

SAÚDE INTEGRAL

CADERNO DE OFICINAS | PROGRAMA AABB COMUNIDADE

Presidente

- *Haroldo do Rosário Vieira*

Vice-presidentes

- *Clodoaldo Soares do Nascimento*
- *Marcelo José Paim*
- *Rene Nunes dos Santos*
- *Waldyr Peixoto Filho*

Gerência de Desenvolvimento de Pessoas

- *Daniel Martins de Carvalho*

DESENVOLVIMENTO

Autora

- *Maria Regina Toniazzo*

Revisão pedagógica e de texto

- *Patrícia Teixeira de Almeida*

Projeto gráfico, diagramação e ilustração

- *CoDA Design | Arquitetura*

Diretoria Executiva

- *José Caetano de Andrade Minchillo - Presidente*
- *Marcos Melo Frade - Diretor Executivo de Desenvolvimento Social*
- *Vagner Lacerda Ribeiro - Diretor Executivo de Gestão de Pessoas, Controladoria e Logística*
- *Alfredo Leopoldo Albano Junior - Secretário Executivo*

Gerentes

- *André Grangeiro Botelho – Gerente de Pessoas e Infraestrutura*
- *Fernando Luiz da Rocha Lima Vellozo – Gerente de Assessoramento Técnico*
- *Emerson Flávio Moura Weiber - Gerente de Comunicação*
- *Fábio Marcelo Depiné – Gerente de Tecnologia da Informação*
- *Jeovan Soares – Gerente de Autorização de Pagamentos*
- *Germana Augusta de Melo Moreira Lima Macena – Gerente de Implementação de Programas e Projetos*
- *José Climério Silva de Souza - Gerente de Assessoramento Estratégico e Controles Internos*
- *João Bezerra Rodrigues Júnior – Gerente de Monitoramento e Avaliação*
- *Rodrigo Octavio Lopes Neves – Gerente de Finanças e Controladoria*
- *Geovane Martins Ferreira – Gerente de Análise de Projetos*
- *Maria da Conceição Cortez Gurgel – Gerente de Parcerias Estratégicas e Modelagem de Programas e Projetos*



SAÚDE INTEGRAL

CADERNO DE OFICINAS | PROGRAMA AABB COMUNIDADE

- | | | | |
|----|-------------------------------|----|-------------------------------|
| 4 | Orientações gerais | 36 | Ficar ou não ficar? |
| 6 | Quero mais saúde | 38 | A história de João e Maria |
| 8 | O combustível da vida | 40 | A batalha dos sexos |
| 10 | O enigma da pirâmide | 42 | O jogo do amor e do sexo |
| 12 | Dia de feira | 44 | Diga não às drogas |
| 14 | Você é o que você come | 46 | Diga sim à vida |
| 16 | Medidas de peso | 48 | Rir é o melhor remédio |
| 18 | Uma mão lava a outra | 50 | Quem canta seus males espanta |
| 20 | O sapo não lava o pé | 52 | Livro na mão, saúde em ação |
| 22 | A lenda do reino do dente | 54 | Afetoterapia |
| 24 | A trilha dos dentes felizes | 56 | A corrente do bem |
| 26 | Comandos em ação | 58 | Coloque o amor em movimento |
| 28 | O inimigo invisível | 60 | O planeta azul |
| 30 | Mexa-se, é gostoso pra chuchu | 62 | Nosso mundo, nossa casa |
| 32 | Baú de brincadeiras | 64 | A gente não quer só comida |
| 34 | Passo e compasso | 67 | Anexos |

Caro educador

É com satisfação que apresentamos o Caderno de Oficinas – **Saúde Integral**.

Na elaboração deste material foram considerados os seguintes objetivos:

- facilitar a prática pedagógica, apresentando sugestões de como trabalhar algumas questões relacionadas ao macrocampo Saúde Integral;
- inspirar a elaboração de outras oficinas relacionadas ao macrocampo Saúde Integral, preferencialmente em conjunto com os demais educadores.
- explorar as relações do macrocampo Saúde Integral com os demais macrocampos, evidenciando a abordagem multirreferencial do Programa.

Ao selecionar as oficinas que pretende usar, priorize as que se aproximam mais da realidade local e que sejam mais atrativas para seus educandos.

Consulte, sempre, as Orientações gerais apresentadas a seguir. Elas poderão tornar a sua atuação mais tranquila, mais rica e possibilitar melhores resultados, seja em relação ao alcance dos objetivos do Programa, seja no que diz respeito à sua satisfação e a dos seus educandos.

Bom trabalho!

ORIENTAÇÕES GERAIS

Conheça melhor as orientações descritas em cada uma das oficinas deste Caderno.

Macrocampos secundários – Veja alguns dos macrocampos que podem ser trabalhados com este Caderno. Cada oficina traz a indicação de macrocampos secundários, que são outros macrocampos que podem ser trabalhados a partir da oficina selecionada.

Público – Esteja atento ao público a que se destina a oficina. Algumas são direcionadas exclusivamente para crianças; outras são específicas para adolescentes. Há, ainda, as que podem envolver crianças e adolescentes. Em algumas delas é possível incluir pessoas da família da criança ou adolescente, favorecendo a interação familiar e potencializando os resultados da oficina.

Tempo estimado – Observe o tempo estimado para a realização da oficina. Essa informação é importante para uma atuação bem planejada. Oficinas mais

longas, especialmente as que precisam ser desenvolvidas em vários momentos, demandam articulação com os demais educadores, pois podem interferir no planejamento deles. Quando a oficina for desenvolvida em mais de um dia tome o cuidado de, antes de iniciar as atividades, rever com os educandos o que foi discutido e realizado no dia anterior.

Objetivos – Atenção aos principais objetivos da oficina. Esses objetivos podem estar relacionados a conhecimentos, saberes, habilidades, atitudes, valores, etc. Procure identificar outros objetivos que possam ser alcançados, considerando o contexto local, o planejamento pedagógico do Programa na AABB onde você atua e as adaptações que você achar que deve fazer na oficina.

Recursos – Verifique os recursos que você precisa para desenvolver a oficina. É importante reuni-los e organizá-los com



antecedência, evitando imprevistos e, conseqüentemente, improvisações. Use sites de buscas na Internet para localizar os vídeos e músicas que aparecem na lista dos recursos e que você precisará usar na oficina.

1º Momento, 2º Momento... – Estude com antecedência o passo a passo da oficina. Tendo clareza sobre o passo a passo da oficina e conhecendo o tempo estimado para cada momento, a sua atuação será mais tranquila e você amplia as possibilidades de alcançar os objetivos previstos.

Avaliação – É muito importante que você avalie o desempenho individual e coletivo dos educandos. Faça isso durante o desenvolvimento da oficina e ao seu final. Neste tópico estão relacionados alguns aspectos e estratégias que podem servir de subsídio para o planejamento da avaliação.

Dicas – Quer tornar a oficina mais rica, mais interessante e mais atrativa para as crianças e adolescentes? Então preste atenção nas

dicas trazidas em cada oficina e verifique quais são adequadas ao contexto em que você atua e ao estágio de desenvolvimento de seus educandos.

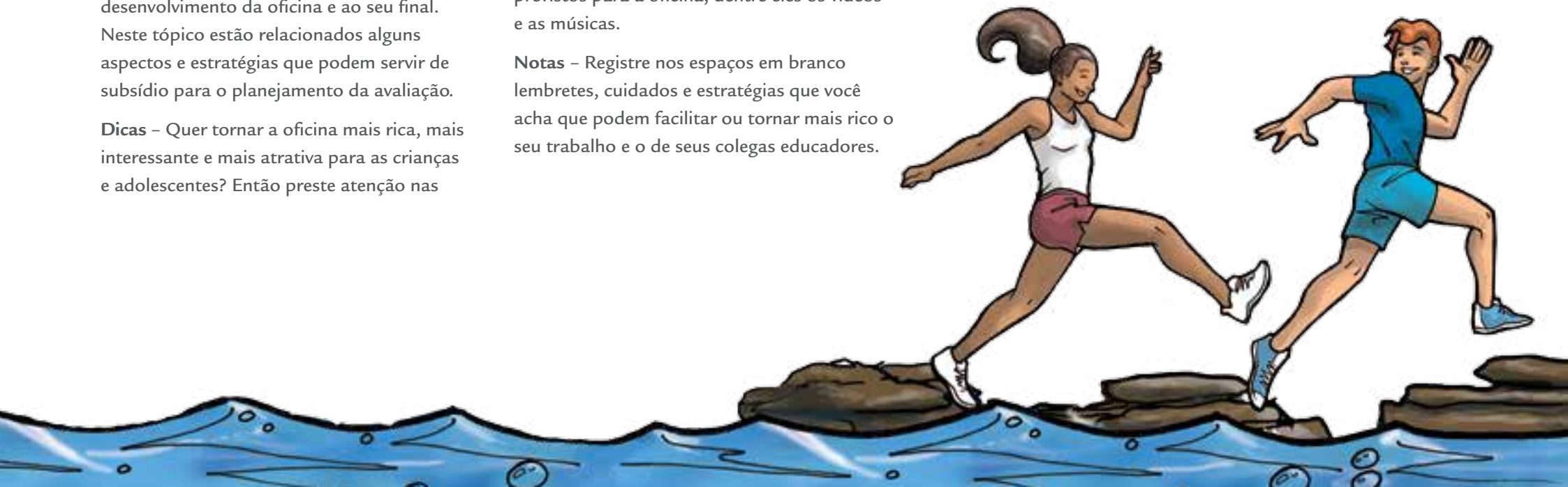
Referências – Quanto mais você conhecer sobre o tema da oficina, maiores as possibilidades dela ser um sucesso – agradar aos educandos e alcançar os objetivos. Nesse tópico você tem a indicação do material consultado pelo especialista ao elaborar a oficina. Com certeza esse material será útil para ampliar os seus conhecimentos e você se sentirá mais seguro para desenvolvê-la. Você pode, também, usar os endereços eletrônicos para localizar alguns dos recursos previstos para a oficina, dentre eles os vídeos e as músicas.

Notas – Registre nos espaços em branco lembretes, cuidados e estratégias que você acha que podem facilitar ou tornar mais rico o seu trabalho e o de seus colegas educadores.

OUTRAS ORIENTAÇÕES

Número de participantes – As oficinas foram elaboradas para grupos de até 25 participantes. Não é recomendável trabalhar com grupos maiores. Caso sejam desenvolvidas em grupos de menos de 25 pessoas esteja atento às necessidades de adaptação ao número de participantes.

Segurança – Esteja atento aos cuidados com a segurança dos educandos. Sempre que julgar necessário peça a colaboração do coordenador pedagógico ou de outros educadores para desenvolver as oficinas, evitando pequenos acidentes.



QUERO MAIS SAÚDE



RECURSOS

- Aparelho de som.
- Música Saúde, de Rita Lee e Roberto de Carvalho.
- Revistas e jornais.
- Tesouras – 1 para cada educando.
- Cola e fita crepe – 1 para cada 5 educandos.
- Pincel atômico – cores variadas.
- Giz de cera e lápis de cor – 1 conjunto para cada grupo.
- Papel (A4), lápis e caneta esferográfica – 1 para cada educando.
- Cartolina grande – 1 para o conceito de saúde e 1 com o título Saúde.
- Resumo informativo – Saúde integral, Anexo 1.
- Cartões do Anexo 2.



1º MOMENTO



60 min

- Execute a música Saúde, peça que fiquem atentos ao tema e mensagem que ela traz e, em seguida, verbalizem suas percepções.
- Disponibilize revistas, jornais e tesouras e peça para recortem figuras que remetam ao tema saúde.
- Solicite que:
 - Apresentem as figuras à turma, estabelecendo relações com o tema;
 - Colem as figuras na cartolina com o título Saúde e registrem as principais ideias expostas durante a apresentação das figuras, em palavras ou frases curtas, compondo coletivamente um painel.
- Exponha o painel, peça que observem atentamente a construção e reflitam se ele contempla todas as ideias, no momento, sobre saúde.



2º MOMENTO



45 min

- Divida a turma em dois grupos – o dos mestres e o dos discípulos.
- Entregue a cada participante do grupo de mestres uma ficha.
- Peça que cada mestre escolha um discípulo, formando uma dupla e fixe a ficha nas costas do escolhido, com fita crepe, sem que este veja o que está escrito. Quando todas as fichas estiverem fixadas, informe que o conjunto de fichas forma o conceito sobre Saúde, adotado pela OMS.
- Peça que as duplas circulem pela sala e, sob a orientação dos mestres, formem o conceito de saúde. Os mestres poderão conversar entre si. Os discípulos só poderão conversar com seus mestres. O educador deverá estar atento à evolução e ao cumprimento das regras, intervindo quando necessário.
- Peça a um dos mestres que leia o conceito formado com as fichas às costas dos discípulos, enquanto outro mestre registra o conceito em um cartaz. Os mestres cumprimentam seus discípulos e todos retornam aos seus lugares.
- Reflita com os educandos sobre o significado do conceito e sobre aspectos a serem questionados ou aprofundados.



3º MOMENTO



45 min

- Distribua papel, giz de cera e lápis de cor e peça que cada um faça um desenho com o título: Eu saudável, registrando nome e data.
- Peça que exponham os desenhos e, em seguida, que comparem as imagens do painel com os desenhos, compartilhando com a turma as impressões.
- Forme quatro grupos, peça que debatam o significado de saúde e elaborem um texto com o título: Nós saudáveis. Cada grupo elege um relator.
- Oriente a apresentação dos textos pelos relatores e, em seguida, exponha-os ao lado do painel, do cartaz e dos desenhos.
- Encerre a atividade esclarecendo as dúvidas sobre o tema.

SAÚDE INTEGRAL

Macrocampos secundários:

- Acompanhamento pedagógico – leitura e escrita
- Cultura e artes
- Direitos humanos e cidadania

Público: crianças e adolescentes

Tempo estimado: 2h30

Objetivos

- Conhecer o conceito de saúde adotado pela Organização Mundial de Saúde (OMS).
- Identificar a saúde como um elemento essencial ao crescimento e ao desenvolvimento humano.
- Relacionar saúde e qualidade de vida aos demais direitos fundamentais da criança e do adolescente.
- Adotar práticas de saúde preventiva, destinadas à melhoria da qualidade de vida.



AVALIAÇÃO

- Avalie o entendimento sobre o tema em estudo por meio das perguntas e sínteses; a capacidade de expressar ideias e sentimentos durante as exposições individuais; a interação e a sociabilidade manifestada nas atividades coletivas.
- Ao final da atividade cada um diz, em uma frase, o que aprendeu sobre o tema.



DICAS

- Promova debates e crie novas oficinas a partir das seguintes questões:
 - Qual a importância de compreender o conceito de saúde integral?
 - Como cuidar da saúde no dia-a-dia?
 - Com quem posso contar nos cuidados com a saúde?
 - Como posso disseminar as boas práticas de saúde?
- Relacione práticas de saúde observadas na família, na escola, no bairro e na AABB.
- Mapeie os espaços existentes na AABB, na escola e na comunidade que possibilitem práticas de saúde preventiva (parques, praças, ginásios esportivos etc.).
- Localize os espaços oficiais de cuidados com a saúde: postos de atendimento, pronto-socorros, hospitais etc. (endereço e telefones de emergência).



REFERÊNCIAS

- Letras.mus.br. Saúde. Rita Lee e Roberto de Carvalho. Disponível em: <http://letras.mus.br/rita-lee/118834/>. Acesso em: 03/12/2012.
- SCLiar, Moacyr. História do conceito de saúde. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/physis/v17n1/v17n1a03.pdf>. Acesso em: 03/12/2012.
- Instrumentos internacionais e nacionais de proteção de direitos humanos que ratificam o direito à saúde:
 - Internacionais
 - Declaração Universal dos Direitos Humanos (1948). Disponível em: http://portal.mj.gov.br/sedh/ct/legis_intern/ddh_bib_inter_universal.htm. Acesso em: 18/11/2012.
 - Pacto San Salvador, Pacto Internacional de Direitos Econômicos Sociais e Culturais, Relatoria do Direito à Saúde (1988). Disponível em: http://www.cidh.oas.org/basicos/portugues/e.Protocolo_de_San_Salvador.htm. Acesso em: 18/11/2012.
 - Convenção sobre os Direitos da Criança (1990). Disponível em: http://www.unicef.org/brazil/pt/resources_10120.htm. Acesso em: 03/12/2012.
 - Conferência Mundial de Direitos Humanos, Viena (1993). Disponível em: <http://www.pge.sp.gov.br/centrodeestudos/bibliotecavirtual/instrumentos/viena.htm>. Acesso em: 18/11/2012.
 - IV Conferência Internacional sobre População e Desenvolvimento, Cairo (1994). Disponível em: <http://www.unfpa.org.br/Arquivos/conferencia.pdf>. Acesso em: 18/11/2012.
 - IV Conferência Internacional sobre a Mulher, Beijing (1995). Disponível em: <http://www.evirt.com.br/mulher/cap23.htm>. Acesso em: 18/11/2012.
 - Nacionais
 - Constituição da República Federativa do Brasil (1988). Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm. Acesso em: 03/12/2012.
 - Estatuto da Criança e do Adolescente – Lei n.º 8.069 (1990). Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/LEIS/L8069.htm. Acesso em: 18/11/2012.
 - Marco Legal: Saúde, um Direito de Adolescentes (2005). Disponível em: http://portal.saude.gov.br/portal/arquivos/pdf/marco_legal.pdf. Acesso em: 18/11/2012.
 - Marco Teórico e Referencial: Saúde Sexual e Saúde Reprodutiva de Adolescentes e Jovens (2006). Disponível em: http://portal.saude.gov.br/portal/arquivos/pdf/marco_teorico_referencial.pdf. Acesso em: 18/11/2012.
 - Lei Orgânica da Saúde – Lei n.º 8.080 (1990). Disponível em: <http://portal.saude.gov.br/portal/arquivos/pdf/lei8080.pdf>. Acesso em: 18/11/2012.

O COMBUSTÍVEL DA VIDA



RECURSOS

- Aparelho de som.
- Música *Comer, Comer...*, de Brazilian Genghis Khan.
- Papel A4 e lápis ou caneta esferográfica – 1 para cada educando.
- Lápis de cor ou giz de cera nas cores: laranja, amarelo, azul, verde, roxo, marrom e vermelho – 1 conjunto.
- Envelope grande – 1.
- Resumo informativo – Alimentação saudável, Anexo 3.
- Cartões: 12 fichas com os nomes de alimentos dos principais grupos, conforme tabela do Anexo 4.



1º MOMENTO

- *Execute a música **Comer, Comer...**, de Brazilian Genghis Khan e convide as crianças para cantar e brincar juntos. Peça ao grupo de adolescentes para fazer uma nova letra a partir da mesma música.*
- *Leia para os educandos, sentados em círculo: “Toda pessoa precisa de alimento para poder se desenvolver. A vida depende da alimentação. A pessoa bem alimentada quase não fica doente, já que a principal causa geradora de doenças é a falta de alimentos. As crianças que comem os alimentos que seu organismo necessita crescem mais e, sobretudo, podem desenvolver seu cérebro, podem pensar e aprender melhor. E, quando adultos poderão trabalhar melhor e continuar aprendendo. Os alimentos são uma espécie de combustível para manter o corpo humano trabalhando. O motor humano, para poder funcionar, precisa de combustível. Algumas máquinas precisam de carvão, os caminhões de óleo diesel, os carros de gasolina. Quanto melhor a qualidade do combustível melhor a máquina funciona, e também dura mais. O mesmo acontece conosco”.*
- *Esclareça que uma boa alimentação implica no consumo variado de alimentos. Pergunte o que os participantes conhecem sobre os grupos de alimentos, de acordo com sua origem e potencial nutritivo. Informe que a atividade seguinte está relacionada aos alimentos e sua contribuição à saúde.*
- *Distribua uma folha em branco para cada participante e solicite que registrem, por escrito, todos os alimentos consumidos nas últimas 24 horas (sólidos e líquidos, inclusive guloseimas).*



90 min

- *Forme cinco grupos. Peça a cada grupo que organize uma única lista, em uma folha de papel, a partir da lista dos participantes do grupo. Confira a apresentação das listas de cada grupo.*
- *Informe aos participantes que será feito um Bingo dos Alimentos. Cada grupo terá como cartela a lista que produziu.*
- *Sorteie nomes de alimentos, tirando uma ficha do envelope a cada rodada. Os grupos que tiverem o nome do alimento na cartela irão marcar um “X” com o lápis na cor correspondente, conforme a tabela.*
- *Esclareça que o jogo terá dois vencedores:*
 1. *Prêmio Tradição - Grupo que primeiro completar a cartela.*
 2. *Prêmio Categoria Especial - Grupo que obtiver mais pontos de acordo com o critério:*
 - A. *Se a cartela contiver 1 item de cada grupo de alimentos – 1 ponto.*
 - B. *Se a cartela contiver 2 itens de cada grupo de alimentos – 2 pontos.*
 - C. *Se a cartela contiver 3 ou mais itens de cada grupo de alimentos – 3 pontos.*
 - D. *Conferir 1 ponto extra para quem tiver relacionado o consumo de água.*

Observações:

- *Para efeito dos critérios a, b e c, valem os alimentos listados pelos grupos, independentemente do nome do alimento ter sido sorteado.*
- *Se nenhum grupo atender os critérios acima, ganha na Categoria Especial o grupo que tiver o maior número de grupo de alimentos listados.*
- *Peça aos grupos que calculem a pontuação e faça a conferência coletivamente.*

SAÚDE INTEGRAL

Macrocampos secundários:

- Acompanhamento pedagógico – leitura e escrita
- Comunicação e tecnologia da informação
- Cuidado socioambiental; Direitos humanos e cidadania

Público: crianças e adolescentes

Tempo estimado: 1h30

Objetivos

- Relacionar alimentação e saúde.
- Reconhecer práticas saudáveis de alimentação.
- Distinguir os grupos de alimentos presentes na dieta cotidiana.
- Compreender a importância de uma dieta variada.
- Desenvolver hábitos de consumo de alimentos saudáveis.
- Valorizar a escolha correta de alimentos.
- Debater sobre aspectos culturais da alimentação.



