém falar: <i>Prefiro morrer a usar a camisinha.</i>	Você responde...
Se alguém falar: <i>Não transo com você se for com camisinha.</i>	Você responde...
Se alguém falar: <i>Até você colocar a camisinha,</i>	Você responde...

<i>eu já perdi a vontade.</i>	
Se alguém falar: <i>Tomo pílula, então você não precisa usar camisinha.</i>	Você responde...
Se alguém falar: <i>Só uma vez! Não faz mal! Já nos conhecemos há tanto tempo.</i>	Você responde...
Se alguém falar: <i>Só de olhar para alguém já é o bastante para eu saber se tem aids ou não.</i>	Você responde...
Se alguém falar: <i>Usar camisinha para fazer amor é como chupar bala com papel.</i>	Você responde...
Se alguém falar: <i>Ouvi dizer que uma pessoa pode pegar aids se for mordida por um mosquito.</i>	Você responde...
Se alguém falar: <i>Só os homossexuais pegam aids e eu sou muito macho.</i>	Você responde...

### REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):

Brasil, Ministério da Educação. Negociando o uso do Preservativo.

Disponível em:

<http://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=19787>

#### DICA

O guia *Adolescentes, jovens e educação em sexualidade*, do Instituto Promundo, traz uma boa discussão sobre quais desafios os profissionais da educação e da saúde encontram para trabalhar intersetorialmente com os temas da sexualidade e saúde reprodutiva. Ao final, sugere várias atividades.

Disponível em: <http://www.promundo.org.br/wp-content/uploads/2011/07/Toolkit-1.pdf>



## SEXUALIDADE E SAÚDE REPRODUTIVA

### FICHA DE ATIVIDADE 55

**NOME DA ATIVIDADE:** Agência de publicidade

**NÍVEL DE ENSINO:** ( ) Fundamental - Séries Finais (X) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** reforçar a importância de os adolescentes e jovens do sexo masculino igualmente se perceberem responsáveis pela contracepção.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** cartolina, réguas, revistas, canetas coloridas, tesouras, fita crepe, cola.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** 1 hora

### DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:

- Explique às alunas e aos alunos que, fazendo de conta, você é o diretor ou diretora de uma escola, e que está muito preocupado porque os alunos do sexo masculino não se preocupam em evitar filhos.
- Peça que se dividam em quatro subgrupos e informe que, daquele momento em diante, cada grupo será uma **agência de publicidade**.
- Cada agência deve preparar um **cartaz** direcionado para **meninos**, informando que eles podem ser pais a qualquer momento (o homem é fértil todos os dias), e que eles podem escolher se querem ter filhos, com quem e quando querem.
- Distribua folhas de cartolina, réguas, revistas e canetas coloridas para todas as agências de publicidade.
- Quando os grupos terminarem, peça a cada grupo para apresentar seu cartaz. Após a apresentação, sugira que os cartazes sejam colocados em alguns lugares estratégicos da escola para todas as pessoas poderem vê-los.
- Abra para o debate a partir das seguintes questões:

1. Por que muitas pessoas acreditam que quem tem que pensar em evitar filhos é apenas a mulher?
2. O que é ser pai? O que é ser mãe?
3. O que um menino precisa fazer para não ser um pai na adolescência?

## FINALIZAÇÃO

Partindo-se do pressuposto que a masculinidade é uma construção de nossa sociedade e cultura, os homens não são educados para se preocupar com a reprodução. Abordar o tema da paternidade na adolescência e juventude significa, portanto, discutir e desconstruir preconceitos fortemente presentes em nosso cotidiano. Dentre eles, o de que a contracepção é responsabilidade exclusiva da mulher ou que cabe somente ao homem prover financeiramente a família.

## REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):

BRASIL, Ministério da Saúde, 2011. **Adolescentes e Jovens para a Educação entre Pares: Sexualidades e Saúde Reprodutiva**. v.1. Disponível em:

[http://www.aids.gov.br/sites/default/files/anexos/publicacao/2010/45601/sexualidade\\_final\\_17\\_05\\_2011\\_pdf\\_28505.pdf](http://www.aids.gov.br/sites/default/files/anexos/publicacao/2010/45601/sexualidade_final_17_05_2011_pdf_28505.pdf).

### DICA

O vídeo educativo ***Estou grávido! Com a voz o jovem pai*** apresenta a vivência da paternidade entre rapazes cuja companheira está grávida. Compõe-se de um conjunto de relatos de dez pais adolescentes e jovens residentes em Recife, São Paulo e Rio de Janeiro. É destinado a trabalhos com homens e mulheres jovens que desconhecem o universo da gravidez

na adolescência da perspectiva do pai. Facilita o debate sobre esse tema em grupos de rapazes, moças e grupos mistos, em escolas, unidades de saúde, empresas etc.

**Disponível em:** <http://br.youtube.com/watch?v=DKiX4UmfWVE> (parte 1) e <http://br.youtube.com/watch?v=L8gAyroVX0c> (parte 2)

Os povos indígenas no Brasil são extremamente diversificados. Não somente do ponto de vista étnico e linguístico, mas pelas suas formas de organização social e expressões culturais, entre elas concepções de saúde e práticas de cura, vida produtiva, história do contato e grau de interação com a sociedade nacional. O que representa uma diversidade de realidades e um grande desafio no que se refere à atenção à saúde dessa população.

Os indígenas enfrentam situações distintas de tensão social, ameaças e vulnerabilidade e esgotamento de recursos naturais. A expansão das frentes econômicas (extrativismo, trabalho assalariado temporário, projetos de desenvolvimento) ameaça a integridade do ambiente em seus territórios, os saberes, sistemas econômicos e organização social.

Em algumas regiões nas quais a população indígena tem relacionamento mais estreito com a população regional, nota-se o aparecimento de novos problemas de saúde ligados às mudanças introduzidas no modo de vida e, especialmente, na alimentação: hipertensão arterial, diabetes, câncer, DST, alcoolismo, depressão e suicídio são problemas cada vez mais frequentes em diversas comunidades.

É importante que a atenção à saúde dos povos indígenas aconteça diferenciadamente, levando-se em consideração as especificidades culturais, epidemiológicas e estratégico/operacionais. Deverão ser desenvolvidas e usadas tecnologias apropriadas por meio da adequação das formas ocidentais convencionais de organização de serviços. As atividades de educação em saúde e ações preventivas são estratégias fundamentais para melhoria das condições de saúde e qualidade de vida desses povos.

Na Atenção à Saúde Indígena, a Educação em Saúde é desenvolvida por meio de mobilização comunitária para haver melhores condições de vida, com respeito às peculiaridades e especificidades culturais. As atividades educativas acontecem coletivamente, e envolvem professores indígenas, profissionais da Equipe Multidisciplinar da Saúde Indígena/EMSI, lideranças indígenas e toda a comunidade. É imprescindível a construção de material didático, respeitando peculiaridades culturais, e elaborado com desenhos produzidos por crianças e jovens indígenas. O recurso visual (desenhos, fotos) é grande aliado nesse processo.

As atividades listadas abaixo pretendem auxiliar os profissionais das equipes multidisciplinares de saúde indígena e educação na discussão intercultural de conceitos sobre a capacidade de a família e a comunidade fazerem escolhas saudáveis em relação à alimentação, a manter ou revitalizar hábitos de vida saudáveis, além de mobilizar gestores para tornar essas escolhas factíveis à população indígena.

