eco-civic awareness project

Educação cívica e ambiental

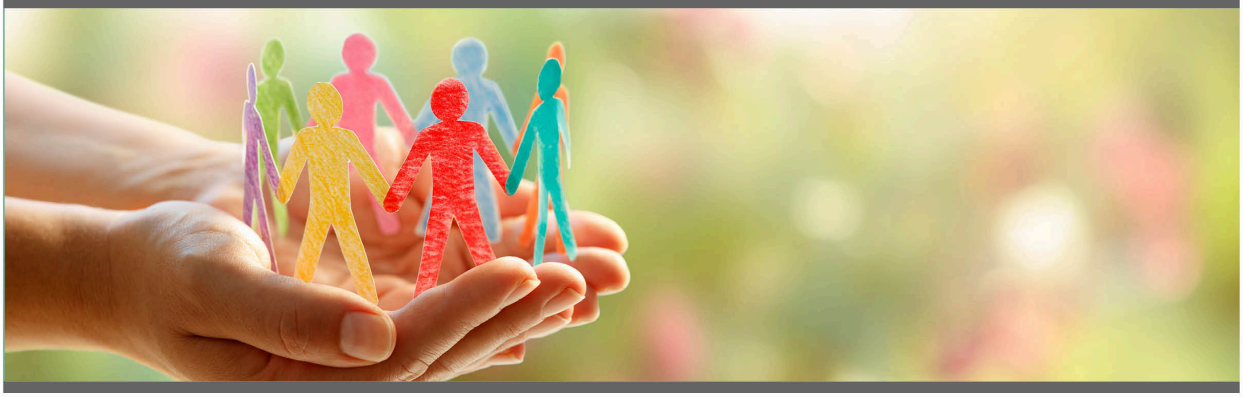
Curso de formação

ESCOLA PRIMÁRIA

Código do projeto n.º 2023-1-BG01-KA220-SCH000160813

Parcerias de cooperação Erasmus+ no ensino escolar

Manual do Professor



Funded by the European Union

ECA 2026/10/05

Curso de formação em Educação Cívica e Ambiental (CEE)

Guia do Professor

A publicação é criada dentro do projeto europeu "ECO-CIVIC Wareness" (projeto ECA). É o resultado do trabalho de quatro organizações: Prosveta-Sofia Foundation - Bulgária, Instituto Politécnico de Santarém (IPS) - Portugal, Antalya Provincial Directorate of National Education (APDNE) - Turquia e Foundation for Environmental Education (FEE) - Letônia.

O projeto é implementado dentro do programa Erasmus de acordo com o Contrato de Subvenção nº 2023-1-BG01-KA220-SCH-000160813 assinado entre a Fundação Prosveta-Sofia (coordenadora do projeto) e o Centro de Desenvolvimento de Recursos Humanos (Agência Nacional Erasmus para a Bulgária).

Autores:

© Profª Doutora Associada Silviya Tsvetanska, Petya Yordanova. (pela Fundação Prosveta-Sofia - Bulgária)

© Profª Doutora Adjunta Ana da Silva, Profª Adjunta Ana Torres, Profº Doutor Adjunto Bento Cavadas, Profº Doutor Adjunto José Maurício Dias (pelo Instituto Politécnico de Santarém - Portugal)

© Pinar Bayram, Sema Aykuş (pela APDNE - Turquia)

© Daniels Truksans (pela Fundação para a educação ambiental - Letônia)

Editora: Elena Lazarova

A publicação está disponível aqui .

As imagens e gráficos utilizados são abertos e licenciados premium pela *Shutterstock* e são imagens originais dos parceiros.

A reprodução é autorizada desde que a fonte seja mencionada.

Editora: © Fundação Prosveta-Sofia, Sófia, Bulgária

ISBN ??? (pdf)

Esta publicação reflete apenas as opiniões do autor e a Comissão não pode ser responsabilizada por qualquer uso que possa ser feito das informações nela contidas.

Agradecimentos

Temos a grande chance de viver em tempos realmente interessantes. O mundo vem mudando rapidamente e temos enfrentado novos desafios - com a pandemia COVID-19, as guerras no Oriente Médio e a crise dos migrantes que começou em 2015. O mundo em que vivemos difere bastante em comparação com o lugar em que morávamos há uma década. As desigualdades sociais aumentaram devido ao declínio de numerosos negócios resultantes da pandemia COVID-19. As origens étnicas e religiosas das pessoas que povoam os países europeus tornaram-se drasticamente mais diversas em comparação com qualquer período anterior na história do continente. A educação, como muitos outros aspectos de nossas vidas, mudou com o bloqueio nos países europeus e a incerteza que teremos de conviver com a não vacinação para o novo vírus. Esta é a realidade e temos que aprender a conviver com ela. Temos que aprender a viver juntos e nos beneficiar um do outro. Temos que ensinar aos nossos filhos habilidades vitais de cidadania, ensiná-los a serem mais cooperativos, empáticos e abertos à alteridade. E a escolaridade pode desempenhar um papel vital nesse processo. A missão da educação é combater preconceitos e discriminações, e aumentar o respeito mútuo e a tolerância entre grupos de pessoas com diferentes estilos de vida. Para apoiar os professores em sua tarefa, criamos um Kit de Ferramentas do Professor que inclui recursos prontos para uso para treinamentos extracurriculares nas escolas.
O projeto foi inspirado pelos membros do conselho de administração da Fundação "Prosveta – Sofia", que incentivaram a equipe búlgara a envolver crianças do ensino fundamental em treinamentos de educação cívica e a elaborar um projeto que visasse criar jovens que farão do mundo um lugar melhor para se viver, um mundo de compreensão e respeito mútuos. Os *jovens aprendizes adotam* o projeto de Inclusão Social e Envolvimento Social (YESI, como chamamos) e o projeto *Minha Europa – Sua Europa – Sua Palavra* fazem parte da ideia em larga escala da Fundação "Prosveta - Sofia" para apoiar o envolvimento de toda a faixa etária de 7 a 14 anos de estudantes em atividades de formação cívica.
O Kit de Ferramentas do Professor YESI resultou dos esforços coletivos da Fundação "Prosveta - Sofia" e de nossos parceiros: AENAO – Grécia e Instituto Politecnico de Santarém – Portugal. As versões finais das saídas também serão resultado da contribuição inestimável dos professores-voluntários participantes da Bulgária, Grécia, Portugal e Escola Primária Hristo Botev, na Sérvia, que pilotarão os recursos de ensino criados com seus alunos durante os anos letivos de 2020/2021 e 2021/2022. Os professores darão dicas e sugerirão mudanças nos materiais de formação e se tornarão coautores dos recursos digitais, filmando as atividades que implementam com seus alunos como apoio visual para outros professores.

Elena Lazarova
Pesquisadora e gerente de projetos YESI projeto
Prosveta – Fundação Sofia
Bulgária

Prefácio



Como nos transformamos de crianças em idade escolar para membros ativos da classe - nossa pequena comunidade? É importante conhecer e proteger os direitos das nossas crianças? O que significa aceitar e respeitar as diferenças? É importante viver em paz e ter todos os alunos envolvidos na vida comunitária? Estas são apenas algumas das questões que enfrentamos no processo de crescer e desenvolver nossas personalidades.

Desenvolver sensibilidade, empatia e tolerância com a diversidade no mundo contemporâneo é um processo demorado e difícil que ocorre principalmente na escola – enquanto estudamos e interagimos com nossos colegas e professores, enquanto fazemos projetos, resolvemos problemas e seguimos nossos sonhos. Portanto, este livro também é voltado para todos os professores que desejam apoiar jovens estudantes de 7 a 11 anos no crescimento como cidadãos ativos. É voltada para todos os professores que não ensinam simplesmente disciplinas, mas também usam a educação informal para ajudar as crianças a desenvolver competências sociais e cívicas. Com as atividades do Kit de Ferramentas do Professor serão incentivados a se expressar e desenvolver habilidades que lhes permitam ser empáticos e tolerantes por meio de situações práticas e compartilhamento de experiências. Além disso, os alunos descobrirão maneiras de se adaptar ao nosso mundo e mudá-lo ao mesmo tempo. A mensagem mais importante transmitida no kit de ferramentas é que as crianças, também, podem tornar nosso mundo mais colorido e um lugar melhor para viver, desde que lhes demos a chance de fazê-lo; contanto que os ensinemos a assumir a responsabilidade por suas ações. Cidadãos ativos lutam por seus direitos sem violar os direitos de outras pessoas. Os cidadãos ativos são sensíveis à diversidade ao seu redor e não negam o direito dos outros de serem diferentes.

Neste livro parceiros de quatro instituições de ensino mostram o que é educação cívica no ensino fundamental considerando as especificidades da faixa etária e os diferentes estilos de aprendizagem. Os alunos têm a oportunidade de aprender sobre regras de relacionamento e descobrir o mundo ao seu redor em um ambiente de aprendizagem dinâmico e interativo, através de atividades de teatro, criações artísticas, e-games e muito mais.

Introdução

Bem-vindo a este manual de curso de formação abrangente sobre Educação Cívica e Ambiental para alunos do ensino primário. Enquanto educadores, desempenham um papel crucial na formação das mentes e dos corações da próxima geração. Este manual foi criado para o dotar das ferramentas e dos conhecimentos necessários para ensinar aos jovens alunos temas essenciais como os direitos das crianças, o valor da diversidade, a identidade, a cidadania ativa e questões ambientais prementes como a perda de biodiversidade, as alterações climáticas e a poluição ambiental.
No mundo atual, em rápida evolução, é mais importante do que nunca fomentar nos alunos uma compreensão profunda dos seus direitos e responsabilidades, ao mesmo tempo que se fomenta o seu sentido de identidade e pertença. O nosso futuro coletivo depende da formação de cidadãos informados, empáticos e proactivos que não só apreciem a riqueza da diversidade humana, mas também estejam preparados para tomar medidas significativas em resposta aos desafios ambientais.

Sinceramente,

Elena Lazarova

Administrador do projeto

Fundação Prosveta-Sofia

Instruções para os professores

Caros educadores,
O projeto "Consciência ECO-CÍVICA" foi desenvolvido com o objetivo de vos dotar de competências e recursos didácticos prontos a utilizar para inspirar uma nova geração de cidadãos informados, solidários e proactivos. A utilização dos planos de aula do curso de formação ensinará os alunos a conhecer e a respeitar os direitos das outras pessoas, a valorizar cada membro da sociedade como um ser humano, a participar ativamente e a contribuir para a vida escolar, a tomar consciência das consequências das nossas acções no ambiente e a agir para salvar a Terra. Juntos, podemos ter um impacto significativo na vida dos nossos alunos e, consequentemente, no mundo que nos rodeia.
O curso de formação destina-se a alunos dos 7 aos 11 anos. Esta é a altura em que começam a frequentar a escola, onde passam muito tempo, pelo que intervenções como esta podem ter um impacto real.
Como educadores, têm a oportunidade de ser flexíveis, transmitir conhecimentos e desempenhar um papel crucial no desenvolvimento, progresso e conclusão bem sucedida do curso de formação. Os elementos-chave que podem garantir a implementação bem sucedida das formações são numerosos e todos são igualmente valiosos - o seu conhecimento e crença firme nas ideias do projeto, a formação que recebeu, as suas capacidades para proporcionar uma atmosfera emocional positiva na sala de aula durante as sessões de formação e durante o ensino diário, as suas capacidades para promover o respeito mútuo entre os alunos, encorajando a sua participação e envolvimento iguais como forma de garantir a eficácia do projeto.
Ao aderir ao projeto, junta-se a uma grande equipa internacional de profissionais que partilham as mesmas ideias e que têm como principal objetivo o desenvolvimento das competências e da autoestima das crianças, que têm origem nas suas próprias capacidades pessoais. Desta forma, ajudará os alunos a desenvolver uma atitude e um comportamento positivos face à diversidade de personalidades e ideias existentes no mundo.
No conjunto de ferramentas do curso de formação CEE, ser-lhe-ão apresentados novos métodos de ensino e métodos típicos da educação não formal. Utilizá-los na sala de aula pode ser stressante no início. Os conselhos que se seguem podem ajudá-lo significativamente a implementar corretamente as formações.
Não utilize nenhum método de ensino em que não esteja preparado para participar.
Prepare-se cuidadosamente para as sessões de formação. Dê instruções claras, tenha em conta as dimensões e antecipe as possíveis voltas e reviravoltas que as actividades e discussões podem dar, embora não seja possível prever todas as probabilidades.
Todas as inovações têm uma taxa de insucesso possível. Embora um método bem preparado possa limitar essa probabilidade, é preciso ter em mente que quanto mais métodos utilizar, mais fácil será para si implementar métodos de educação não formal.
Sempre que introduzir um novo tópico ou método, pode aumentar as hipóteses de sucesso se
apresentar o que planeou de uma forma específica que desperte a curiosidade dos alunos;
aceitar a forma como os alunos pensam e trabalham, mesmo que não seja a forma esperada ou desejada. A solução é intervir no comportamento inadequado de um aluno sem o rejeitar ao mesmo tempo;
Considere cuidadosamente a secção Adaptações do plano de aula, utilize as sugestões se as considerar adequadas às capacidades dos seus alunos ou pense nas suas próprias adaptações.
Considere todos os objectivos que podem ser alcançados através da utilização de uma atividade ou método específico. Por exemplo, um energizador pode ser utilizado para estimular os alunos, mas ao mesmo tempo pode também gerar outros efeitos positivos, por exemplo
pode melhorar a comunicação das crianças;
pode contribuir para a capacidade dos alunos de aceitarem responsabilidades
pode ajudar a criar uma atmosfera amigável e criativa na sala de aula.
Pode estar confuso e preocupado com o facto de a utilização de métodos de aprendizagem ativa causar confusão e sentir que está a perder o controlo da turma. Deve ter em conta que a aplicação de novos métodos de ensino pressupõe um tipo diferente de controlo. Quando os alunos trabalham com uma variedade de métodos, é natural que o professor não esteja continuamente em contacto direto com eles. A estratégia global de intervenção deve ser clara e o professor deve poder intervir quando necessário.
Considere a suficiência do tempo disponibilizado para cada recurso de formação, bem como a adequação do espaço disponível na sala de aula para a aplicação do método específico (tamanho, disposição do mobiliário e proximidade de outras salas de aula).
Por último, mas não menos importante: Descontrair e divertir-se! Afinal, é disso que se trata a educação e a educação não formal!

Preparação de aula para o curso de formação e para as sessões de formação

A sessão esperanças e receios/contrato de grupo será realizada no início do ano letivo, antes das sessões de treinamento planejadas, utilizando os recursos do Kit de Ferramentas do Professor.

