

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE ODEMIRA

Projeto Educação para a Saúde

Ano Letivo de 2015/2016

Agrupamento de Escolas de Odemira
Ano Letivo de 2015/2016

Índice

Índice	2
Introdução	3
Enquadramento Legal	3
Equipa	4
Caracterização do meio	4
Problemas / necessidades	4
Problemas / objetivos a atingir.....	4
Finalidades do Projeto.....	5
Temáticas prioritárias	5
Metodologia.....	5
Atividades do Projeto de Educação para a Saúde.....	8
Parcerias e protocolos.....	14
Avaliação do Projeto	14
Nota Final.....	14

Agrupamento de Escolas de Odemira

Ano Letivo de 2015/2016

Introdução

A Escola, entendida como espaço de cidadania, de convívio e educação, necessita de um projeto que sugira temas prioritários a abordar no âmbito do Projeto "Educação para a Saúde", dinamize atividades que promovam a saúde individual e coletiva de todos os que fazem parte da comunidade educativa e que faça a articulação das iniciativas entre os vários ciclos de escolaridade.

É nosso propósito trabalhar para que este projeto seja implementado de forma equilibrada: no respeito pelas orientações legais e tendo em conta as questões e os anseios dos alunos e as preocupações dos pais e Encarregados de Educação. Para melhor perceber esta realidade, será feita uma cooperação com as várias entidades locais.

Por isso, basicamente, além da promoção que será feita, o nosso propósito é proporcionar aos alunos espaços e momentos na sua vida escolar onde possam colocar questões, refletir, informar-se e formar-se em relação a todos os assuntos abrangidos pela Educação para a Saúde, de forma objetiva e pedagógica, tendo em conta os dados das várias Ciências e Saberes com esta relacionadas e, criando para isso o Gabinete de Apoio ao Aluno.

Enquadramento Legal

Os Ministérios da Educação e da Saúde formalizaram em 1994, uma parceria que visava a colaboração ativa entre as escolas e centros de saúde com o objetivo de promover a educação para a saúde em meio escolar. A criação da rede nacional de escolas promotoras de saúde (RNEPS) foi um dos resultados dessa parceria.

A adoção de medidas que visem a promoção da saúde da população escolar tem sido um dos objetivos do Ministério da Educação, correspondendo assim ao Programa do XVII Governo Constitucional, o qual considera que a educação para a saúde, para a sexualidade e para os afetos se incluem entre as múltiplas responsabilidades da escola atual.

Neste sentido, temos como principais documentos orientadores os seguintes relatórios e normativos legais:

- Lei nº 14/86, de 14 de Outubro – Lei de Bases do Sistema Educativo.
- Decreto-Lei nº 115-A/98, de 4 de Maio – Aprova o regime de autonomia, administração dos estabelecimentos da Educação Pré-Escolar e dos Ensinos Básico e Secundário, bem como dos respetivos Agrupamentos.
- Resolução do Conselho de Ministros nº 124/98, de 21 de Outubro – Define o plano de ação Interministerial sobre Educação Sexual e Planeamento Familiar.
- Despacho Ministerial nº 15 587/99, de 12 de Agosto – Cria a Comissão de Coordenação da Promoção e Educação para a Saúde.
- Lei nº 120/99, de 11 de Agosto – Sobre Educação Sexual em Meio Escolar.
- Decreto-Lei nº 259/2000, de 17 de Outubro – Regulamenta a Educação Sexual e a Lei nº120/99.
- Decreto-Lei nº 6/2001, de 18 de Janeiro – Sobre a Reorganização Curricular do Ensino Básico.
- Despacho Ministerial nº 19 737/2005, de 15 de Junho – Sobre a constituição do Grupo de Trabalho de Educação Sexual.
- Parecer do Conselho Nacional de Educação nº 6/2005, de 24 de Novembro – Sobre Educação Sexual nas Escolas.
- Despacho Ministerial de 25 995/2005, de 16 de Dezembro – Aprova as conclusões do Relatório Preliminar do Grupo de Trabalho de Educação Sexual.
- Despacho do Secretário de Estado da Educação, de 27 de Setembro de 2006 – Define as linhas de orientação e temáticas prioritárias no âmbito da Educação para a Saúde, a integrar obrigatoriamente no Projeto Educativo de cada Agrupamento / Escola.
- Despacho nº 2506/2007, de 20 de Fevereiro – Sobre a designação do Professor Coordenador da Educação para a Saúde, em cada Agrupamento /Escola.
- Relatório Final do Grupo de Trabalho de Educação Sexual, de 7 de Setembro de 2007, aprovado pelo Director-Geral da DGIDC – Dr. Luís Capucha – em 28 de Novembro de 2007.
- Lei n.º 60/2009, de 6 de Agosto - Estabelece o regime de aplicação da educação sexual em meio escolar.
- Circular nº I-DGIDC/2009/1176NESASE – Define que o professor coordenador da educação sexual deve ser o mesmo professor que coordena a educação para a saúde.
- Portaria nº 196-A/2010, de 9 de Abril - Regulamenta a Lei n.º 60/2009, de 6 de Agosto.