- Encerre a atividade comentando que “a alimentação para os seres humanos possui significado maior do que apenas garantir as necessidades do corpo. O ato de comer está relacionado a valores sociais, culturais, afetivos e sensoriais. Na maioria das vezes, comer é um momento de prazer e confraternização com nossos amigos e familiares. O alimento torna-se, assim, muito mais do que uma fonte de nutrientes. Apreciamos as cores e gostamos de sentir a textura e o sabor da comida. Mas isso não é tudo! Nesse jogo de sensações, precisamos lembrar que uma alimentação saudável: não precisa ser cara, pois pode ser feita com alimentos naturais, produzidos na região em que vivemos; deve ser colorida e composta por alimentos variados; é saborosa; precisa ter qualidade e ser consumida na quantidade certa; deve ser segura para o consumo, ou seja, estar livre de contaminação”.



AVALIAÇÃO

Avalie o grau de interesse e participação durante as atividades; a compreensão sobre o conteúdo, manifestado em forma de perguntas; práticas saudáveis nos horários de refeição, como consumo, postura, tranquilidade, mastigação e higiene.



DICAS

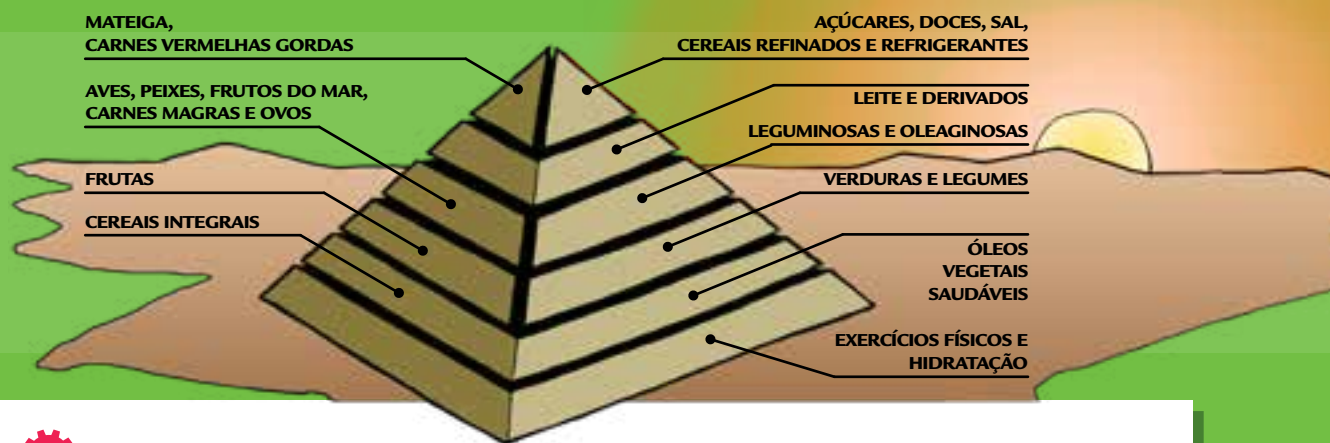
- Promova debates e crie novas oficinas a partir das seguintes questões:
 - Quais os benefícios de uma alimentação saudável?
 - Qual a relação entre alimentação e saúde?
 - O que mais uma pessoa precisa, além de uma boa alimentação, para ter saúde?
- Mapeie o consumo da família, colecionando os rótulos dos alimentos. Esse material pode se constituir em rico suporte didático para atividades de leitura, escrita, matemática, ciências naturais, etc.
- Observe o preparo dos alimentos em casa (escola ou AABB) assinalando as boas práticas e o que precisa ser melhorado.
- Compartilhe com as famílias dos jovens atendidos no Programa o material produzido pela Coordenação Geral da Política de Alimentação e Nutrição, do Ministério da Saúde.
- Investigue como está a qualidade da própria alimentação, fazendo o teste disponível no site do Ministério da Saúde.



REFERÊNCIAS

- Alimentação saudável para crianças. Disponível em: <http://189.28.128.100/nutricao/docs/geral/10passosCrianças.pdf>. Acesso em: 18/11/2012.
- CASTRO, Josué. Alimento como melhor vacina. Cadernos do ITERRA, Ano II, No. 7 - Setembro 2003, p.24. Alimentação saudável, fique esperto. Disponível em: <http://portal.anvisa.gov.br>. Acesso em: 19/12/2012.
- Glossário Temático Alimentação e Nutrição. Disponível em: http://bvms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/glossario_alimenta.pdf. Acesso em: 18/11/2012.
- Guia Alimentar para a população brasileira. Disponível em: http://dtr2001.saude.gov.br/editora/produtos/livros/pdf/05_1109_M.pdf. Acesso em: 18/11/2012.
- Política Nacional de Alimentação e Nutrição. Disponível em: <http://189.28.128.100/nutricao/docs/geral/pnan2011.pdf>. Acesso em: 18/11/2012.
- Política Nacional de Alimentação e Nutrição. Disponível em: http://nutricao.saude.gov.br/teste_alimentacao.php. Acesso em: 18/11/2012.

O ENIGMA DA PIRÂMIDE



RECURSOS

- Jogo Enigma da pirâmide, Anexo 5: conjunto de 104 cartas, sendo 4 coringas, representados pela pirâmide alimentar, e 10 cartas referentes a cada segmento da pirâmide (1) Água e exercícios físicos; (2) Óleos vegetais saudáveis; (3) Verduras e Legumes; (4) Leguminosas e Oleaginosas; (5) Açúcares, doces, sal, cereais refinados e refrigerantes; (6) Manteiga e carnes vermelhas gordas; (7) Leite e derivados; (8) Aves, peixes, frutos do mar, carnes magras e ovos; (9) Frutas; (10) Cereais integrais. Pode ser reproduzido a partir deste caderno ou confeccionado pelo educador/educandos. Cartolina ou papel pardo – preparar previamente a base do painel, colando as folhas de cartolina ou papel pardo, em tamanho grande o suficiente para ser visto com facilidade na parede. Desenhe o esquema da pirâmide, Anexo 6.
- Régua – 5.
- Pincel atômico – cores variadas.
- Tesoura e cola – 1 para cada grupo.
- Revistas, jornais e folhetos de supermercado, com figuras diversas de alimentos, de água e de atividades físicas.
- Resumo informativo – Pirâmide Alimentar, Anexo 6.



1º MOMENTO



60 min

- *Resgate o tema saúde e a importância da alimentação saudável e equilibrada, que provém de diferentes fontes, em quantidade suficiente para o crescimento e a manutenção do organismo. Explique que a alimentação influencia diretamente na saúde, no estudo, no trabalho, no lazer e no tempo de vida das pessoas.*
- *Apresente a Pirâmide alimentar aos educandos, Anexo 6, informando que se trata de um gráfico de orientação para uma alimentação mais saudável. A Pirâmide alimentar serve para dar uma ideia da proporção entre os grupos alimentares, além da quantidade de alimentos que se deve comer diariamente.*
- *Convide os participantes a construir um painel com a Pirâmide alimentar. Forme dez grupos. Cada grupo ficará responsável por um segmento da pirâmide. Disponibilize revistas, jornais e folhetos de supermercado com figuras diversas de alimentos, água e atividade física, tesoura, cola e uma ficha com os dados essenciais de cada segmento.*
- *Oriente a construção da Pirâmide, utilizando a base do painel previamente preparada de acordo com o gráfico constante no Resumo Informativo, Anexo 6.*
- *Assim que todos os grupos concluírem suas colagens, peça que:*
 - *Olhem o gráfico e comparem a distribuição dos elementos na pirâmide alimentar;*
 - *Voltem aos grupos e compartilhem suas ideias;*
 - *Elaborem uma frase sobre o que é alimentação saudável;*
 - *Socializem suas ideias, lendo as frases elaboradas.*
- *O material poderá ser fixado junto à Pirâmide, compondo o painel.*
- *Encerre a atividade reforçando que quanto mais variada for a alimentação, mais saudável ela será, que é importante comer ao menos um alimento de cada grupo em cada refeição, tomar bastante água, praticar atividade física e evitar o uso frequente de alimentos gordurosos e doces.*

SAÚDE INTEGRAL

Macrocampos secundários:

- Acompanhamento pedagógico – leitura e escrita/ matemática; Cuidado socioambiental
- Cultura e artes; Direitos humanos e cidadania

Público: crianças e adolescentes

Tempo estimado: 2h

Objetivos

- Conhecer a Pirâmide alimentar e o seu funcionamento.
- Identificar os grupos alimentares e as respectivas propriedades nutricionais.
- Compreender a importância da atividade física e da ingestão de água, associadas a uma alimentação equilibrada.
- Fazer escolhas alimentares e nutricionais adequadas.
- Adotar hábitos de cuidado com a saúde.



2º MOMENTO



60 min

- Retome o conceito de Pirâmide alimentar e convide o grupo para o jogo O Enigma da pirâmide, Anexo 5.
- Repita o jogo de acordo com o interesse dos educandos.
- Encerre a atividade resgatando com o grupo os segmentos da Pirâmide alimentar e as recomendações de consumo de cada um.



DICAS

- Promova debates e crie novas oficinas a partir das seguintes questões:
 - Qual a importância da Pirâmide alimentar dentro de um projeto de educação para a saúde?
 - Se a medida da saúde é a medida de uma alimentação saudável associada a exercícios físicos regulares, como estão as nossas práticas?
 - Em que medida é possível implementar a cultura da saúde preventiva, observando a proposta da Pirâmide alimentar?
- Faça um estudo sobre as refeições servidas na AABB, a partir da Pirâmide alimentar, e apresente à coordenação do Programa.
- Envolver as merendeiras do Programa no trabalho com a Pirâmide alimentar, aprofundando conceitos e melhorando a prática na oferta e preparo dos alimentos.
- Convide as famílias dos atendidos no Programa para conhecer o painel da Pirâmide Alimentar, incentivando que os próprios jovens expliquem seu funcionamento.
- Articule, com a rede de apoio local, uma palestra sobre saúde preventiva por meio da alimentação saudável, a ser proferida por um nutricionista ou médico especialista em nutrição.
- Construa o Jogo do Enigma da pirâmide, em oficina de artes junto com o grupo, utilizando desenhos a colorir ou gravuras.



AVALIAÇÃO

Avalie o entendimento sobre o tema em estudo por meio das perguntas e sínteses; a capacidade de expressar ideias e sentimentos durante as exposições individuais; a interação e a sociabilidade manifestada nas atividades coletivas.



REFERÊNCIAS

- SILVEIRA, Sabrina. Pirâmide Alimentar atualizada. Disponível em: <http://zerohora.clicrbs.com.br/rs/noticia/2010/08/piramide-alimentar-atualizada-prioriza-alimentos-integrais-e-exercicios-fisicos-2991744.html>. Acesso em: 19/12/2012.
- SOUZA, Ana Paula. Análise crítica dos aspectos estruturais da Pirâmide Alimentar. Disponível em: <http://www.clinicadenutricao.com.br/nutricaoesaudefinal.php?id=895>. Acesso em: 19/12/2012.

DIA DE FEIRA



RECURSOS

- Aparelho de TV e DVD ou computador e projetor multimídia.
- Vídeo Conhecendo os alimentos com o Sr. Banana. Disponível em: <http://www.youtube.com/watch?v=qUN9i3RCYI8>.
- Aparelho de som.
- Música *Nhoc, nhoc, nhoc*, do Cantinho da criança.
- Poema, O prazer da boa mesa, de Carlos Alê.
- Quadro para escrever ou papel pardo.
- Pincel atômico – cores variadas.
- Papel A4 – 6 folhas para cada grupo.
- Lápis e caneta esferográfica – 1 para cada educando.
- Folhetos de supermercado e de lojas de alimentos (com figuras e preços dos alimentos).
- Tesoura e cola – 1 para cada grupo.
- Resumo informativo – O consumo consciente e a educação alimentar, Anexo 7.



1º MOMENTO

 30 min

- Exiba o vídeo *Conhecendo os alimentos com o Sr. Banana* (7 min).
- Pergunte aos participantes quais informações do vídeo acharam importantes e por que. Conduza o debate, mediando e fazendo os aprofundamentos necessários.
- Execute a música *Nhoc, nhoc, nhoc*, do Cantinho da criança e convide as crianças para cantar e brincar junto.
- Forme um ou mais grupos com os adolescentes e peça que leiam e interpretem o poema *O prazer da boa mesa*, buscando o significado das palavras desconhecidas. Peça que cada grupo escolha três versos e apresente em forma de música, no ritmo preferido.
- Encerre a atividade comentando sobre a importância de uma alimentação balanceada e a conveniência de hábitos saudáveis a ela associados, como lavar as mãos antes das refeições, comer em um ambiente tranquilo, fazer uma boa mastigação, evitar o desperdício e escovar os dentes após cada refeição.



2º MOMENTO

 90 min

- Inicie a atividade perguntando:
 - O que é consumo?
 - Como podemos usar nossas escolhas de consumo para ajudar a construir um mundo melhor?
- Registre as respostas em quadro ou papel.
- Explique ao grupo que consumo é mais do que comprar e usar. Leia o texto: “Consumo é uma palavra bem conhecida de todos. Muitas vezes já ouvimos a palavra consumidor para se referir às pessoas. O ato de consumir tem etapas, geralmente realizadas de forma automática e impulsiva. O mais comum é associar consumo a compras, o que está correto, mas incompleto. A compra é apenas uma etapa do consumo. Antes dela, temos que decidir o que consumir, por que consumir, como consumir e de quem consumir. Depois de refletir a respeito desses pontos é que partimos para a compra. E após a compra, existe o uso e o descarte do que foi adquirido. Consumir de forma consciente é levar em consideração os impactos provocados pelo consumo, em nós próprios, nos outros e no mundo em que vivemos.”
- Forme cinco grupos e distribua os folhetos de supermercados e lojas de alimentos, papel, tesoura e cola.
- Peça que os grupos planejem uma compra de alimentos para consumo de um dia de uma família de quatro pessoas, com uma renda mensal de dois salários mínimos.
- Oriente para que primeiro reflitam sobre as necessidades nutricionais, considerando a Pirâmide alimentar, os hábitos alimentares da região e o impacto do consumo no orçamento doméstico e no meio ambiente.

SAÚDE INTEGRAL

Macrocampos secundários:

- Acompanhamento pedagógico – leitura e escrita/ matematização; Cuidado socioambiental
- Direitos humanos e cidadania

Público: crianças e adolescentes

Tempo estimado: 2h

Objetivos

- Conhecer as regras para um consumo alimentar consciente.
- Identificar alguns cuidados necessários para uma alimentação saudável.
- Compreender o impacto ambiental e social causado pela produção e consumo de alguns alimentos.
- Desenvolver práticas que evitem desperdício de alimentos.
- Observar hábitos de respeito e higiene às refeições.



O desenvolvimento do trabalho se dará em três etapas:

- Elaboração de cardápio (o que irão comer);
- Elaboração da lista de compras (o que, onde e quanto irão comprar);
- Elaboração de cálculo (quanto irão gastar).

Observação: Utilizar os folhetos como suporte.

- Peça que cada grupo escolha um relator para a apresentação.
- Aprofunde o entendimento sobre o consumo consciente de alimentos, com as questões de reflexão.
- Encerre a atividade fazendo considerações a partir do texto “Uma pessoa consciente lida com a comida de forma respeitosa, busca saúde e harmonia e percebe o impacto dos alimentos em seu corpo, na sociedade e no planeta. Uma alimentação responsável e equilibrada envolve consumir alimentos naturais, saudáveis e ecologicamente sustentáveis, além da quantidade, combinação adequada, quando comer e como comer”.



AVALIAÇÃO

Avalie o entendimento sobre o tema em estudo por meio das perguntas e sínteses; a capacidade de expressar ideias e sentimentos durante as exposições individuais; a interação e a sociabilidade manifestada nas atividades coletivas.



DICAS

- Promova debates e crie novas oficinas a partir das seguintes questões:
 - Quais práticas de prevenção à saúde estão associadas à alimentação?
 - Como escolher melhor os alimentos, considerando nossa saúde, respeitando os hábitos alimentares locais e o impacto no orçamento doméstico e no meio ambiente?
 - Por que nem todos se alimentam de forma saudável? Como alterar essa situação?
- Planeje cardápios sustentáveis, elabore lista de compras e faça uma visita ao supermercado para tomada de preço e pesquisa sobre os alimentos, observando rótulos, condições de conservação, embalagens, etc.
- Visite feiras de hortifrutigranjeiros e agroecológicas, para conhecer melhor os alimentos.
- Visite hortas ou pomares comunitários ou projetos integrados de produção de alimentos. Ex. PAIS (Projeto Agroecológico Integrado e Sustentável), apoiado pela FBB.
- Faça uma visita monitorada em unidades públicas, como: EMATER, EMBRAPA, CONAB, relacionadas à orientação, produção ou armazenagem de alimentos.



REFERÊNCIAS

- Consumo consciente de alimentos. Disponível em: <http://www.mundoverde.com.br/Sustentabilidade/Artigo/2009/07/03/Consumo-consciente-de-alimentos/>. Acesso em: 19/10/2012.
- Nhoc, nhoc, nhoc. Canção Nova. Disponível em: <http://letras.mus.br/cancao-nova/727981/>. Acesso em: 19/12/2012.
- O prazer da boa mesa. Disponível em: <http://www.poesiasonline.com/reflexoes/o-prazer-da-boa-mesa.html>. Acesso em: 19/12/2012.
- O que é consumo consciente. Disponível em: <http://alimentacaointeligente.blogspot.com.br/2009/05/o-que-e-consumo-consciente.html>. Acesso em: 19/10/2012.

VOCE É O QUE VOCE COME



RECURSOS

- Aparelho de TV e DVD ou computador e projetor multimídia.
- Vídeo *Você é o que você come*.
- Aparelho de som.
- Música *Salada de frutas*, da Xuxa.
- Papel A4 e lápis ou caneta – 1 para cada educando.
- Pincel atômico – cores variadas.
- Quadro ou papel pardo.
- Livros e/ou recortes de receitas populares.
- Resumo informativo – O que é importante lembrar?, Anexo 8.



1º MOMENTO

 80 min

- *Resgate com os participantes o conceito de saúde, trabalhado na oficina *Quero mais saúde*, e o que significa uma alimentação saudável. Caso não tenha vivenciado esta atividade, consulte o conceito, apresente e discuta com os educandos.*
- *Informe que o objetivo dessa atividade é mapear as comidas típicas locais e as preferências alimentares do grupo, relacionando-as com a Pirâmide alimentar.*
- *Faça uma tempestade de ideias sobre as comidas típicas locais, ou seja, registre as contribuições que forem citadas pelos educandos no quadro ou papel pardo. Com a participação do grupo analise aspectos nutricionais das comidas relacionadas, de acordo com a Pirâmide alimentar, verificando a tendência de consumo.*
- *Distribua papel, lápis ou caneta e peça que cada um registre suas comidas prediletas. Feito isso, peça que selecionem da lista aquela que mais gostam, a número um. Socializar no grupo.*
- *Forme grupos por afinidade de preferências alimentares e oriente para que compartilhem seus registros e escolham, no grupo, um dos pratos.*
- *Questione quais são os ingredientes da comida escolhida e como ela é preparada. Distribua papel, lápis ou caneta e peça que os grupos registrem a resposta em forma de receita culinária. Disponibilize os livros de receitas, como exemplo.*
- *Quando terminarem peça que cada grupo escolha um relator e apresente o trabalho.*
- *Ainda nos grupos, peça que escrevam cada um dos ingredientes da receita apresentada em tiras de papel. Proponha que fixem as tiras no correspondente segmento da Pirâmide alimentar (painel feito na Oficina Enigma da pirâmide).*
- *Analise, em conjunto com os participantes onde há maior concentração de registros e quais as carências verificadas e retome a importância da variedade, da qualidade e do equilíbrio da escolha dos alimentos para uma vida saudável.*
- *Encerre a atividade exibindo o vídeo *Você é o que você come* (8 min).*



2º MOMENTO

 40 min

- *Inicie com o grupo, de forma criativa, um caderno de receitas que poderá ter duas seções: uma das próprias receitas do grupo e outra das receitas preferidas, selecionadas dos livros de receitas populares.*
- *Combine com a coordenação e a equipe de merenda a participação dos jovens no preparo de algumas refeições, observando as precauções e orientações necessárias a essa atividade.*
- *Encerre a atividade com a música *Salada de frutas*, da Xuxa.*

MEDIDAS DE PESO



RECURSOS

- Aparelho de som.
- Música **Saúde em primeiro lugar**. (CD Cantigas de Saúde).
- Balança, fita métrica e calculadora.
- Lápis ou caneta – 1 para cada educando.
- Papel A4 – 1 para cada educando.
- Tabela do IMC, Anexo 9.
- Planilha para cálculo do IMC, Anexo 9 – fazer planilha com registro dos nomes dos participantes.
- Tira do Garfield, Anexo 10.
- Resumo informativo – Obesidade, Anexo 11.



1º MOMENTO

- *Apresente ao grupo a tira do Garfield. Pergunte se conhecem o personagem e o que sabem sobre ele. Peça que leiam o texto, observem as figuras e comentem a respeito.*
- *Explique que Garfield é um personagem de histórias em quadrinhos, criado por Jim Davis, um cartunista estadunidense, em 1978. Garfield é um gato obeso, conhecido mundialmente pela sua índole preguiçosa e mal-humorada. Tudo o que ele faz é comer e dormir.*
- *Informe que a atividade dá sequência ao debate sobre saúde e que irá tratar de um tema importante, a prevenção e o combate à obesidade infantil.*
- *Comente com o grupo que vem crescendo o número de pessoas, especialmente crianças e adolescentes, no mundo todo, com problemas de obesidade. Esclareça que a obesidade gera um grande número de doenças, causando danos pessoais e sociais. Estar com peso e medidas acima dos recomendados pode causar muito sofrimento.*
- *Explique que existe uma fórmula para calcular se a relação peso/altura/idade e sexo está adequada, no caso de pessoas com até 15 anos de idade. É o IMC – Índice de Massa Corporal, padrão utilizado*



75min

pela Organização Mundial de Saúde (OMS). O IMC é um método simples de fazer o enquadramento nas categorias de peso que podem ocasionar os problemas de saúde e é calculado dividindo-se o peso (em quilogramas) pela altura (em metros) elevada ao quadrado.

$IMC = \text{peso} / \text{altura ao quadrado}$.

- *Convide o grupo para fazer o cálculo, iniciando pela anotação de peso e altura. Oriente as medições, fazendo os registros na tabela preparada previamente.*
- *Repasse para cada um, respectivamente, as anotações de peso e altura e instrua quanto ao cálculo do IMC.*
- *Com o auxílio da calculadora, faça os cálculos do IMC da turma, anotando na planilha. Confronte com os resultados obtidos pelo grupo e apresente a tabela.*
- *Esclareça que o IMC sozinho não é um definidor da saúde, mas se constitui um indicativo importante.*
- *Encerre a atividade comentando com o grupo as orientações contidas no Informativo - Obesidade, Anexo 11.*



2º MOMENTO

- *Coloque para tocar a música **Saúde em primeiro lugar**.*
- *Forme três grupos, conservando a heterogeneidade da turma.*
- *Desafie os participantes a, inspirados na música ouvida, criar uma paródia com o nome **Rock da saúde**.*



45min

Observação: De acordo com a cultura local poderá ser um axé, um samba, um carimbó, um forró, um xote, etc.