Esperanças e Medos / Contrato de Grupo

Nome do Tópico/Atividade	**Esperanças e Medos / Contrato de Grupo**
Duração	35 minutos
Objetivos	• Para esclarecer objetivos e expectativas dos alunos • Para esclarecer as "regras" e os "valores" do grupo • Para criar um ambiente de aprendizagem seguro • Para facilitar a comunicação dos participantes em diferentes níveis.
Preparação • **Leituras sugeridas, dicas, etc.** • **Materiais**	**Materiais** : • <u>Para esperanças e medos</u> • Post-its em duas cores diferentes, ou seja, amarelo e azul (um para esperanças, um para medos) • 2 papéis de papelão grandes em duas cores diferentes (um para esperanças, um para medos) • Marcadores • Fita adesiva para colar caixas na parede • Música relaxante (opcional) • <u>Para contrato de grupo</u> • Papel cartão grande ou flipchart • Marcadores • Fita adesiva para colar na parede • **Pontas** O professor pode pedir aos alunos (antes deste exercício introdutório, durante um intervalo ou aula de Artes) que desenhem nas duas folhas de papelão algo que simbolize ESPERANÇAS (por exemplo, uma ilha com um mar calmo ao redor, uma árvore etc.) e MEDOS (por exemplo, um espantalho, uma tempestade etc.).
Introdução	Este exercício deve ser feito como um exercício introdutório, para que os alunos comecem a ter uma "ideia" do que vai acontecer nas próximas semanas ou meses.

Metodologia	**Esperanças e Medos** A professora cola na parede as caixas grandes com os dois desenhos e explica que um dos desenhos representa as esperanças que os alunos têm no curso de formação e o outro representa os seus medos. Cada aluno recebe 2 post-its; um amarelo, um azul. Os alunos são instruídos a escrever suas expectativas/esperanças sobre o curso de treinamento no papel amarelo e seus medos no papel azul. Quando todos estiverem prontos, eles vão juntos até as caixas presas nas paredes da sala de aula e colam seus post-its nelas. Depois disso, todos voltam para seus assentos. Primeiro, o professor lê as esperanças (ele/ela pode categorizá-las se houver semelhanças). Então ele/ela lê os medos (que também podem ser agrupados). Por fim, o professor explica aos alunos que seus post-its com as Esperanças e Medos permanecerão na parede até o final do curso de treinamento. **15'** No final do curso de treinamento, o professor pede aos alunos que olhem novamente para suas Esperanças e Medos e reflitam sobre eles. Seus medos tinham fundamento? Houve problemas que foram superados? O projeto atendeu às expectativas deles? Os alunos podem ter uma pequena conversa no plenário e discutir suas esperanças e medos e o que poderia ter sido organizado de uma maneira diferente. **10'** **Grupo C contrato** O professor discute com os alunos que este curso de treinamento (projeto) os ajudará a aprender mais sobre Direitos Humanos, Diversidade e Inclusão Social, e Cidadania Ativa e Envolvimento Social de uma forma diferente do que eles estão acostumados. As atividades serão moldadas como jogos e serão muito práticas. Como o grupo estará junto no curso de treinamento (projeto) por várias semanas ou meses, seria bom estabelecer juntos regras específicas que todos conheçam e respeitem. O professor guia a conversa e os alunos fazem um brainstorming sobre as regras que querem estabelecer, por exemplo: a opinião de todos será respeitada, não haverá julgamento de opiniões, todos respeitarão o silêncio quando for necessário, a participação é importante porque as atividades estão vinculadas a todos os alunos como membros do grupo (turma), etc. O professor ou um aluno escreve todas as "regras" em uma cartolina ou em um flipchart. Uma vez que a lista esteja pronta, todos os alunos assinam o Contrato de Grupo e ele é afixado na parede até o final do projeto (curso de formação). **15'**

Abrindo uma sessão de treinamento

Todos nós sabemos que se você estiver ansioso para fazer uma atividade e começar a fazê-la com expectativas positivas, os resultados têm muito mais probabilidade de serem melhores e a intervenção – de ser mais eficiente. Os alunos podem vir para a aula com grande interesse ou não estarem interessados. Às vezes, o professor pode enfrentar resistência notável se começar diretamente com o tema planejado. Os alunos na classe podem, a princípio, precisar se acalmar ou ser estimulados. Há uma série de métodos que podem ser usados para iniciar uma sessão de treinamento:

- Comece com um energizador para despertar o interesse dos alunos (conforme sugerido no kit de ferramentas).
- Use um exercício de relaxamento ou música apropriada quando as crianças estiverem muito inquietas (conforme sugerido no kit de ferramentas).
- Se os alunos estiverem enfrentando um problema, então talvez seja melhor lidar com ele primeiro. Na prática, você pode descobrir que esse problema em particular pode cobrir toda a atividade, embora não tenha sido planejado.

Encerrando uma sessão de treinamento

No final de cada treinamento deve haver tempo para conectar e fechar as questões levantadas, e os alunos devem ter tempo para preparar o tópico para a próxima sessão de treinamento. É importante que nada fique no ar. Todas as questões devem ser resolvidas adequadamente. A atividade também deve ser encerrada fazendo comentários positivos sobre:

- o que foi alcançado
- a dinâmica da equipe
- o progresso feito
- os fatos significativos estabelecidos pela equipe
- qualquer incidente incomum que possa ter ocorrido
- o trabalho a ser preparado para a próxima sessão de treinamento (dependendo do treinamento que se segue).

EDUCAÇÃO NÃO FORMAL

Métodos de ensino

Em projetos europeus – particularmente dentro do quadro do Erasmus – é preferível aplicar métodos de ensino não tradicionais, que criam uma atmosfera agradável na sala de aula e transformam o aprendizado em uma experiência interessante. Para escolher um método, levamos em consideração os objetivos do recurso. Um método apropriado encoraja os alunos a identificar situações na realidade da vida diária e dá a eles a oportunidade de discutir questões vistas de sua perspectiva. Para garantir o sucesso do método, é necessário prepará-lo da maneira correta.

Este manual consiste em 38 recursos distribuídos em três módulos: Direitos das Crianças - Direitos Humanos; Diversidade e Inclusão Social; e Identidade, Cidadania Ativa e Envolvimento Social. Cada recurso de treinamento consiste em duas ferramentas: (a) Ferramenta de Educação Não Formal (NFE) e (b) Ferramenta Digital (DT). A ferramenta NFE descreve os "exercícios" (atividades) que devem ser utilizados com o grupo. A DT é uma ferramenta extra que deve ser usada para enriquecer a ferramenta NFE. Dependendo do recurso, a DT pode ser usada antes, durante ou depois da implementação das atividades. As ferramentas NFE usadas são de alguma forma "repetíveis"; a mesma ferramenta (método) pode ser usada em uma variedade de recursos. O mesmo princípio é responsável pelas DT's.

Os métodos (ferramentas NFE), que são aplicados no presente kit de ferramentas, são descritos abaixo:

1. Trabalho em equipe

Foi estabelecido que o trabalho em equipe em pequenos grupos de 4 a 6 alunos é um método de trabalho muito eficaz. Em pequenos grupos, os alunos têm a oportunidade de adquirir conhecimento, compreender e aplicar tal conhecimento enquanto moldam atitudes e fazem escolhas. Ao discutir, participar e se comunicar no grupo, os alunos podem desenvolver e exercitar habilidades apropriadas.

A organização da turma em pequenos grupos pode ser feita de diferentes maneiras:

O educador explica uma atividade e os alunos formam pequenos grupos de 4 a 6 pessoas nos quais praticam diferentes atividades.

- As atividades podem envolver discussão, criação artística, apresentação, produção de vídeos, dramatização, brainstorming, simulação etc. Todas essas atividades podem ser utilizadas por meio de trabalho em equipe, onde o elemento-chave é o mesmo: trabalhar em pequenos grupos.

O educador apresenta o tópico, os alunos o discutem em grupos e apresentam suas conclusões a todos os membros da turma.

Os alunos podem trabalhar individualmente e depois discutir suas conclusões em grupo.

Ao discutir em sala de aula, uma questão é levantada e os alunos são divididos em pequenos grupos para discutir e propor soluções.

2. Tempestade de ideias

Brainstorming é um método criativo que visa expressar uma variedade de ideias. Ele pode ser aplicado por vários motivos; mais comumente, é usado para cobrir o máximo possível de aspectos do tópico em discussão.

Brainstorming não significa simplesmente pedir ideias a outros. Para uma sessão de brainstorming eficaz, há algumas regras a serem seguidas:

- a questão ou tópico deve ser bem definido;
- os membros da equipe são encorajados a expressar qualquer ideia que passe pela cabeça deles como uma resposta à pergunta. Ninguém deve comentar as ideias dos outros. Nós insistimos nisso.

O brainstorming é bem simples de utilizar. O educador escreve o tópico ou a questão no quadro negro, então explica as regras para a classe definindo um limite de tempo, por exemplo, 5 minutos. Os alunos são convidados a começar. O educador escreve as ideias no quadro negro rapidamente. Se houver uma lacuna estabelecida, o educador pode preenchê-la com suas ideias. Dependendo das ideias, elas podem ser categorizadas, ou seja, algumas ideias podem cair na mesma categoria "principal".

O próximo passo é processar as ideias e passar para a ação. Em alguns casos, pode ser necessário pedir aos alunos que especifiquem algumas ideias. Nesta fase, algumas ideias podem ser esclarecidas, avaliadas, escolhidas e classificadas. Este procedimento é necessário para diferenciar as ideias, ou seja, se não houver diferenciação durante a aceitação das ideias, provavelmente haverá a impressão de que todas as ideias são iguais e aceitáveis.

3. Jogos de RPG

Em jogos de RPG, uma certa situação é transportada do mundo real para o quadro do jogo de RPG. Jogos de RPG são úteis quando desejamos analisar certos comportamentos ou testar comportamentos novos ou alternativos dentro de uma estrutura controlada e segura. Para usar os jogos de RPG, é necessário ter uma atmosfera calorosa e de mente aberta na classe.

É importante que todos os participantes estejam cientes do significado dos jogos de RPG e que concordem com certas regras básicas para trabalharem juntos de forma estruturada. Portanto, o educador tem que explicar brevemente a metodologia dos jogos de RPG e, mais adiante, a classe tem que definir algumas regras para os alunos que interpretam os papéis e para os alunos que assistem à apresentação, antes do jogo começar. Então, o tópico é definido como uma determinada situação e os personagens participantes são descritos em detalhes para ajudar todos os participantes a entender seus papéis. As diferentes cenas não devem durar mais do que alguns minutos.

Os alunos, não participando ativamente do jogo de interpretação de papéis, funcionam como observadores e são o público. O educador atua como coordenador ou "diretor" e é responsável por planejar, executar e avaliar a atividade.

4. Simulação

Um jogo de simulação (Patricia K. Tompkins, 1998) é uma recriação de uma situação do mundo real, projetada para explorar elementos-chave dessa situação. Similarmente ao RPG, as simulações sempre incluem um elemento de papel. Durante um jogo de simulação, os alunos precisam executar uma determinada situação com base em situações da vida real, enquanto no RPG os participantes representam e vivenciam algum tipo de personagem conhecido na vida cotidiana.

5. Criação artística (desenho, pintura, colagem) Certas formas de arte são uma abordagem útil de ensino não formal dentro de um grupo. Os alunos não apenas discutem ou escrevem sobre diferentes situações sociais, mas também capturam e expressam essas situações em pinturas, desenhos, performances, etc. Eles também podem fazer colagens para expressar a si mesmos e sua opinião sem exigir um certo talento ou habilidades especializadas. É importante que os alunos superem seus medos em relação à criação artística. Portanto, o educador deve gastar algum tempo para fazer os alunos entenderem que o objetivo da atividade não é criar uma obra de arte, mas se expressar de forma livre.

6. Estudo de caso

Um estudo de caso (UNSW Austrália) é um relato de uma atividade, evento ou problema que contém uma situação real ou hipotética. Estudos de caso podem ser usados para ajudar os alunos a entender como as complexidades da vida real influenciam as decisões. Um caso comum geralmente:

- é tirado da vida real (mas pode ser hipotético);
- consiste em partes diferentes e cada parte geralmente termina com problemas e pontos para discussão. Pode não haver um ponto de corte claro para a situação;
- inclui informações suficientes para o leitor tratar de problemas e questões;
- é crível para o leitor (o caso contém o cenário, personalidades, sequência de eventos, problemas e conflitos).

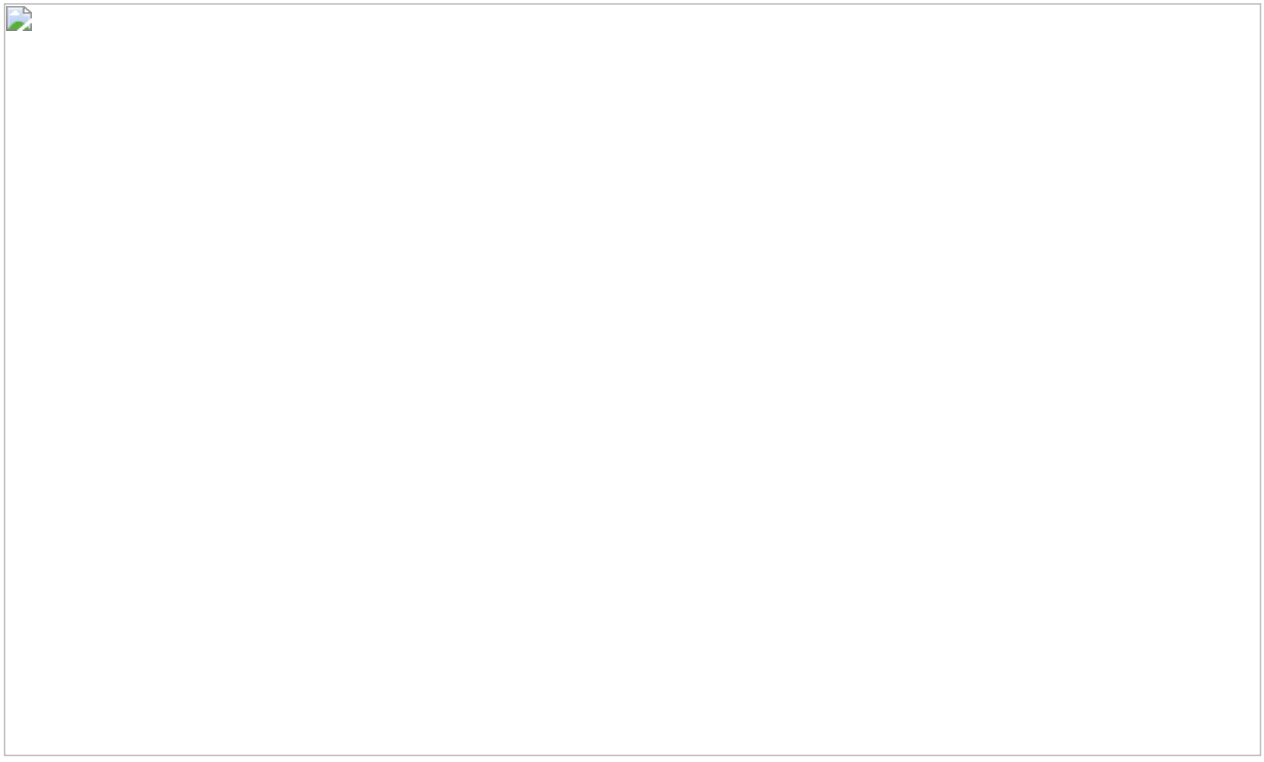
Um estudo de caso é dado aos alunos como exemplo para que eles implementem um exercício, ao mesmo tempo em que tentam se concentrar no problema descrito.