Agrupamento de Escolas de Odemira

Ano Letivo de 2015/2016

Equipa

Nuno Pinto – Coordenador
Ana Loureiro – Professora Colaboradora
Isabel Assis– Professora Colaboradora
Ana Luísa Guerreiro– Professora Colaboradora
Elizabete Vale – Psicóloga

Caracterização do meio

Odemira é o maior concelho do país, pertence ao distrito de Beja e localiza-se no litoral alentejano, inserido no Parque Natural do Sudoeste Alentejano e Costa Vicentina.

A população escolar do Agrupamento de Escolas de Odemira é de 984 alunos (65 no Pré-Escolar, 238 no 1º CEB, 133 no 2º CEB, 172 no 3º CEB e 386 no Secundário).

Problemas / necessidades

- ▶ Hábitos alimentares incorretos;
- ▶ Distúrbios alimentares;
- ▶ Falta de atividade física;
- ▶ Consumo de substâncias psicoativas;
- ▶ Existência de fatores que influenciam o consumo de substâncias psicoativas;
- ▶ Manter os índices de educação para os afetos e a sexualidade;
- ▶ Manter e atualizar a informação sobre as IST's;
- ▶ Existência de alguns casos de violência em meio escolar;
- ▶ Falta de conhecimentos em primeiros socorros;
- ▶ Existência pontual de falta de hábitos de higiene;
- ▶ Alterações posturais;
- ▶ Melhorar a já existente cidadania ambiental.

Problemas / objetivos a atingir

- ▶ Hábitos alimentares incorretos.
- ▶ Distúrbios alimentares.
- ▶ Falta de atividade física.
 - ◆ Fomentar hábitos de vida saudáveis.
 - Sensibilizar para a importância de uma Alimentação Saudável.
 - Assumir atitudes críticas face aos comportamentos que comprometem o equilíbrio do organismo.
 - Estimular a atividade física.
 - Contribuir para um estilo de vida ativo.
- ▶ Consumo de substâncias psicoativas.
- ▶ Existência de fatores que influenciam o consumo de substâncias psicoativas.
 - ◆ Diminuir o consumo de Substâncias Psicoativas.
 - Educar para atitudes responsáveis.
 - Prevenir o consumo de SPA.
- ▶ Manter os índices de educação para os afetos e a sexualidade.
- ▶ Manter e atualizar a informação sobre as IST's.
 - ◆ Desenvolver competências que permitam uma conduta sexual para a formação integral do indivíduo enquanto cidadão responsável.
 - Valorizar relações de afetividade.
 - Estimular comportamentos saudáveis.
- ▶ Existência de alguns casos de violência em meio escolar.
 - ◆ Diminuir a violência em meio escolar.
 - Promover relações interpessoais positivas.

Agrupamento de Escolas de Odemira

Ano Letivo de 2015/2016

- ▶ Falta de conhecimentos em primeiros socorros.
 - ◆ Conhecer os princípios gerais de socorrismo.
 - Saber o que fazer em caso de acidente.
- ▶ Existência pontual de falta de hábitos de higiene.
- ▶ Alterações posturais.
 - ◆ Promover hábitos de higiene.
 - ◆ Promover comportamentos protetores das costas.
 - Prevenir doenças.
 - Prevenir dores nas costas.
 - Desenvolver competências para o transporte de material escolar.
- ▶ Melhorar a já existente cidadania ambiental.
 - ◆ Educar para viver e deixar viver.
 - ◆ Sensibilizar para a importância de estilos de vida sustentáveis.