- *Os grupos terão 30 minutos para a produção e cinco minutos para cada uma das apresentações.*

SAÚDE INTEGRAL

Macrocampos secundários:

- Acompanhamento pedagógico – leitura e escrita/matematização
- Cultura e artes; Direitos humanos e cidadania

Público: crianças e adolescentes

Tempo estimado: 2h

Objetivos

- Compreender que alimentação saudável e a atividade física são essenciais ao controle do peso.
- Escolher corretamente os alimentos, evitando as armadilhas das propagandas e a facilidade de acesso.
- Desenvolver cuidados básicos de saúde.
- Adotar uma rotina equilibrada de repouso, atividades físicas, intelectuais e sociais.
- Consumir alimentos saudáveis na maioria das refeições.

AVALIAÇÃO

Avalie o entendimento sobre o tema em estudo por meio das perguntas e sínteses; a capacidade de expressar ideias e sentimentos durante as exposições individuais; a interação e a sociabilidade manifestada nas atividades coletivas.

DICAS

- Promova debates e crie novas oficinas a partir das seguintes questões:
 - Estamos cuidando da nossa saúde ou estamos nos deixando levar pela gula, preguiça ou as propagandas de alimentos?
 - Como está o equilíbrio entre nossas horas de repouso e de atividade física?
 - Temos preferido a TV e os brinquedos eletrônicos às brincadeiras ao ar livre?
 - Temos priorizado alimentos saudáveis?
- Acione a rede social de apoio a viabilizar uma palestra para a comunidade atendida pelo AABB Comunidade (famílias, jovens, merendeiras e educadores) com médico pediatra, endocrinologista ou cardiologista, sobre o tema prevenção e tratamento da obesidade infantil.
- Compartilhe o conteúdo do Resumo informativo – Obesidade, Anexo 11, com as famílias dos jovens, em encontros ou reuniões específicas.
- Trabalhe com os jovens a questão da obesidade infantil associada ao bullying. “O bullying é um ato de violência física ou psicológica, intencionados e repetidos, praticados por uma pessoa. O bullying ocorre principalmente em escolas com crianças que são diferentes da maioria dos outros alunos, os principais alvos são crianças muito acima do peso, muito magras, muito altas e nerds.”

REFERÊNCIAS

- Alimentação Saudável: Fique esperto. Disponível em: <http://portal.anvisa.gov.br/>. Acesso em: 20/10/2012.
- Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Agenda de compromissos para a saúde integral da criança e redução da mortalidade infantil – Brasília: Ministério da Saúde, 2004. Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/agenda_compro_crianca.pdf. Acesso em: 20/10/2012.
- GUAITA, Nicole Roessle. Apontamentos sobre uma pedagogia corporal: a obesidade e o novo higienismo na escola. Disponível em: http://www.ppge.ufpr.br/teses/M09_guaita.pdf. Acesso em: 21/10/2012.
- HAWKES, Corinna. Marketing de alimentos para crianças: o cenário global das regulamentações / Organização Mundial da Saúde; tradução de Gladys Quevedo Camargo. – Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde; Agência Nacional de Vigilância Sanitária, 2006. 112 p.: il. Disponível em: <http://portal.anvisa.gov.br>. Acesso em: 21/10/2012.
- Obesidade na infância e adolescência – Manual de Orientação / Sociedade Brasileira de Pediatria. Departamento Científico de Nutrologia. 2ª. Ed. – São Paulo: SBP. 2012. 142 p. Disponível em: <https://www.sbp.com.br/>. Acesso em: 20/10/2012.
- Prevenção e Tratamento da Obesidade Infantil. Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia. Disponível em: <http://www.endocrino.org.br/prevencao-e-tratamento-da-obesidade-infantil/>. Acesso em: 20/10/2012.
- Saúde em primeiro lugar. (CD Cantigas de Saúde). Disponível em: <http://www.anvisa.gov.br/propaganda/publicacoes.htm>.
- MACHADO, Caroline. Crianças obesas sofrem bullying. Disponível em: <http://crescer-saudavel.blogspot.com.br/2009/08/criancas-obsas-sofrem-bullying.html>. Acesso em: 20/10/2012.

UMA MÃO LAVA A OUTRA



RECURSOS

- Aparelho de TV e DVD ou computador e projetor multimídia.
- Vídeo A Turma da Clarinha, em Higiene e saúde.
- Giz de cera ou lápis de cor – 1 caixa para cada 5 educandos.
- Fita adesiva.
- Papel A4 – 1 folha para cada educando.
- Bandeirolas – 75 unidades feitas em papel fantasia, sendo 25 de cada uma das cores: verde, vermelho, amarelo.
- Cartaz Semáforo da higiene – Anexo 12.
- Resumo informativo - Higiene corporal e saúde, Anexo 13.



1º MOMENTO

 60 min

- Inicie a atividade, com o grupo sentado em círculo, questionando qual é o significado de higiene para cada um. Distribua papel e giz de cera ou lápis de cor e peça que respondam à questão por meio de desenhos.
- Peça que fixem os desenhos em local previamente definido e convide a cada um para apresentar o trabalho.
- Reflita com o grupo à luz das representações sociais de higiene apresentadas, evocando a importância de cada ação.



2º MOMENTO

 30 min

- Exiba para o grupo o vídeo A Turma da Clarinha, em Higiene e saúde (7min 47s).
- Solicite comentários sobre o vídeo.
- Resgate os pontos mais importantes, chamando atenção para as práticas saudáveis de higiene pessoal e ambiental.



3º MOMENTO

 30 min

- Explique ao grupo que farão um jogo. Nesse jogo não há disputa e a vencedora, ou não, será a saúde.
- Entregue a cada um três bandeirolas: uma verde, uma vermelha e uma amarela.
- Fixe, em local visível a todos, o cartaz Semáforo da higiene.
- Diga ao grupo que vai ler os desafios, um a um, e que há três alternativas de resposta: sempre, às vezes e nunca. A cada leitura, os participantes deverão responder, erguendo a bandeira da cor correspondente à alternativa escolhida.
- Conte com o grupo quantas bandeiras foram levantadas de cada cor e anote a quantidade no campo correspondente.
- Verifique com o grupo a incidência das boas práticas de higiene e declare a saúde vencedora ou perdedora, de acordo com o somatório dos pontos, se mais verdes ou mais vermelhos.
- Reforce a ideia de que boas práticas de higiene são fundamentais para a saúde, especialmente se associadas a uma alimentação saudável, a prática de atividades físicas e ao consumo necessário de água.

SAÚDE INTEGRAL

Macrocampos secundários:

- Acompanhamento pedagógico – leitura e escrita
- Cuidado socioambiental
- Cultura e artes

Público: crianças e adolescentes

Tempo estimado: 2h

Objetivos

- Compreender higiene como um sistema de regras e práticas que visam a preservação das funções do organismo e a prevenção de doenças.
- Reconhecer o impacto pessoal, social e ambiental das práticas de higiene.
- Identificar hábitos de higiene que contribuem para uma boa saúde.
- Desenvolver hábitos corretos de higiene pessoal e ambiental.



AVALIAÇÃO

Avalie o entendimento sobre o tema em estudo por meio das perguntas e sínteses; a capacidade de expressar ideias e sentimentos durante as exposições individuais; a interação e a sociabilidade manifestada nas atividades coletivas.



DICAS

- Promova debates e crie novas oficinas a partir das seguintes questões:
 - Como temos cuidado da saúde, observando práticas corretas de higiene?
 - Com quais hábitos de higiene pessoal nos identificamos mais e quais temos maior dificuldade de observar?
 - Qual a contribuição que os bons hábitos de higiene trazem para o meio em que vivemos?
- Reproduza, pelos meios ao alcance, o quadro Saiba como lavar as mãos, Anexo 13, divulgado pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) e coloque junto aos toaletes.
- Realize uma roda de conversa sobre o que todos podem fazer para tornar a AABB um exemplo de limpeza e higiene, e apresentar as ideias ao Conselho Deliberativo Participativo.
- Realize com o grupo o Dia da higiene e beleza pessoal, em que os jovens tenham acesso a corte e limpeza de unhas e higiene, corte/penteado de cabelos.
- Faça uma oficina a partir de rótulos de produtos de higiene e limpeza de uso doméstico, trabalhando noções de saúde, escrita, leitura, cálculo e química.
- Promova uma roda de conversa com profissional de enfermagem ou médico de saúde da família sobre a importância da higiene para a saúde.



REFERÊNCIAS

- A Turma da Clarinha, em Higiene e saúde. Disponível em: http://www.youtube.com/watch?v=EQMUUBZjs_E. Acesso em : 22/10/2012.
- Higienização simples das mãos. Disponível em: http://www.anvisa.gov.br/hotsite/higienizacao_maos/conteudo/c_tecnicas.htm. Acesso em: 18/10/2012.
- Saiba como lavar as mãos. Disponível em: <http://www.blog.saude.gov.br/ministerio-da-saude-mobiliza-populacao-para-lavar-as-maos/>. Acesso em: 22/10/2012.
- Saúde. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/livro092.pdf>. Acesso em: 22/10/2012.



NOTAS

O SAPO NÃO LAVA O PÉ



RECURSOS

- Lápis ou caneta – 1 para cada educando.
- Filipetas de papel A4 – corte em 4 partes (1 para cada participante).
- Fita adesiva.
- Tesoura.
- Jogo da Memória Higiene e saúde, Anexo 14.
- Tabela com o nome dos participantes.



1º MOMENTO



60 min

- *Pergunte ao grupo se alguém conhece quadrinhas, versos, cantigas ou provérbios sobre higiene. Resgate e peça que completem o verso “o sapo não lava o pé...”.*
- *Enfatize que a saúde é o resultado de escolhas permanentes e que as escolhas incluem a adoção de boas práticas de higiene.*
- *Distribua uma filipeta e um pedaço de fita adesiva para cada participante.*
- *Peça que anotem o nome da parte de seu corpo que mais gostam e cole o papel sobre ela.*
- *Oriente para que fiquem em pé e, um de cada vez, fale como se fosse a parte do corpo escolhida: como gosta de ser cuidada, que cuidados devem ser tomados, como deve ser higienizada, etc.*
- *Enfatize a importância da higiene como um todo. Para além do corpo, devemos cuidar da higiene de nossa mente e da nossa espiritualidade. Destaque a importância da postura e da respiração correta, indispensáveis à saúde.*
- *Exemplifique os cuidados com a espiritualidade se referindo ao cultivo de bons sentimentos, de serenidade, de fraternidade e empatia com os demais.*
- *Fale da necessidade de alimentar a mente com bons pensamentos, com leituras interessantes, de exercitar o pensamento crítico e lógico, não absorvendo tudo o que ouve ou vê sem pensar a respeito.*
- *Informe que na próxima atividade será trabalhado um aspecto importante da saúde mental, o exercício da memória, além de serem revistas ações indispensáveis à saúde como um todo.*



2º MOMENTO



60 min

- *Organize uma mesa no centro da sala e convide o grupo para participar do Jogo da Memória Higiene e saúde, Anexo 14. O jogo consta de 30 fichas com 15 cenas diferentes de práticas de higiene.*
Observação: Jogam até dez pessoas de cada vez. Para jogos simultâneos, providenciar novos conjuntos de fichas e auxílio de um educador por mesa.
- *Coloque as fichas com a face virada para baixo, dispostas em cinco fileiras de seis fichas cada, formando um retângulo.*
- *Sorteie quem inicia a jogada. A rodada seguirá no sentido horário.*
- *O jogador levanta duas fichas de modo que todos os outros possam visualizar. Quando levantar peças iguais, o jogador forma um par, ganha um ponto e tem o direito de jogar outra vez.*
- *Anote os pontos na tabela previamente preparada com o nome dos participantes.*
- *A cada jogada as fichas devem voltar à mesa, com o desenho virado para baixo e remanejadas.*
- *Ganha o jogo quem conseguir formar mais pares, no prazo estipulado para o jogo.*

A LENDA DO REINO DO DENTE



RECURSOS

- Aparelho de som.
- Música Escove os dentes, da Xuxa.
- Aparelho de TV e DVD ou computador e projetor multimídia.
- Vídeo A lenda do reino do dente.
- Lápis e borracha – 1 para cada educando.
- Lápis de cor ou giz de cera – 1 caixa para cada grupo.
- Matriz para criação das histórias em quadrinhos sobre saúde bucal, Anexo 16 – 5 cópias, 1 para cada grupo.
- Resumo informativo – Você sabe o que é higiene bucal, Anexo 17.



1º MOMENTO

 60 min

- *Execute a música Escove os dentes e convide as crianças a cantar e brincar junto. Enquanto as crianças brincam, peça aos adolescentes que elaborem, em grupos, três perguntas sobre a saúde bucal e apresentem para a turma.*
- *A partir das perguntas dos adolescentes, abra o debate com o grupo. Pergunte, também, o que sabem sobre saúde bucal, quem já teve problema com os dentes, quem já os trocou ou está trocando, quando foram ao dentista, como está a escovação, etc. Informe que as atividades que serão desenvolvidas tratam da importância de ter uma higiene bucal eficaz e cuidadosa.*
- *Exiba o vídeo A lenda do reino do dente (16min 12s) e solicite comentários do grupo.*
- *Resgate, com o auxílio do grupo, as regras para uma boa higiene bucal apresentadas no filme e registre em um cartaz.*
- *Encerre a atividade comentando que a higiene bucal é algo simples e rápido que não só previne doenças, mas também melhora o convívio social.*



2º MOMENTO

 60 min

- *Resgate com a turma as noções elementares de higiene bucal.*
- *Forme cinco grupos, distribua a matriz para criação das histórias em quadrinhos, lápis, borracha e lápis de cor.*
- *Convide os participantes a criar uma história em quadrinhos, associada às gravuras da matriz. Explique que a criação da história é livre e que os desenhos do esquema são sugestões de uma sequência. Os grupos poderão também colorir os desenhos, ilustrando a história. Reafirme a importância de um clima de cooperação para que a criatividade do grupo se reflita no trabalho.*
- *Promova a apresentação dos trabalhos e exponha-os em painel.*



AValiação

Avalie o entendimento sobre o tema em estudo por meio das perguntas e sínteses; a capacidade de expressar ideias e sentimentos durante as exposições individuais; a interação e a sociabilidade manifestada nas atividades coletivas.

A TRILHA DOS DENTES FELIZES



RECURSOS

- Aparelho de som.
- Música *Vamos escovar os dentes*, do Blog Profissão Dentista.
- Música *Um sorriso vale ouro*, do CD O Sapo sorridente.
- Cartolina ou papel para cartaz – preparar previamente com o título *O sorriso que queremos ter*.
- Tesoura e cola – 1 para cada 5 educandos.
- Revistas para recorte.
- Jogo A trilha dos dentes felizes, Anexo 18 (1 tabuleiro, 1 dado, 32 cartas desafio, 4 figuras/peões e 6 crachás de identificação por equipe).
- Resumo informativo – Saúde e higiene oral, Anexo 19.



1º MOMENTO

 30 min

- Coloque a música *Vamos escovar os dentes* e convide o grupo de crianças para cantar e brincar junto. Enquanto isto, o grupo de adolescentes ficará encarregado de preparar uma apresentação da letra da música *Um sorriso vale ouro*, sob a forma que julgar mais interessante: grafite, rap, teatro, etc.
- Informe que as atividades seguintes irão tratar da saúde bucal, um aspecto importante da saúde. Pergunte qual é o sorriso que gostariam de ter. Distribua as revistas e tesouras e peça que os participantes destaquem figuras com cenas de sorrisos que acham bonitos. Proponha a construção de um cartaz representativo em cartolina, com o título *O sorriso que queremos ter*.

Observação: Construir um único cartaz, colando cartolinas ou folhas com espaço suficiente para todas as figuras.



2º MOMENTO

 90 min

- Informe aos participantes que a próxima atividade será o jogo *A trilha dos dentes felizes*, que se constitui em um momento de reflexão sobre a importância dos cuidados com a saúde bucal. Explique o jogo com o cenário montado. A descrição completa do jogo está no Anexo 18.
- Esclareça que é um jogo cooperativo não competitivo e que, independente de quem chegar primeiro ao objetivo, todos aprendem juntos.
- Efetue a leitura dos fundamentos e regras do jogo, esclarecendo as dúvidas.
- Forme quatro equipes, distribua os crachás de identificação e peça que as equipes se coloquem ao redor da mesa para jogar. Antes de iniciar a partida, solicite que cada equipe escolha o personagem que irá representar no jogo.
- Informe que haverá rodízio entre os participantes da equipe a cada jogada.
- A equipe que tirar o maior número no dado inicia o jogo, e prossegue conforme as regras.
- São dois os critérios de classificação:
 1. Será vencedora a equipe que chegar primeiro ao objetivo, porém o jogo só termina quando todas as equipes tiverem percorrido o tabuleiro.
 2. O jogo terá a duração máxima de 90min e, será encerrado, independente do ponto em que as equipes estiverem no tabuleiro, nesse caso vale a classificação por proximidade do objetivo.
- Encerre a atividade, pedindo que cada educando diga, por meio de uma frase, o que aprendeu sobre o tema.

SAÚDE INTEGRAL

Macrocampos secundários:

- Acompanhamento pedagógico – leitura e escrita;
- Cultura e artes

Público: crianças e adolescentes

Tempo estimado: 2h

Objetivos

- Assimilar noções elementares de higiene bucal.
- Compreender que a saúde bucal é consequência de boas práticas de higiene.

- Assumir a responsabilidade para com a própria higiene, solicitando apoio quando necessário.
- Desenvolver rotina de cuidados com a higiene bucal.

AVALIAÇÃO

Avalie o entendimento sobre o tema em estudo por meio das perguntas e sínteses; a capacidade de expressar ideias e sentimentos durante as exposições individuais; a interação e a sociabilidade manifestada nas atividades coletivas.

REFERÊNCIAS

- Odonto Downloads. CD Profissão Dentista. Músicas infantis – Saúde Bucal. Vamos escovar os dentes. Disponível em: <http://odontodownloads.blogspot.com.br/2011/01/cd-de-musicas-infantis-saude-bucal.html>. Acesso em: 02/11/2012.

DICAS

- Promova debates e crie novas oficinas a partir das seguintes questões:
 - Qual tem sido o cuidado de cada um em relação à higiene oral?
 - Além dos cuidados pessoais, tem sido feitas visitas ao dentista? Em caso negativo, pesquisar os motivos e discutir o assunto no Conselho Deliberativo Participativo.
 - O sorriso que temos hoje é o sorriso que queremos?
- Organize com o grupo uma pesquisa em bibliotecas, internet, ou meio ao alcance, sobre a constituição e formação dos dentes, as diferenças entre uma arcada dentária infantil e adulta, os amigos e inimigos da saúde bucal, etc.
- Oriente uma análise comparativa das pastas ou cremes dentais, a partir dos dados registrados nas embalagens, como composição, presença de flúor, indicação de uso.
- Confeccione com materiais recicláveis ou outros recursos, em oficinas de artes, estojos para transporte e suportes para guarda e conservação dos materiais de higiene bucal.
- Elabore cartazes educativos sobre o tema saúde bucal, para expor na AABB, na escola e nas casas dos familiares.
- Exiba outros vídeos educativos sobre saúde oral e incentive a leitura sobre o tema em gibis ou publicações infantis. Exemplo: Turma da Mônica, de Maurício de Souza; Curitibinha, de Marcos Vaz; Educação em quadrinhos, do educador Samuel Lago e ilustrações do Ziraldo.
- Elabore cartões ilustrados e/ou cartas de agradecimento ao dentista, à família ou a outros adultos que os ajudaram a ter sorrisos saudáveis através de bons hábitos de higiene bucal.
- Crie uma peça de teatro sobre saúde bucal, com o uso de fantoches ou dedoches, confeccionados coletivamente pelos participantes, para apresentação na reunião com os pais.

NOTAS

COMANDOS EM AÇÃO



RECURSOS

- Aparelho de TV e DVD ou computador e projetor multimídia.
- Vídeo Hora da Vacina. Disponível em:
- Spots de rádio sobre vacinação, da EBC e do Ministério da Saúde.
- Aparelho de som.
- Músicas Ciranda da bailarina, de Chico Buarque e Zé Gotinha, de Bel Meireles.
- Cópias de Cadernetas de Saúde para menino e para menina, distribuídas pelo Ministério da Saúde – 1 para cada grupo.
- Material publicitário sobre vacinas (folhetos, cartazes, etc.).
- Régua, tesoura, cola e conjunto de pincéis atômicos – 1 para cada grupo.
- Relação de nome e idade dos participantes.
- Tirinha do Chico Bento e frases sequenciais da história, Anexo 20.
- Resumo informativo - Vacinação, Anexo 21.
- Cartaz, conforme Anexo 22.



1º MOMENTO



90 min

- *Faça uma roda de conversa e resgate as condições essenciais para a saúde: sono regular, alimentação saudável, atividade física, ingestão de água, cuidado com os dentes, etc.*
- *Fale que um dos aspectos importantes na saúde preventiva é cumprir o calendário de vacinação, porque as vacinas ajudam as pessoas na defesa do organismo, desde que nascem, evitando doenças sérias como a paralisia infantil e outras.*
- *Entregue uma tirinha do Chico Bento em Dia de Vacina e uma frase sequencial da história para cada dois educandos e peça que observem a cena e ordenem o texto.*
- *Pergunte quem já se vacinou. Peça o depoimento de dois ou três participantes sobre a experiência e apresente o vídeo Hora da Vacina (4 min 26 s) e colha as impressões dos participantes.*
- *Forme cinco grupos e disponibilize as cópias de Cadernetas de Saúde, do Ministério da Saúde e o material publicitário sobre vacinas (folhetos, cartazes, etc.). Peça que observem o material e registrem as dúvidas e questionamentos sobre as vacinas.*
- *Coordene um debate, esclarecendo as questões levantadas pelos participantes. Se ficarem questões pendentes, convide um profissional de saúde para esclarecê-las.*
- *Pergunte se conhecem algum personagem ligado às campanhas de vacinação. Fale sobre o Zé Gotinha e solicite aos grupos que criem um pequeno texto sobre vacinação para ajudá-lo nas campanhas. Como exemplo, apresente os spots de rádio da Empresa Brasileira de Comunicação-EBC e pelo Ministério da Saúde.*
- *Promova a apresentação dos trabalhos.*
- *Selecione o texto mais completo e criativo para encaminhar junto com uma mensagem para os pais ou cuidadores, solicitando que enviem o Cartão de Vacina ou Caderneta de Saúde. Caso não tenham, comunicar à Coordenação, pois o material é importante para o acompanhamento do jovem pelo Programa.*

SAÚDE INTEGRAL

Macrocampos secundários:

- Acompanhamento pedagógico – leitura e escrita/matematização; Cultura e artes
- Direitos humanos e cidadania

Público: crianças, adolescentes, pais, mães e cuidadores

Tempo estimado: 3h

Objetivos

- Compreender a importância das vacinas para a preservação da saúde.
- Conhecer o calendário básico de vacinação da criança e do adolescente.
- Mobilizar os cuidadores em relação à atualização da Caderneta de Saúde.