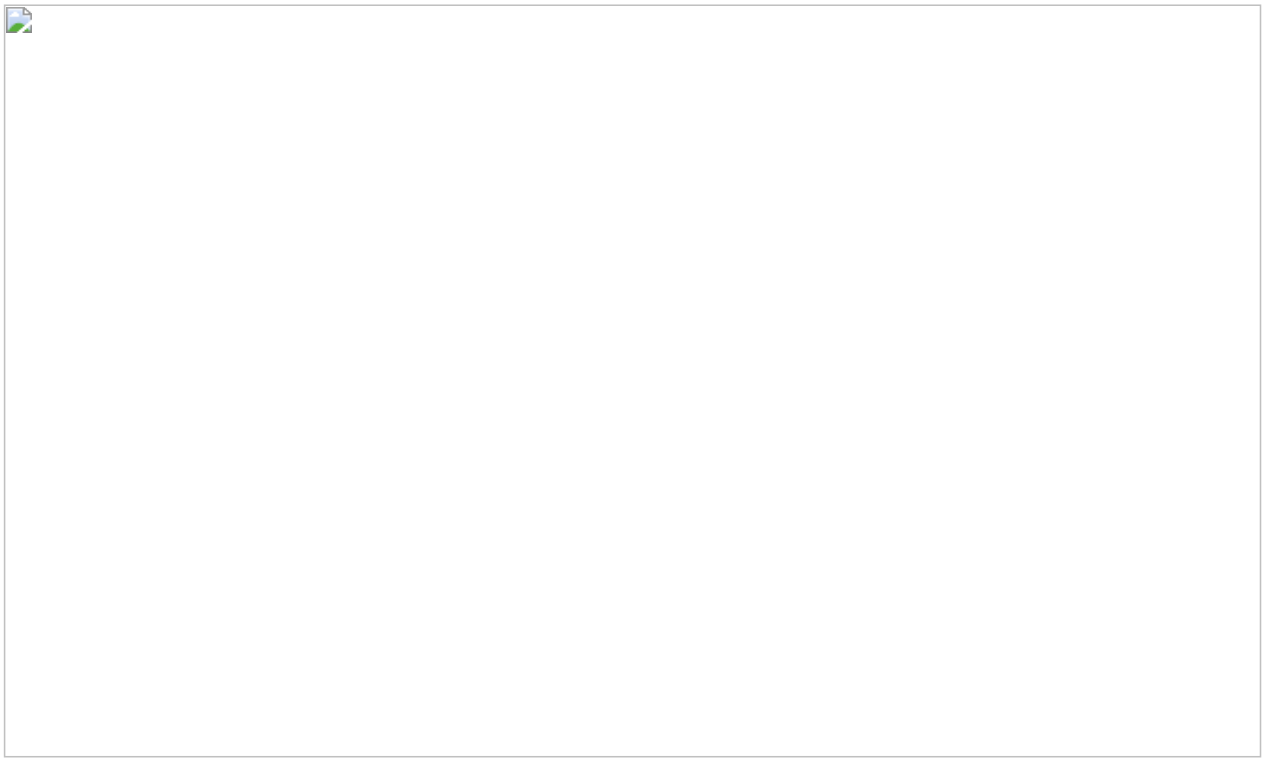
7. Drama guiado

No drama guiado, os alunos recebem um caso no que diz respeito a cenários e personagens gerais. Eles são guiados pela estrutura do enredo ao receber descrições de eventos planejados (reuniões) e de suas tarefas nas respectivas reuniões (mensagens). Eles são encorajados a se colocarem no lugar dos personagens e, mantendo-se fiéis às informações fornecidas, são livres para decidir sobre a história, ou seja, detalhes do enredo, fala dos personagens, etc. As informações impressas são distribuídas aos alunos pouco antes dos eventos; os alunos as leem e planejam suas ações e fala imediatamente, de forma semelhante às técnicas de "encontro rápido".

8. Mapa Mental

Um mapa mental (Wikipedia) é um diagrama usado para organizar informações visualmente. Um mapa mental é frequentemente criado em torno de um único conceito, desenhado como uma imagem no centro de uma página em branco, à qual são adicionadas representações associadas de ideias, como imagens, palavras e partes de palavras. As ideias principais são conectadas diretamente ao conceito central, e outras ideias se ramificam a partir delas. Os mapas mentais podem ser desenhados à mão, seja como "anotações rascunhadas" durante uma palestra, reunião ou sessão de planejamento, por exemplo, ou como imagens de maior qualidade quando há mais tempo disponível.





9. Pensamento de céu azul

O pensamento de céu azul é um método interativo bem conhecido e amplamente utilizado para gerar ideias. Ele incentiva os participantes a usarem a imaginação e serem criativos. Ele ajuda a obter inúmeras soluções para qualquer problema; por exemplo, "o que devo fazer nesta situação?" ou "como podemos superar este obstáculo?". Nenhuma avaliação de qualquer tipo é permitida em uma sessão de "pensamento". Se você julgar e avaliar as ideias conforme elas são expressas, as pessoas se concentrarão mais em defender suas ideias do que em pensar em ideias novas e melhores. Todos são encorajados a "pensar" em tantas ideias quanto possível. "Selvagem" ou diferente
ideias devem ser encorajadas mesmo que pareçam tolas.
Os participantes devem desenvolver ou modificar as ideias dos outros.
Como pensar em céus azuis?

- Sente os participantes informalmente;
- Forneça um bloco de flipchart ou quadro negro para registrar ideias;
- Indique o problema ou questão a ser abordada;
- Estabeleça as regras básicas: por exemplo, não é permitida nenhuma avaliação de ideias nem julgamento quanto ao seu valor.

Quantas mais ideias, melhor; esforce-se para:

- quantidade e construir sobre as ideias de outros (combinar, modificar, etc.);
- Peça ideias e registre-as assim que surgirem – não as edite;
- Incentive novas ideias adicionando as suas próprias;
- Desencoraje risos irônicos, comentários ou ridicularização de quaisquer ideias;
- Discuta e avalie as ideias geradas.

10. Bola de neve

A técnica de bola de neve permite que os participantes pensem sobre suas próprias respostas e gradualmente procurem pessoas ao seu redor para considerar os pensamentos dos outros sobre uma questão.

Como fazer bola de neve? O professor faz uma pergunta e/ou apresenta um cenário e dá aos participantes alguns momentos para refletir. Então, os participantes são convidados a se virar para a pessoa ao lado deles e discutir seus pensamentos. Dependendo da atividade, o professor pode pedir aos participantes para priorizar suas ideias, chegar a um consenso sobre suas principais prioridades, etc. (reserve vários minutos). Então, cada par se vira para outro par e discute seus pensamentos.

USO DE FERRAMENTAS DIGITAIS



As ferramentas digitais que são mostradas neste kit de ferramentas são especificamente escolhidas e projetadas para os propósitos do projeto ECO-CIVIC Awareness. Os planos de aula que descrevem as sessões de treinamento são enriquecidos com um ou vários e-recursos (ferramentas digitais), que visam ajudar os alunos a aprender sobre os respectivos tópicos de uma forma mais eficiente e divertida. Dependendo da sessão de treinamento, os e-recursos da Ferramenta Digital podem ser usados antes, durante ou depois da implementação da atividade (as instruções são fornecidas em cada plano de aula).

Os recursos eletrônicos da Ferramenta Digital são carregados no site do projeto e os alunos podem assistir, jogar, aprender e investigar por meio do uso de filmes, questionários/questionários on-line, jogos interativos, vídeos de desenhos animados, apresentações prezi/ppt etc.

AVALIAÇÃO

Avaliação é o processo de estimar a eficácia de um curso de treinamento e deve ser parte integrante de todo procedimento de treinamento e aprendizagem.

A avaliação lida com :

- a medida em que o curso de formação (projeto) como um todo atende aos seus objetivos,
- avaliação de quais métodos específicos se mostraram eficazes para o cumprimento dos objetivos
- dicas e recomendações para atualizar os itens avaliados de modo a atender às necessidades dos usuários.

As atividades **de avaliação são realizadas para examinar:**

- Adequação: O curso de treinamento atende às necessidades, interesses e ansiedades dos alunos?
- Eficácia: Atinge a meta e os objetivos para os quais foi projetado?
- Metodologia: As atividades e métodos sugeridos são os adequados?
- Coordenação: O coordenador da equipe na escola tem habilidades para se comunicar e trabalhar em conjunto com os membros da equipe para facilitar o processo de aprendizagem?

O que deve ser avaliado?

- **Conteúdo** : O conteúdo é estruturado para atender às necessidades, interesses e ansiedades dos alunos e garantir o alcance dos objetivos e metas?
- **Organização e apresentação** : As atividades descritas no plano de aula são organizadas logicamente e apresentadas de forma clara usando vários métodos e modos que motivam e aumentam a abertura à diversidade do mundo e promovem as habilidades de envolvimento social dos alunos à medida que eles se envolvem em atividades práticas de alto interesse?
- **Design instrucional e suporte** : O design instrucional usa estratégias instrucionais baseadas em pesquisas e oferece oportunidades para se envolver em atividades de alto interesse e adequadas à idade, que refletem situações da vida real e criam conexões globais interdisciplinares?

- **Equidade e acessibilidade** : As atividades e os recursos eletrônicos sugeridos são livres de preconceitos na descrição de grupos étnicos, gênero, idade, deficiências, culturas, religião, etc. Eles consideram múltiplos estilos de aprendizagem e as diferenças culturais dos alunos?

Métodos e estratégias de avaliação

A avaliação do curso de formação CEE criado pelo projeto ECA será realizada tanto por professores como por alunos através de:

- *Auto-observação, autoavaliação e reflexão crítica* : O projeto incentiva a prática criticamente reflexiva em todas as áreas, incluindo alunos e professores como parceiros no processo de ensino e aprendizagem. Os professores, tendo uma abordagem reflexiva e crítica à sua própria prática de ensino, avaliarão tanto a maneira como ministram as sessões de treinamento quanto o Manual do Professor. Os métodos de obtenção de feedback do professor são estruturados, semiestruturados e não estruturados. Os professores avaliarão cada recurso de treinamento que compreende um plano de aula, recursos eletrônicos e seção do livro do aluno por meio do preenchimento de um questionário com perguntas de múltipla escolha e abertas. Haverá a oportunidade de compartilhar experiências, opiniões e recomendações de forma não estruturada por meio de reuniões on-line e por meio de relatórios escritos em nível nacional.
- *Avaliação e feedback do aluno* : O feedback do aluno é uma fonte rica e valiosa de informações para fins formativos e somativos. Por esse motivo, o feedback e a avaliação dos alunos são componentes-chave do processo de avaliação. Os métodos de obtenção de feedback dos alunos são estruturados e não estruturados. Eles serão implementados por meio de pesquisas e consultas aos alunos. Os alunos participarão de uma pesquisa estruturada explorando suas atitudes e habilidades antes dos treinamentos e após a conclusão do curso de treinamento. Os resultados das duas pesquisas serão processados e analisados.
- *Tarefas de avaliação do aluno e obtenção de resultados de aprendizagem* : As tarefas de avaliação e outros trabalhos que os alunos produziram no curso de seu treinamento são uma fonte valiosa de informações sobre o ensino e o design do currículo. Eles serão usados para propósitos como refinar o currículo e as ferramentas educacionais não formais usadas nos treinamentos, diagnosticar áreas problemáticas e fornecer evidências de ensino eficaz.

Competências profissionais dos professores

Os professores têm a tarefa de criar um impacto educacional memorável, e isso requer uma variedade de habilidades técnicas e comportamentais. Então, sendo um educador, você deve ter certeza de que entende bem algumas das habilidades de ensino mais importantes. Este capítulo aborda algumas das habilidades profissionais indispensáveis de um professor, que são mencionadas mais adiante nos planos de aula.

1. **Comunicação.** A capacidade de comunicar-se efetivamente é talvez a habilidade mais importante que os professores devem possuir.

   Simplesmente entender o conteúdo do assunto é inútil se você não consegue comunicá-lo de uma forma que envolva os alunos e seja fácil para eles entenderem.

   Tipos de habilidades de comunicação:

- *Escuta e adaptabilidade* **.** A maioria das salas de aula terá alunos de todos os tipos diferentes de personalidades e estilos de aprendizagem. Não é suficiente simplesmente preparar um estilo de plano de aula, você precisará antecipar maneiras alternativas de comunicar as mesmas informações. Isso envolve ouvir os alunos e entender suas perguntas e pontos de confusão e, então, adaptar-se adequadamente para atender a essas necessidades.
- *Interpessoal* **.** Habilidades interpessoais são especialmente importantes quando os alunos exigem atenção individualizada. Você precisa transmitir uma personalidade acolhedora e amigável para que eles não hesitem em buscar sua ajuda. Habilidades interpessoais ajudam você a construir um relacionamento e entender seus pontos fortes e fracos como aluno, permitindo que você os ajude novamente no futuro. Habilidades interpessoais também são importantes caso você tenha um aluno perturbador ou problemático na sala de aula. Elas permitirão que você construa respeito e resolva tais problemas de forma eficaz.
- *Comunicação com os pais.* A capacidade de se comunicar com os pais pode ser crítica ou desnecessária, dependendo se você é um professor do ensino fundamental. Falar sobre os pontos fortes dos seus alunos durante as conferências de pais e professores pode render elogios em casa e incentivá-los a aproveitar ainda mais a aula.
- *Criando planos de aula.* Como criar planos de aula eficazes é um assunto que os especialistas estão constantemente pesquisando e ao qual poderíamos dedicar muitos artigos separados. No entanto, tudo o que diremos aqui é que é uma habilidade que você precisa estar constantemente comprometido em melhorar. Os visuais, o ritmo e uma centena de outros elementos sobre como você apresenta o material da aula influenciam muito a quantidade de informações às quais seus alunos prestam atenção, entendem e retêm.
- Comunicação escrita **.** Você exercitará habilidades de comunicação escrita ao enviar e-mails, escrever testes e criar trabalhos de casa. Quando se trata de questões de agendamento e instruções, é importante ser claro e consistente em como você se comunica.