Finalidades do Projeto

- ✓ Desenvolver a consciência cívica de toda a comunidade como elemento fundamental no processo de formação de cidadãos responsáveis, ativos e intervenientes.
- ✓ Consciencializar os alunos para a importância da aquisição de valores / atitudes, com vista à sua integração na sociedade.
- ✓ Fomentar o reconhecimento da saúde como um bem precioso que todos desejamos e devemos promover.
- ✓ Sensibilizar os diversos agentes da comunidade educativa para a necessidade da Educação para a Saúde e da Educação Sexual, fomentando a sua adesão e envolvimento neste projeto.
- ✓ Fomentar hábitos de vida saudável.
- ✓ Promover uma cultura de respeito e responsabilidade no campo da sexualidade.
- ✓ Promover a relação Escola – Família, Escola – Centro de Saúde e/ou outras instituições/recursos comunitários.
- ✓ Desenvolver as vertentes de pesquisa e intervenção, promovendo a articulação dos diferentes conhecimentos disciplinares e não disciplinares.
- ✓ Melhorar o estado de saúde global dos jovens.
- ✓ Adotar uma atitude cuidada e preventiva em relação à saúde.
- ✓ Promover hábitos de vida saudáveis.
- ✓ Contribuir para a tomada de decisões consciente na área da educação para a saúde.
- ✓ Promover uma intervenção continuada e baseada no conhecimento, em parceria com instituições competentes para a matéria.

Temáticas prioritárias

Face à legislação em vigor, os temas considerados prioritárias são:

- ✓ Alimentação e atividade física;
- ✓ Consumo de substâncias psicoativas;
- ✓ Sexualidade e Infecções sexualmente transmissíveis;
- ✓ Violência em meio escolar.

Metodologia

A Educação para a Saúde, será abordada numa perspetiva interdisciplinar, numa lógica de transversalidade, combinada com a inclusão temática preferencialmente nas áreas curriculares não disciplinares.

O desenvolvimento deste projeto deverá ser adequado aos diferentes níveis etários, envolverá a comunidade educativa, e será dinamizado em colaboração estreita com os serviços de saúde, pais e Encarregados de Educação, e outras entidades externas.

Agrupamento de Escolas de Odemira Ano Letivo de 2015/2016

Para tal foi elaborado um quadro - síntese dos contributos mínimos por ano de escolaridade.

Ciclos	Pré-escolar	1º Ciclo	2º Ciclo		3º Ciclo			Secundário		
		1º a 4º ano	5º ano	6º ano	7º ano	8º ano	9º ano	10º ano	11º ano	12º ano
Ano de escolaridade										
Temáticas										
Prevenção dos acidentes e promoção da segurança. Importância da Vacinação. Os afetos	X									
Higiene corporal			X							
Alterações corporais				X						
Violência no namoro						X		X		
Alimentação e Atividade Física										X
Consumo de Substâncias Psicoativas					X	X	X	X	X	X
Sexualidade / Infecções Sexualmente Transmissíveis		X	X	X	X	X	X	X	X	X
Violência em Meio Escolar					X			X	X	
Aulas de Educação Sexual dinamizadas pelos docentes dos conselhos de turma.		X	X	X	X	X	X			X

As temáticas deverão ser trabalhadas, no 2º e 3º ciclo, preferencialmente na Assembleia de Turma. Em todos os níveis de escolaridade as atividades deverão ser equitativamente distribuídas pelas várias disciplinas do currículo tendo sempre em consideração as disciplinas sujeitas a exame nacional.

Dando resposta ao determinado na Lei nº 60 de 6 de Agosto de 2009, que veio estabelecer a aplicação da Educação Sexual nos estabelecimentos do ensino básico e secundário, consideramos que, a carga horária dedicada à educação sexual não deve ser inferior a 6 horas para o 1º e 2º ciclo, e 12 horas para o 3º ciclo e secundário. A articulação entre docentes, desenvolvendo uma planificação comum é, naturalmente desejável, para tal estão elaborados dossiês, para cada ano de escolaridade, do 5º ano ao 9º ano, com planificações, também em formato digital, e atividades destinadas à Educação Sexual, bem como os respetivos materiais didáticos. Em parceria com as bibliotecas escolares será realizado um levantamento dos materiais existentes, por temáticas, e posteriormente serão elaborados guiões de utilização com vista a poderem ser desenvolvidas atividades pelos docentes nas suas turmas.