2º MOMENTO



90 min

- Toque a música *Ciranda da bailarina* e convide os participantes para cantar.
- Retome o debate sobre as vacinas e comente que existem calendários de vacinação específicos para crianças, adolescentes, adultos, idosos e até um especial para a população indígena. Pergunte como está o cumprimento do calendário de vacinas de cada um a partir do que estudaram na atividade anterior.
- Peça que criem um painel da saúde, com o gráfico das vacinas, para melhor visualizar o quadro geral de prevenção de doenças.
- Solicite que, consultando a Carteira de Saúde, ou Cartão de Vacinas, assinalem as aplicações já feitas no Painel da Saúde, utilizando os pincéis coloridos.
- Acompanhe a construção da tabela, orientando sobre os assinalamentos.
- Observe as necessidades de atualização existentes e agende com a Coordenação uma reunião com os pais.
- Conclua a atividade, cantando com os participantes, a música do Zé Gotinha.



AVALIAÇÃO

Avalie o entendimento sobre o tema por meio das perguntas e sínteses; a capacidade de expressar ideias e sentimentos durante as exposições individuais; a interação e a sociabilidade manifestada nas atividades coletivas.



DICAS

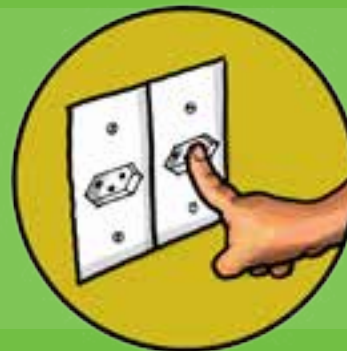
- Promova debates e crie novas oficinas a partir das seguintes questões:
 - Qual a importância de manter as vacinas em dia?
 - O que sabemos sobre as vacinas: quais são as obrigatórias e para que servem?
 - O que prevê o ECA sobre os direitos da criança/adolescente sobre saúde?
 - Acompanhamos a saúde e o desenvolvimento com o cuidado que se deve ter?
- Promova, também as atividades complementares sugeridas no Anexo 23.



REFERÊNCIAS

- Caderneta de Saúde da Criança. Disponível em: http://portal.saude.gov.br/portal/saude/visualizar_texto.cfm?idtxt=29889&janela=1. Acesso em: 11/11/2012.
- Calendário de vacinas. Disponível em: http://www.sbp.com.br/pdfs/calendario_vacinal_SBP2011.pdf. Acesso em: 11/11/2012.
- Calendário Básico de Vacinação da Criança e Calendário de Vacinação do Adolescente. Disponível em: http://portal.saude.gov.br/portal/saude/profissional/area.cfm?id_area=1448. Acesso em: 11/11/2012.
- Cartilha de Vacinas – Para quem quer mesmo saber das coisas. Disponível em: http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cart_vac.pdf. Acesso em: 10/11/2012.
- http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/caderneta_saude_crianca_menina_7ed.pdf (menino) e http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/caderneta_saude_crianca_menino_7ed.pdf (menina)
- Ciência Hoje. Hora da Vacina. Disponível em: http://www.youtube.com/watch?v=KHft_3j_rqU. Acesso em: 11/11/2012.
- Letras.mus.br. Ciranda da Bailarina. Chico Buarque. Disponível em: <http://letras.mus.br/chico-buarque/85948/>. Acesso em: 11/11/2012.
- Letras.mus.br. Zé Gotinha. Bel Meireles. Disponível em: <http://letras.mus.br/bel-meireles/1364097/>. Acesso em: 11/11/2012.
- Spots de rádio do Ministério da Saúde. Disponível em: <http://pt.wikipedia.org/wiki/Spot>.

O INIMIGO INVISÍVEL



RECURSOS

- Aparelho de TV e DVD ou computador e projetor multimídia.
- Vídeo Prevenindo acidentes e guardando a vida.
- Figuras diversificadas de revistas – 75 recortes.
- Balões - 25, sendo 5 de cada cor.
- Cartilha Casa mais segura – abrindo as portas para a segurança – 5 cópias.
- Cartilha Segurança Infantil – 5 cópias.
- Gibi, o inimigo invisível.
- Papel A4 – 5 folhas para cada grupo.
- Caneta ou lápis preto – 1 para cada participante.
- Lápis de cor ou giz de cera – 1 conjunto para cada grupo.
- Resumo informativo, Prevenção de acidentes com crianças, Anexo 24.
- Cartões para formação de grupos – elaborar previamente, conforme modelo do Anexo 25.



1º MOMENTO



60 min

- Acolha os familiares e os jovens do AABB Comunidade.
- Oriente a apresentação dos familiares:
 1. Disponha sobre uma mesa o conjunto de figuras recortadas de revistas.
 2. Peça aos jovens que procurem entre as figuras uma que associem com o familiar.
 3. Cada jovem diz o nome e idade e apresenta seu familiar, dizendo nome e parentesco, mostra a figura e diz porque o identificou assim.
 4. Conclua a rodada, apresentando-se também.
- Comente que os acidentes estão entre as principais causas de morte de crianças de um a seis anos no Brasil e respondem por quase um quarto dos óbitos, segundo dados da Unicef – Fundo das Nações Unidas para a Infância. Levantamentos do Ministério da Saúde apontam que a cada ano são registradas milhares de mortes e internações na rede pública de crianças abaixo de 14 anos, vítimas de acidentes domésticos. Medidas preventivas simples poderiam reduzir drasticamente esse número, garantem os especialistas. Muitas vezes, atividades cotidianas e brincadeiras infantis são executadas sem os cuidados necessários por não ser dada atenção a atitudes de risco. Quedas, queimaduras, intoxicações, afogamentos e sufocações são responsáveis por um elevado número das ocorrências mais frequentes.
- Informe que o objetivo do encontro é refletir sobre a necessidade de prevenção e adoção de atitudes seguras no dia-a-dia.
- Exiba e debata o vídeo *Prevenindo acidentes e guardando a vida* (6 min 21 s).



2º MOMENTO



60 min

- Organize cinco grupos, distribuindo os balões e agrupando por cor. Distribua os cartões para formação de grupos entre os adultos. Diga que o cartão é a senha de ingresso em um grupo. Estimule a observação, a comunicação e o raciocínio na organização, fazendo as mediações necessárias.
- Distribua entre os grupos de adultos a cartilha Casa mais segura – abrindo as portas para a segurança e a cartilha Segurança Infantil. Oriente para leitura, debate e síntese dos textos sobre cuidados com os diversos ambientes da casa: (G1) Cozinha; (G2) Área de serviço e Banheiro; (G3) Quartos; (G4) Sala, Varanda, Corredores e Escadas; (G5) Quintal, Jardim e Garagem.
- Entregue a cada grupo de crianças um exemplar da revista *O inimigo invisível*, papel e lápis de cor ou giz de cera. Oriente para leitura, debate e produção de um cartaz sobre a prevenção de acidentes, para serem expostos.
- Inicie as apresentações falando sobre os princípios de segurança para todos os ambientes e promova uma rodada de exposição das sínteses dos grupos.
- Encerre o encontro convidando a todos para prestigiar o trabalho artístico dos jovens. Agradeça a presença dos familiares e reafirme a importância da educação para a prevenção de acidentes e para o fortalecimento dos fatores de proteção à criança e ao do adolescente.

SAÚDE INTEGRAL

Macrocampos secundários:

- Acompanhamento pedagógico – leitura e escrita
- Direitos humanos e cidadania; Cultura e artes

Público: crianças, adolescentes, pais, mães e cuidadores

Tempo estimado: 2h

Objetivos

- Compreender a importância da educação para a prevenção de acidentes.
- Identificar os perigos ocultos em atividades cotidianas.
- Criar uma cultura de zelo com a segurança pessoal e social.
- Desenvolver a atenção como estratégia para evitar acidentes.
- Valorizar a vida como princípio fundamental no convívio familiar e social.



AVALIAÇÃO

Avalie o entendimento sobre o tema em estudo por meio das perguntas e sínteses; a capacidade de expressar ideias e sentimentos durante as exposições individuais; a interação e a sociabilidade manifestada nas atividades coletivas; nível de participação e de envolvimento dos familiares no processo educativo das crianças e adolescentes.



DICAS

- Promova debates e crie novas oficinas a partir das seguintes questões:
 - Que medidas as famílias e os cuidadores vem tomando em relação à segurança e à prevenção de acidentes com as crianças e adolescentes?
 - Que ações educativas vêm se adotando para cultivo da cultura da atenção e segurança?
- Articule com profissionais da área palestra sobre prevenção de acidentes.
- Realize o dia da blitz de segurança, com a participação dos educadores e membros do Conselho Deliberativo Participativo, tendo como roteiro a bibliografia da seção Referências.
- Proponha o dia da blitz de segurança, em que as famílias inspecionem cada cômodo da casa ou entorno, corrigindo pontos de risco de acidentes.



REFERÊNCIAS

- Associação Médica Brasileira. Casa mais segura, abrindo as portas para a segurança. – 5 cópias. Disponível em: <http://www.casamaissegura.com.br/cartilhas/>. Casa mais segura: abrindo as portas para a segurança. Disponível em: <http://www.casamaissegura.com.br/cartilhas/>. Acesso em: 12/11/2012.
- Como prevenir acidentes domésticos. Disponível em: http://www.conscienciaprevencionista.com.br/upload/arquivo_download/1962/como%20prevenir%20acidentes%20domesticos.pdf. Acesso em: 12/11/2012.
- Criança Segura: Dicas para brincar com segurança. Disponível em: <http://www.inmetro.gov.br/infotec/publicacoes/cartilhas/criancaSegura/CriancaSegura.pdf>. Acesso em: 12/11/2012.
- Gibi, o inimigo invisível: O Inimigo invisível – História em Quadrinhos número 94. Disponível em: <http://www.sesi.org.br/portal/>. (entrar na janela Sesinho e depois clicar na Revista do Sesinho)
- Inmetro. Segurança Infantil – 5 cópias. Disponível em: http://www.viablog.org.br/conteudo/cartilhasegurancainfantilinternet_ong.pdf.
- O Inimigo invisível – História em Quadrinhos número 94. Disponível em: <http://www.sesi.org.br/portal/>. Acesso em: 12/11/2012.
- Pequenas vítimas. Disponível em: http://www.unicef.org/brazil/pt/Pags_020_039_Violencia2.pdf Acesso em: 13/11/2012.
- Prevenindo acidentes e guardando a vida. Disponível no site do Programa Integração AABB Comunidade: <http://www.aabbcomunidade.org.br/>. Acesso em: 12/11/2012.
- Segurança Infantil. Disponível em: http://www.inmetro.gov.br/infotec/publicacoes/cartilhas/seguranca/seguranca_infantil.pdf. Acesso em: 12/11/2012.

MEXA-SE, É GOSTOSO PRA CHUCHU



RECURSOS

- Aparelho de som.
- Música Cabeça, ombro, joelho e pé, da Xuxa.
- Estacas pequenas – 25.
- Corda – 1, com 3 metros.
- Baldes – 5.
- Copos descartáveis grandes – 5.
- Garrafas Pet de 2 litros – 5.
- Apito e prancheta.
- Giz branco.
- Papel A4 e caneta – 1 para cada educando.
- Envelopes pequenos – 5.
- Atividades Circuito da saúde, Anexo 26.
- Cartões – 5 mensagens. Preparar previamente, conforme modelo do Anexo 27.



1º MOMENTO

 30 min

- Resgate com os participantes sobre o conceito de saúde integral: A saúde é um estado de completo bem estar físico, mental e social (OMS).
- Recorde as informações sobre a Pirâmide alimentar, destacando a atividade física como elemento indispensável à saúde e qualidade de vida.
- Execute a música *Cabeça, ombro, joelho e pé* e convide o grupo para cantar e fazer a coreografia.
- Diga ao grupo que o movimento é essencial ao ser humano e que as próximas atividades serão realizadas ao ar livre.



2º MOMENTO

 60 min

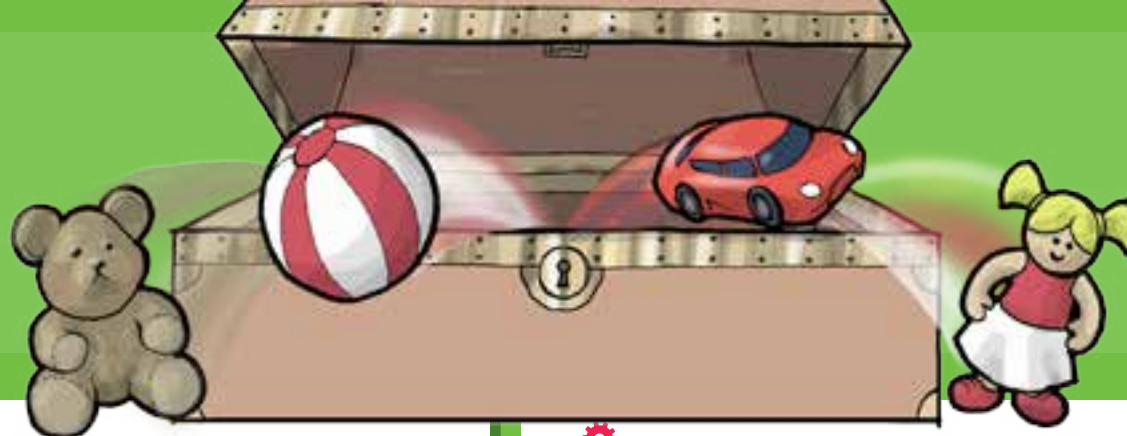
- Proponha ao grupo o desafio do Circuito da saúde. Trata-se de uma sequência de atividades físicas a ser desenvolvida em equipes. Descrição no Anexo 26.
- Forme cinco equipes, cuidando para que seja heterogênea.
- Peça que cada equipe escolha um nome criativo e uma forma de se caracterizar. Pode ser uma fita amarrada, um crachá, uma marca de tinta, etc.
- Registre o nome da equipe e dos componentes numa planilha para acompanhamento das atividades.
- Concluído o circuito, informe a equipe vencedora a partir do somatório dos pontos, celebre a vitória com todos e conduza uma seção de alongamentos e exercícios respiratórios simples, a fim de completar o ciclo de bem estar proporcionado pela atividade.
- Encerre perguntando aos participantes qual atividade mais gostaram.



AVALIAÇÃO

Avalie o grau de participação nas atividades; nível de sociabilidade manifestado nas atividades coletivas; condição físico-motora no decorrer das atividades; capacidade de atenção e concentração; capacidade de expressar ideias e sentimentos durante as participações individuais; disposição para obedecer a regras e comandos.

BAÚ DE BRINCADEIRAS



RECURSOS

- Aparelho de som.
- Músicas Brincadeiras, Anexo 28, de Elda Tamberi Soares e Odir Mendonça Leopoldo e
- O circo, de Sidney Miller.
- Fichas descritivas de brincadeiras infantis – 14 fichas, conforme Resumo informativo – Brincadeiras infantis, Anexo 29.
- Caixa com tampa - preparar previamente uma caixa com as fichas descritivas das brincadeiras, enroladas em canudos, amarrados com fitas.
- Lenços – 6 vermelhos e 6 verdes.
- Bolinhas de gude e giz.
- Peteca e raquetes – 1 jogo.
- Cinco Marias – 1 jogo.



1º MOMENTO



60 min

- *Converse com as crianças sobre a importância das brincadeiras e do movimento para o desenvolvimento saudável. Brincar diverte, mexe com o corpo, exercita a atenção e a concentração, trabalha a coordenação motora e a sociabilidade.*
- *Execute a música Brincadeiras, Anexo 28, e convide o grupo para ouvir e cantar junto.*
- *Pergunte às crianças quais são as suas brincadeiras prediletas. Peça que respondam por meio de mímica, enquanto o grupo tenta adivinhar qual é a brincadeira.*
- *Após todos terem se apresentado, converse com as crianças sobre a infinidade de brincadeiras inventadas para divertir e entreter as crianças no mundo todo. Comente que tem algumas brincadeiras que são muito antigas. Mais antigas que os avós.*
- *Mostre uma caixa fechada e diga que é uma caixa mágica. Ali estão guardadas memórias muito preciosas e cabe a cada um descobrir e fazer a magia funcionar.*
- *Organize as crianças sentadas em círculo e informe que para a mágica ter efeito é preciso música. Diga que vai colocar uma música, O circo, e que a caixa vai dançar de mão em mão. Quando a música parar, quem estiver com a caixa, abre, tira um canudo, desenrola o papel e... começa a magia lendo o que está escrito. Caso a criança ainda não leia, pode pedir ajuda para o educador.*
- *Mantenha a brincadeira enquanto perceber o interesse das crianças ou houver canudos na caixa.*
- *Encerre esse momento dizendo que agora que as brincadeiras foram libertadas pela magia da música e da leitura, é hora de dar vida a elas.*



2º MOMENTO



30 min

- *Encene para o grupo que havia ficado uma brincadeira no fundo da caixa. Era uma brincadeira tão antiga, mas tão antiga, que andava devagar e até estava se achando sem graça. Queria ser reinventada para ficar alegre e divertida como as demais.*
- *Mostre a ficha do Jogo da Velha e pergunte quem o conhece e já jogou. Aproxime as crianças e com a colaboração de quem já conhece, demonstre rapidamente como se joga.*
- *Pergunte: Como podemos dar vida ao Jogo da Velha? Ouça as crianças e proponha fazer o jogo vivo, sendo elas mesmas as marcações.*
- *Desenhe a tabela para o jogo, com o giz, no chão. De preferência ao ar livre. Cuide para que o tamanho da tabela permita a boa movimentação dos jogadores sobre ela.*
- *Forme duas equipes e identifique com os lenços vermelhos e verdes. Os jogadores irão se revezando nas rodadas.*
- *Explique as regras do jogo. Descrição no Anexo 29.*
- *Informe que serão feitas três rodadas e vence a equipe com melhor desempenho.*
- *Acompanhe a brincadeira, orientando quando necessário.*

SAÚDE INTEGRAL

Macrocampos secundários:

- Acompanhamento pedagógico – leitura e escrita
- Cultura e artes; Esportes e jogos

Público: crianças

Tempo estimado: 2h

Objetivos

- Aprender jogos e brincadeiras infantis que auxiliam no desenvolvimento saudável.
- Reconhecer na atividade física uma fonte de bem estar e prazer.
- Compreender o papel integrador do movimento na construção da identidade.
- Desenvolver atividades físicas adequadas à faixa etária.
- Cultivar a sociabilidade por meio de jogos e brincadeiras.



3º MOMENTO

 30 min

- Reúna as crianças e diga que para a magia das brincadeiras continuar existindo, é preciso brincar. As brincadeiras alegam o dia da gente. Fortalecem nosso corpo, desenvolvem nossa mente e ainda nos ajudam a fazer ou manter amigos.
- Informe que foram escolhidas algumas brincadeiras muito divertidas, para brincar em grupo: Bolinhas de gude; Peteca; Cinco Marias; Amarelinha e a Ciranda.
- Organize as brincadeiras e disponha o material para uso das crianças. Se houver dúvida em relação a alguma brincadeira, resgate a ficha da caixa mágica e faça a leitura com eles.
- Acompanhe e oriente as brincadeiras no que for necessário.



AValiação

Avalie o grau de participação nas atividades; o nível de sociabilidade manifestado nas atividades coletivas; a condição físico-motora no decorrer das atividades; a capacidade de atenção e concentração; a capacidade de expressar ideias e sentimentos durante as participações individuais; a disposição para obedecer a regras e comandos.



DICAS

- Promova debates e crie novas oficinas a partir das seguintes questões:
 - Qual é a brincadeira que me diverte?
 - Com que tipo de brincadeira faço mais amigos?
 - Tenho participado de brincadeiras que exigem movimento e espaço livre?
- Sugira às crianças que perguntem aos familiares adultos quais as suas brincadeiras prediletas e façam o registro descritivo, trazendo a brincadeira para a Caixa mágica.
- Pesquise, pelos meios ao alcance, que outras brincadeiras divertem as crianças pelo mundo.
- Visite parque ou praça, desenvolvendo brincadeiras ao ar livre, como ciranda, esconde-esconde ou peteca.
- Crie oficinas de confecção de brinquedos e jogos lúdico-pedagógicos a partir de materiais recicláveis.
- Crie, no espaço destinado ao AABB Comunidade, uma brinquedoteca, com materiais adquiridos pelos instituidores, angariados pela rede social de apoio e construídos pelos educadores, crianças, adolescentes e familiares, participantes do Programa.



REFERÊNCIAS

- A importância do brincar no desenvolvimento da criança. Disponível em: <http://aconversacompais.blogspot.com.br/2008/03/importancia-do-brincar-no.html>. Acesso em: 14/11/2012.
- A importância dos jogos e brincadeiras para o desenvolvimento infantil e para o processo de ensino-aprendizagem. Disponível em: http://www.fc.unesp.br/upload/camila_francisco.pdf. Acesso em: 14/11/2012.
- A brincadeira na educação infantil. Disponível em: http://www.ufscar.br/~defmh/spqmh/pdf/2009/iza_brincadeira.pdf?id=196. Acesso em: 14/11/2012.
- “Brincar” como agente promotor de saúde no desenvolvimento infantil. Disponível em: http://www.cfh.ufsc.br/~revista/rch42/RCH42_artigo_8.pdf. Acesso em: 14/11/2012.
- Brincar é coisa séria. Brincadeiras. (Elda Tamberi Soares e Odir Mendonça Leopoldo). Disponível em: <http://brincareparaaprender.blogspot.com.br/2012/11/essa-musica-retrata-um-pouco-das.html>. Acesso em: 21/11/2012.
- CUNHA, Nylse. Brincar e desenvolvimento infantil. Disponível em: <http://www.brinquedoteca.org.br/si/site/0018026/>. Acesso em: 21/11/2012.
- Letras.mus.br. O circo. (Sidney Miller). Disponível em: <http://letras.mus.br/nara-leao/128273/>. Acesso em: 14/11/2012.

