



agrupamento de
**Escolas
de Seia**

PROJETO DE PROMOÇÃO E EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE

Ano Letivo 2014/2015

EQUIPA DO PES
Orquídea Lopes
Graça Moreira
Dulce Vicente

1- Introdução

1

O **Projeto Promoção e Educação para a Saúde** encontra-se regulamentado no artigo 214º do Regulamento Interno, tendo sido criado à luz do Despacho nº25995/05, de 16 de dezembro de 2005, referindo-se a um modelo de educação para a promoção da saúde feito com base nas conclusões do relatório preliminar apresentado pelo grupo de trabalho criado pelo Despacho n.º19 737/05.

Este projeto concretiza-se nas áreas curriculares não disciplinares, nomeadamente na área de oferta complementar de Educação para a Cidadania e Saúde no 2º e 3º ciclos), em atividades extra curriculares e no Gabinete de Informação e Apoio aos Alunos.

O Despacho n.º 15 987/2006, de 27 de setembro, definiu como **áreas de intervenção prioritária:**

- a. Alimentação e atividade física;
- b. Consumo de substâncias psicoativas;
- c. Sexualidade;
- d. Infecções Sexualmente Transmissíveis, designadamente VIH-Sida;
- e. Violência em meio escolar.

De acordo com a proposta curricular para os ensinos básico e secundário, da Direção Geral de Inovação e Desenvolvimento Curricular, em junho de 2011, foram definidos temas transversais e perfis de saída, para a **educação para a cidadania**, dos quais fazem parte a **Educação para a Saúde e Sexualidade**.

Tendo em conta os normativos anteriormente mencionados, a equipa do Projeto de Promoção e Educação para a Saúde do Agrupamento de Escolas de Seia sugere a abordagem das seguintes temáticas:

Ciclo de Ensino	Temas a abordar
Pré - escolar	<ul style="list-style-type: none"> • Higiene e alimentação
1º Ciclo	<ul style="list-style-type: none"> • Educação sexual, alimentação e exercício físico
2º Ciclo	<ul style="list-style-type: none"> • Educação sexual e violência em meio escolar
3º Ciclo	<ul style="list-style-type: none"> • Educação sexual e consumos de substâncias psicoativas
Secundário	<ul style="list-style-type: none"> • Educação sexual e estilos de vida saudáveis

2 - Objetivos

- 1- Fomentar hábitos de vida saudável;
- 2- Criar o sentido de responsabilidade de cada um na promoção da sua saúde e da comunidade;
- 3- Promover o reconhecimento da saúde como um bem precioso que todos desejamos e indispensável a um desenvolvimento harmonioso;
- 4- Estimular o apreço pelo seu próprio corpo e pela conquista da saúde alimentar;
- 5- Conhecer sintomas de doenças relacionadas com desvios alimentares;
- 6- Conhecer consequências do consumo de tabaco e outras drogas;
- 7- Compreender o conceito de sexualidade responsável na sua visão biológica, sócio cultural, fenomenológica e interpessoal;
- 8- Reconhecer a importância de cada método contraceptivo, de acordo com a situação a que mais se adequa;
- 9- Corrigir informações erradas que podem dar azo a uma gravidez indesejada;
- 10- Conhecer as doenças sexualmente transmissíveis na ótica da prevenção e consciencializar para os meios de transmissão, sinais de alerta e importância do tratamento;
- 11- Desenvolver a consciência cívica de toda a comunidade como elemento fundamental no processo de formação de cidadãos responsáveis, ativos e intervenientes.