Em relação às outras temáticas serão propostas pelo PES as atividades:

Alimentação

- ✓ Como te alimentas? - Inquérito;
- ✓ Palestra informativa e Rastreio dentário;
- ✓ Rastreio da Taxa de Glicose, Tensão Arterial e IMC;
- ✓ Organização de uma palestra/conferência sobre a temática.

Consumo de substâncias psicoativas

- ✓ Elaboração de um questionário para recolha de dados sobre tipologias de consumo de substâncias psicoativas na Comunidade Escolar;
- ✓ Organização de uma palestra/debate sobre o tema.

Educação Sexual e Infecções Sexualmente Transmissíveis

Agrupamento de Escolas de Odemira

Ano Letivo de 2015/2016

- ✓ Palestras e debates;
- ✓ Exposição de painéis sobre a regulação hormonal dos aparelhos reprodutores masculino e feminino e de métodos anticoncepcionais. A fertilidade;
- ✓ Criação da "Caixinha das perguntas" e conseqüentemente do "Painel das respostas".
- ✓ Aquisição de materiais didáticos sobre a educação para os afetos.

Violência em meio escolar

- ✓ Projeção de um filme "*Favores em cadeia*", seguido de debate.
- ✓ Palestras e debates.

Estratégias de ação

As atividades serão coordenadas num trabalho de equipa que dinamizará um projeto global suscetível de assumir diferentes formas e recorrendo a estratégias distintas e variadas. Assim sendo, está pensado um conjunto alargado de atividades de cujo calendário e objetivos constarão no P.A.A.

Agrupamento de Escolas de Odemira
Ano Letivo de 2015/2016

Atividades do Projeto de Educação para a Saúde						
Atividade	Calendarização	Dinamização / Coordenação	Objetivos	Recursos	Orçamento	Destinatários
Desenvolvimento do projeto "FelizMente" - O que é a Saúde Mental. Estigma; - Violência no namoro; - Perturbações alimentares; - Depressão; - Bullying/Cyberbullying; - Raiva/controlo da agressividade; - Stress e ansiedade/ ataques de pânico.	Ao longo do ano letivo.	PES TAIPA GAVA Centro de Saúde	- Promoção da saúde mental. - Prevenção e combate à discriminação das doenças mentais.	Sala de aula	Sem custos	Alunos 10º ano
Seminário "Por uma Cultura de Não-violência: velhos e novos Desafios"	25 de Novembro	PES TAIPA GAVA CPCJ	- Prevenção e sensibilização sobre o cyberbullying e o stalking.	Não se aplica	Sem custos	Alunos 11º ano
Rastreio Dentário	Ao longo do ano letivo.	PES Centro de Saúde	- Diagnosticar precocemente os problemas dentários nos alunos; - Fomentar o reconhecimento da saúde como um bem precioso que todos desejamos e devemos promover.	Sala de aula	Sem custos	Todos os alunos das faixas etárias definidas pelo plano nacional de saúde.
Desenvolvimento de um dos temas - Prevenção dos acidentes e promoção da segurança. - Importância da Vacinação. - Os afetos.	Interrupções letivas	PES Centro de Saúde	- Fomentar o reconhecimento da saúde como um bem precioso que todos desejamos e devemos promover.	Sala de aula	Sem custos	Pré-escolar
Desenvolvimento de um dos temas - Prevenção dos acidentes e promoção da segurança. - Importância da Vacinação.	Ao longo do ano letivo	PES Centro de Saúde	- Fomentar o reconhecimento da saúde como um bem precioso que todos desejamos e devemos promover.	Sala de aula	Sem custos	Alunos 1º ciclo