2. **Pensamento crítico.** Ensinar envolve muito mais do que o que acontece diretamente na sala de aula. Você também precisará fazer coisas como:
   - Responda às perguntas dos alunos rapidamente. As perguntas podem assumir a forma de uma questão de matemática ou outro assunto técnico, que você precisará saber como resolver rapidamente enquanto explica seus passos.
   - Resolva conflitos entre alunos. Gerenciar o comportamento dos alunos requer mais do que apenas habilidades de comunicação; geralmente exige estratégia. Você precisará pesar as opções disponíveis, seja separando os alunos e redistribuindo seus assentos ou administrando a disciplina. O que você escolher fazer também influenciará o quão seriamente eles levam a aula e se problemas semelhantes surgirão no futuro, então você terá que pensar nas ações corretas.
   - Edite os planos de aula e crie novos. Você inevitavelmente precisará mudar seus planos de aula, seja por motivos de agendamento ou porque algo não saiu como planejado. É seu trabalho reequilibrar o cronograma e determinar o caminho certo para seguir em frente.
3. **Paciência.** Ser capaz de permanecer paciente, bem como demonstrar paciência, está ligado a todas as outras habilidades de ensino nesta lista. Você precisará ser paciente ao ajudar os alunos a resolver suas dúvidas e áreas de fraqueza. Não apenas porque alguns alunos podem exigir muito mais tempo e ajuda do que outros, mas porque se você emitir um tom impaciente, desencorajará muitos alunos de buscar sua ajuda no futuro. Você também encontrará muitas aulas que exigem revisão, alunos perturbadores e pais e professores desagradáveis. Lidar com todas essas questões profissionalmente exigirá paciência.
4. **Criatividade e paixão.** Você ensina crianças/jovens adultos, então sabe que metade da batalha é apenas manter a capacidade de atenção deles. Professores que conseguem tornar suas aulas mais dinâmicas incorporando material didático único, energético e criativo são recompensados com alunos altamente engajados e notas mais altas.
5. **Construção de confiança.** Muitos alunos não estão cientes de seu potencial, e é seu trabalho como professor incentivá-los e ajudá-los a desbloqueá-lo. Professores que conseguem construir confiança em seus alunos ganham mais respeito e veem mais engajamento e notas mais altas em suas salas de aula.

6. **Entusiasmo.** O entusiasmo é frequentemente contagioso e pode transformar até mesmo o material de aula mais desinteressante em algo que os alunos queiram sintonizar. Se os alunos observarem que você é apaixonado e sério sobre a aula, eles também o respeitarão mais e estarão dispostos a ouvir.
7. **Flexibilidade.** Seus planos de aula e atividades programadas nem sempre ocorrerão como você esperava. Como professor, você precisa ser flexível e criativo o suficiente para se adaptar a essas situações. Será seu trabalho encontrar alternativas que sejam tão educacionais e envolventes para seus alunos.
8. **Novidade.** Pesquisas educacionais mostram que professores que usam novas maneiras de ensinar material de aula veem seus alunos tirarem notas muito mais altas. Cérebros humanos amam informações que são apresentadas de maneiras inesperadas e novas, mesmo que as informações em si não fossem tão interessantes de outra forma.
9. **Amor pelo aprendizado.** Especialmente ao tocar crianças pequenas, os professores precisam demonstrar os valores positivos que desejam ensinar aos alunos. Se você for apaixonado e demonstrar amor pelo conhecimento e pelo aprendizado, seus alunos irão imitá-lo. Uma maneira altamente eficaz de fazer isso é se relacionar com seus alunos compartilhando histórias sobre quando você estava na posição deles. Fale sobre uma experiência de aprendizado que você teve dentro ou fora da sala de aula. Se seus alunos o virem como um aprendiz ao longo da vida, em vez de apenas um professor, eles estarão mais propensos a se envolver na aula.
10. **Habilidades técnicas.** Dependendo do tipo de aula que você ensina, você pode precisar usar várias ferramentas tecnológicas. Esse foi especialmente o caso em meio à pandemia da COVID-19, já que quase qualquer posição de ensino que você assumir exigirá que você use software de ensino à distância.

Exercícios de Energia



* The suggested energizers are different and some of them could take longer, but, as a rule, they are expected to last only a couple of minutes.
With the preparation and the time needed to launch and do the described energizers, this is estimated to last 5 minutes.

Exercícios de Energia	 1 - Quebrar o círculo O professor atribui aleatoriamente um número a cada aluno, dependendo do tamanho do grupo, ou seja, para 20 alunos, os números de 1 a 4 estão ok, então cada grupo tem 5 pessoas (os grupos podem ser sintetizados pelos alunos com o mesmo número, ou seja, todos tendo sido atribuídos o número '1' ou por alunos onde cada um tem seu próprio número exclusivo de 1 a 4; similarmente e mais divertido é agrupar por ingrediente para uma salada grega, onde cada aluno é, por exemplo, 'tomate', 'pepino', 'cebola', 'orégano', etc.) Uma vez que os grupos foram formados, eles fazem círculos e o professor escolhe aleatoriamente um número (ou um ingrediente) para sair do círculo e tentar entrar, enquanto os outros restantes são instruídos a não soltar suas mãos, não importa o que aconteça. Isso pode ser repetido mais uma vez com outro número saindo.
Exercícios de Energia	 2 - Moo!!! O professor atribui aleatoriamente em um pedaço de papel (virado de cabeça para baixo sobre as carteiras) a cada aluno um animal da fazenda, ou seja, "vaca", "cavalo", "ovelha", "galo", etc. Depois que os alunos são informados sobre o papel de cada animal, eles são instruídos a andar pela sala agindo como o animal que lhes foi atribuído (ou seja, fazendo seu som), a fim de encontrar sua espécie.
Exercícios de Energia	 3 - Ameba Um jogo de evolução! Todos começam como uma ameba, com o propósito de evoluir para um humano. Todos os alunos andam por aí agindo como uma ameba e quando encontram outra ameba, eles jogam uma rodada de pedra/papel/tesoura. Quem vencer evolui para uma minhoca. Quando duas minhocas se encontram, elas jogam novamente pedra/papel/tesoura e quem vencer se transforma em uma vespa, mas quem perder volta a se tornar uma ameba. Isso continua até que um se torne humano. Os estágios de evolução são: ameba à minhoca à vespa à galinha à macaco à humano.
Exercícios de Energia	 4 - Corrente humana Todos se colocam de pé num círculo. Fecham os olhos e começam a deslocar-se para o meio do círculo, com as mãos no ar. Quem tocar com as mãos, segura e não larga, fazendo assim um nó. Depois, o facilitador pede aos alunos que abram os olhos e tentem desembaraçar-se (fazer um círculo) sem largar as mãos.
Exercícios de Energia	 5 - Fruit and vegetables Os alunos ficam em um círculo e o professor distribui aleatoriamente fotos de frutas e vegetais (Folheto 1, NS grau 1) entre os alunos. O professor coloca os dois grandes pôsteres do folheto 1 (p.1&2) em cantos opostos da sala (pôster 1 *Frutas* ; Cartaz 2 *Vegetais*). *Etapa 1* : No botão "Vai!", cada aluno vai até o pôster ao qual pertence, considerando a imagem que recebeu. *Passo 2* : Em 'Círculo' os alunos fazem um círculo novamente e trocam cartas de figuras entregando suas cartas ao aluno que está à sua direita. O jogo continua com o *Passo 1* , etc.

Exercícios de Energia



6 - Continuar a andar

O professor instrui os alunos a andar de diferentes maneiras, cobrindo todo o grupo, ou seja, andar como se estivessem muito felizes, andar como um elefante muito pesado, andar como se tivessem 80 anos, andar como se estivesse chovendo canivetes, andar como uma criança pequena, etc.

Exercícios de Energia



7 - Ligar olhos

Os participantes ficam num círculo. Cada pessoa faz contato visual com outra pessoa do outro lado do círculo. Os dois andam pelo círculo e trocam de posição, mantendo contato visual. Muitos pares podem trocar ao mesmo tempo, e o grupo deve tentar garantir que todos no círculo sejam incluídos na troca. *Dica* : Comece tentando isso em silêncio e depois troque saudações no meio do círculo.

Variações : Se o professor considerar, conhecendo o ambiente da aula, que alguns alunos podem ficar sem participar, ou seja, eles tentam fazer contato visual, mas ninguém responde a eles e eles não têm chance de se mover de sua posição inicial, o moderador pode dividir a classe em 2 grupos e introduzir um elemento competitivo – após a atividade, cada grupo será marcado no 'termômetro do espírito de equipe' (que pode ser impresso em uma folha A4 e o professor marca os graus com um marcador). Quanto mais pessoas você tiver deixado sem participar da atividade de 'contato visual' – menores serão os graus a serem marcados no termômetro.

Exercícios de Energia



8 - Arranja outro lugar:

Faça os alunos sentarem em cadeiras em um círculo, com o número de cadeiras sendo um a menos que o número de alunos. O aluno sem cadeira fica no meio e diz seu nome. Então o aluno grita uma característica ou uma cor, ou tipo de roupa, por exemplo, "Todos vestindo laranja!". Todos os participantes que estão vestindo laranja devem se levantar e encontrar outro assento, mas não aquele imediatamente à sua direita ou esquerda. O aluno no meio corre para encontrar um assento e a pessoa que ficou de pé se torna o próximo a chamar no meio.

Exercícios de Energia



9 - Estourar balões

Peça para todos formarem um círculo. Instrua os participantes a colocar uma informação sobre si mesmos, por exemplo, eu tenho 2 irmãs, ou minha mãe se chama Samy, em um pequeno pedaço de papel, dobre-o e coloque-o em um balão inflado. Jogue os balões no meio do círculo e então peça para as pessoas se revezarem estourando um balão, lendo o pedaço de papel e adivinhando a quem a informação se aplica. Os participantes podem andar pela sala fazendo perguntas de "sim/não" aos outros participantes, mas não exatamente a declaração do pedaço de papel, por exemplo, eles não podem perguntar "Você tem 2 irmãs?" Mas podem perguntar "Você tem irmãs?" e então "Você tem mais de 1 irmã?", "Tem menos de 3 irmãs?", etc. O jogo termina quando todos os participantes identificarem o autor do pedaço de papel que eles têm.

**Observação:* este exercício deve ser usado se houver tempo suficiente.

Exercícios de Energia	 10 - Jogo da corda Faça com que os participantes fiquem no meio de um espaço livre de mesas, cadeiras, etc. Divida a sala de uma forma que lhes permita mover-se facilmente de uma metade da sala para a outra, por exemplo, colocando um longo pedaço de corda no chão. O professor fica em uma das pontas da corda e grita uma característica, ou uma cor ou uma letra, por exemplo, "Todos com olhos azuis!"; "Todos com 3 irmãos", "Todos cujo nome começa com B", etc. e aponta para a parte da sala para onde os participantes que usam laranja/têm 3 irmãos/têm nomes B devem ir. Todos os participantes que estão usando laranja/têm 3 irmãos/têm nomes B devem ir para a respectiva parte da sala; os que não estão, devem ir para a outra parte. As perguntas devem ser construídas de forma que a classe não se divida em grupos com número comparativamente igual de alunos, ou seja, um dos grupos deve consistir (na maioria dos casos) de um, dois ou poucos alunos. *Debriefing* : Os participantes são convidados a compartilhar como se sentiram quando faziam parte de um grupo grande; e quando estavam sozinhos (ou faziam parte de um grupo muito pequeno); o que sentiam de si mesmos (como parte de um grupo pequeno/grande) e quais eram seus sentimentos em relação ao grupo do qual não faziam parte.
Exercícios de Energia	 11 - Ordem alfabética Os alunos fazem um círculo com as cadeiras, tiram os sapatos e sobem nas cadeiras (uma por pessoa - o círculo precisa ser o mais próximo possível). Ficando de pé nas cadeiras e apenas se movendo de uma para outra sem descer, os alunos têm que se organizar em ordem alfabética de acordo com seu nome. Assim que estiverem prontos, o professor verificará se estão certos; se não, eles continuam até que estejam certos.
Exercícios de Energia	12 - Escrever com corpo - Formas geométricas do corpo  *Opção 1* O professor pede que os alunos escrevam seus nomes no ar usando diferentes partes do corpo, por exemplo, usando a mão, a perna, o tornozelo, o nariz, etc. Opcional: Se o tempo permitir, o professor pode pedir para a turma soletrar algumas palavras reproduzindo as letras com seus corpos. Os alunos podem colaborar todos juntos ou podem criar grupos diferentes. *Opção 2* Tarefa: Desenhe uma forma geométrica no ar usando diferentes partes do seu corpo - mãos, pernas, cotovelos, narizes, etc. *Opção 3:* Tarefa: Trabalhem em grupos de 2, 3 ou mais alunos para fazer uma forma geométrica com seus corpos.

Exercícios de Energia



13 - O Simão ordena

O professor diz ao grupo que eles devem seguir as instruções quando ele/ela começa a instrução dizendo “Simon diz...”. Se o professor não começar as instruções com as palavras “Simon diz”, então o grupo não deve seguir as instruções! O professor começa dizendo algo como “Simon diz bata palmas” enquanto bate palmas. Os participantes seguem. O professor acelera as ações, sempre dizendo “Simon diz” primeiro. Depois de um tempo, o “Simon diz” é omitido. Os participantes que seguem as instruções de qualquer maneira estão 'fora' do jogo. O jogo pode continuar enquanto for divertido.

Exercícios de Energia



14 - Vou numa viagem

Todos sentam-se em círculo. Comece dizendo "Vou viajar e vou receber um abraço", e abrace a pessoa à sua direita. Essa pessoa então tem que dizer "Vou viajar e vou receber um abraço e um tapinha nas costas", e então dar um abraço e um tapinha nas costas da pessoa à sua direita. Cada pessoa repete o que foi dito e adiciona uma nova ação à lista. Vá ao redor do círculo até que todos tenham tido sua vez.