3- Recursos Humanos para a operacionalização do Projeto

- Equipa do Projeto de Promoção e Educação para a Saúde
- Coordenadores dos Diretores de Turma
- Conselhos de Turma
- Educadores / Docentes Titulares da Turma / Diretores de Turma
- Serviços de Psicologia e Orientação Escolar
- Bibliotecas do Concelho de Seia (escolares e municipal)
- Centro de Saúde de Seia
- Hospital Nossa Senhora da Assunção de Seia

- Associação de Pais e Encarregados de Educação
- Associação de Estudantes
- Câmara Municipal de Seia
- Juntas de Freguesias
- Instituto Português da Juventude
- G.N.R. - Escola Segura
- Farmácias do Concelho de Seia
- Comissão de Proteção de Crianças e Jovens em Risco
- Instituições de Ensino Superior
- Academia Sénior
- ...

4- Estratégias para implementação

A abordagem deve ser preferencialmente feita na área de oferta complementar de **Educação para a Cidadania e Saúde (2º e 3º ciclos)**. A operacionalização dos referidos objetivos e perfis de saída deverão constar das planificações anuais desta área, nos diferentes conselhos de turma e respetivos projetos curriculares de turma.

Além desta abordagem sugerimos ainda outras alternativas:

- Projeto “SOBE” (Equipa das Bibliotecas Escolares)
- Atividades extracurriculares (clubes, Desporto Escolar, outros projetos, ...)
- Gabinete de Informação e Apoio aos Alunos
- Palestras / colóquios / fóruns / Workshops
- Teatro
- Filmes / Debate
- Exposição de fotografias e trabalhos
- Jogos / Peddy-paper’s
- Jornal escolar do agrupamento
- Blogue / site do agrupamento
- Feiras
- Visitas de estudo
- ...

5 – Programa de Educação Sexual

No âmbito da aplicação da Lei nº60/2009 de 6 de agosto, que estabelece o regime de aplicação da **educação sexual em meio escolar**, e da Portaria nº196-A/2010 de 9 de abril, que procede à regulamentação da Lei anteriormente referida, foi elaborado o presente programa que abrange o 1º, 2º, 3º ciclos do ensino básico e ensino secundário do Agrupamento de Escolas de Seia.

A educação sexual não se pode limitar a aspetos meramente informativos. A mesma, exige um debate de ideias sobre valores pessoais e deve facultar aos seus destinatários os dados necessários para que construam o seu próprio quadro de referências, definidor das suas opções individuais.

Neste sentido, os alunos devem assumir um papel predominantemente ativo e participativo. Tal protagonismo deverá manifestar-se desde a planificação das atividades, passando pelos processos de pesquisa e recolha de informação, pela condução dos debates e momentos de síntese, até à avaliação de todo este percurso e dos resultados alcançados.

Constituem **finalidades deste programa**, segundo a Lei nº60/2009 de 6 de agosto:

- a) O desenvolvimento de competências nos jovens que permitam escolhas informadas e seguras no campo da sexualidade;
- b) A melhoria dos relacionamentos afetivo-sexuais dos jovens;
- c) A redução de consequências negativas dos comportamentos sexuais de risco, tais como a gravidez não desejada e as infeções sexualmente transmissíveis;
- d) A capacidade de proteção face a todas as formas de exploração e de abuso sexuais;
- e) O respeito pela diferença entre as pessoas e pelas diferentes orientações sexuais.

O incremento da educação sexual na escola passa, pela abordagem pedagógica de temas de sexualidade humana, feita em contextos curriculares (disciplinares e não disciplinares, nomeadamente a Educação para a Cidadania e Saúde), extracurriculares, numa lógica interdisciplinar, privilegiando o espaço turma e as diferentes necessidades das crianças e jovens.

Em cada turma, o professor responsável pela educação para a saúde e educação sexual, em reunião própria com o diretor de turma e os outros docentes, deve integrar, no plano curricular de turma, um projeto de educação sexual que preveja a articulação de conteúdos, tendo por base as finalidades da Educação Sexual.