Agrupamento de Escolas de Odemira
Ano Letivo de 2015/2016

- Os afetos.						
Higiene corporal	Ao longo do ano letivo	PES Centro de Saúde	<ul style="list-style-type: none"> - Fomentar o reconhecimento da saúde como um bem precioso que todos desejamos e devemos promover. - Promover a aquisição de conhecimentos aos alunos sobre este tema. 	Sala de aula	Sem custos	Alunos 5º ano
Alterações corporais	Ao longo do ano letivo	PES Centro de Saúde	<ul style="list-style-type: none"> - Promover a aquisição de conhecimentos aos alunos sobre este tema. - Proporcionar a aquisição de conhecimentos que contribuam para uma vivência responsável da sexualidade. 	Sala de aula	Sem custos	Alunos 6º ano
Bullying	Ao longo do ano letivo	PES Centro de Saúde	<ul style="list-style-type: none"> - Promover a aquisição de conhecimentos aos alunos sobre este tema. - Estimular o desenvolvimento de referências éticas, de atitudes, de afetos e de valores na família e na escola. - Proporcionar a aquisição de conhecimentos que contribuam para uma diminuição da incidência de comportamentos violentos. 	Sala de aula	Sem custos	Alunos 7º ano
Violência no namoro	Ao longo do ano letivo	PES Centro de Saúde	<ul style="list-style-type: none"> - Promover a aquisição de conhecimentos aos alunos sobre este tema. - Alertar os jovens para o risco 	Sala de aula	Sem custos	Alunos 8º ano

Agrupamento de Escolas de Odemira
Ano Letivo de 2015/2016

			dos abusos sexuais e formas de atuação perante situações de risco.			
Métodos contraceptivos	Ao longo do ano letivo	PES Centro de Saúde	<ul style="list-style-type: none"> - Promover a aquisição de conhecimentos aos alunos sobre este tema. - Proporcionar a aquisição de conhecimentos que contribuam para uma vivência responsável da sexualidade. - Contribuir para uma atitude preventiva em matéria de saúde, nos aspetos relacionados com a sexualidade e a reprodução. - Sensibilizar os jovens para o uso de meios seguros e eficazes de contraceção e de prevenção do contágio das I.S.T. - Compreender a função dos métodos contraceptivos. - Motivar os jovens para pedirem ajuda e recorrerem aos apoios, quando necessário. 	Sala de aula	Sem custos	Alunos 9º ano
<ul style="list-style-type: none"> - Sexualidade, gravidez na adolescência e IVG. - Workshop de competências comunicativas e discursivas. 	Ao longo do ano letivo	PES Centro de Saúde	<ul style="list-style-type: none"> - Promover a aquisição de conhecimentos aos alunos sobre este tema. - Proporcionar a aquisição de conhecimentos que contribuam para uma vivência responsável da sexualidade. - Contribuir para uma atitude preventiva em matéria de sa- 	Sala de aula	Sem custos	Alunos 10º ano

Agrupamento de Escolas de Odemira
Ano Letivo de 2015/2016

			<p>úde, nos aspetos relacionados com a sexualidade e a reprodução.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Motivar os jovens para pedirem ajuda e recorrerem aos apoios, quando necessário. 			
Prevenção de Infecções Sexualmente Transmissíveis	Ao longo do ano letivo	PES Centro de Saúde	<ul style="list-style-type: none"> - Promover a aquisição de conhecimentos aos alunos sobre este tema. - Alertar e informar os alunos sobre os riscos associados a comportamentos irresponsáveis. - Proporcionar a aquisição de conhecimentos que contribuam para uma vivência responsável da sexualidade. - Contribuir para uma atitude preventiva em matéria de saúde, nos aspetos relacionados com a sexualidade e a reprodução. 	Sala de aula	Sem custos	Alunos 11º ano
<ul style="list-style-type: none"> - Workshop de competências comunicativas e discursivas. - Workshop competências vocais. 	Ao longo do ano letivo	PES Centro de Saúde	<ul style="list-style-type: none"> - Promover a aquisição de conhecimentos aos alunos sobre este tema. 	Sala de aula	Sem custos	Alunos 12º ano
Alimentação saudável e obesidade	10 dezembro	PES Centro de Saúde	<ul style="list-style-type: none"> - Sensibilizar para a importância da aquisição/manutenção de hábitos alimentares saudáveis. - Promover a aquisição de conhecimentos aos alunos sobre este tema. 	Sala de aula	Sem custos	Cursos profissionais 12º ano