Exercícios de Energia



15 - Ronda de animais

O professor diz à classe para pensar silenciosamente em um animal. Então ele/ela diz ao grupo que, sem falar, eles precisam se organizar em uma linha do maior para o menor animal. Os membros do grupo só podem fazer gestos e o barulho de seu animal. Depois que terminarem, o professor pede aos alunos para dizerem o animal que eles deveriam ser para ver se a ordem está correta.

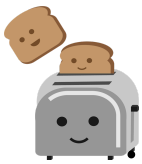
Exercícios de Energia



16 - Costas com costas

Os participantes encontram um par de tamanho e peso similares. Eles sentam no chão, costas com costas com seu par. Eles seguram seus braços. Eles têm que se levantar, mantendo os braços e costas juntos. Depois de tentar uma ou duas vezes com seu par, eles trocam de par. Eles podem repetir esse processo com outros pares por algumas vezes.

Exercícios de Energia



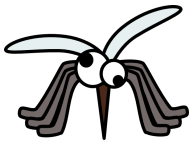
17 - Torradeira ou estrela de rock

O grupo começa em um círculo com uma pessoa no centro. A pessoa no centro aponta para alguém no círculo e diz “Toaster” ou “Rock star”.

Se a pessoa no centro disser "torradeira", a pessoa apontada precisa se agachar, pular e dizer "passa manteiga que terminei". As pessoas de ambos os lados devem levantar os braços e esticar, criando uma "torradeira" ao redor da pessoa apontada.

- Se a pessoa no centro disser "Rock star", a pessoa apontada precisa segurar as mãos na frente da boca como se estivesse cantando em um microfone. As pessoas de cada lado se afastam da pessoa apontada e fingem tocar violão.

Exercícios de Energia



18 - Jogo do mosquito

O grupo fica em um círculo e o facilitador conta uma história sobre uma praga de mosquitos e que todos têm que matar os mosquitos para não pegar malária. O facilitador coloca um mosquito na cabeça de uma pessoa que deve abaixar para evitar o mosquito. As duas pessoas ao lado dessa pessoa devem bater palmas acima da cabeça dela para matar o mosquito, mas o mosquito escapa e continua. Quando o grupo já estiver fazendo o jogo bem e rapidamente, o facilitador adicionará mais mosquitos até que seja quase impossível para o grupo capturar tantos mosquitos.

Exercícios de Energia



19 - Agarra o dedo

Num círculo, coloque o dedo direito na palma esquerda da próxima pessoa. Tente pegar um dedo antes que o seu seja agarrado. Depois de fazer várias vezes, troque; coloque o dedo esquerdo na palma direita da próxima pessoa e repita o processo algumas vezes.

Exercícios de Energia	 20 - Chefe do clã Todos ficam em um círculo. Um participante fecha os olhos ou sai da sala. Ele/ela terá que adivinhar quem é o chefe do clã. Um participante se voluntaria para ser o chefe secreto (silenciosamente, para que o "adivinhador" não possa ouvir nada). O chefe começa uma ação como estalar os dedos, dar tapinhas na barriga ou bater nos joelhos, e todos no círculo o imitam. O adivinhador retorna à sala e tenta descobrir quem é o chefe. Enquanto o adivinhador olha ao redor, o chefe muda a ação evitando ser detectado.
Exercícios de Energia	 21 - Jogo de nomes com bolas Os alunos ficam num círculo. O professor dá uma bola para um dos alunos. Ele/ela segura a bola, então diz o nome de outro participante e passa a bola para ele. Depois de alguns passes, o professor adiciona mais uma bola no jogo, e então – outra. Dessa forma, haverá 2/3/4 bolas no ar por vez e todos os participantes estarão chamando os nomes uns dos outros
Exercícios de Energia	 22 - Nomes e adjectivos Os participantes ficam em um círculo; eles pensam em um adjetivo para descrever o caráter ou como estão se sentindo. O adjetivo deve começar com a mesma letra do nome deles, por exemplo, "Eu sou Maria e sou alegre". Ou, "Eu sou Alexander e sou incrível". Enquanto dizem isso, eles também podem imitar uma ação que apresente o adjetivo de uma forma significativa. (NB Nas versões em idioma nacional da TM, devem ser usados nomes populares para o país e adjetivos relevantes no respectivo idioma). *Variação (use se o tempo permitir)* : O jogo também pode ser usado como um jogo de memória (jogo de concentração) para verificar se o resto do grupo se lembrou dos pares 'nome-adjetivo'. Após várias rodadas (cada participante repetindo seu nome e adjetivo, o professor/mestre do jogo verifica se o grupo se lembra dos pares fixos 'nomes-adjetivos' dizendo o nome de um dos alunos, por exemplo, 'Maria'; Maria avança para o meio do círculo e o resto do grupo deve inventar o adjetivo previamente vinculado ao nome dizendo "Maria é alegre". Se não conseguirem adivinhar, o participante no círculo (Maria) pode fazer mímica novamente do adjetivo como uma dica.



23 - Jogos de emoções

Materiais necessários:

- Bola de tamanho médio
- 5 cartões tamanho A5 com os rostos das emoções.

Mova as mesas e cadeiras pela sala de aula para que os alunos possam sentar-se em círculo.

Exercícios de Energia

O jogo começa com uma bola sendo lançada para um aluno, neste ponto o líder que tem as 5 cartas (uma para cada emoção), levanta uma carta; a criança que recebeu a bola deve falar sobre uma situação que desencadeia a emoção que o líder levantou. A bola é então lançada para outro colega de classe e assim por diante até que todos os alunos tenham recebido a bola e todos tenham tido a chance de falar sobre uma emoção.

A bola só pode ser lançada uma vez para cada aluno.

O jogo termina quando todos os alunos tiverem recebido e jogado a bola e todos tiverem falado sobre uma emoção.



Exercícios de Energia

24 - Preciso de mais espaço!

Divida os alunos em grupos de 5 (ou 6). Em cada grupo, atribua números consecutivos aos seus membros. Peça aos grupos para fazerem círculos e escolherem aleatoriamente um número – todos os alunos que foram designados para esse número devem entrar no círculo e se agachar. Os outros membros do grupo são agrupados firmemente ao redor do aluno agachado. Ele/ela tenta se levantar e fazer com que os outros o deixem ter mais espaço ao seu redor, mas eles ficam muito próximos e não permitem que ele/ela tenha mais espaço e se mova livremente.



Exercícios de Energia

25 - O jogo do espelho

O jogo começa com a sala limpa de mesas e cadeiras.

Os alunos começam se juntando em **duplas** e ficam de frente um para o outro. Eles combinam quem começa o jogo, quem faz o papel de espelho e quem faz o papel de pessoa. O jogo começa ao som de uma música escolhida pelo líder. A pessoa começará a se mover e o "espelho" terá que segui-la, repetindo imediatamente os movimentos da pessoa. Quando o líder para a música, eles trocam de lugar e a pessoa que era o "espelho" se torna a pessoa e vice-versa.

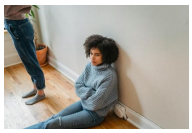
Exercícios de Energia



26 - Jogo da empatia

Os alunos formam um círculo com folhas de papel e lápis de cor no centro da sala e todos os alunos são convidados a expressar, por meio da cor, uma emoção ou sentimento, usando cores diferentes e pintando-as na folha de papel. Quando terminam de colorir, todos os alunos mostram a folha de papel e explicam o que aquela cor representa naquele momento. Se for algo negativo, os colegas devem voluntariamente oferecer a ele/ela outras cores que transmitam uma emoção positiva, que representem algo positivo. O objetivo do jogo é que todos se sintam livres para compartilhar um sentimento e receber apoio dos colegas, se necessário.

Exercícios de Energia



27 - Ligar - Desligar

Toque qualquer música relaxante e instrua os alunos:

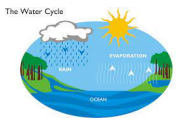
Sente-se e descanse. Você pode sentar no chão com as pernas esticadas e as costas apoiadas em algo. Ou pode sentar-se na cadeira, com as pernas longas, os pés apoiados no chão enquanto se apoia nas costas da cadeira. Ou fique de pé. Fique confortável. Vamos ligar a energia em nossos corpos. E então vamos desligá-la. Vamos começar com os dedos dos pés. Mexa os dedos para acordá-los. Preparado? Contraia os dedos dos pés, como se estivesse fechando o punho com eles. Tente ligar apenas a energia nos dedos dos pés e deixe todas as outras áreas do corpo descansarem. Inspire enquanto eles estiverem tensos. E então, quando expirar, desligue a energia. Deixe os dedos dos pés descansarem. Novamente. Inspire e ligue a energia nos dedos dos pés... apenas nos dedos dos pés. Expire para desligá-la e deixar a tensão ir embora.

Agora, vamos dar uma chance às suas pernas. Ligue a energia nas pernas, endireite-as. Faça músculos tensos e firmes. Agora inspire para adicionar ainda mais energia. Expire e solte. As pernas ficam moles. A energia acaba. Vamos fazer mais uma rodada com as pernas. Preparado? Comece a inspirar, ligue a energia, as pernas estão trabalhando duro, firmes, tensas. Então desligue essa energia, expire, relaxe, suavize os músculos. Você está no controle.

Agora suas mãos. Feche os punhos e inspire enquanto liga sua energia, e então vamos expirar e descansar. Desligue tudo. Adicione seus braços dessa vez. Eles podem estar retos ou dobrados. Feche os punhos, os braços ficam firmes, energia LIGADA, inspire. Expire e solte. Energia DESLIGADA. Braços e mãos mais uma vez. Ligue enquanto inspira, e desligue com uma expiração.

E finalmente, vamos tentar o corpo todo. Se quiser, adicione os músculos do rosto também - enrugue os olhos, os lábios, as bochechas. Pronto? Inspire e ligue a energia de todo o seu corpo... dedos dos pés, pés, pernas, mãos, braços, rosto. Sinta a energia em seu corpo. Está LIGADA! E agora desligue tudo enquanto expira lentamente. Relaxe. A energia está desligada. Veja se consegue ficar parado, só por um tempo. A energia está desligada.

Observe como as diferentes partes do seu corpo se sentem, agora que você praticou o controle do seu próprio botão liga/desliga.



28 - Ciclo da água

Explique às crianças o processo do ciclo da água (evaporação, condensação, precipitação) em termos simples.

Exercícios de Energia

Toque uma música e faça as crianças dançarem ao redor da área de recreação. Quando a música parar, diga um dos estágios do ciclo da água.

Quando uma fase é anunciada, as crianças devem rapidamente ficar paradas no lugar, representando a fase correspondente (por exemplo, girando para representar a evaporação ou formando um grupo para imitar a precipitação).

Continue tocando a música e anunciando os estágios intermitentemente.



29 - Ginásio do cérebro

Exercícios de Energia

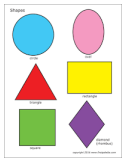
1. Peça aos alunos que esfreguem a barriga com a mão esquerda no sentido horário e, ao mesmo tempo, esfreguem o topo da cabeça com a mão direita no sentido anti-horário.

2. Depois de alguns segundos, peça para eles continuarem e começarem a bater o pé direito.

3. Peça aos alunos que fechem os olhos e imaginem que estão comendo sorvete.

4. Peça para eles imaginarem que veem um macaco andando de bicicleta.

5. Por fim, peça para que eles digam “Salve nosso planeta!”

Exercícios de Energia	 30 - Encontrar a figura *Opção 1* Divida a turma em vários grupos. Cada grupo recebe 1 conjunto de formas e textos explicativos (**Anexo 1**) - recorte separadamente cada afirmação que descreve a forma. A tarefa de cada grupo é combinar as afirmações com as imagens das formas. Quando os grupos estiverem prontos, verifique se a tarefa foi concluída corretamente. Este exercício serve tanto para energizar os alunos no início da aula quanto como uma transição para o tópico da aula. Tempo de trabalho – 8 min. *Opção 2* Reorganize as mesas (ou carteiras) para que os alunos possam circular livremente pela sala. Coloque as imagens do **Anexo 1** nos cantos da sala de aula. Permita que cada criança pegue um cartão com a descrição de uma figura geométrica. A tarefa é chegar o mais rápido possível ao lugar com a figura geométrica que corresponde à descrição do cartão. Este exercício serve tanto para energizar os alunos no início da aula quanto como uma transição para o tópico da aula. Tempo de trabalho – 3 min.



31 - Corrida pelos recursos

Parte 1

Coloque vários bambolês no chão (aproximadamente um bambolê para cada 3 alunos). Os bambolês representam os recursos naturais disponíveis para todos os habitantes da Terra.

Explique aos alunos que eles representam todos os seres vivos do nosso planeta. Eles podem escolher o que querem representar (um humano, um animal, uma planta). Os alunos começam a andar e quando o professor bate palmas, todos correm para um bambolê para que possam sobreviver (os bambolês são suas casas, com tudo o que precisam para sobreviver). Apenas três alunos podem estar em um bambolê (porque o bambolê fornece recursos para apenas 3 seres vivos).

Como os bambolês são mais do que necessários, espera-se que todos tenham pousado em um. O professor poderia comentar "Todos chegaram em segurança? Nosso planeta é um lugar maravilhoso. Muito espaço e espaço para todos!"

Parte 2

Exercícios de Energia

Peça aos alunos para saírem dos aros e se espalharem pela sala. Coloque as *cartas de Corrida por Recursos* (Anexo 4) viradas para baixo sobre uma mesa e peça a um dos alunos para pegar uma carta e lê-la em voz alta. Todos os alunos para os quais a afirmação é verdadeira devem levantar as mãos. Cenários possíveis para as próximas etapas

Cenário 1 (todos os cartões verdes) : o cartão diz "Você usa suas próprias sacolas de compras quando vai às compras no supermercado". Os alunos que fazem isso levantam as mãos e o professor os conta. Se o número for maior que 50% dos alunos, nenhuma outra ação se segue, e o professor pede para alguém pegar outro cartão.

Cenário 2 (todos os cartões amarelos): o cartão diz "Você deixa as luzes acesas quando sai da sala". Os alunos que fazem isso levantam as mãos e o professor os conta. Se o número for maior que 50% dos alunos, o professor tira um bambolê porque este é um exemplo de uma ação humana que esgota os recursos naturais ou é ruim para a Terra.

Continue o jogo da mesma forma até que todas as cartas tenham sido lidas, removendo um bambolê a cada vez se mais de 50% dos alunos tiverem levantado as mãos quando as cartas amarelas tiverem sido lidas.

Por fim, o professor bate palmas e os alunos têm que encaixar os bambolês disponíveis. Se o número for o mesmo, está tudo bem, e isso é resultado do comportamento responsável dos alunos. Se o número de bambolês for menor, alguns alunos ficarão do lado de fora porque seus habitats desapareceram devido aos maus hábitos.