5.1. Programa de Educação Sexual – 1º ciclo do ensino básico

5

TEMAS	6 blocos de 50min.			
	1º	2º	3º	4º
1. Eu e o meu corpo (noção do corpo)	X			
2. O corpo em harmonia com a natureza e o seu ambiente social e cultural	X			
3. Noção de família		X	X	X
4. Mudanças físicas e psicológicas (diferenças entre rapazes e raparigas)			X	X
5. Proteção do corpo e noção dos limites, dizendo não às aproximações abusivas			X	X

Observações: A Educação Sexual do **1º ciclo**, deverá ter uma carga horária mínima de 6 horas anuais, por ano de escolaridade.

- No 2º ano, para além das rubricas incluídas nos programas de estudo do meio, o professor deve esclarecer os alunos sobre questões e dúvidas que surjam naturalmente, respondendo de forma simples e clara.
- No 3º e 4º anos, para além das rubricas incluídas nos programas de estudo do meio, o professor poderá desenvolver temas que levem os alunos a compreender a necessidade de proteger o próprio corpo, de se defender de eventuais aproximações abusivas, aconselhando que, caso se deparem com dúvidas ou problemas de identidade de género, se sintam no direito de pedir ajuda às pessoas em quem confiam na família ou na escola.

5.2. Programa de Educação Sexual – 2º e 3º ciclos do ensino básico

TEMAS	SUBTEMAS	6 blocos de 50min.		12 blocos de 50min.		
		5º	6º	7º	8º	9º
CORPO SEXUADO	1. Eu e o meu corpo	X				
	2. Conceito de sexualidade e reprodução	X				
	3. Mudanças físicas e psicológicas		X		X	X
SEXUALIDADE E RELAÇÕES INTERPESSOAIS	4. O primeiro namoro			X	X	X
	5. Questões do género		X	X		
	6. Relações com pares, com a família e com os outros	X	X	X	X	X
SEXUALIDADE E SOCIEDADE	7. Diferentes vivências da sexualidade: - O casamento ontem e hoje - Idades do sexo - Cybersex			X	X	X
SAÚDE SEXUAL REPRODUTIVA	8. Gravidez desejada e não desejada				X	X
	9. Métodos contraceptivos				X	X
	10. Infecções sexualmente transmissíveis e SIDA		X			X

Observações: A Educação Sexual do **2º ciclo**, deverá ter uma carga horária mínima de 6 horas anuais, por ano de escolaridade e no **3º ciclo**, deverá ter uma carga horária mínima de 12 horas anuais, por ano de escolaridade.

5.3. Programa de Educação Sexual – Ensino secundário

TEMAS	SUBTEMAS	10º	11º	12º
CORPO SEXUADO	1. Adolescência	X		
	2. Reprodução Humana	X		
	3. Resposta Sexual Humana	X		
IDENTIDADE E SEXUALIDADE	4. Conceito de sexualidade	X		
	5. Orientação Sexual	X		X
SEXUALIDADE E RELAÇÕES INTERPESSOAIS	6. Comportamentos sexuais		X	X
	7. Questões do género		X	
	8. Relações com pares, com a família e com os outros	X	X	X
SEXUALIDADE E SOCIEDADE	9. Valores e sexualidade	X		
SAÚDE SEXUAL REPRODUTIVA	10. Gravidez desejada e não desejada		X	X
	11. Interrupção voluntária da gravidez		X	X
	12. Infecções sexualmente transmissíveis e SIDA		X	
GES - Outros (*) NB: Temas opcionais	Violência no namoro	X	X	
	Pedofilia		X	
	Comportamentos sexuais desviantes		X	X
	O casamento: ontem e hoje			X
	Idades do sexo.			X
	Cybersex			X
	Relações afetivas nos locais de saúde			X
Outro (...)				

Observação: A Educação Sexual no **ensino secundário**, deverá ter uma carga horária mínima de 12 horas anuais, por ano de escolaridade.