Agrupamento de Escolas de Odemira
Ano Letivo de 2015/2016

Rastreio Visual e Auditivo	A agendar	PES Centro de Saúde	- Diagnosticar precocemente os problemas de visão dos alunos, contribuindo para o sucesso escolar; - Promover o bem-estar visual dos alunos, docentes e não docentes.	Sala de aula	Sem custos	Comunidade escolar
Palestra: Consumo de substâncias psicoativas	A agendar	PES Escola segura	- Alertar e informar a comunidade escolar sobre os riscos associados ao consumo de substâncias psicoativas. - Proporcionar a aquisição de conhecimentos que permitam ao jovens ter consciência dos riscos e consequências associadas ao consumo de substâncias psicoativas.	Sala de aula	Sem custos	Comunidade escolar
Dia Mundial da Saúde	7 de Abril	PES	- Fomentar o reconhecimento da saúde como um bem precioso que todos desejamos e devemos promover.	Espaços comuns	Sem custos	Comunidade escolar
Dia da Luta Contra o Cancro	8 de Abril	PES	- Alertar e informar a comunidade escolar sobre a importância da prevenção no combate contra o cancro.	Espaços comuns	Sem custos	Comunidade escolar
Dia Mundial Sem Tabaco	31 de Maio	PES	- Alertar e informar a comunidade escolar sobre os riscos associados ao consumo de tabaco.	Espaços comuns	Sem custos	Comunidade escolar
Prevenção de Burnout	Após o final das atividades letivas.	PES TAIPA Psicóloga escolar	- Alertar e informar professores e funcionários sobre a temática. - Desenvolver competências de	Sala de aula	Sem custos	Docentes Funcionários

Agrupamento de Escolas de Odemira
Ano Letivo de 2015/2016

			prevenção face à problemática.			
Desenvolvimento do projeto "WhySchool" da responsabilidade do município.	Ao longo do ano	PES CMO	- Implementação precoce de estratégias de prevenção e promoção da saúde mental. - Formação creditada de docentes.	Sala de aula	Sem custos	Docentes
Exposição de trabalhos desenvolvidos pelos alunos sobre as várias temáticas.	Ao longo do ano	PES Docentes	- Indicados nas planificações de cada ano letivo.	Espaços comuns	90 euros	Comunidade escolar
Aquisição de materiais didáticos para desenvolver a temática dos afetos em contexto de sala de aula para todos os ciclos de ensino.	Ao longo do ano	PES	- Promover a diversidade de materiais a trabalhar com os alunos.	Não se aplica	277,54 euros	Docentes Alunos
Aulas de Educação Sexual dinamizadas pelos docentes dos conselhos de turma, no mínimo de 6 horas para o 1º e 2º ciclos e de 12 horas para o 3º ciclo.	Ao longo do ano	PES Docentes	- Indicados nas planificações de cada ano letivo	Sala de aula	Ao longo do ano	Alunos

Agrupamento de Escolas de Odemira

Ano Letivo de 2015/2016

Parcerias e protocolos

Para a concretização deste projeto é necessário que a Equipa Promotora da Educação para a Saúde tenha a colaboração das seguintes entidades:

- Centro de Saúde de Odemira;
- TAIPA;
- GAVA;
- Serviços de Psicologia e Orientação;
- Comissão de Proteção de Crianças e Jovens em risco;
- Escola Segura.

Avaliação do Projeto

A avaliação do projeto reveste-se de um carácter predominantemente formativo.

A avaliação da intervenção será feita anualmente e desenvolvida a três níveis:

- **Avaliação dos alunos**, através de questionários elaborados para o efeito, a aplicar no final das atividades. Nível de interesse, participação e pertinência das ações desenvolvidas.
- **Avaliação da equipa de trabalho**, como forma de adaptar a sua intervenção face às necessidades dos alunos e construindo mecanismos de autocorreção do projeto a partir do que está a acontecer.
- **Avaliação do projeto**, realizada no final do ano letivo com a realização de um relatório no final.

Nota Final

Este projeto pretende ser uma proposta de trabalho que poderá vir a ser reformulado de acordo com as sugestões dos vários intervenientes do projeto.

O Coordenador

O Diretor

(Nuno Pinto)

(Armando Martins)