32 - Apresentação de números com manipuladores

Escreva fatos sobre espécies ameaçadas e seus habitats em cartões de índice separados. Inclua uma mistura de fatos positivos e negativos (por exemplo, "O panda gigante come principalmente bambu." ou "A população de ursos polares está ameaçada pelo derretimento do gelo marinho.") Esconda os cartões de índice pela sala de aula ou do lado de fora em uma área designada (dependendo do clima e do espaço).

Exercícios de Energia

Divida os alunos em 2 equipes. Explique que eles estão indo em uma caça ao tesouro para aprender sobre espécies ameaçadas e seus habitats. Quando o professor der o sinal, cada equipe trabalhará em conjunto para encontrar um cartão de índice escondido. Defina um limite de tempo para a caça ao tesouro. (cerca de 3-5 minutos)

Quando uma equipe encontra uma carta, eles devem ler o fato e então realizar um movimento que represente o fato (por exemplo, se o fato for sobre um animal voador, eles podem bater os braços como se fossem asas).

Quando todas as equipes retornam, elas apresentam o fato e o movimento.

Exercícios de Energia

33 - Telefone avariado

1. Divida os alunos em dois grupos e peça a cada grupo que fique em fila, de modo que cada aluno fique de costas para a pessoa à sua frente.
2. A última pessoa na fila pensa em uma sequência de ações, por exemplo, dar tapinhas na cabeça, virar-se e esfregar a barriga, e faz sinal para a pessoa na frente dela se virar e executa a sequência de ações.
3. O aluno que observou a sequência de ações tem a tarefa de memorizá-la e, então, se vira, sinaliza para a pessoa à sua frente se virar para ele e executa a mesma sequência de ações.
4. O jogo continua até que a primeira pessoa na fila veja as ações.
5. Por fim, a primeira pessoa na fila mostra a sequência para o grupo. Os movimentos podem ter mudado conforme foram passados adiante, proporcionando uma risada divertida para todos!

A atividade pode ser repetida diversas vezes, trocando a última pessoa da fila que inicia o jogo.

Exercícios de Energia



34 - Soletrar a palavra

Peça para oito pessoas da primeira fila irem para a frente da sala e formarem uma fila reta de frente para o resto da turma.

Distribua os cartões com letras – ESRRCEUO (RECURSOS), um para cada participante. Peça para cada pessoa segurar seu cartão com letras acima da cabeça, para que a classe possa vê-lo facilmente, mas o portador não saiba qual letra ele/ela está segurando

Explique que as letras formam uma palavra de 8 letras. Peça aos alunos da plateia para darem instruções aos portadores das letras para reorganizá-las na ordem correta para soletrar a palavra corretamente. (Exemplos: Anya, (que está segurando a letra E) vá para o final da fileira; Peter, (que está segurando a letra R) vá para a fonte da fileira, etc.)

Quando a palavra estiver escrita corretamente, peça para todos lerem em voz alta.

Exercícios de Energia



35 - Água - Terra - Ar

Os alunos ficam em um círculo, como mostrado na foto. Quando ouvem a palavra **Água** , eles têm que dar 2 pulos para frente sem quebrar o círculo; **Terra** é para dar 1 pulo para trás e **Ar** significa dar uma volta completa (360º).

Os alunos completam as ações várias vezes ouvindo o professor.



36 - Etiqueta dos direitos

Reúna as crianças em um grande espaço aberto, como um playground ou ginásio.

Explique que, enquanto brincam de pega-pega, sempre que alguém for pego, a criança deve ficar parada e gritar um direito que todas as crianças têm, como o direito de brincar, aprender ou estar segura.

Exercícios de Energia

Escolha uma criança para ser "aquela" primeiro. Essa criança correrá para pegar outras crianças.

Quando uma criança é marcada, ela fica parada no lugar e declara claramente que tem um direito.

Depois de declararem um direito, eles descongelam e entram no jogo para marcar outros.

O jogo continua com as crianças espalhando a conscientização sobre diferentes direitos com cada etiqueta.



37 - Dança da liberdade congelada

Peça para as crianças ficarem num espaço aberto onde elas tenham espaço para dançar.

Toque uma música animada e incentive as crianças a dançar da maneira que elas se sentirem confortáveis.

Exercícios de Energia

Em intervalos aleatórios, pare a música. Quando a música parar, todas as crianças devem congelar na pose atual.

Quando eles congelarem, selecione uma criança para compartilhar uma ideia sobre a importância da hora de brincar.

Reinicie a música e repita o processo, permitindo que crianças diferentes compartilhem a cada vez.



38 - Balões de manutenção

Encha um balão e reúna as crianças em um círculo.

Explique que o balão representa o direito de brincar e que eles devem mantê-lo no ar para simbolizar a manutenção deste

bem vivo.

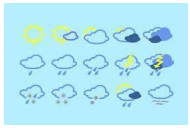
Exercícios de Energia

As crianças usarão as mãos para evitar que o balão toque o chão.

Se o balão cair no chão, o grupo deve recomeçar e discutir o que pode fazer para apoiar melhor uns aos outros.

outros direitos.

Desafie as crianças a manter o balão no ar pelo maior tempo possível, trabalhando em equipe.



39 - A previsão do tempo

A professora explica que eles vão jogar um jogo.

Cada aluno terá a oportunidade de encenar um tipo de clima, e o resto da turma imitará suas ações.

O professor inicia a atividade anunciando uma condição climática, por exemplo: "Está chovendo canivetes".

O professor demonstra as ações que representam esse clima (por exemplo, imitar segurar um guarda-chuva, desviar de gotas de chuva, etc.).

A turma acompanha, imitando as ações do professor.

Exercícios de Energia

Após um curto período (cerca de 30 segundos), o professor diz "Pare".

O professor então seleciona um aluno para escolher e encenar outra condição climática.

O aluno escolhido anuncia suas condições climáticas, como "O vento está soprando forte".

O aluno demonstra ações para esse clima (por exemplo, balançar de um lado para o outro como se estivesse sendo empurrado pelo vento).

O resto da turma acompanha, imitando as ações do aluno.

Após mais 30 segundos, o professor diz "Pare" e seleciona um novo aluno.

Esse processo continua até que vários alunos tenham participado, garantindo que a atividade permaneça dinâmica e envolvente.

---

40 - Corrida de estafetas de palavras



Divida os alunos em duas ou mais equipes e faça com que eles fiquem em fila, de frente para a frente da classe.

Escolha uma palavra inicial (por exemplo, "maçã").

Exercícios de Energia

Ao seu sinal, a primeira pessoa de cada equipe grita uma nova palavra que começa com a última letra da palavra anterior (por exemplo, "elefante").

A corrida continua com cada membro da equipe se revezando para gritar uma nova palavra que segue a sequência.

A equipe que ficar presa ou repetir uma palavra é eliminada.

A equipe que mantiver a corrente ativa por mais tempo vence!

---

41 - Nó humano



Peça aos alunos que fiquem em círculo com os braços estendidos.

Instrua-os a segurar a mão de alguém que não esteja diretamente ao lado deles. Isso provavelmente levará a uma confusão de braços!

Exercícios de Energia

O desafio é que os alunos trabalhem juntos, sem soltar as mãos, para se desembaraçarem e formarem um círculo novamente.

Incentive a comunicação e a resolução de problemas enquanto eles trabalham no nó. Em caso de falta de tempo, dê a eles um prazo, por exemplo, de 3 a 5 minutos.

Exercícios de Energia	 42 - Criar uma palavra! Peça para sete pessoas da primeira fila irem para a frente da sala e formarem uma linha reta de frente para o público. Distribua os cartões com letras, um para cada participante. Peça para cada pessoa segurar seu cartão com letras acima da cabeça, para que o público possa lê-lo facilmente. Explique que as letras formam uma palavra de sete letras. Peça aos membros da audiência para gritar instruções aos portadores das letras para reorganizá-las na ordem correta para formar a palavra. (Exemplos: A pessoa com a letra E, por favor, vá para o início da palavra. A pessoa com a letra D, vá para o final.) Peça aos portadores de cartas que sigam as instruções da plateia. Dê algumas dicas para acelerar o processo, se necessário. Quando a palavra estiver formada corretamente, peça para todos lerem em voz alta contando até três. Agradeça aos portadores das cartas, recolha os cartões e envie-os de volta aos seus lugares. Lidere uma salva de palmas para todo o grupo por resolver o anagrama rapidamente.
Exercícios de Energia	 43 - Corrida de estafetas do poder das flores Peça para sete pessoas da primeira fila irem para a frente da sala e formarem uma linha reta de frente para o público. Distribua os cartões com letras, um para cada participante. Peça para cada pessoa segurar seu cartão com letras acima da cabeça, para que o público possa lê-lo facilmente. Explique que as letras formam uma palavra de sete letras. Peça aos membros da audiência para gritar instruções aos portadores das letras para reorganizá-las na ordem correta para formar a palavra. (Exemplos: A pessoa com a letra E, por favor, vá para o início da palavra. A pessoa com a letra D, vá para o final.) Peça aos portadores de cartas que sigam as instruções da plateia. Dê algumas dicas para acelerar o processo, se necessário. Quando a palavra estiver formada corretamente, peça para todos lerem em voz alta contando até três. Agradeça aos portadores das cartas, recolha os cartões e envie-os de volta aos seus lugares. Lidere uma salva de palmas para todo o grupo por resolver o anagrama rapidamente.

Exercícios de Energia	 44 - Imitação de jornais As crianças se movimentam livremente, ao som de uma música, com uma folha de jornal na mão. Em determinado momento, o educador interrompe a música e diz o nome de uma disciplina escolar (matemática, linguagem, história, ciências naturais, música, pintura, esportes, etc.) e cada criança coloca a folha no chão e fica de pé sobre ela fazendo um gesto que representa uma ação relacionada à disciplina. Com essa atividade, as crianças desenvolvem o equilíbrio e a imaginação. (5 minutos).
Exercícios de Energia	 45 - O jogo da corda Divida as crianças em 2 grupos. As crianças de um grupo se alinham paralelamente a uma corda que é colocada no chão, as crianças do outro grupo se alinham do outro lado da corda, de frente para as outras crianças. O educador diz que eles vão responder às perguntas movendo-se para frente e para trás: 1) um passo em direção à corda, que significa sim; 2) um passo para trás, que significa não; 4) não se mover, que significa "não sei". O educador faz perguntas e as crianças respondem se movendo. Para este recurso de formação sobre o direito à privacidade, o educador pode utilizar este energizador para conhecer as crianças e preparar as atividades. Por exemplo, numa atividade sobre IA, é possível fazer perguntas como: As crianças têm direitos? (peça aos que avançam para mencionarem alguns direitos que acham que têm); As crianças têm direito à privacidade? (pergunte o que significa); Utilizam o Google? Já viram ou manipularam um drone?; Utilizam aplicações como Spotify, TikTok, YouTube?; Jogam jogos online?; Já já ouviu falar do Chat GPT?, Você sabe o que são Cookies?; etc. É importante adaptar as perguntas à natureza e ao assunto da atividade (10 minutos)
Exercícios de Energia	 46 - Find the colour The children are placed in a semi-circle. The educator stands in front of them and says the name of a fruit or vegetable and the children have to try to touch something that has that colour in the room where they are (it could be the clothes they are wearing or those of other people, objects, equipment, etc.). If they don't know the fruit or vegetable, they can't move and wait to see the colour.. Before moving on to the next fruit/vegetable, the educator shows a colour picture of the vegetable or fruit. Then moves on to another vegetable or fruit. This energiser helps to develop motor coordination; spatial-temporal orientation; (re)cognition of food and colours. Use some food items that are going to be used to make paint, in the activity described below. If there are children with hearing impairment, the educator can show the drawing of the fruits and vegetables while orally mentioning them. If there are children with visual impairment, they can use plasticine to model the shape of some fruits or vegetables that are suggested. (5 minutes).

Exercícios de Energia



47 - O líder da orquestra

As crianças formam uma fila. Quando a música começa a tocar, o "líder" da fila começa a andar, fazendo sons/ritmos que são imitados por toda a fila. Quando a música para, o a criança da frente vai para o final da fila e a próxima criança assume. O grupo pode ser dividido em 2 filas. (5 minutos)

Exercícios de Energia



48 - Jogo das cadeiras

Arrume as cadeiras em um círculo, com as costas voltadas para fora. Certifique-se de que haja espaço suficiente entre as cadeiras para que as pessoas andem confortavelmente. Escolha uma música animada e animada para o jogo. Assim que a música começar, os jogadores andam ou correm ao redor do círculo de cadeiras. Quando a música parar abruptamente, todos precisam encontrar uma cadeira para sentar o mais rápido possível. O jogador que não encontrar um assento é eliminado do jogo. Após cada rodada, remova uma cadeira do círculo. O jogo continua com os jogadores restantes e uma cadeira a menos, tornando mais desafiador encontrar um assento conforme o jogo avança. O último jogador restante que conseguir encontrar um assento quando a música parar é o vencedor do jogo!



49 - Os movimentos

Os alunos formam um círculo e o professor fica no meio.

O professor mostra todos os movimentos dados e os alunos devem repeti-los e memorizá-los.

Movimentos:

Exercícios de Energia

Voo de borboleta: levante os braços suavemente acima da cabeça e bata-os lentamente para frente e para trás.

Salto do gafanhoto: Dobre os joelhos e pule no ar, estendendo os braços para a frente.

Rastejar como uma formiga: rasteje no chão de quatro.

Voo de abelha: Corra em círculos, batendo os braços como se fossem asas.

Depois disso, o professor chama um inseto e todos têm que repeti-los. Se algum aluno errar, ele tem que sentar.



50 - Desperdício zero ou jardinagem

Todos os alunos ficam em uma coluna, um atrás do outro. O professor faz uma proposta aos alunos: "Desperdício zero ou jardinagem?". Os alunos que apoiam o movimento "Desperdício zero" vão para a direita, e aqueles que são apaixonados por jardinagem vão para a esquerda. Depois disso, o professor convida um ou dois alunos para explicar por que fizeram essa escolha. Depois que deram suas explicações, todos formam uma coluna novamente. O professor faz a próxima pergunta e os alunos novamente fazem sua escolha e ficam do lado apropriado.

Outras opções:

Exercícios de Energia

Aula de culinária ou de jardinagem?

Jardinagem de ervas ou horta de vegetais?

Plantar uma árvore ou instalar um alimentador de pássaros?

Carro particular ou transporte público?

Caminhar pela natureza ou ir de bicicleta?