## FICHA DE ATIVIDADE 56

**NOME DA ATIVIDADE:** Linha do tempo alimentar (palestra ou teatro)

**NÍVEL DE ENSINO:** (X) Fundamental (X) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** fazer, junto com os professores indígenas, um histórico sobre a alimentação da comunidade.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** nenhum

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** 2 horas

**DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:** os professores mobilizarão os estudantes a falar sobre os seus padrões alimentares, desde o nascimento até a atualidade, com o objetivo de despertar a atenção dos estudantes sobre os padrões alimentares e a transição alimentar e nutricional que acontece ao longo dos anos, além de relacioná-los a questões familiares e culturais. Por meio dessa visão, os estudantes identificariam costumes que se perderam ou se enfraqueceram (saudáveis ou não) e costumes que foram agregados (saudáveis ou não), além de trabalhar o senso crítico quanto a escolhas de alimentos ou aceitação de alimentos na alimentação escolar que não fazem parte da cultura alimentar da comunidade. O resultado da discussão pode ser apresentado em forma de palestras.

## FICHA DE ATIVIDADE 57

**NOME DA ATIVIDADE:** Roda de conversa. Promoção da saúde na escola

**NÍVEL DE ENSINO:** (X) Fundamental (X) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** criar rotina de troca de informações entre profissionais de saúde/educação e educandos.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** variáveis

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** 1 hora

**DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:** os profissionais de saúde/educação discutirão com os educandos, em uma roda de conversa, a importância da escola quanto a atividades de promoção da saúde, além de avaliar as ações já desenvolvidas. A troca com os educandos é de suma importância para se sentirem parte do processo de transformação.

## FICHA DE ATIVIDADE 58

**NOME DA ATIVIDADE:** A escolha de alimentos saudáveis

**NÍVEL DE ENSINO:** (X) Fundamental (X) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** elaborar uma lista, com professores e estudantes indígenas, sobre os alimentos que consomem rotineiramente. A partir dessa lista, discutir sobre os grupos de alimentos, estimulando assim as capacidades de escolhas.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** variáveis

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** 1 hora

**DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:** por meio de cartazes e discussões em sala de aula, os estudantes conversarão sobre os grupos de alimentos e sua importância para o organismo. Ao longo de um dia, os alunos observarão e anotarão o que consumiram. No dia seguinte, os professores retomarão o assunto e analisarão junto com os alunos o perfil dos alimentos consumidos por meio dos grupos e cores de alimentos. Deve-se observar que cada povo tem uma classificação para os alimentos que consome, e que pode ser bem diferente da nossa classificação, com outra lógica. Considerar ainda a diminuição da caça e do peixe na alimentação, decorrente de mudanças/degradação ambientais, entorno mais ocupado e outros aspectos.

**REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):**

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Manual operacional para profissionais de saúde e educação: promoção da alimentação saudável nas escolas. Brasília: Ministério da Saúde, 2008. 152p. (Série A. Normas e Manuais Técnicos).



## FICHA DE ATIVIDADE 59

**NOME DA ATIVIDADE:** Alimentação atual x tradicional

**NÍVEL DE ENSINO:** (X) Fundamental (X) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** estimular os estudantes a relatar a alimentação indígena tradicional e a alimentação indígena atual. Discutir sobre a introdução de novos alimentos na alimentação, além da retirada de outros. Comentar a transição alimentar e suas consequências para a saúde.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** nenhum

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** 1 hora

**DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:** por meio de discussões em sala de aula, os estudantes conversarão sobre a alimentação tradicional versus a atual. Ao longo de um dia, os alunos observarão e anotarão o que consumiram, incluindo os alimentos da alimentação escolar. No dia seguinte, os professores retomarão o assunto e analisarão com os alunos, por meio dos grupos alimentares, o perfil dos alimentos consumidos.

## FICHA DE ATIVIDADE 60

**NOME DA ATIVIDADE:** Educação em saúde bucal

**NÍVEL DE ENSINO:** (X) Fundamental (X) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** estimular hábitos saudáveis de dieta, uso moderado de alimentos cariogênicos e conscientização da importância da higiene bucal (o que será feito pela equipe de saúde bucal por meio de palestras educativas). Para o nível fundamental, estimular o uso de desenhos para as crianças transmitirem o entendimento daquela etnia acerca da saúde/doenças relacionadas à boca e ao consumo de alimentos. Para o nível médio, utilizar entrevistas para entender a cultura, além de saúde/doenças relacionadas à boca, ao consumo de alimentos e outros hábitos.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** cartazes, vídeos, macromodelos, fantoches, desenhos, livretos na língua indígena etc.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** em média, 20 a 30 minutos por atividade.

**DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:** por meio de atividades educativas, como palestras, teatros, encenações etc, a Equipe de Saúde Bucal da Estratégia Saúde da Família, vinculada à UBS mais próxima da escola, e/ou a Equipe Multidisciplinar de Saúde Indígena deverão estimular hábitos saudáveis de dieta, uso moderado de alimentos cariogênicos e conscientização da importância da higiene bucal, considerando as peculiaridades socioculturais e socioambientais.

**REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):**

Caderno de Atenção Básica Nº 17. Saúde Bucal;

Caderno de Atenção Básica Nº 24. Saúde na Escola;

Guia de recomendações para o uso de fluoretos no Brasil. Disponíveis em:

<http://dab.saude.gov.br/publicacoes.php>

Diretrizes do Componente Indígena da Política Nacional de Saúde Bucal.

## FICHA DE ATIVIDADE 61

**NOME DA ATIVIDADE:** Escovação bucal supervisionada

**NÍVEL DE ENSINO:** (X) Fundamental (X) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** orientar e estimular a manutenção da higiene bucal, além de fazer com que o flúor esteja disponível na cavidade bucal, por meio do dentífrico.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** escova dental, fio-dental, creme dental, espelho grande, pia com torneira.

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** em média, 25 a 30 educandos por hora.

**DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:** desenvolvida em ambiente educando, com supervisão indireta do CD, podendo ser a equipe auxiliar ou professores, desde que devidamente capacitados.

**REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):**

Caderno de Atenção Básica Nº 17. Saúde Bucal;

Caderno de Atenção Básica Nº 24. Saúde na Escola;

Guia de recomendações para o uso de fluoretos no Brasil. Disponíveis em:

<http://dab.saude.gov.br/publicacoes.php>

Diretrizes do Componente Indígena da Política Nacional de Saúde Bucal.

## FICHA DE ATIVIDADE 62

**NOME DA ATIVIDADE:** Aplicação tópica de flúor

**NÍVEL DE ENSINO:** (X) Fundamental (X) Médio

**OBJETIVO(S) DA ATIVIDADE:** prevenção da cárie dentária.

**MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:** flúor gel, moldeiras descartáveis, luvas descartáveis, lixeira com tampa (para descarte do material contaminado).

**DURAÇÃO DA ATIVIDADE:** em média, 25 a 30 educandos por hora.

**DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:** feita pelo cirurgião-dentista, com apoio do pessoal auxiliar e dos professores, de acordo com avaliação de necessidade pelo município, destinada principalmente a municípios sem fluoretação das águas de abastecimento.

**REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites):**

Caderno de Atenção Básica Nº 17. Saúde Bucal;

Caderno de Atenção Básica Nº 24. Saúde na Escola;

Guia de recomendações para o uso de fluoretos no Brasil. Disponíveis em:

<http://dab.saude.gov.br/publicacoes.php>

Diretrizes do Componente Indígena da Política Nacional de Saúde Bucal.

**Ministério da Educação**  
**Ministério da Saúde**  
**Biblioteca Virtual em Saúde do Ministério da Saúde**  
**[www.saude.gov.br/bvs](http://www.saude.gov.br/bvs)**



**SAÚDE**  
MAIS PERTO DE VOCÊ

DISQUE SAÚDE

**136**

Ouvidoria Geral do SUS

[www.saude.gov.br](http://www.saude.gov.br)

Biblioteca Virtual em Saúde do Ministério da Saúde

[www.saude.gov.br/bvs](http://www.saude.gov.br/bvs)



Ministério da  
Educação

Ministério da  
Saúde