PASSO E COMPASSO



RECURSOS

- Aparelho de som.
- Música *Desengonçada*, de Bia Bedran.
- Músicas populares e regionais de preferência do grupo.
- Jornais.
- Resumo informativo, *A dança e a saúde*, Anexo 30.



1º MOMENTO

 60 min

- *Forme um círculo com o grupo, coloque para tocar a música *Desengonçada*, e convide os participantes para cantar e fazer a coreografia.*
- *Promova um debate sobre a importância das atividades físicas para a saúde. Explique que o ritmo é um aspecto que merece atenção especial, sendo responsável pelo adequado desenvolvimento motor. Nesse sentido o exercício da dança traz, além desse aspecto, vantagens sociais, afetivas e culturais.*
- *Pergunte quem gosta de dançar e qual o ritmo preferido. Questione o que é necessário para dançar bem.*
- *Desafie os participantes para um exercício de dança.*
- *Organize os participantes em duplas. No espaço livre de uma sala distribua folhas de jornal pelo chão. Cada dupla fica em cima de uma folha. Coloque uma música popular regional e diga aos jovens para dançar. Não vale sair de cima do papel nem rasgá-lo. Se isso acontecer, o par sai da brincadeira. Vence quem cumprir o objetivo. Se alguém não quiser dançar por timidez, convide para ser juiz com você e observar se as regras estão sendo cumpridas. Uma maneira de incrementar a atividade é variar os ritmos musicais tocando músicas mais lentas e outras mais agitadas.*



2º MOMENTO

 60 min

- *Leia e debata com o grupo o texto *A dança e a saúde*, Anexo 30.*
- *Proponha aos participantes selecionar duas músicas, a partir das preferências expressas, e criar coreografias. Para execução da atividade, os jovens podem se agrupar livremente.*
- *Acompanhe a produção, intervindo quando necessário.*
- *Organize as apresentações e convide os demais participantes do Programa para prestigiar. As danças podem ser apresentadas às famílias na festa de encerramento do semestre.*



AValiação

Avalie o grau de participação nas atividades; o nível de sociabilidade manifestado nas atividades coletivas; a condição físico-motora no decorrer das atividades; a capacidade de atenção e concentração; a capacidade de expressar ideias e sentimentos durante as participações individuais.

FICAR OU NÃO FICAR?



RECURSOS

- Quadro e giz ou papel para cartaz.
- Caneta – 1 para cada educando.
- Mini cartazes: Concordo fortemente, Discordo fortemente, Concordo, e Discordo. Pincel atômico – cores variadas.
- Fita adesiva – 1 rolo.
- Resumo informativo – Saúde sexual e saúde reprodutiva, Anexo 31.



1º MOMENTO

 30 min

- *Inicie a oficina informando o tema e propondo a construção coletiva de um acordo para facilitar as discussões, a fim de que todos possam verbalizar livremente as suas opiniões, desenvolver a habilidade de ouvir e expor as ideias, além de exercitar a tolerância.*
- *Proporcione um ambiente aberto e respeitoso no qual os adolescentes possam se sentir à vontade para compartilhar e aprender sobre saúde sexual e reprodutiva.*
- *Com os participantes sentados em círculo, solicite que deem sugestões do que acham importante para o trabalho do grupo funcionar bem, a fim de que cada um possa expressar suas dúvidas, curiosidades, opiniões ou pontos de vista sem constrangimento ou receio. Por exemplo, não julgar; escutar o que os outros têm a dizer, sem interromper; respeitar as diferentes opiniões; ninguém é obrigado a falar, quando não quiser; o que é falado na oficina deve permanecer no grupo e não virar fofoca ou comentário maldoso, etc.*
- *Escreva as sugestões no quadro, discuta e peça para que o grupo vote nos itens que considerar mais importantes. As que representarem a vontade da maior parte do grupo devem ser copiadas em uma folha de cartaz e fixadas na parede. Passo opcional: Convide os participantes para assinarem embaixo do acordo, como se fosse um contrato.*
- *Reveja as regras tantas vezes quanto forem necessárias, especialmente antes da discussão dos temas mais delicados.*
- *Informe que nas atividades seguintes, serão discutidos diversos tópicos que afetam a vida diária dos adolescentes e o grupo terá a oportunidade de adquirir novas informações e perspectivas. Reforce que muitos têm experiências e opiniões diferentes e é importante se manter tão aberto e respeitoso quanto possível. Muitas vezes, são essas diferenças que enriquecem a discussão. As regras básicas estabelecidas no acordo coletivo são um passo inicial importante para garantir que a opinião e a contribuição de todos sejam respeitadas e que o tempo que passarem juntos seja significativo e produtivo.*



2º MOMENTO

 60 min

- *Peça aos participantes que digam rapidamente, o que lhes vier à cabeça, sem censura, quando escutam o termo saúde sexual. Escreva no quadro ou em um cartaz as respostas em forma de palavras-chave. Em seguida, faça o mesmo com o termo saúde reprodutiva.*
- *Leia o resultado em voz alta e, em seguida, explique em palavras simples o significado de saúde sexual e reprodutiva, a partir do Resumo informativo, Anexo 31, comparando-o com as respostas do grupo. Assegure-se de que os adolescentes entenderam as definições.*
- *Coloque os mini cartazes: Concordo fortemente, Discordo fortemente, Concordo, e Discordo, ao redor da sala, com espaço suficiente entre eles para que os participantes possam se aproximar.*
- *Leia em voz alta as seguintes frases, uma a uma, pedindo que os participantes se aproximem do cartaz que melhor representa sua opinião:*
 - *É mais fácil ser homem do que ser mulher.*

SAÚDE INTEGRAL

Macrocampos secundários:

- Acompanhamento pedagógico – leitura e escrita
- Direitos humanos e cidadania.

Público: adolescentes

Tempo estimado: 1h30

Objetivos

- Ampliar conhecimentos sobre sexualidade.
- Compreender a sexualidade como uma dimensão fundamental do desenvolvimento humano.
- Reconhecer as dimensões cultural e histórica como determinantes das características atribuídas ao masculino e feminino.
- Expressar sentimentos e desejos respeitando os sentimentos e desejos do outro.
- Adotar práticas responsáveis e seguras em relação à saúde sexual e reprodutiva.



- O planejamento familiar é responsabilidade da mulher.
- Um homem é mais homem se tiver muitas parceiras sexuais.
- O sexo é mais importante para os homens do que para as mulheres.
- Uma mulher que carrega preservativos na bolsa é uma mulher fácil.
- Os homens são mais inteligentes que as mulheres.
- A homossexualidade é natural e normal.
- Observe a movimentação, problematizando e mediando quando necessário.
- Explique aos participantes que a atividade foi elaborada para lhes dar uma compreensão geral das suas próprias atitudes e valores e também para desafiar-los e ajudá-los a repensar suas ideias atuais sobre questões de gênero.
- Promova um debate entre o grupo a respeito das questões propostas, fazendo as pontuações necessárias.
- Pergunte como os participantes se sentiram ao assumir os posicionamentos em relação ao tema.
- Encerre a atividade informando que o assunto será resgatado em atividades futuras.



DICAS

- Reflita com os educandos:
 - Como estamos lidando com a sexualidade?
 - Entendemos a saúde sexual e reprodutiva como uma dimensão importante da saúde integral?
 - Temos buscado informações corretas em fontes seguras, de forma a nos proteger de eventos indesejáveis?
 - O que determina nossas escolhas sexuais?
- Trabalhe a sequência de atividades propostas no manual **Trabalhando com mulheres jovens: empoderamento, cidadania e saúde**.
- Trabalhe a sequência de atividades propostas no Projeto **Saúde e Prevenção nas Escolas**.
- Articule com a rede social de apoio palestras sobre saúde e sexualidade direcionada aos jovens e familiares.



REFERÊNCIAS

- Adolescentes, jovens e educação em sexualidade - Um guia para ação. Disponível em: <http://www.promundo.org.br/manuais-para-trabalhar-com-jovens-e-adultos/> Acesso em: 16/11/2012.
- Envolvendo Rapazes e Homens na Transformação das Relações de Gênero: Manual de Atividades Educativas. <http://www.promundo.org.br> . Acesso em: 15/11/2012.
- Trabalhando com mulheres jovens: empoderamento, cidadania e saúde / Promundo; Salud e Gênero; ECOS; Instituto PAPAI; World Education – Rio de Janeiro: Promundo, 2008. Disponível em: <http://www.promundo.org.br/wp-content/uploads/2010/03/trabalhando-com-mulheres-jovens.pdf>. Acesso em: 15/11/2012.
- Ventura, Miriam. Direitos reprodutivos no Brasil. Fundo de População das Nações Unidas – UNFPA. 2004. Disponível em: http://www.unfpa.org.br/Arquivos/direitos_reprodutivos.pdf . Acesso em: 16/11/2012.
- Manual Trabalhando com mulheres jovens: empoderamento, cidadania e saúde, desenvolvido por: Promundo; Salud y Género; ECOS; Instituto PAPAI e World Education. Material disponível gratuitamente no site <http://www.promundo.org.br/wp-content/uploads/2010/03/trabalhando-com-mulheres-jovens.pdf>
- Projeto Saúde e Prevenção nas Escolas – Um Guia para utilização em sala de aula Disponível em: <http://www.aids.gov.br/publicacao/historias-em-quadrinhos-hq-spe>



AValiação

Avilie o entendimento sobre o tema em estudo por meio das perguntas e sínteses; a capacidade de expressar ideias e sentimentos durante as exposições individuais; a interação e a sociabilidade manifestada nas atividades coletivas.

A HISTÓRIA DE ~ JOÃO E MARIA



RECURSOS

- Aparelho de TV e DVD ou computador e projetor multimídia.
- Vídeo *Era uma vez outra Maria*, Sinopse dos vídeos, Anexo 32.
- Vídeo *Minha vida de João*, Sinopse dos vídeos, Anexo 32.



1º MOMENTO



15min

- Retome os objetivos e o acordo coletivo celebrado na oficina *Ficar ou não ficar*.
- Resgate o debate sobre saúde sexual e reprodutiva e as observações sobre a questão de gênero, desenvolvidos na oficina anterior.



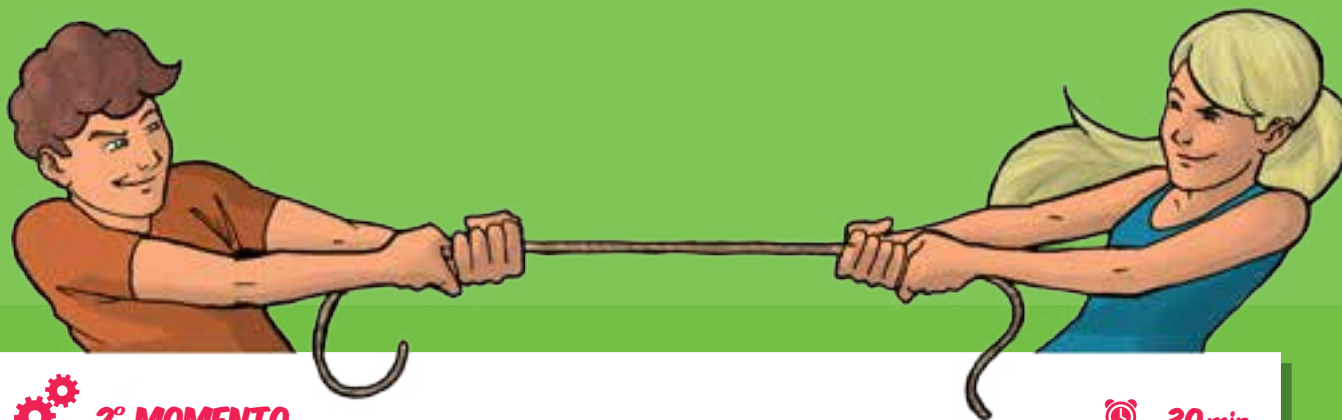
2º MOMENTO



75min

- Convide o grupo para uma sessão de Cinema. Informe que irão assistir a dois vídeos: *Minha vida de João* (23 min) e *Era uma vez outra Maria* (20 min).
 - *Minha vida de João* conta a história de um menino, mostrando os desafios que ele enfrenta ao longo de seu processo de crescimento para tornar-se homem em nossa sociedade: o machismo, a violência familiar, a homofobia, as dúvidas em relação à sexualidade, a primeira experiência sexual, a gravidez da namorada, uma doença sexualmente transmissível e a paternidade.
 - *Era uma vez outra Maria* apresenta experiências comuns na vida de mulheres jovens e aborda assuntos como saúde sexual e reprodutiva, violência, gravidez, maternidade e trabalho.
- Após os vídeos, apresente algumas questões para discussão:
 - O que o lápis significa na vida do João e da Maria? O que ele faz na vida da Maria? E na vida de João?
 - A Maria e o João reagem? Ela e ele lutam contra as imposições do lápis? Há momentos de transgressão?
 - Quais as diferenças e que tipos de comportamentos eram esperados dos personagens e como estas diferenças estão relacionadas aos papéis de gênero?
 - Maria inicialmente vê seu namorado como príncipe encantado – isso é comum entre as mulheres jovens? Como este ideal afeta os relacionamentos?
 - Uma amiga de Maria sofre violência sexual. O que ela faz depois que isso acontece? Para quem ela fala sobre o assunto?
 - Que opções e direitos uma mulher jovem tem em uma situação como esta?
 - Que expectativas e temores Maria enfrentou em sua primeira relação sexual? Ela demonstrou preocupação em relação à DSTs e HIV/AIDS?
 - Como foi a discussão entre ela e seu namorado sobre o uso de preservativo? Por que eles não usaram preservativos?
 - O João nasce agressivo ou se torna agressivo? Como isto vai acontecendo em sua vida?
 - Quais os modelos de ser homem e ser mulher João encontrou em sua vida?
 - Como os adultos interferiram na vida de João? Quais adultos faltaram?
- Conduza a atividade solicitando as percepções dos participantes e mediando as discussões.
- Pergunte se há alguma relação entre as situações encontradas nos vídeos e as experiências de vida dos participantes.
- Encerre a atividade sintetizando as ideias principais e chamando a atenção para a importância da informação e da atitude frente aos desafios.
- Informe que o tema será retomado na próxima oficina.

A BATALHA DOS SEXOS



RECURSOS

- Aparelho de som.
- Música *Pagu*, de Rita Lee.
- Música *Feminino e Masculino*, de Pepeu Gomes.
- Lápis ou caneta – 1 para cada educando.
- Cartolina ou folha para cartaz.
- Pincel atômico – diversas cores.
- Filipetas individuais com as questões: Sou feliz por ser homem porque...; Se eu fosse mulher, eu poderia...; Eu invejo as mulheres porque... – em número suficiente para os meninos.
- Filipetas individuais com as questões: Sou feliz por ser mulher porque...; Se eu fosse homem, eu poderia...; Eu invejo os homens porque... – em número suficiente para as meninas.
- Resumo informativo - Direitos reprodutivos e direitos sexuais, Anexo 33.



1º MOMENTO



15min

- Retome os objetivos e o acordo coletivo celebrado na oficina *Ficar ou não ficar*.
- Resgate as discussões feitas sobre saúde sexual e reprodutiva e sobre questões de gênero feitas nas oficinas anteriores.



2º MOMENTO



30min

- Coloque lápis ou caneta à disposição do grupo e informe que as próximas questões devem ser respondidas por escrito. Distribua as filipetas, conforme abaixo. Solicite leitura a cada rodada. Recolha ao final, organizando um painel criativo com auxílio do grupo.
 1. Meninos: Sou feliz por ser homem porque...
Meninas: Sou feliz por ser mulher porque...
 2. Meninos: Se eu fosse mulher, eu poderia...
Meninas: Se eu fosse homem, eu poderia...
 3. Meninos: Eu invejo as mulheres porque...
Meninas: Eu invejo os homens porque...
- Questione o grupo: Algumas das respostas foram iguais para os dois sexos? Foi mais fácil para os meninos ou para as meninas encontrar razões de serem felizes de ter o sexo que têm? Por que vocês acham que isso acontece? Como o conjunto de respostas de um sexo se compara ao conjunto de respostas do outro sexo? Os itens listados pelas meninas, que as deixam felizes por serem mulheres, coincidem com a lista dos meninos sobre as coisas que eles poderiam fazer se fossem mulheres, por exemplo?
- Leia para todos o texto *Direitos Reprodutivos e Direitos Sexuais*, Anexo 33.



3º MOMENTO



45min

- Coloque para tocar a música *Pagu*, de Rita Lee. Peça que os participantes prestem atenção à letra e promova um debate sobre o conteúdo, considerando as questões de gênero. Discuta, ainda, a questão do palavrão: como, quando, onde e por que se fala? Qual a diferença do uso do palavrão na linguagem oral e escrita.
- Divida a turma em dois grupos: meninos e meninas.
- Para os meninos, dê uma folha com os dizeres *Como homem, eu tenho de...*, e para as meninas, outra com os dizeres *Como mulher, eu tenho de...*
- Disponibilize aos grupos mesa de apoio e pincéis atômicos e peça para gerarem tantas maneiras de completar a frase quantas puderem, em dez minutos.
- Coloque para tocar a música *Feminino e Masculino*, de Pepeu Gomes e retome o debate sobre as questões de gênero.
- Entregue aos meninos uma folha com os dizeres *Como mulher, eu teria de...*, e para as meninas, outra com os dizeres *Como homem, eu teria de...* Troque as folhas, peça para que discutam e pensem nas perguntas de esclarecimento que gostariam de fazer ao outro grupo.

SAÚDE INTEGRAL

Macrocampos secundários:

- Acompanhamento pedagógico – leitura e escrita
- Direitos humanos e cidadania

Público: adolescentes

Tempo estimado: 1h30

Objetivos

- Ampliar conhecimentos sobre sexualidade.
- Compreender a sexualidade como uma dimensão fundamental do desenvolvimento humano.
- Reconhecer as dimensões cultural e histórica como determinantes das características atribuídas ao masculino e feminino.
- Expressar sentimentos e desejos respeitando os sentimentos e desejos do outro.
- Adotar práticas responsáveis e seguras em relação à saúde sexual e reprodutiva.
- Adotar práticas responsáveis e seguras em relação à saúde sexual e reprodutiva.
- Respeitar a diversidade da vida humana.



Depois de dez minutos, reúna os participantes e discuta até que ponto os homens e mulheres realmente têm de ser o que dizem, e até que ponto eles podem ter os privilégios que atribuíram ao outro sexo. Os cartazes ficam expostos com o painel da atividade anterior.

- Forme pares com os participantes, e peça que compartilhem o que aprenderam sobre si mesmos durante o exercício.
- Encerre a atividade comentando que há grandes diferenças entre homens e mulheres que afetam a nossa convivência, bem como a nossa saúde sexual e reprodutiva. Essas diferenças devem ser discutidas e celebradas, em vez de debatidas ou desafiadas. Nenhum gênero é melhor do que o outro. Essas diferenças estão baseadas em nossas experiências e a experiência de ninguém pode ser negada. Homens e mulheres deveriam criar espaços seguros para compartilharem essas diferenças e ajudar um ao outro a se entenderem. Tal entendimento levará a relacionamentos mais saudáveis e resultados de melhor saúde para os indivíduos, famílias e comunidades. Conclua explicando que tanto os homens quanto as mulheres são igualmente responsáveis pela contracepção, pelo uso constante do preservativo em todas as relações sexuais.



DICAS

- Reflita com os educandos:
 - Como estamos lidando com as diferenças de gênero, socialmente construídas e culturalmente modeladas?
 - A consciência dessas diferenças tem apontado para a riqueza da diversidade ou tem criado comportamentos discriminatórios e excludentes?
- Promova estudos e debates sobre as questões de gênero a partir da música, literatura e cinema. Sugestões abaixo:
- Músicas – Homem com H (Ney Matogrosso); Maria, Maria (Milton Nascimento); Mulheres de Atenas (Chico Buarque); Feijoada Completa (Chico Buarque); Eu gosto de mulher (Ultraje a Rigor); Zoraide (Ultraje a Rigor); Ah se eu fosse homem (Ultraje a Rigor); Tem pouca diferença (Durval Vieira); Amor e sexo (Rita Lee e Roberto de Carvalho); A mulher que virou homem (Elias Soares e Jackson do Pandeiro); Homem (Caetano Veloso); Ai que saudade da Amélia (Mário Lago); O lado quente do ser (Maria Bethânia).
- Filmes: Identidades, gênero e diversidade sexual (Ciências Sociais/UFRN); Billy Elliot (2000); Filadélfia (1993); Tudo sobre minha mãe (Pedro Almodovar).
- Textos: Mulher ao espelho (Cecília Meireles); Soneto do Corifeu e Para viver um grande amor (Vinícius de Moraes); Bom mesmo (Luis Fernando Veríssimo)



AValiação

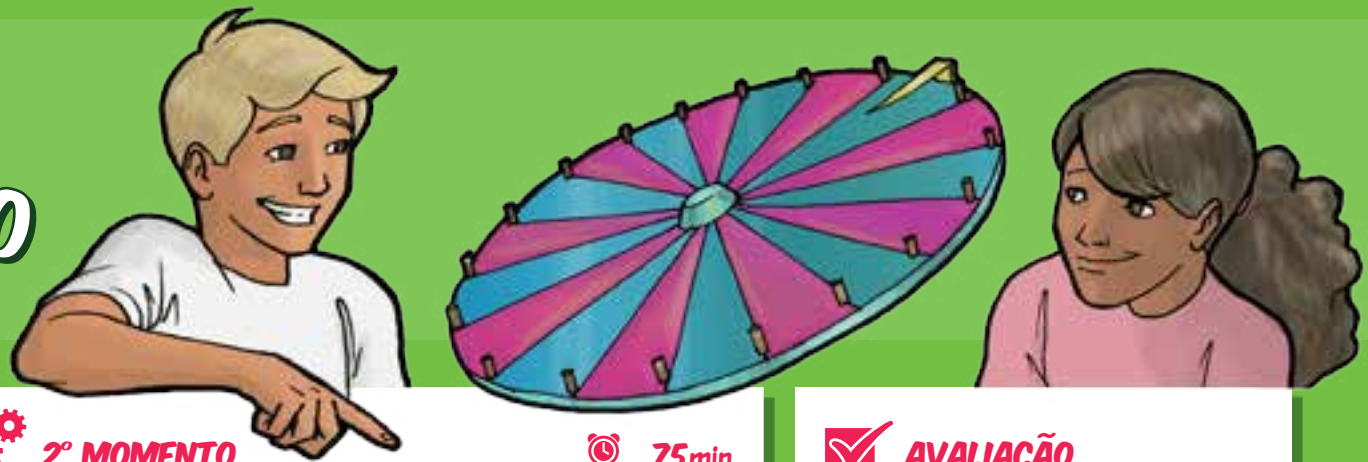
Avalie o entendimento sobre o tema em estudo por meio das perguntas e sínteses; a capacidade de expressar ideias e sentimentos durante as exposições individuais; a interação e a sociabilidade manifestada nas atividades coletivas.