Organizar uma troca de roupas ou montar uma composteira no bairro?

Comprar a granel ou comprar em um mercado de produtores locais?

Comprar roupas de segunda mão ou comprar roupas novas e sustentáveis?

---

51 - Movimentos creativos

Exercícios de Energia



Toque uma música animada e faça os alunos dançarem pela sala. Periodicamente, pause a música e grite uma categoria (por exemplo, coisas azuis, animais que voam, números menores que 10). Os alunos devem congelar numa posição que represente a categoria até que a música comece novamente. Esta é uma maneira divertida de fazer os alunos se movimentarem e pensarem criativamente.

Exercícios de Energia



52 - -------

Exercícios de Energia



53 - -------

Exercícios de Energia



54 - -------

Exercicios de Relax



* The suggested relaxing exercises are different and some of them could take longer, but, as a rule, they are expected to last only a couple of minutes.
With the preparation and the time needed to do the relaxing activities and to end the lesson, this is estimated to last at most 5 minutes.

Exercicios de Relax	 1 - Fantasia guiada Os alunos são solicitados a fechar os olhos (se for confortável) e, com a orientação do facilitador, lentamente imaginar uma cena do evento passado ou futuro. Mais e mais detalhes são usados para descrever o evento com todos os sentidos e pensamentos. Um breve roteiro sugerido poderia ser à Comece respirando lenta e profundamente... Pense em si mesmo em um lugar onde você se sinta relaxado e à vontade... Crie todos os detalhes em sua mente, o que você vê... como são os sons, os cheiros e as cores deste lugar especial... Há pessoas...? Rossman, 2016
Exercicios de Relax	 2 - Relaxamento muscular progressivo Para liberar a tensão da cabeça aos pés, os alunos são solicitados a fechar os olhos (se for confortável) e se concentrar em tensionar e relaxar cada grupo muscular por dois a três segundos cada. O professor orienta os alunos; ele/ela pede que eles comecem com os pés e dedos, depois subam para os joelhos, coxas, nádegas, peito, braços, mãos, pescoço, mandíbula e olhos — tudo isso enquanto mantêm respirações profundas e lentas. Kelly Roper
Exercicios de Relax	 3 - Respiração guiada O professor pede aos alunos que fechem os olhos (se for confortável), inspirem contando até quatro, depois expirem contando até quatro (tudo pelo nariz, o que adiciona uma resistência natural à respiração). Então, com uma mão no peito e a outra na barriga, os alunos podem inspirar profundamente pelo nariz e expirar pela boca, garantindo assim que o diafragma (não o peito) infle com ar suficiente para criar um alongamento nos pulmões. Jordânia Shakeshaft
Exercicios de Relax	 4 - Visualização através de cores/sons suaves O facilitador pede aos alunos que imaginem uma cor favorita que os faça sentir-se em paz e seguros. Eles mantêm a imaginação absorvendo essa cor a cada respiração e enviando-a por todo o corpo enquanto expiram. Eles continuam até que visualizem ser preenchidos com sua cor especial e relaxante. O mesmo exercício pode ser realizado usando som ou aroma suaves. Além disso, é mais eficaz se for usada música relaxante. Kelly Roper
Exercicios de Relax	 5 - Utilizar uma palavra que descreva os seus sentimentos/pensamentos Os alunos são solicitados a fechar os olhos (se for confortável) por um minuto e pensar em uma palavra que descreva seus sentimentos/pensamentos após terminar o recurso. Então os alunos abrem os olhos e um por um dizem sua palavra para a sala de aula



6 - Respiração das abelhas

O professor instrui os alunos a ficarem em uma posição confortável para praticar a respiração das abelhas. Eles têm que imaginar que estão sentados em uma folha ou pétala de flor, sentar-se ereto e permitir que a folha ou pétala os apoie gentilmente.

Exercicios de Relax

O professor dá aos alunos as seguintes instruções:

Inspire, permitindo que o ar entre suavemente pelo nariz, enchendo seus pulmões.

Ao expirar, zumba como uma abelha. Veja quanto tempo seu zumba pode durar. Veja quão longe sua abelha vai voar antes de sentar e descansar novamente. Zumbido. Zumbido. Zumbido.

Na próxima respiração, veja se sua abelha consegue voar com um zumbido alto e forte.

Na próxima respiração, veja se sua abelha consegue voar com um zumbido suave.

Quando o exercício termina, o professor dá tempo para uma breve discussão:

A sensação é diferente com um zumbido forte ou suave?

Como seu corpo se sente?

Opcional (use se o tempo permitir): Após a prática de respiração, desenhe uma imagem de uma abelha e a folha ou flor na qual você estava "sentado" em sua imaginação. Esta imagem pode ser usada como um lembrete de prática de relaxamento. Quando você vir a imagem, pratique ser como uma abelha em uma folha e pratique uma respiração de abelha.



7 - Forte como uma árvore

Exercicios de Relax

Todos os alunos se espalham pela sala. Com os pés firmemente plantados no chão, eles fingem ser árvores que balançam lentamente para frente e para trás com a brisa. Os movimentos ficam mais fortes conforme a tempestade se aproxima. Os alunos tentam fazer seus movimentos o mais fortes possível, mas lembrem-se de manter os pés no chão. Lentamente o vento diminui e as árvores podem descansar.



8 - Estações do ano

Durante as estações do ano.

Inverno: as plantas são pequenas, fracas e ficam amontoadas no chão.

Exercicios de Relax

Primavera: com o sol mais forte, as plantas crescem lentamente e nascem lentamente.

Verão: sob o sol quente, as plantas abrem lentamente os braços, as flores abrem as flores e ficam eretas.

Outono: os raios solares ficam mais fracos. As plantas começam a murchar lentamente, as flores e folhas começam a cair.

Exercicios de Relax



9 - Bafo de leão

A respiração do leão é uma maneira divertida de liberar e relaxar em sentimentos mais pacíficos. O treinador diz aos alunos que eles farão uma respiração chamada *respiração do leão* para deixar de lado sentimentos ou pensamentos que não queremos mais. Essa respiração é muito útil para tirar essas ideias de nós e afastá-las.

Instruções

- Imagine que você é um leão poderoso. Você tem um rugido gigante!
- Sente-se sobre os calcanhares e sente-se ereto como um leão poderoso e orgulhoso. Prepare-se para soltar seu rugido!
- Pense em um sentimento ou pensamento que você gostaria de deixar ir. Aperte suas mãos em punhos, segurando firme e pensando naquele sentimento ou pensamento.
- Inspire profundamente e solte o seu rugido, coloque a língua para fora ao mesmo tempo, estique os braços bem abertos à sua frente e abra bem as mãos, soltando o sentimento ou pensamento e deixando-o ir.
    - Repita.

Exercicios de Relax



10 - Cordilheira

Fiquem lado a lado em uma linha, na pose da montanha, seus pés na largura do quadril. Cada pé deve tocar o pé da pessoa de cada lado. Andem (como um grupo) pela sala sem separar os pés deles dos do seu parceiro.
Se o grupo se desfizer, você deverá começar de novo.

Variação : Peça aos alunos que andem na ponta dos pés.

Exercicios de Relax



11 - Exercício de respiração

O professor pede aos alunos que façam um círculo e façam os seguintes exercícios, repetindo cada um algumas vezes e alternando-os. O professor também pode adicionar novos.

Inspirando, levante os braços acima da cabeça e diga "Elevador para cima!" Expirando, flutue os braços de volta para baixo, para os lados, dizendo "Elevador para baixo". Repita.

Inspire três vezes rapidamente enquanto mexe o nariz. Mexa o nariz em cada inspiração. Então mexa o nariz em cada expiração.

Coloque a mão na frente do nariz e faça "sibilo" enquanto expira.

Exercicios de Relax



12 - Costas quentes

Um pedaço de papel é colado nas costas de cada aluno e eles recebem uma caneta. O papel já está preparado. Cada pedaço de papel diz: "Eu gosto de……". Música lenta é tocada e os alunos andam por aí e escrevem características sobre a pessoa de quem gostam no papel. Cada criança pode olhar o papel no final e levá-lo para casa.

Exercicios de Relax



13 - Massagem corporal

Os alunos ficam em círculo: eles precisam seguir todos os movimentos que o professor faz e se massagear. O professor começa a massagear diferentes partes do corpo dele/dela, começando da cabeça até os pés (é melhor se eles tirarem os sapatos). O professor explica como a massagem precisa ser feita, se delicada ou mais energética.

Opcional: O professor também pode pedir que os alunos massageiem outro colega.

Exercicios de Relax



14 - Dá-me a tua energia

Os alunos ficam em círculo. O professor inicia a atividade fingindo que está segurando uma bola nas mãos e a passa para o aluno à sua direita; o aluno faz o mesmo, passando para o vizinho, etc. O jogo continua até que a bola volte para o professor. A bola precisa ser passada de forma gentil, pois é muito preciosa.

Na segunda rodada, o professor passa a bola para os alunos da esquerda, fazendo um gesto e um som. Espera-se que os alunos façam o mesmo até que todos tenham tocado na bola pelo menos uma vez.

A bola pode ser passada de diferentes maneiras (com um chute, um beijo, um golpe, etc.), fingindo que ela fica maior ou menor dependendo da vontade dos alunos.

Exercicios de Relax



15 - Movendo-se como um brinquedo

O professor usa uma palavra mágica para transformar os alunos em muitos brinquedos carregados por cordas (de corda). Ao sinal do professor, os brinquedos começam a se mover pela sala, como muitos robôs, para conseguirem seus assentos. Eles têm que se mover mais rápido no começo e então gradualmente mais e mais devagar, porque sua carga está acabando. Alguns deles ficarão congelados no meio da sala, e o professor tem que dar mais uma volta em suas manivelas para ajudá-los a alcançar seus assentos.

Exercicios de Relax



16 - Passar a cara

É como o jogo do "telefone sem fio", mas em vez de passar uma palavra ou frase ao grupo, os participantes passam uma expressão facial.
O grupo forma um círculo com todos de olhos fechados, exceto a pessoa que está passando o "rosto" em primeiro lugar. O passador tocará no ombro da pessoa ao lado dele/dela, essa pessoa abrirá os olhos para receber o rosto. Ele/ela então tocará no ombro da pessoa ao lado dele/dela e passará o rosto adiante. Depois que os participantes tiverem passado o rosto, eles podem manter os olhos abertos para vê-lo se mover pelo grupo. No final, o passador original recebe o rosto da última pessoa do grupo e então mostra qual era o rosto original.

Exercicios de Relax



17 - Massagem circular

O grupo forma um círculo e fica de frente para uma direção. Cada participante coloca as mãos nos ombros da pessoa à sua frente. Cada pessoa então faz uma massagem nos ombros da pessoa que está na frente. A pessoa que está sendo massageada pode dar um feedback. Depois de alguns minutos, o grupo vira para o outro lado para que a pessoa que estava fazendo a massagem a receba em troca.

Exercicios de Relax	 18 - Criar espaço Os participantes são solicitados a levantar os braços com as palmas voltadas para cima, imaginando que estão empurrando o teto para cima e são solicitados a fazer muita força nessa direção para aumentar o espaço da sala onde estão. Então, eles são solicitados a virar os braços para baixo com as palmas voltadas para baixo, pensando que estão empurrando o chão para baixo. Eles são solicitados a empurrar as paredes, virando o braço esquerdo e a palma para a parede à sua esquerda e o braço direito e a palma para a parede à sua direita.
Exercicios de Relax	 19 - Bola de massagem Uma bola é dada a cada participante e, seguindo o ritmo de uma música suave, eles colocam a bola entre suas costas e uma parede. Eles dobram os joelhos levemente para relaxar as pernas e posicionar melhor as costas. Então eles movem o corpo de cima para baixo e da direita para a esquerda e vice-versa, movendo a bola ao redor de suas costas. Ao fazer movimentos do corpo, eles notarão alguns pontos mais tensos (e às vezes dolorosos). Quando eles perceberem isso, eles devem parar e ficar quietos mantendo as costas contra a parede, fazendo a pressão desejada e segurando por um tempo. *Variação:* Não use a parede. Os participantes trabalham em duplas e um segura 1 ou 2 bolas nas mãos e faz a massagem no outro e então eles trocam.
Exercicios de Relax	 20 - Segurar as pernas Os participantes trabalham em duplas. E você pode colocar uma música calma e relaxante (ou sons como água caindo, ondas do mar, etc.). Metade dos participantes é solicitada a deitar de bruços, olhos fechados, com a perna esquerda estendida no chão e a perna direita elevada. Outro participante se levanta e enrola uma toalha em volta do calcanhar do pé direito do outro e segura as pontas da toalha em suas mãos, e faz movimentos suaves e gentis (para cima e para baixo, e para os lados) enquanto o outro relaxa totalmente sua perna. Então eles repetem o mesmo processo com a perna esquerda. Então os participantes trocam de papéis.
Exercicios de Relax	 21 - Como é que me sinto hoje? A proposta é que cada criança desenhe seu rosto de acordo com a emoção que está sentindo naquele momento: alegria, tristeza, raiva, medo e calma.
Exercicios de Relax	 22 - Canção relaxante Utilização de música de mímica acompanhada de acompanhamento musical, cantada/gravada pelos próprios alunos. (cf. vídeo em . https://youtu.be/9TEdEKKkUWw)

Exercicios de Relax



23 - Adivinha quem é? Desenha o teu parceiro

Com os Avatares distribuídos aleatoriamente em uma mesa, os alunos são convidados a pegar um dos Avatares dos colegas, que eles devem completar, tentando entender de quem é a metade do Avatar que eles devem completar e silenciosamente desenhar a metade que falta ao som de uma música calma escolhida pelo líder. Conforme os alunos terminam, eles vão até um quadro e colocam o Avatar concluído com massa adesiva branca reutilizável e maleável. Toda a turma observa e o desafio é tentar adivinhar a quem os avatares pertencem.

Exercicios de Relax



24 - O pote da calma

Chamamos de "pote da calma" um recipiente no qual colocamos água, silicone líquido para dar densidade ao conteúdo e glitter de diferentes cores.

A construção dos potes é feita previamente pelos alunos e eles podem permanecer na sala de aula para serem utilizados em outros momentos em que o apelo ao relaxamento e à calma seja necessário.

Cada aluno pega seu pote, chacoalha e observa o movimento. Depois, o grupo conversa sobre o que é observado: que o glitter representa as emoções dos alunos que eles chacoalham e agitam até se acalmarem. Essa atividade é ideal para fomentar a reflexão.

O simples ato de observar o glitter se movendo lentamente ajudará os alunos a relaxar.

Exercicios de Relax



25 - Flor e vela

Esta é uma técnica simples de relaxamento que estimula a respiração profunda.