Para o **ensino secundário** o **Gabinete de Informação e Apoio aos Alunos** propõe trabalhar nas diversas turmas alguns temas de acordo com a seguinte tabela:

Ano	Tema	Nº de aulas	Dinamizador
10º Ano	2. Reprodução Humana 3. Resposta Sexual Humana	2	Graça Moreira
11º Ano	Violência no namoro (tema opcional)	2	Graça Moreira
12º Ano	Cybersex (tema opcional)	2	Orquídea Lopes

Observação: Caso os Conselhos de Turma estejam interessados o Diretor de Turma deverá incluir estas atividades no plano da respetiva turma e informar a Coordenadora do PES para se poder fazer a calendarização.

6 - Gabinete de Informação e Apoio aos Alunos

Este gabinete constitui um espaço privilegiado de apoio ao aluno, especificamente, um espaço de informação e atendimento, anónimo e confidencial, no qual o aluno poderá obter esclarecimentos, informações e apoio na área da saúde. É um local onde o aluno pode ser ouvido, informado ou, caso haja necessidade, ser encaminhado para um apoio fora da escola (Centro de Saúde, por exemplo).

Para além desta atividade, o Gabinete promoverá outras atividades de acordo com a planificação que se segue. Os planos de educação sexual elaborados nos Conselhos de Turma devem ser enviados pelos Diretores de turma ao Gabinete pelo email lopesorquidea@gmail.com Os Diretores de Turma que incluam alguma das atividades no Plano de ES devem comunicar ao GES, pela mesma supra referida.

	Atividades do GES	Destinatários	Dinamizadores	Calendarização
Escola Secundária	<p><u>Atividades em sala de aula:</u></p> <p>Tema 2 - Reprodução Humana -10º</p> <p>Tema 3 - Resposta Sexual Humana</p> <p>Tema 4 – Conceito de sexualidade</p> <p>Tema opcional 1: Alimentação e emoções</p> <p>Tema opcional 2 - Violência no namoro</p> <p>Tema opcional 3 – Cybersex</p> <p><u>Ações:</u></p> <p>“Como comunicar afetos”</p> <p>“Educação Sexual – Materiais e Recursos”</p> <p>Maus tratos e abuso sexual de menores</p>	<p>Temas: 2,3,4 e tema opcional - Alunos</p> <p>10º ano</p> <p>T. opcional 2 – 11º</p> <p>T. opcional 3 – 12º</p> <p>Ações</p> <p>Alunos e professores</p> <p>Diretores de Turma</p> <p>Professores, pais e EE</p>	<p>Coordenadora: Orquídea Lopes</p> <p>Graça Moreira</p> <p>Nutricionista Centro saúde e Orquídea Lopes</p> <p>Graça Moreira e Orquídea Lopes</p>	Data a marcar
3º Ciclo - Escola Abranches Ferrão	<p><u>Ações:</u></p> <p>“Avaliação de IMC e capacidades físicas”</p> <p>“Rastreamento da visão”</p> <p>“Rastreamento da fala”</p> <p>“Prevenção de abusos sexuais de menores”</p> <p>Nota: Serão propostas outras ações após reunião c/ Coordenador de Diretores de Turma.</p>	<p>2º e 3º ciclo</p> <p>3º ciclo</p> <p>1º ciclo</p> <p>Pais e Enc. de Educação</p>	Coordenadora: Graça Moreira	Data a marcar
3º Ciclo Escola Tourais Paranhos	<p><u>Ações / Sessões</u></p> <p>"Violência/Bullying"</p> <p>"Higiene Pessoal"</p> <p>"Alimentação"</p> <p>"Alimentação"</p> <p>"Alimentação"</p> <p>"Alimentação"</p> <p>"Tomada de Decisões Saudáveis na Área dos Consumos"</p> <p>"Cuida das Tuas Costas"</p> <p>Elaboração de Trabalhos alusivos ao tema "Alimentação"</p>	<p>1º Ciclo</p> <p>2ºCiclo (6º ano) Pais/Enc. de Educação</p> <p>Pré-Escolar</p> <p>1º Ciclo</p>	Coordenadora: Dulce Vicente	Data a marcar