REFERÊNCIAS

- GOUVEIA, Flávia. O posto do oposto: há uma crise dos gêneros na contemporaneidade? A questão da identidade no mundo de hoje. Luz, Revista Eletrônica da CPFL Cultura. Disponível em: <http://luz.cpfcultura.com.br/19>. Acesso em: 18/11/2012.
- Letras.mus.br. Pagu (Rita Lee). Disponível em: <http://letras.mus.br/rita-lee/81651/>. Acesso em: 18/11/2012.
- Letras.mus.br. Masculino e feminino. (Pepeu Gomes). Disponível em: <http://letras.mus.br/pepeu-gomes/128262/>. Acesso em: 18/11/2012.

O JOGO DO AMOR E DO SEXO



RECURSOS

- Jogo Roleta do Amor e do Sexo, Anexo 34.
- Tabuleiro e pião.
- Fichas de apostas – 50.
- Fichas desafio – 100.
- Gabarito e planilha de pontos, Anexo 34.



1º MOMENTO



15min

- *Retome os objetivos e o acordo coletivo celebrado na oficina Ficar ou não ficar.*
- *Resgate as discussões feitas sobre saúde sexual e reprodutiva e sobre questões de gênero feitas nas oficinas anteriores.*



2º MOMENTO



75min

- *Jogo Roleta do amor e do sexo. Trata-se de um jogo de tabuleiro cujo objetivo é a busca de uma maior compreensão sobre a saúde sexual e a saúde reprodutiva. As apostas simulam as experiências de cada um e a combinação entre os lances e os desafios a serem resolvidos constituem os aprendizados necessários. A descrição completa do jogo encontra-se no Anexo 34.*

Observação: Antes do jogo o educador poderá convidar um profissional da área de saúde para fazer uma palestra sobre o tema.

- *Leia para os adolescentes, após o jogo, o texto abaixo, sugerindo que complementem com outras observações.*

Sou adolescente. Estou vulnerável quando ...

... acho que nada vai acontecer comigo.

... não tenho alguém confiável para me ajudar quando preciso.

... faço qualquer coisa para ele ou ela gostar de mim.

... para transar faço qualquer coisa.

... tenho medo de mostrar o que sinto.

... não consigo pensar por conta própria.

... não sei como cuidar da minha saúde sexual.

... uso uma droga que me faz perder a cabeça.

... não sei me defender de situações violentas.

... não me responsabilizo pela minha vida sexual.

... não respeito a diversidade humana.



AVALIAÇÃO

Avalie o entendimento sobre o tema em estudo por meio das perguntas e sínteses; a capacidade de expressar ideias e sentimentos durante as exposições individuais; a interação e a sociabilidade manifestada nas atividades coletivas.

DIGA NÃO ÀS DROGAS



RECURSOS

- Faixas de cartolina com os títulos: (1) Drogas; (2) O que sabemos; (3) O que queremos saber; (4) O que aprendemos.
- Pincel atômico – diversas cores.
- Caneta ou lápis – 1 para cada educando.
- Fita adesiva – 1 rolo.
- Papel A4 – 1 folha para cada educando.
- Garrafa de bebida alcoólica vazia.
- Carteira de cigarros vazia.
- Material impresso de campanhas contra as drogas, tabaco e álcool (mídia impressa, postos de saúde e download no site do Observatório Brasileiro de Informações sobre Drogas.
- Resumo informativo - Drogas, Anexo 35.
- Debate - Anexo 36.
- Técnica do Juri Simulado - Anexo 37.



1º MOMENTO

 45min

- *Acolha os participantes e informe que o assunto para debate nessa oficina é o uso de álcool, tabaco e outras drogas.*
- *Fixe na parede as faixas de cartolina com os títulos: (1) Drogas, (2) O que sabemos, (3) O que queremos saber, (4) O que aprendemos, iniciando a composição de um painel.*
- *Forme três grupos e distribua, a cada um, uma folha grande de papel, respectivamente com as questões: (1) O que vem à cabeça de vocês diante da palavra Drogas? (2) O que são drogas e onde podem ser encontradas? (3) Quais são os riscos de se usar drogas?*
- *Explique que terão 10 minutos para discutir e escrever as respostas sobre a folha.*
- *Passado o prazo faça um rodízio das folhas entre os grupos. Repita este passo até que todos tenham tido a chance de discutir as três questões e registrar suas opiniões.*
- *Promova a leitura em voz alta de todas as respostas escritas nas folhas.*
- *Peça que fixem as folhas no painel, coluna correspondente ao O que sabemos.*
- *Promova um debate, a partir dos tópicos contidos no Anexo 36.*
- *Encerre o debate propondo aos participantes que, individualmente, formulem perguntas sobre o que gostariam de saber sobre drogas, álcool e tabagismo. Coloque à disposição papel A4 e pincéis. As questões serão colocadas no painel, sob o título O que queremos saber.*



2º MOMENTO

 30min

- *Apresente o material coletado sobre o tema e coloque à disposição dos participantes.*
- *Oriente para que se organizem em trios, para leitura, pesquisa e debate.*
- *Estimule a busca de resposta às questões elaboradas na atividade anterior.*
- *Incentive o rodízio do material de leitura, de forma que todos possam ter acesso às informações.*
- *Disponibilize papel A4 e pincel e peça que escrevam sinteticamente o que aprenderam na atividade. Colar no painel.*



3º MOMENTO

 45min

- *Proponha ao grupo o exercício de um júri simulado, Anexo 37, como forma de aprofundar o debate e ampliar o ponto de vista sobre drogas, álcool e tabaco. A técnica segue todos os passos de uma sessão do tribunal do júri.*



AVALIAÇÃO

Avalie o entendimento sobre o tema em estudo por meio das perguntas e sínteses; a capacidade de expressar ideias e sentimentos durante as exposições individuais; a interação e a sociabilidade manifestada nas atividades coletivas.

SAÚDE INTEGRAL

Macrocampos secundários:

- Acompanhamento pedagógico – leitura e escrita
- Direitos humanos e cidadania

Público: crianças e adolescentes

Tempo estimado: 2h

Objetivos

- Informar-se sobre os diferentes tipos de drogas.
- Discutir situações em que uma pessoa costuma usar drogas e as consequências deste uso para a sua vida.
- Identificar os efeitos físicos, mentais, emocionais e comportamentais do uso de drogas, álcool e tabaco.
- Conhecer situações nas quais o consumo de drogas e álcool aumenta o risco de doenças sexualmente transmissíveis.
- Fortalecer a autoproteção quanto ao uso de substâncias nocivas à saúde.
- Manter atitudes de autocontrole diante da pressão dos colegas.
- Adotar comportamentos sociais saudáveis.

DICAS

- Reflita com os educandos:
 - Qual a relação da família com o uso de drogas?
 - Como saber se há uso de drogas entre os familiares ou grupo de amigos?
 - O que devemos fazer quando há convivência com um alcoólico?
 - Como lidar com o comportamento agressivo do alcoólico ou do adicto?
 - Filhos de alcoólicos ou adictos ficam comprometidos e precisam de ajuda?
 - Há possibilidade de conviver bem com um alcoólico ou adicto?
- Debata a dependência de drogas a partir de filmes, Anexo 38.

REFERÊNCIAS

- ANDREOLA, Balduino A. Dinâmica de Grupo – Jogo da Vida e Didática do Futuro. 15ª. ed. Petrópolis: Vozes, 1998.
- Brasil. Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas (SENAD). Drogas: cartilha álcool e jovens / Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas; conteúdo e texto original : Beatriz H. Carlini. - 2.ed. reimpr. Brasília : Ministério da Justiça, Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas, 2011. Disponível em: <http://www.obid.senad.gov.br/> Acesso em: 19/11/2012.
- Brasil. Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas (SENAD). Drogas: cartilha para educadores / Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas (SENAD); conteúdo e texto original: Beatriz H. Carlini. - 2. ed., reimpr. – Brasília : Ministério da Justiça, Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas, 2011. Disponível em: <http://www.obid.senad.gov.br/> Acesso em: 19/11/2012.
- Brasil. Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas. Drogas: cartilha mudando comportamentos / Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas ; conteúdo e texto original : Beatriz H. Carlini.- 2.ed. reimpr. Brasília : Ministério da Justiça , Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas, 2011. Disponível em: <http://www.obid.senad.gov.br/> Acesso em: 19/11/2012.
- Brasil. Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas. Drogas: cartilha para pais de crianças / Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas ; conteúdo e texto original : Beatriz H. Carlini.- 2.ed. reimpr. Brasília : Ministério da Justiça, Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas, 2011. Disponível em: <http://www.obid.senad.gov.br/> Acesso em: 19/11/2012.
- Brasil. Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas (SENAD). Drogas: cartilha sobre maconha, cocaína e inalantes / Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas (SENAD); conteúdo e texto original: Beatriz H. Carlini. - 2. ed., reimpr. – Brasília: Ministério da Justiça, Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas, 2011. Disponível em: <http://www.obid.senad.gov.br/> Acesso em: 19/11/2012.
- Brasil. Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas (SENAD). Drogas: cartilha sobre tabaco / Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas (SENAD); conteúdo e texto original: Beatriz H. Carlini. - 2. ed., reimpr. – Brasília : Ministério da Justiça, Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas, 2011. Disponível em: <http://www.obid.senad.gov.br/> Acesso em: 19/11/2012.
- Brasil. Presidência da República. Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas. Drogas : cartilha para pais de adolescentes / Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas. - Brasília : Presidência da República, Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas, 2010. Disponível em: <http://www.obid.senad.gov.br/> Acesso em: 19/11/2012.
- Legislação e políticas públicas sobre drogas no Brasil. Brasília: Ministério da Justiça, Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas, 2011. 106 p. Disponível em: <http://www.obid.senad.gov.br/> Acesso em: 19/11/2012.
- Observatório Brasileiro de Informações sobre Drogas - <http://www.obid.senad.gov.br/portais/OBID/index.php> Acesso em: 19/11/2012.)

DIGA SIM À VIDA



RECURSOS

- Cartolina ou folha para cartaz.
- Papel A4 – 1 folha para cada educando.
- Pincel atômico – diversas cores.
- Caneta – 1 para cada educando.
- Fita adesiva – 1 rolo.
- Material de sucata.
- Filipetas individuais: (1) Drogas, (2) Fato, (3) Boato, afirmativas do texto (1 a 14), Anexo 39.
- Texto Drogas, fatos e boatos, Anexo 39 – 1 cópia para cada participante.



1º MOMENTO

- *Acolha os participantes, peça que sentem-se em círculo e procurem lembrar-se das campanhas sobre drogas. Quem se lembrar, relata para o grupo.*
- *Registre as memórias em um cartaz e analise, com o grupo, cada uma delas, perguntando se acham que a campanha funciona para adolescentes e jovens.*
- *Forme quatro grupos e proponha que cada um deles crie uma campanha para a redução do uso de drogas voltada para adolescentes e jovens. Informe que cada campanha terá como foco um tipo de mídia: 1. Televisão; 2. Rádio; 3. Jornais e revistas; e 4. Internet.*
- *Disponibilize material e converse com cada grupo sobre a atividade.*
- *Diga que as campanhas deverão reforçar os fatores de proteção, ou seja, aqueles que protegem as pessoas de situações que poderão agredi-las física, psíquica ou socialmente, garantindo um desenvolvimento saudável.*
- *Destine 30 min para a elaboração do trabalho e 5 min para apresentação.*
- *Após as apresentações inicie o debate, considerando que:*
 - *Embora o consumo de drogas psicotrópicas não seja exclusivo de adolescentes e jovens, é nessa fase que as pessoas realizam mais experiências, já que estão descobrindo*



60 min

- conhecimentos, emoções e valores, construindo padrões de vida e estão, por isso, mais vulneráveis.*
- *É praticamente inevitável que adolescentes e jovens tenham acesso a drogas lícitas e ilícitas, pois o enfoque na redução de danos, em oposição à guerra às drogas, sustenta-se como mais realista, uma vez que não é possível eliminar substâncias psicoativas da sociedade.*
- *Uma postura baseada no diálogo e nos direitos humanos, evitando o autoritarismo, a hipocrisia e a visão preconceituosa sobre o uso de drogas, terá mais possibilidade de ser aceita e de levar adolescentes e jovens a refletir sobre suas decisões e, conseqüentemente, seus comportamentos.*
- *Finalize a atividade perguntando se seria viável fazer uma campanha na escola que frequentam e como poderiam fazer isso.*
- *Anote as sugestões no quadro e sugira que proponham aos educadores de suas escolas ações sobre o uso de drogas que tenham como base o reforço dos fatores protetores e a qualidade de vida.*



2º MOMENTO

- *Inicie a composição de um painel sobre a parede com as filipetas: (1) Drogas; (2) Fato; (3) Boato.*
- *Distribua as filipetas do texto Drogas, fatos e boatos para que os participantes, em duplas ou individualmente, analisem se a questão é fato ou boato.*



45 min

- *Em seguida, fixe as questões no painel, na coluna correspondente.*
- *Distribua o texto completo e faça uma leitura comentada.*
- *Peça que revisem as frases no painel, reposicionando-as, se necessário.*

SAÚDE INTEGRAL

Macrocampos secundários:

- Acompanhamento pedagógico – leitura e escrita
- Cultura e artes; Direitos humanos e cidadania

Público: crianças, adolescentes e educandos das escolas atendidas pelo Programa

Tempo estimado: 2h30

Objetivos

- Elaborar, criativamente, propostas de prevenção ao uso de drogas, álcool e tabaco, baseadas no fortalecimento dos fatores de proteção.
- Identificar mitos e verdades a respeito das drogas mais utilizadas pela camada jovem da população.
- Assumir atitudes seguras e saudáveis diante do apelo ao uso de drogas.



3º MOMENTO

- Proponha aos participantes um exercício teatral de dublagem em que terão como desafio integrar a fala com o movimento. Os esquetes terão como tema a prevenção ao uso de álcool, drogas e tabaco.
- Forme quatro grupos: dois grupos (A e B) trabalharão com os movimentos na improvisação de uma cena muda e os outros dois (C e D) criarão o som.
- Oriente a parceria entre os grupos: A com C; B com D.

Observação: Os responsáveis pelas falas ficam de frente para os que farão os movimentos, para poder observar melhor e improvisar a fala adequadamente. Na rodada seguinte, inverta os papéis entre os grupos ou a atividade, fazendo com que as falas deem origem aos movimentos (isso facilitaria para as crianças menores).

- Conclua comentando com os participantes que embora o uso de drogas

seja muito divulgado nos meios de comunicação, na realidade a grande maioria das pessoas NÃO USA drogas ilícitas. Temos uma falsa noção e achamos que todo mundo as consome e não queremos ficar de fora. Mesmo entre os que consomem álcool, a grande maioria não é dependente nem costuma beber exageradamente. As campanhas e trabalhos de conscientização são importantes, pois muitas pessoas deixam de fumar ao saber dos problemas causados pelo cigarro. No caso do álcool, ainda há muita gente que ignora que se trata de uma droga e que o seu consumo exagerado causa muitos problemas. Dizer SIM à vida significa estar receptivo ao que o mundo nos proporciona de bom e prazeroso, ser capaz de vencer as pressões negativas da massificação, do consumismo, da corrupção e da violência. (Retirado do Projeto Diga sim à vida, do Ministério da Justiça)



45min



AVALIAÇÃO

Avalie o entendimento sobre o tema em estudo por meio das perguntas e sínteses; a capacidade de expressar ideias e sentimentos durante as exposições individuais; a interação e a sociabilidade manifestada nas atividades coletivas.



DICAS

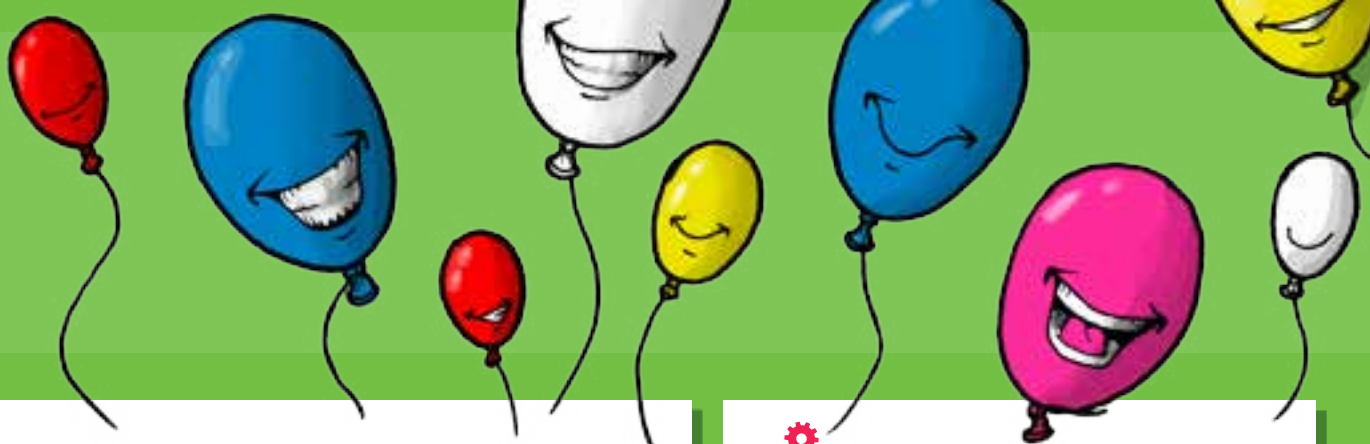
- Reflita com os educandos:
 - É possível prevenir sem reprimir?
 - Quais os benefícios de uma conversa franca e aberta sobre drogas entre os pais ou educadores e os adolescentes?
 - A conversa entre pares teria um melhor efeito?
 - O que fazer para ajudar a prevenir o abuso de drogas entre os jovens?
- Incentive os jovens do AABB Comunidade, a atuarem como multiplicadores de temas como sexualidade, prevenção de drogas e consumo sustentável, em seus contextos, especialmente junto à escola, espaço privilegiado para reflexão e formação de consciência. Facilitar essa integração, articulando com as direções das escolas, o desenvolvimento de atividades sob a condução dos jovens, apoiados pelos educadores.



REFERÊNCIAS

- Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de DST, AIDS e Hepatites Virais. Adolescentes e jovens para a educação entre pares: álcool e outras drogas / Ministério da Educação. Secretaria de Educação Básica – Brasília : Ministério da Saúde, 2011. Disponível em: www.aids.gov.br Acesso em: 22/11/2012.
- Livreto Informativo sobre drogas psicotrópicas. Disponível em: www.obid.senad.gov.br. Acesso em: 21/11/2012.
- REVERBEL, Olga. Jogos Teatrais na Escola – Atividades Globais de Expressão. 3ª. Ed. São Paulo: Scipione, 1996.

RIR É O MELHOR REMÉDIO



RECURSOS

- Balões e ornamentação de festa infantil: nariz de palhaço, chapéu, língua de sogra, etc.(opcional);
- Aparelho de som;
- Música *Rir é o melhor remédio*, da Xuxa.
- Papel A4 e caneta.
- Resumo informativo - *Rir é o melhor remédio*, Anexo 40.



1º MOMENTO

 45min

- *Receba o grupo em uma sala ornamentada com balões.*
- *Execute a música *Rir é o melhor remédio*, e convide-os para cantar e brincar junto.*
- *Converse com o grupo sobre a importância da alegria e do riso para as pessoas se sentirem bem, e como uma atitude alto astral faz a diferença em momentos de maior dificuldade.*
- *Forme quatro grupos, distribua papel e caneta e peça que listem as cinco coisas que os fazem mais felizes.*
- *Oriente a apresentação e questione sobre como conquistar o que foi listado.*
- *Conclua a atividade comentando que, independente das coisas externas que podem nos fazer felizes, o mais importante é estar bem consigo mesmo. Isso tem relação direta com a saúde. O riso é o melhor remédio no combate a diversas doenças. Há evidências de que as defesas do organismo aumentam por meio do riso. A alegria e o riso ajudam os mecanismos naturais de autocura. O riso traz uma sensação de bem-estar ao nosso corpo e acalma a nossa mente.*
- *Entregue a cada pessoa do grupo uma folha com a frase: o que você faria se... e peça que completem. (Ex.: "... fosse o Ronaldo"; "...encontrasse um leão"; "...ganhasse um livro"; "...tirasse na Mega Sena").*
- *Recolha as folhas e distribua aleatoriamente.*
- *Cada um responde, no verso da folha, o que faria, trocando em seguida a sua folha com outro colega.*
- *Um lê a pergunta que está no seu papel e o que está à direita lê a resposta do seu próprio papel, provocando coincidências e boas risadas.*
- *A brincadeira continua assim sucessivamente até todos terem lido e respondido.*



2º MOMENTO

 45min

- *Pergunte aos participantes qual foi a história mais engraçada que já viveram.*
- *Promova uma rodada de relatos.*
- *Com os participantes sentados em círculo, proponha a criação de uma história coletiva engraçada. A história precisa ter sequência lógica e pode ser construída com palavras ou mímica. Alguém da roda inicia e, aleatoriamente, os demais irão dando sequência, falando ou fazendo mímica. Incentive a criação, explorando toda a força cênica, participando nos eventuais hiatos da elaboração, ou quando perceber que a participação é importante.*
- *Desafie o grupo a registrar a história por escrito.*
- *Convide dois ou três para fazer a leitura. Comente que, embora se trate da mesma história, cada um a percebe a sua maneira.*
- *Aproveite a sala ornamentada para celebrar os aniversários do período, as conquistas do grupo, ou, simplesmente, a vida.*

SAÚDE INTEGRAL

Macrocampos secundários:

- Acompanhamento pedagógico – leitura e escrita
- Cultura e artes

Público: crianças e adolescentes

Tempo estimado: 1h30

Objetivos

- Identificar atividades saudáveis e prazerosas que produzam o riso e o bom humor.
- Compreender a relação entre a saúde orgânica e o bem-estar emocional.
- Atribuir ao riso e ao bom humor um papel significativo na qualidade de vida e na saúde.



AVALIAÇÃO

Avalie o entendimento sobre o tema em estudo por meio das perguntas e sínteses; a capacidade de expressar ideias e sentimentos durante as exposições individuais; a interação e a sociabilidade manifestada nas atividades coletivas.



DICAS

- Sugira os testes on line para os adolescentes. Requer computador com acesso à internet.
 - Teste os usos do seu humor. Qual é o seu tipo predominante de humor? Corrosivo, Agregador, Autodepreciativo ou De bem com a vida? Disponível em: <http://veja.abril.com.br/blog/testes/personalidade/teste-os-usos-do-seu-humor/> Acesso em: 23/11/2012.
 - Você é uma pessoa bem humorada? - Teste seu grau de bom humor. Disponível em: <http://www.artigonal.com/relacoes-amorosas-artigos/voce-e-uma-pessoa-bem-humorada-teste-seu-grau-de-bom-humor-547639.html> Acesso em: 23/11/2012.
- Reflita com os educandos:
 - Quais as repercussões fisiológicas do bom humor?
 - Como estabelecer a terapia do bom humor nos cuidados em saúde?
 - Qual a importância do bom humor na formação de uma rede de relacionamentos?
 - Como lidar com o próprio mau humor e o dos outros?
- Institua no Programa AABB Comunidade o momento da risoterapia, onde, periodicamente, o grupo participará de contação de casos engraçados, campeonato de piadas, mágicas, dramatizações, brincadeiras, música ou dança, com o objetivo de cultivar o riso e o bom humor.



REFERÊNCIAS

- ABREU, Gabriela Rebouças F. A terapia do (bom) humor nos processos de cuidado em saúde. Revista Baiana de Enfermagem, Salvador, v. 25, n. 1, p. 69-74, jan./abr. 2011. Disponível em: www.portalseer.ufba.br/index.php/enfermagem/article/. Acesso em: 21/11/2012.
- CERQUETANI, Samantha. Risoterapia: alegria que transforma. Disponível em: <http://revistavivasaude.uol.com.br/saude-nutricao/104/risoterapia-alegria-que-transforma-dar-risadas-pode-aumentar-as-242753-1.asp>. Edição 115. Acesso em: 22/11/2012.
- Letras.mus.br. Rir é o melhor remédio. Disponível em: <http://letras.mus.br/xuxa/268642/>. Acesso em: 21/11/2011.
- PEIXOTO, Fábio. O bom humor faz bem para saúde. Disponível em: <http://super.abril.com.br/saude/bom-humor-faz-bem-saude-441550.shtml>. Acesso em: 21/11/2012.
- TEIXEIRA, Ricardo A. Humor tem tudo a ver com saúde. Fev. 2009. Disponível em: <http://www.icbneuro.com.br/> Acesso em: 21/11/2011.
- TRUCOM, Conceição. O Impacto do Bom Humor sobre a Saúde. <http://somostodosum.ig.com.br/> Acesso em: 21/11/2012.
- FRITZEN, Silvino José. Jogos Dirigidos para grupos, recreação e aulas de educação física. Petrópolis: Vozes, 1987.

QUEM CANTA SEUS MALES ESPANTA



RECURSOS

- Aparelho de som.
- Música Contra Dengue, do CD Cantigas da Saúde (Site Anvisa).
- Música Cuidado com a dengue, do Fylé do Barretão.
- Instrumentos de percussão: chocalho, pandeiro, caixa de fósforos, etc.
- Cartolina ou papel para cartaz.
- Papel A4 – 1 folha para cada educando.
- Caneta – 1 para cada educando.
- Pincel atômico – diversas cores.
- Fita adesiva – 1 rolo.
- Resumo informativo – Benefícios da música para a saúde, Anexo 41.



1º MOMENTO



60 min

- Com o grupo reunido inicie uma conversa sobre ritmos, cantos, músicas e preferências musicais.
- Pergunte o que eles entendem por *Quem canta, seu males espanta*.
- Explique que a música, assim como a dança, está entre as mais antigas expressões artísticas da humanidade. Cantar e dançar faz bem ao corpo e à mente, trazendo benefícios inquestionáveis à saúde.
- Pergunte aos educandos quais são os ritmos e as músicas preferidas do grupo. Anote as respostas em cartaz. Uma coluna para ritmos e outra para músicas.
- Questione se é possível criar outras letras para as músicas que gostam (paródias), ou associar letras aos ritmos preferidos.
- Dê exemplos de paródia colocando para tocar as músicas *Contra Dengue* e *Cuidado com a dengue*.
- Forme quatro grupos e proponha a criação de paródias sobre os temas trabalhados nas oficinas de saúde, como : saúde e direitos, alimentação saudável, higiene e saúde, vacinas, saúde bucal, vida e saúde, prevenção às drogas, dança e saúde, educação sexual, prevenção de acidentes, brincadeira e saúde, etc. Cada grupo pode escolher até dois temas.
- Acompanhe a produção, auxiliando quando necessário.



2º MOMENTO



60 min

- Organize a apresentação musical, convidando os educadores e demais participantes do Programa para prestigiar.
- Informe que os apresentadores terão entre 5 e 10 minutos por música.
- Após a apresentação, pergunte aos participantes da oficina como se sentiram durante o processo, quais os ganhos obtidos com as produções e, se no entendimento deles, esses resultados trariam algum impacto para a saúde, compreendida como um estado completo de bem estar físico, mental e social.
- Encerre a atividade cumprimentando o grupo e comentando sobre a importância da música e do canto como estímulo ao convívio social, ao desenvolvimento do potencial criativo, a conquista do bem estar e do prazer e os consequentes benefícios à saúde.

LIVRO NA MÃO, SAÚDE EM AÇÃO



RECURSOS

- Papel A4 – 1 para cada educando.
- Caneta – 1 para cada educando.
- Cartões para a dinâmica **Juntando os pedaços**, Anexo 42 – organizar previamente, de modo que cada texto esteja dividido em quatro partes ou em quantidade adaptada ao número de participantes.
- Publicações com diversos gêneros textuais para leitura (livros, revistas, jornais, gibis, cordel, etc.).
- Resumo informativo – Benefícios da leitura para a saúde, Anexo 43.



1º MOMENTO

 30 min

- *Reúna os participantes e peça que cada um pegue um cartão de dentro da caixa preparada para a dinâmica **Juntando os pedaços**. Cada um lê o que está escrito em seu cartão e, em seguida, proponha que andem pela sala e procurem, junto aos demais, os pedaços que faltam para completar o sentido.*
- *Com os grupos organizados, oriente para que conversem sobre o significado do texto que tem às mãos. Abra para dois ou três grupos socializarem as impressões.*
- *Pergunte aos participantes o que foi preciso para resolver o desafio e como se sentiram durante a atividade.*
- *Assegure que questões como: observação, atenção, comunicação, domínio de leitura e memória (conhecimento prévio), elaboração e seleção de hipóteses sejam contempladas.*
- *Encerre a atividade comentando que hoje em dia ouvimos falar bastante sobre a importância de se caminhar, correr e praticar atividades físicas, mas esquecemos de frisar o quanto é importante exercitar a mente. A leitura é importante exercício para a cabeça que deve começar desde a infância, quando é exercitada a criatividade e a imaginação.*



2º MOMENTO

 15 min

- *Com o grupo em pé e em círculo, solicite um voluntário e peça que se retire da sala.*
- *Em conjunto com os demais participantes escolha um líder para o grupo.*
- *Convide o voluntário a entrar na sala e dentro do círculo.*
- *O líder irá comandar gestos (bater palmas, coçar a cabeça, balançar as pernas, etc.), e deverá ser imitado por todo o grupo, que deve estar prestando atenção discretamente ao líder. Quando o líder mudar de movimento, o grupo o acompanha. A função do voluntário é descobrir quem é o líder dentro do grupo.*



3º MOMENTO

 45 min

- *Organize um varal literário, com diversos materiais de leitura adequada ao perfil dos participantes, contendo diferentes gêneros textuais (livros, revistas, jornais, gibis, cordel, etc.).*
- *Peça aos grupos que escolham um material de sua preferência.*
- *Destine um tempo para a leitura e depois peça que os grupos escolham uma forma criativa de socializar o que foi lido com os demais colegas.*
- *Coordene a seção de leituras criativas, apoiando quando necessário.*

SAÚDE INTEGRAL

Macrocampos secundários:

- Acompanhamento pedagógico – leitura e escrita
- Cultura e artes

Público: crianças e adolescentes

Tempo estimado: 1h30

Objetivos

- Relacionar o exercício da mente com a manutenção da saúde integral.
- Identificar na leitura uma atividade intelectual atraente e prazerosa.
- Cultivar o hábito de leitura como estratégia de saúde.
- Exercitar a atenção, a concentração, a memorização e a imaginação criativa, por meio da leitura.



Encerre a atividade lendo para o grupo: O único limite para a ampliação da leitura é a imaginação do leitor; é ele mesmo quem constrói as imagens acerca do que está lendo. Por isso, ela se revela como uma atividade extremamente frutífera e prazerosa. Por meio dela, além de adquirirmos mais conhecimentos e cultura - o que nos fornece maior capacidade de diálogo e nos prepara melhor para as exigências da vida, experimentamos novas experiências, ao conhecermos mais do mundo em que vivemos e também sobre nós mesmos, já que ela nos leva à reflexão. E refletir, sabemos, é o que nos permite abrir as portas da percepção. Quando movido por curiosidade, pelo desejo de crescer, o homem se renova constantemente, tornando-se cada dia mais apto a estar no mundo, capaz de compreender até as entrelinhas daquilo que ouve e vê, do sistema em que está inserido. Assim, tem ampliada sua visão de mundo e seu horizonte de expectativas. Desse modo, a leitura se configura como um poderoso e essencial instrumento libertário para a sobrevivência do homem.



AValiação

Avalie o entendimento sobre o tema em estudo por meio das perguntas e sínteses; a capacidade de expressar ideias e sentimentos durante as exposições individuais; a interação e a sociabilidade manifestada nas atividades coletivas.



DICAS

- Reflita sobre:
 - Quais os desafios na formação de leitores?
 - Quais as contribuições do hábito de leitura para a saúde do indivíduo?
- Incentive a utilização das bibliotecas das escolas onde estão matriculados os participantes do Programa, articulando com as direções um projeto de incentivo à leitura.
- Crie o projeto da sacola literária, viabilizando com a rede social de apoio a formação de um banco de leitura (uma biblioteca mínima) de onde os participantes do Programa possam retirar livros ou revistas e levar para casa, revezando periodicamente.
- Institua no planejamento pedagógico a Hora do conto, com periodicidade semanal ou quinzenal, capacitando educadores para a condução ou, articulando a participação de voluntários.



REFERÊNCIAS

- A Importância da Leitura. Disponível em: <http://www.colegiosantamaria.com.br/santamaria/aprenda-mais/artigos/>. Acesso em: 24/11/2012. CARDOSO, Giane Carrera. PELOZO, Rita de Cássia Borguetti.
- A importância da leitura na formação do indivíduo. Revista Científica Eletrônica de Pedagogia. Ano V – Número 09 – Janeiro de 2007 – Periódicos Semestral. Disponível em: <http://www.revista.inf.br/pedagogia09/pages/artigos/edic09-anov-art03.pdf>. Acesso em: 24/11/2012.
- BOTSARIS, Alex. Biblioterapia: Por que hábito de leitura faz bem à saúde. In Medicina Complementar - Dicas para sua saúde integral. Disponível em: <http://www2.uol.com.br/vyaestelar/biblioterapia.htm>. Acesso em: 24/11/2012.
- A Importância da Leitura. Disponível em: <http://www.colegiosantamaria.com.br/santamaria/aprenda-mais/artigos/> Acesso em: 24/11/2012.

AFETOTERAPIA



RECURSOS

- Aparelho de som.
- Música *Direito da Criança*, de Mara Maravilha.
- Caneta – 1 para cada educando.
- Papel A4 – 1 folha para cada educando.
- Fita adesiva – 1 rolo.
- Frases para a Dinâmica *Diversidade e direitos: Eu e os outros*, Anexo 44 – 25 frases.
- Resumo informativo – *Afetividade*, Anexo 45.



1º MOMENTO

 40 min

- *Acolha os participantes e acomode-os sentados em círculo.*
- *Distribua papel e caneta e peça que façam uma autodescrição sucinta, por escrito, identificando com o nome ao final.*
- *Recolha os papéis e peça que voltem as cadeiras para fora, mantendo a formação, de modo a ficarem com as costas para o centro e o rosto para fora do círculo.*
- *Redistribua os papéis e peça que alguém comece, lendo a descrição da pessoa, cujo papel está em suas mãos, sem identificá-la pelo nome.*
- *O participante que adivinhar a quem se refere a descrição, poderá dizê-lo em voz alta. Havendo acerto, quem adivinhou levanta e dá um abraço no revelado e prossegue a atividade.*
- *Se, após algumas tentativas, ninguém adivinhar de quem se trata, sem revelar o nome, a atividade prossegue.*
- *Ao final, quando todos tiverem lido as descrições e restarem identificações a fazer, um a um, lê o nome do seu descrito, levanta e o abraça.*
- *Encerre a atividade conversando com o grupo sobre a importância de conhecer um ao outro para uma vida em grupo.*



2º MOMENTO

 40 min

- *Prepare as frases, previamente, em pequenos pedaços de papel, em número suficiente para cada participante.*
- *Peça que os participantes se sentem em círculo e com os olhos fechados.*
- *Explique que será colocada uma folha de papel em suas mãos com uma frase escrita. A um sinal dado, deverão abrir os olhos, ler a frase recebida sem comentar nada e refletir sobre o que eles fariam se estivessem naquela situação.*
- *Peça a cada um que pegue um pedaço de fita adesiva, cole o papel sobre o peito e ande devagar pela sala com o papel colado, lendo as frases dos outros, mas sem falar. Incentive a observação serena e o respeito para com as diferenças.*
- *Peça aos participantes que voltem ao círculo e sentem. Explique que cada um deve inventar uma história que tenha a ver com a frase que recebeu – uma história que fale sobre a condição ou realidade sugerida pela frase. Dê algum tempo para a elaboração.*
- *Pergunte se há algum voluntário para começar. Então, aleatoriamente, permita que quatro ou cinco participantes do círculo, contem a sua história. A critério do educador e havendo tempo, todos podem apresentar-se.*
- *Feitos os relatos, discuta com o grupo as questões a seguir: Você conhece alguém com uma situação semelhante à descrita no papel? Como foi para você, viver esse personagem? Como se sentiu?*
- *Conclua a atividade comentando que todas as pessoas têm o direito de serem respeitadas. Julgar uma pessoa sem realmente conhecê-la ou as razões para que esteja em uma determinada situação, leva a discriminação. É importante lutar contra a discriminação em nossa sociedade, porque é isto que leva pessoas a serem tratadas de maneira injusta ou a sofrerem violência física ou emocional. Cada um de nós enfrenta dificuldades que são pouco compreendidas por outras pessoas. Cada um de nós vive experiências e desafios únicos e merece ser tratado com respeito e dignidade. A cordialidade e a afetividade tem relação direta com a saúde, se a compreendemos como o estado completo de bem estar físico, mental e social.*

SAÚDE INTEGRAL

Macrocampos secundários:

- Acompanhamento pedagógico – leitura e escrita
- Direitos humanos e cidadania

Público: crianças e adolescentes

Tempo estimado: 2h

Objetivos

- Compreender que há diferentes experiências sociais e que esses papéis podem influenciar aspectos da saúde de cada um.
- Relacionar afetividade e saúde.
- Desenvolver redes de relacionamento afetivas e saudáveis.
- Cultivar o respeito e a alteridade nas relações sociais.



3º MOMENTO

 40 min

- Com a turma sentada em círculo, entregue uma folha e uma caneta para cada um e peça que coloquem o nome.
- Converse com o grupo sobre a importância de perceber as boas qualidades das outras pessoas e de lembrá-las disso. Saber que somos reconhecidos pelas qualidades que temos eleva a autoestima.
- Informe que vai colocar uma música e que à medida que for tocando, as folhas com os nomes deverão girar no sentido horário. A cada recebimento, identificar de quem se trata e registrar uma qualidade dessa pessoa. As folhas giram enquanto a música tocar. Ao final da música, cada um pega a folha que estiver consigo, identifica de quem se trata e entrega ao próprio, com um abraço.
- Coloque para tocar a música **Direito da Criança**.
- Encerre a atividade cantando e brincando com o grupo.



AVALIAÇÃO

Avalie o entendimento sobre o tema em estudo por meio das perguntas e sínteses; a capacidade de expressar ideias e sentimentos durante as exposições individuais; a interação e a sociabilidade manifestada nas atividades coletivas.



DICAS

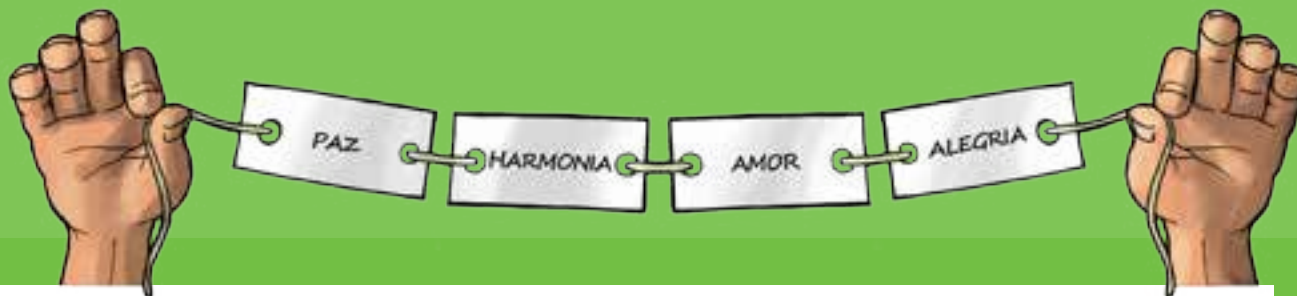
- Reflita com os educandos:
 - Qual o lugar do afeto em nossas relações pessoais?
 - Ao se pensar no desenvolvimento integral de um ser humano que importância atribuímos e quais são as preocupações que demonstramos em relação à dimensão afetiva?
- Contemple no planejamento do Programa, um equilíbrio entre jogos e atividades cooperativas e competitivas; coletivas e individuais; reflexivas e comunicativas, a fim de oportunizar o desenvolvimento saudável e integral dos participantes, nas dimensões física, mental e social.
- Crie oportunidades de encontro entre os participantes do Programa e suas famílias, em torno de atividades lúdicas, formativas e informativas, como estratégia de fortalecimento dos vínculos afetivos familiares.
- Implemente no Programa a Terapia do Abraço, instituindo, simbolicamente, um dia em que só vale falar, se primeiro trocar um abraço. Definir a data em conjunto com o grupo.



REFERÊNCIAS

- Diversidade e Direitos: Eu e os Outros. Envolvendo Rapazes e Homens na Transformação das Relações de Género: Manual de Actividades Educativas, p. 81. Disponível em: <http://www.promundo.org.br>. Acesso em: 15/11/2012
- FRITZEN, Silvino José. Quem será. Jogos Dirigidos para grupos, recreação e aulas de educação física. Petrópolis, Vozes, 1987, p. 87.
- GONÇALVES, Paulo. Demonstrações de afeto liberam substâncias que fazem bem a saúde. Jornal Hoje - Edição do dia 13/04/2011 Disponível em: <http://g1.globo.com/jornal-hoje/noticia/2011/04/demonstracoes-de-afeto-liberam-substancias-que-fazem-bem-saude.html>. Acesso em: 26/11/2012.
- MARCHETTI, Rosane. Pesquisa comprova que afeto faz bem para a saúde e previne doenças.. Disponível em: <http://g1.globo.com/globo-reporter/noticia/2010/11/pesquisa-comprova-que-afeto-faz-bem-para-saude-e-previne-doencas.html>. Acesso em: 25.11.2012.
- TURATTI, Maria Sueli. PESSOLATO, Alícia Greyce Turatti. SILVA, Marília Marinho. A importância da afetividade na educação da criança. Revista da Universidade Vale do Rio Verde, Três Corações, v. 9, n. 2, p. 129-142, ago./dez. 2011. Disponível em: <http://revistas.unincor.br/index.php/revistaunincor/article/view/183/pdf> Acesso em: 26/11/2012.

A CORRENTE DO BEM



RECURSOS

- Aparelho de TV e DVD ou computador e projetor multimídia.
- Vídeo **O melhor presente** (Smilinguido).
- Aparelho de som.
- Música **Amigos pela fé**, de Luan Santana.
- Música **Paz**, de Gabriel O Pensador.
- Papel A4 – 1 para cada educando.
- Canetas esferográficas, canetas hidrocor; lápis de cor ou giz de cera.
- Furador de papel.
- Revistas para recorte.
- Tesoura – 1 para cada 5 educandos.
- Cola – 1 tubo para cada 5 educandos.
- Barbantes ou fios de lã coloridos (pedaços com 30 cm).
- Barra de madeira (ou cabo de vassoura, bambu, cipó).
- Resumo informativo – A cultura da paz, Anexo 46.
- Esquema para a Redografia – 25 cópias, Anexo 47.



1º MOMENTO

 40 min

- *Exiba e comente o vídeo **O melhor presente** (3 min 54 s).*
- *Lembre que o ser humano é um ser social e só se desenvolve plenamente na relação com outros, daí a importância de estabelecer vínculos.*
- *Proponha uma reflexão sobre quais são as relações mais importantes e quem são as pessoas mais próximas na rede de relacionamento de cada um.*
- *Distribua para cada participante uma folha com o esquema da Redografia. Explique que trata-se de uma fotografia dos relacionamentos, das amizades.*
- *Peça a cada participante que preencha sua redografia individualmente, com nomes, símbolos ou desenho das pessoas significativas nos espaços indicados. O nome do educando deverá ser colocado no centro do quadro e as pessoas em grau de proximidade onde a pessoa decidir.*
- *Peça que compartilhem suas redografias em pares. O par deverá ser formado buscando-se a pessoa que menos se conhece do grupo.*
- *Execute a música **Amigos pela fé**. Convide o grupo para cantar junto.*
- *Encerre a atividade comentando que as redes são fontes de recursos, solidariedade e guia na vida. Mas, também podem servir como forma de controle social e discriminação. A construção de redes afetivas dá a oportunidade de compartilhar o que sentimos, pensamos e queremos de uma maneira positiva, e de aprender a negociar. Ressalte o papel que a ajuda, o cuidado e a colaboração têm em nossas vidas. As redes sociais podem ser fundamentais para a construção de vínculos interpessoais afetivos que ajudam no crescimento e desenvolvimento humanos e para a construção de saberes, experiências e linguagens. Pode-se dizer que quanto maior a rede social, mais saúde mental se conquista, pois na medida em que se conta com pessoas significativas com quem compartilhar, é possível estabelecer relações que permitam crescimento e desenvolvimento.*



2º MOMENTO

 40 min

- *Com os participantes em pé e em círculo, de mãos dadas, corte a roda em um ponto e uma das pessoas das pontas será a agulha que vai costurar. Os demais são o fio. Com todos de mãos dadas, a agulha começa a entrelaçar as pessoas, passando por baixo dos braços atados e zigzagando pra lá e pra cá. Quando o grupo estiver bem embolado, o último começa a desfazer” os nós, voltando ao círculo inicial.*
- *De volta aos lugares, sentados, pergunte aos participantes que sentimentos experimentaram durante a atividade e qual o papel do outro na rede que se construiu. Que cuidados recíprocos foram necessários para a atividade?*
- *Resgate a importância da afetividade para as relações humanas e da cultura da paz que permite a convivência respeitosa entre as pessoas e com o meio.*
- *Pergunte ao grupo: O que é a paz? Informe que deverão responder por meio de palavras, pequenas frases, desenhos ou figuras.*

SAÚDE INTEGRAL

Macrocampos secundários:

- Acompanhamento pedagógico – leitura e escrita
- Cultura e artes
- Direitos humanos e cidadania

Público: crianças e adolescentes

Tempo estimado: 2h

Objetivos

- Compreender o conceito de cultura da paz.
- Entender a paz como um aspecto essencial à dimensão social da saúde.
- Refletir sobre as relações pessoais mais significativas e as formas de ampliá-las e fortalecê-las.
- Integrar-se ao movimento pela paz no planeta, a partir da própria rede social.



Disponibilize pedaços de papel, canetas e lápis coloridos, revistas para recorte, tesoura e cola. Quando as mensagens de paz estiverem prontas, oriente para perfurar o cartão e amarrar com um fio colorido.

- Prepare, com o cabo de madeira, a base para uma rede, amarrando uma primeira carreira de fios. Para melhor construção, fixe a barra na parede.
- Oriente para que os participantes amarrem seus fios com as mensagens, pelas extremidades, compondo coletivamente uma rede.
- Reflita com o grupo sobre a importância de cada um na rede que se formou. Estamos todos interligados e a força ou fragilidade de um fio é a força ou fragilidade de toda a rede. A paz depende de cada um. A paz é a única forma de nos sentirmos realmente humanos (Albert Einstein).



AValiação

Avalie o entendimento sobre o tema em estudo por meio das perguntas e sínteses; a capacidade de expressar ideias e sentimentos durante as exposições individuais; a interação e a sociabilidade manifestada nas atividades coletivas.



DICAS

- Reflita com os educandos:
 - De que forma as redes sociais influenciam a saúde mental?
 - O que podemos fazer para fortalecer nossas redes sociais?
 - Como utilizar as nossas redes sociais para implementar a cultura da paz no mundo?
- Mobilize o debate e a reflexão sobre a paz, a partir do trabalho com músicas. Sugestões: *A paz é a gente que faz* (Xuxa); *A paz* (Roupa Nova); *Paz pela paz* (Nando Cordel), *A paz* (Gilberto Gil), *Reggae da paz* (Nação Regueira), *Paz na terra* (Raiztafari), *Paz na terra* (Roberto Carlos), *Eles falam de paz* (Visão de Rua).



REFERÊNCIAS

- DISKIN, Lia. ROIZMAN, Laura Gorresio. Paz, como se faz?: Semeando cultura de paz nas escolas. Rio de Janeiro: Governo do Estado do Rio de Janeiro, UNESCO, Associação Palas Athena: 2002. Disponível em: <http://unesdoc.unesco.org/images/0013/001308/130851por.pdf> Acesso em: 26/11/2012.
- Declaração e Programa de Ação sobre uma Cultura de Paz. Disponível em: <http://www.comitepaz.org.br/>. Acesso em: 26/11/2012.
- Letras.mus.br. Amigos pela fé (Luan Santana). Disponível em: <http://letras.mus.br/luan-santana/1543706/>. Acesso em: 26/11/2012.
- Letras.mus.br. Paz (Gabriel O Pensador). Disponível em: <http://letras.mus.br/luan-santana/1543706/>. Acesso em: 26/11/2012.
- Salud y Genero. Razões e Emoções: Série Trabalhando com homens jovens. Disponível em: www.promundo.org.br. Acesso em: 26/11/2012.
- YouTube. O melhor presente (Smilinguido). Disponível em: <http://www.youtube.com/watch?v=FANInv7nXZU>. Acesso em: 26/11/2012.



3º MOMENTO

 40min

- Toque a música *Paz*, de Gabriel O Pensador e questione o grupo sobre a mensagem da música. Promova um breve debate sobre a paz.
- Pergunte aos participantes: Qual a paz necessária para o mundo? O que fazer para tornar esse um mundo mais pacífico? Paz, como se faz?
- Peça que escolham uma das pessoas do exercício da redografia e escrevam uma carta para ela, expondo uma ideia para implementar a paz no mundo.
- As cartas poderão ser enviadas aos destinatários ou podem ser fixadas na rede da paz, construída na atividade anterior.
- Encerre a atividade enfatizando que respeitar a vida, rejeitar a violência, ser generoso, ouvir para compreender, preservar o planeta e redescobrir a solidariedade são essenciais à cultura da paz. A paz está em nossas mãos.

COLOQUE O AMOR EM MOVIMENTO



RECURSOS

- Aparelho de TV e DVD ou computador e projetor multimídia.
- Vídeo Gentileza gera gentileza todo dia.
- Vídeo Diga sim à vida.
- Papel A4 – 1 para cada educando.
- Caneta – 1 para cada educando.
- Pincel atômico – cores variadas.
- Fita adesiva – 1 rolo.
- Fichas para o Jogo Caça ao Tesouro – Ações por um mundo melhor, Anexo 48.

Observação: Prepare previamente o cenário do jogo, multiplicando o material (um conjunto por equipe) e espalhando pela área disponível, em locais estratégicos, de preferência ao ar livre (tronco de árvores, atrás de pedras, nas folhagens, muros, etc.).



1º MOMENTO

 40 min

- *Acolha os participantes e organize-os sentados, para a realização de uma dinâmica.*
- *Inicie a Dinâmica Você me ama , colocando-se no centro do círculo. Dirija-se a alguém e pergunte: Você me ama? Quem for interrogado deverá responder: Sim, amo você.*
- *Pergunte: Por que? O interrogado responderá: Por que você usa óculos, por exemplo. (Deverá dizer algo que você esteja usando). No momento em que disser que ama porque ele usa tal coisa, todos aqueles do círculo que usarem tal coisa deverão mudar de lugar, momento em que tenta ocupar uma cadeira. Sempre algum participante ficará sem cadeira. Aquele que ficar sem cadeira, continua o jogo, dirigindo-se a outro participante fazendo-lhe a mesma pergunta: - Você me ama?*
- *Continue a brincadeira durante algumas rodadas ou enquanto houver animação no grupo.*
- *Ainda em círculo, pergunte aos participantes o que entendem por gentileza. Registre as respostas em cartaz e mantenha exposto durante a atividade.*
- *Forme quatro grupos e solicite que, levando em conta o que consideram ser gentileza, discutam sobre como exercitá-la no cotidiano. Apresentar o resultado em forma de cartaz, socializando com o grande grupo.*
- *Encerre a atividade, exibindo para o grupo, o vídeo Gentileza gera gentileza todo dia (5 min 36 s).*



2º MOMENTO

 60 min

- *Informe ao grupo que será realizado um jogo ao ar livre – uma Caça ao tesouro.*
- *Organize as equipes e explique as regras do jogo, Anexo 48. O objetivo é encontrar o maior número de peças do tesouro, no prazo determinado.*
- *Ao sinal do apito, as equipes começam a expedição. O final do prazo será sinalizado e as equipes terão um minuto para se apresentar no local determinado.*
- *Os tesoureiros conferem e entregam o tesouro para o emissário da paz. Vence a equipe que apresentar o melhor tesouro.*
- *Recolhido o tesouro, leia com o grupo o conteúdo das fichas. Pergunte de que se trata. Problematize as questões e conclua afirmando que o tesouro trata-se de ações positivas para mudar o mundo em um lugar melhor para todos. Cada ação é preciosa e a mudança depende do compromisso de cada um.*

SAÚDE INTEGRAL

Macrocampos secundários:

- Acompanhamento pedagógico – leitura e escrita
- Direitos humanos e cidadania
- Esportes e jogos.

Público: crianças e adolescentes

Tempo estimado: 2h

Objetivos

- Refletir sobre os princípios de uma cultura pela paz.
- Identificar estratégias de implementação da cultura pela paz.
- Entender a paz como um aspecto essencial à dimensão social da saúde.
- Integrar-se ao movimento pela paz no planeta, a partir da própria rede social.



3º MOMENTO



20 min

- Exiba o vídeo *Diga sim à vida* e promova um rápido debate sobre o conteúdo.
- Pergunte aos participantes, se as ações que constituem o tesouro da atividade anterior poderiam ser implementadas. Quais seriam viáveis e em que contexto ou momento.
- Registre em cartaz as questões mais citadas.
- Encerre a atividade comentando que a gentileza tem relação íntima com a afetividade e a ternura. A ternura e a afetividade são necessidades vitais dos seres humanos. Ambas nos equilibram e nos humanizam. Além de sua influência no processo vital e de amadurecimento das pessoas, a afetividade tem uma relação estreita com a convivência. Certos problemas têm sua origem na falta de afeto, no desenvolvimento deficiente da dimensão emocional, ou em personalidades inseguras derivadas precisamente da falta de afeto. Afetos ajudam a curar. Palavras doces e respeitadas, mãos sensíveis que sustentam e acariciam, abraços que transmitem energia e amor são formas de relação que denotam um modelo de convivência salutar, tão necessário à vida em sociedade quanto ao desenvolvimento harmônico e equilibrado das pessoas.



AVALIAÇÃO

Avalie o entendimento sobre o tema em estudo por meio das perguntas e sínteses; a capacidade de expressar ideias e sentimentos durante as exposições individuais; a interação e a sociabilidade manifestada nas atividades coletivas.



DICAS

- Reflita com os educandos:
 - Que atitudes temos tomado em relação à construção de um mundo melhor?
 - Temos exercitado a gentileza como estratégia de uma cultura de paz?
- Debata sobre a mudança do mundo em um lugar melhor para todos, a partir do filme *A Corrente do Bem* ou *O Amor é contagioso*.



REFERÊNCIAS

- Cultura de paz: da reflexão à ação: balanço da Década Internacional da Promoção da Cultura de Paz e Não Violência em Benefício das Crianças do Mundo. Brasília: UNESCO; São Paulo: Associação Palas Athena, 2010.
- Diga sim à vida (Turma da Mônica adolescente). Disponível em: <http://www.youtube.com/watch?v=b8filbBY9sE>. Acesso em: 26/11/12.
- Gentileza gera gentileza todo dia. Disponível em: http://www.youtube.com/watch?v=__DTV3njfoc. Acesso em: 26/11/12.



NOTAS

O PLANETA AZUL



RECURSOS

- Aparelho de som.
- Música **Planeta azul**, de Chitãozinho e Xororó – 25 cópias.
- TV e DVD ou computador e projetor multimídia;
- Vídeo **A maior flor do mundo** (Saramago).
- Cartolina.
- Filipetas de papel – 1 para cada educando
- Caneta – 1 para cada educando.
- Tinta guache, pincéis; canetas hidrográficas e lápis de cor.
- Fita adesiva – 1 rolo.
- Tesoura.
- Resumo informativo – Meio ambiente e saúde, Anexo 49.



1º MOMENTO



60 min

- *Faça um debate sobre o meio ambiente, argumentando que saúde e meio ambiente estão interligados, não sendo possível prevenir e proteger a saúde individual e coletiva sem cuidar do meio ambiente. Saúde pressupõe um meio ambiente saudável. A degradação do meio ambiente corresponde a graves danos à saúde individual e coletiva.*
- *Comente que quando nos referimos ao meio ambiente, falamos de um sistema no qual interagem fatores de ordem física, biológica e socioeconômica. Falamos da vida humana sobre o planeta terra, a nossa casa maior.*
- *Distribua as cópias da letra e execute a música **Planeta azul**.*
- *Questione sobre a mensagem da música e reflita com o grupo que não se pode considerar a saúde de forma isolada das condições que nos cercam. Falar em saúde supõe levar em conta o modo como as pessoas se relacionam com o seu meio social e ambiental.*
- *Coloque à disposição cartolina, tintas, canetas e lápis coloridos e peça que façam um trabalho plástico que represente a ideia que tem sobre o planeta terra e o modo como o ocupamos. Os trabalhos devem ser identificados e expostos em mural.*



2º MOMENTO



30 min

- *Exiba o vídeo **A maior flor do mundo** (9 min 48 s) e socialize as impressões.*
- *Distribua filipetas de papel e caneta e peça que os participantes escrevam uma frase sobre o vídeo. Peça que coloquem as frases, junto ao painel.*
- *Encerre a atividade, lendo para o grupo: Quando o homem aprender a respeitar até o menor ser da criação, seja animal ou vegetal, ninguém precisará ensiná-lo a amar seus semelhantes. (Albert Schweitzer - Nobel da Paz 1952)*



AVALIAÇÃO

Avalie o entendimento sobre o tema em estudo por meio das perguntas e sínteses; a capacidade de expressar ideias e sentimentos durante as exposições individuais; a interação e a sociabilidade manifestada nas atividades coletivas.

NOSSO MUNDO, NOSSA CASA



RECURSOS

- Aparelho de TV e DVD ou computador e projetor multimídia.
- Vídeo Um plano para salvar o planeta (Turma da Mônica).
- Música Mixturação, de Carlinhos Brown.
- Papel A4 – 1 folha para cada educando.
- Filipetas de papel – 1 para cada educando.
- Lápis ou caneta – 1 para cada educando.
- Fita adesiva – 1 rolo.
- Jogo da memória Coleta seletiva, Anexo 50 – a ser duplicado de acordo com o número de participantes.



1º MOMENTO

 40 min

- Organize o grupo em pé e em círculo e informe que irão construir uma história coletiva oral.
- Explique que é uma atividade de memorização, percepção auditiva, atenção e aprofundamento do tema saúde. O grupo não pode fazer anotações.
- Comece a história dizendo: Muitos fatores são necessários para o homem viver com saúde: o ar...
- Prossiga a história, passando a palavra para quem estiver à direita, e assim sucessivamente. Cada um deverá repetir o que já foi proposto, na mesma ordem, e acrescentar mais uma palavra que complete a ideia. Caso alguém não lembre, o grupo deve ajudar, repetindo a sequência, até a vez do participante, que então acrescenta a própria palavra.

Exemplo: Muitos fatores são necessários para o homem viver com saúde: o ar... (1) Muitos fatores são necessários para o homem viver com saúde: o ar, a água...(2) Muitos fatores são necessários para o homem viver com saúde: o ar, a água, a alimentação...

- Comente e aprofunde a mensagem formada.
- Distribua papel e caneta e proponha ao grupo registrar a sequência completa, acrescentando as observações que julgar pertinentes.
- Pergunte ao grupo como se sentiu durante a atividade, qual o principal desafio enfrentado e se as contribuições que foram somando contribuíram para ampliar a ideia sobre o tema.



2º MOMENTO

 40 min

- Informe ao grupo que irão assistir a um filme e peça que fiquem atentos ao tema e mensagem que ele traz.
- Exiba o vídeo Um plano para salvar o planeta (25 min 41 s).
- Promova um debate sobre o vídeo, resgatando as ideias principais.
- Entregue filipetas de papel e caneta e peça que cada participante forme uma frase síntese do filme. Os textos ficarão expostos em mural.



3º MOMENTO

 40 min

- Convide o grupo para o Jogo da memória: Coleta seletiva, Anexo 50.
- Explique o jogo com o material sobre a mesa.
- Debata com o grupo sobre como está a situação da coleta de lixo em suas comunidades; se há recipientes adequados para cada tipo de resíduo e quais os dias de coleta. Comente que a atitude de cada um faz a diferença: papéis, garrafas, sacolas plásticas, qualquer coisa, por menor que seja, jogada em lugar indevido pode causar prejuízos ambientais e danos à saúde.
- Encerre a atividade executando a música Mixturação, de Carlinhos Brown.

SAÚDE INTEGRAL

Macrocampos secundários:

- Acompanhamento pedagógico – leitura e escrita
- Cuidado socioambiental
- Direitos humanos e cidadania

Público: crianças e adolescentes

Tempo estimado: 2h

Objetivos

- Descrever ações de preservação ambiental.
- Reconhecer a rede de relações entre os seres vivos e o planeta.
- Compreender a importância da coleta seletiva.
- Distinguir o encaminhamento do lixo por tipo de resíduo.
- Adotar cuidados adequados com o descarte do lixo.



AVALIAÇÃO

Avalie o entendimento sobre o tema em estudo por meio das perguntas e sínteses; a capacidade de expressar ideias e sentimentos durante as exposições individuais; a interação e a sociabilidade manifestada nas atividades coletivas.



DICAS

- Reflita com os educandos:
 - Quais são nossas atitudes em relação ao consumo consciente?
 - Temos nos preocupado com o impacto ambiental e social daquilo que descartamos?
- Levante a existência de coleta do lixo e mapeie os dias da coleta seletiva dos bairros onde moram.
- Organize uma oficina de construção de lixeiras para coleta seletiva, mobilizando a família e a comunidade escolar para a colocação dos recipientes em lugares estratégicos.
- Articule com a rede social de apoio uma palestra sobre o consumo consciente e o manejo adequado dos resíduos, a ser proferida por um engenheiro ambiental, médico sanitário, ecologista ou outro especialista na área.
- Faça uma visita à Secretaria de Limpeza Urbana ou a uma unidade de reciclagem, para que o grupo compreenda o ciclo de reaproveitamento dos resíduos.
- Institua o dia de faxina na AABB, onde o grupo, sob o acompanhamento de educadores e de representante do clube, faça uma vistoria na área externa, como pátios, jardins e quadras, coletando eventuais resíduos e depositando nos recipientes adequados.



REFERÊNCIAS

- JUSTE, Marília. Sem coleta seletiva, reciclagem pode fazer mais mal do que bem. Disponível em: <http://g1.globo.com/Noticias/Ciencia/>. Acesso em: 04/12/2012.
- Letras.mus.br. Misturação (Carlinhos Brown). Disponível em: <http://letras.mus.br/ivete-sangalo/mixturacao-part-carlinhos-brown/>. Acesso em: 04/12/2012.
- PNSB 2008: Abastecimento de água chega a 99,4% dos municípios, coleta de lixo a 100%, e rede de esgoto a 55,2%. Disponível em: <http://www.ibge.gov.br/>. Vídeo Um plano para salvar o planeta (Turma da Mônica). Disponível em: <http://www.youtube.com/watch?v=T57cDhN4BoU>
- YouTube. Um plano para salvar o planeta (Turma da Mônica). Disponível em: <http://www.youtube.com/watch?v=T57cDhN4BoU>. Acesso em: 04/12/2012.



NOTAS

A GENTE NÃO QUER SÓ COMIDA



RECURSOS

- Fitas de 40 cm nas cores: verde, vermelho, azul, amarelo, branco – 10 fitas.
- Aparelho de som.
- Música *Comida*, dos Titãs.
- Regulamento e tabela de pontos da Mini gincana da saúde, Anexo 51.
- Apito e cronômetro – 1 de cada.
- Alimentos diversos (banana, maçã, pão, alface, tomate, batata, pimentão, abacaxi, chuchu, abóbora, feijão etc.).
- Tangrans – 5.
- Cartões com nomes (ou figuras) de resíduos sólidos (lixos) – 30.
- Envelopes identificados no padrão da coleta seletiva – 7.
- Papel A4 – 1 resma.
- Cartolinas – 5.
- Canetas esferográficas – 50.
- Caixas de lápis de cor – 15.
- Pratos de papel – 5.
- Caixas com várias figuras dos grupos de alimentos da Pirâmide Alimentar – 5.
- Conjuntos de: lista com 5 hábitos de higiene + réplica da lista em cartões, separando por palavras – 5.
- Desenhos em cartolina de um carrinho de supermercado (ver P11 no regulamento da Mini gincana da saúde, Anexo 51).
- Jogo Trilha da saúde, Anexo 52.



2º MOMENTO

 180 min

- *Coordene as atividades, em conjunto com os demais educadores. Acompanhe e registre o desempenho das equipes. Sequência descrita no Anexo 51.*



3º MOMENTO

 30 min

- *Reúna as equipes, registre a importância de ter as famílias presentes. Enfatize que a família, quando fortalecida, revitalizada, produz pessoas capazes de buscar e propor formas mais humanizadoras e mais felizes para o viver social. Resgate o conceito da Organização Mundial de Saúde - OMS: Saúde é um estado de completo bem estar físico, mental e social. É na convivência familiar que brota a consciência da importância de um estado de corpo e mente sadios.*
- *Encerre a Mini gincana da saúde, comunicando os resultados e esclarecendo que, mais do que a saudável competição, o ganho real é a convivência, a aprendizagem coletiva, o congraçamento e a possibilidade de compartilhar momentos especiais em família. Isso é qualidade de vida.*



1º MOMENTO

 30 min

- *Receba o grupo, dê as boas vindas e comente sobre a importância de ter as famílias reunidas. Informe que o dia reserva uma série de atividades lúdicas organizadas em torno do tema saúde, com o objetivo de debater, refletir e esclarecer questões importantes.*
- *Registre os nomes e forme cinco equipes, mantendo os núcleos familiares, quanto possível. Peça que as equipes escolham um líder e um vice-líder.*
- *Distribua as fitas para identificação das equipes. Cada um deve amarrar a fita no braço esquerdo.*
- *Informe sobre o desenvolvimento da Mini gincana da saúde, Anexo 51.*
- *Celebre com o grupo o início da gincana, executando a música *Comida* e convidando a todos para cantar e brincar juntos.*