Finja que você tem uma flor com cheiro agradável em uma mão e uma vela queimando lentamente na outra.

- Inspire lentamente pelo nariz enquanto sente o cheiro da flor.
- Expire lentamente pela boca enquanto apaga a vela.
- Repita algumas vezes.

Exercicios de Relax



26 - Gotas de chuva

Feche os olhos e imagine que você é uma gota d'água que cai no oceano quando chove. Imagine como você pode retornar à nuvem devido ao processo do ciclo da água.

Exercicios de Relax



27 - Respiração com narinas alternadas

Instruções para os alunos:

- Sente-se em uma posição confortável com as pernas cruzadas.
- Coloque a mão esquerda no joelho esquerdo.
- Levante a mão direita em direção ao nariz.
- Expire completamente e então use o polegar direito para fechar a narina direita.
- Inspire pela narina esquerda e depois feche-a com os dedos.
- Abra a narina direita e expire por este lado.
- Inspire pela narina direita e depois feche-a.
- Abra a narina esquerda e expire pelo lado esquerdo.
- Este é um ciclo.
- Continue por até 5 minutos.
- Sempre conclua a prática terminando com uma expiração no lado esquerdo.

A atividade ajuda você a aquietar e acalmar sua mente.

Exercicios de Relax



28 - Sentimentos numa palavra

Os alunos são solicitados a fechar os olhos (se for confortável) por 30 segundos e pensar em uma palavra que descreva melhor seus sentimentos/pensamentos após terminar a lição. Então, o professor pede que eles abram os olhos e compartilhem a palavra que descreve seu sentimento, uma por uma.

*Outra opção é pedir ao aluno que expresse o que sente por meio de uma estátua viva ou de uma expressão facial.

---

29 - Jogo rítmico

Ensine aos alunos poses de ioga simples inspiradas em animais, concentrando-se em alongamentos suaves. Durante este energizador, é possível fazer 4-5 posturas. Cada pose é mantida durante 15-30 segundos, concentrando-se na respiração e na manutenção da postura. (2 minutos)

Exercicios de Relax





30 - Agrupamento

O professor pede aos alunos que criem um círculo. O professor demonstra os movimentos de diferentes insetos, os alunos tentam repetir o professor.

Voo de borboleta: levante os braços suavemente acima da cabeça e bata-os lentamente para frente e para trás.

Exercicios de Relax

Salto do gafanhoto: Dobre os joelhos e pule no ar, estendendo os braços para a frente.

Rastejar como uma formiga: rasteje no chão de quatro.

Voo de abelha: Corra em círculos, batendo os braços como se fossem asas.

Agora alguém da classe tem que ir para o meio do círculo. Com os olhos fechados, ele se vira enquanto aponta para os alunos ao redor. Então ele precisa parar apontando para alguém e gritar em voz alta o nome de um inseto. O aluno que é apontado, tem que mostrar o movimento. Se ele errar, ele vai para o meio.



31 - Triângulo da amizade

Exercicios de Relax

Os alunos trabalham em pares para desenhar um triângulo para representar sua amizade. Antes de começar o trabalho, o professor demonstra os passos com uma das crianças. As duas pessoas do par colocam suas mãos para baixo com as palmas voltadas para a superfície da folha de papel; o aluno 1 usa sua mão direita, e o aluno 2 usa sua mão esquerda. Eles juntam as pontas dos polegares e indicadores da mão esquerda de um dos pares com as pontas de seus polegares e indicadores e contornam o formato do triângulo entre os dedos. Depois disso, eles podem desenhar olhos, um nariz, uma boca e o que quiserem, para criar um símbolo pessoal de seu relacionamento.

Exercicios de Relax



32 - Excelente trabalho

Os alunos formam um círculo. Então todos viram para a direita e com a mão direita dão um tapinha no ombro da criança que está na frente dizendo "Você fez um ótimo trabalho". Então todos os alunos viram para a esquerda e fazem o mesmo com a criança que está na frente deles.

Etapa final: os alunos ficam em um círculo, de frente um para o outro. Eles colocam a mão direita no próprio ombro esquerdo, e a mão esquerda no ombro direito; eles dão tapinhas nos ombros dizendo "Fiz um ótimo trabalho".

Exercicios de Relax



33 - Relaxamento das cores

Os alunos são instruídos a deitar ou sentar em uma posição relaxada e imaginar cores diferentes em diferentes partes do corpo.

- Imagine que suas pernas estão cheias da cor vermelha – o vermelho das papoulas
- Imagine que sua barriga está cheia da cor amarela – a cor do sol
- Imagine que seu peito está cheio de verde – a cor das folhas novas e frescas
- Imagine que sua garganta está cheia de azul – a cor do céu
- Imagine que sua cabeça está cheia da cor roxa – o roxo aveludado do céu noturno

Agora deixe todo o seu corpo se sentir feliz, em paz e relaxado.

Exercicios de Relax



34 - Respiração consciente

Convide as crianças a sentarem-se confortavelmente em círculo, no chão ou em cadeiras.

Peça para eles fecharem os olhos e respirarem profundamente pelo nariz e expirarem pela boca.

Enquanto eles respiram profundamente, oriente-os a visualizar um lugar onde se sintam felizes e seguros para brincar — pode ser um playground, um campo ou até mesmo seu próprio quintal.

Incentive-os a pensar sobre os sons, cheiros e imagens desse lugar seguro, reforçando o efeito calmante.

Continue por vários minutos, permitindo que as crianças se envolvam totalmente com seu espaço de brincadeira tranquilo em suas mentes.

Gradualmente, traga-os de volta ao momento presente, lembrando-os de que eles podem visitar esse lugar seguro em suas mentes sempre que precisarem se sentir calmos e seguros.



35 - Visualização de um recreio tranquilo

Peça para as crianças encontrarem uma posição confortável para sentar ou deitar.

Comece orientando-os através de algumas respirações calmantes para relaxar.

Exercicios de Relax

Comece descrevendo uma cena tranquila de playground — mencione o balanço suave das árvores, a maciez da grama e as risadas dos amigos.

Narre como cada criança no parquinho está brincando livremente e com segurança, sem medos ou preocupações.

Enfatize que neste lugar todas as crianças são incluídas nas brincadeiras e há uma sensação de felicidade e liberdade.

Dê alguns minutos para que as crianças mergulhem nessa visualização e, então, gentilmente, guie-as de volta para a sala de aula, sentindo-se revigoradas e contentes.



36 - Círculo de gratidão

Reúna as crianças em um círculo confortável.

Apresente o conceito de gratidão e como sentir gratidão pode nos deixar mais felizes.

Exercicios de Relax

Passe um objeto falante; um objeto que concede ao portador o direito de falar sem interrupção.

Convide cada criança a compartilhar uma coisa sobre o tempo de brincadeira pela qual ela é grata enquanto segura o objeto falante. Pode ser um

brinquedo favorito, jogo ou uma pessoa com quem eles gostam de brincar.

Enquanto cada criança fala, o resto do grupo escuta atentamente.

Depois que todos tiverem compartilhado, agradeça ao grupo pelas contribuições e destaque a alegria compartilhada que a brincadeira traz para suas vidas.



37 - Os pulmões do mundo

O professor explica a atividade pedindo aos alunos que imaginem que o mundo tem pulmões, assim como os humanos. Devido à poluição do ar, esses pulmões estavam lutando, mas agora a poluição foi eliminada, e o mundo pode respirar livremente novamente.

Exercicios de Relax

e este é um momento de alívio, felicidade e satisfação.

Os alunos são instruídos a imaginar que são os pulmões do mundo e que o ar está limpo. Eles se levantam e começam a se movimentar livremente expressando como estão se sentindo (por exemplo, respirando fundo, esticando os braços, sorrindo e demonstrando relaxamento).

---

38 - Corrida de estafetas em cadeia de palavras



Esta atividade faz com que os alunos se movimentem, pensem criativamente e trabalhem juntos.

Instruções:

Exercicios de Relax

Divida os alunos em duas ou mais equipes e faça com que eles fiquem em fila, de frente para a frente da classe. Escolha uma palavra inicial (por exemplo, "maçã"). Ao seu sinal, a primeira pessoa de cada equipe grita uma nova palavra que começa com a última letra da palavra anterior (por exemplo, "elefante").

A corrida continua com cada membro da equipe se revezando para gritar uma nova palavra que segue a cadeia. A equipe que ficar presa ou repetir uma palavra está fora. A equipe que mantiver a cadeia por mais tempo vence!

---

39 - Caça ao tesouro sensorial



Esta atividade ajuda os alunos a desestressar, usar os sentidos e se conectar com o ambiente.

Materiais:

Uma lista de estímulos sensoriais para cada aluno (veja abaixo)

Instruções:

Prepare uma lista de instruções que envolvam diferentes sentidos (por exemplo, "Encontre algo macio", "Sinta o cheiro de algo doce", "Ouça um som suave").

Distribua a lista para cada aluno e instrua-os a encontrar algo na sala de aula ou fora dela (dependendo do tempo e do espaço) que se encaixe em cada solicitação.

Exercicios de Relax

Incentive-os a explorar o espaço de forma lenta e consciente.

Depois que todos tiverem completado a lista, reúna a turma novamente e peça para alguns alunos compartilharem suas descobertas.

Ideias de estímulos sensoriais:

Visão: Encontre algo vermelho, algo brilhante, algo com listras.

Toque: encontre algo suave, algo áspero, algo frio.

Cheiro: Encontre algo que tenha cheiro de flores, algo que tenha cheiro de livros, algo que tenha cheiro de ar fresco.

Audição: encontre um lugar tranquilo, encontre um som do lado de fora da janela, encontre um som que você faz com seu corpo.

Sabor (opcional): Se for apropriado, peça aos alunos que tragam um pequeno pedaço de fruta ou outro lanche para compartilhar e descrever seu sabor (doce, azedo, etc.).

Exercicios de Relax



40 - Edifício de histórias de grupo

Peça aos alunos que se sentem em círculo. Comece uma história com uma ou duas frases. Depois, peça aos alunos que se revezem adicionando uma frase cada para continuar a história. Termine a atividade com os últimos alunos e peça a eles que retornem aos seus assentos.

Exercicios de Relax



41 - Coloração silenciosa de um desenho.

Peça para as crianças colorirem a mandala. Dê a elas um tempo de 3 minutos e toque uma música tranquila ao fundo.

Exercicios de Relax



42 - Coloração silenciosa de um desenho.

Peça para as crianças colorirem a mandala. Dê a elas um tempo de 3 minutos e toque uma música tranquila ao fundo.

Exercicios de Relax



43 - Quem está onde no círculo?

As crianças formam um círculo de mãos dadas e verificam quem está à sua direita e à sua esquerda. O educador toca uma música calma e as crianças soltam as mãos e se movimentam aleatoriamente pelo espaço, dentro de um perímetro delimitado. O educador para a música e as crianças devem fazer o mesmo círculo novamente, certificando-se de que dão as mãos aos mesmos colegas que estavam à sua direita e à sua esquerda no círculo. (5 minutos)

Exercicios de Relax



44 - Movendo-se como robôs

As crianças são convidadas a imaginar que são robôs e se movem aleatoriamente como diferentes robôs articulados semelhantes a humanos (com música). (3 minutos)

Exercicios de Relax



45 - Que fruta/vegetal sou eu?

O educador coloca uma folha de papel nas costas de cada criança com a imagem e o nome de uma fruta/vegetal (laranja, limão, maçã, cenoura, tomate, etc.), pedindo para as crianças se movimentarem pela sala lentamente e não dizerem o que está nas costas umas das outras. Enquanto se movimentam pela sala por 3 minutos, elas fazem perguntas de sim/não umas às outras para tentar adivinhar qual fruta/leguminosa são. Elas podem fazer apenas uma pergunta para cada criança que passar (como "eu sou verde?", "eu sou redondo?", "eu sou doce?", "eu sou usado para fazer sopa?", "eu sou usado para fazer salada de frutas?", etc.) e passar para o próximo colega.
Ao final do tempo combinado, eles ficam parados e, um por um, dizem que fruta ou legume acham que são. Esta atividade ajuda a desenvolver a imaginação, a capacidade de associação e o (re)conhecimento dos alimentos e suas características básicas. (5 minutos)

Exercicios de Relax



46 - Segue a minha mão (Hipnose)

Em duplas, uma criança (a hipnotizada) segue a mão da outra criança (o hipnotizador) pela sala (com música lenta e calma).

Então eles trocam de papéis.

(5 minutos)

Exercicios de Relax



47 - Labirinto

A parte principal da folha será um labirinto com um ponto de partida (talvez um formigueiro ou uma flor) e um ponto final (talvez uma folha deliciosa ou um casulo aconchegante). O labirinto pode ser simples com caminhos largos para crianças mais novas ou mais complexo com voltas e reviravoltas para crianças mais velhas. Você pode até incorporar obstáculos com tema de insetos, como teias de aranha ou caminhos sinuosos através de flores. Explique brevemente o que é um labirinto e o objetivo de encontrar o caminho do início ao fim. Distribua as planilhas de labirinto e giz de cera/lápis. Incentive os alunos a começar sua jornada no labirinto. Para crianças mais novas, demonstre como traçar o caminho lenta e cuidadosamente, permanecendo dentro das linhas. Explique que não há problema em encontrar becos sem saída. Eles podem simplesmente refazer seus passos e tentar outro caminho. Reconheça e comemore cada aluno que completar o labirinto.

Exercicios de Relax



48 - Meditação

Fique confortável na sua cadeira, com as costas retas e os pés no chão. Agora, feche os olhos suavemente. Inspire profundamente pelo nariz, enchendo a barriga de ar. Solte tudo lentamente pela boca, como se estivesse apagando uma vela de aniversário. Faça isso algumas vezes, deixando as preocupações irem embora a cada respiração. O mundo ao seu redor pode ter alguns sons — talvez um zumbido das luzes, folhas farfalhando lá fora ou até mesmo sua própria respiração. Tudo bem, apenas ouça em silêncio. Imagine que você é como um grande e lindo relógio de sol, sentindo o tempo passar. Talvez você fique um pouco mais quente, se mexa um pouco no assento ou até pisque uma ou duas vezes. Não se preocupe em contar segundos ou minutos. Apenas relaxe e deixe-se estar aqui, agora. Quando sentir que um minuto inteiro se passou, abra os olhos novamente. Pode ser um pouco mais ou um pouco menos, tudo bem! O importante é se sentir calmo e em paz.

Exercicios de Relax



49 - Puxar os dedos

Com o dedo indicador da mão direita, comece a puxar da parte inferior do polegar da mão esquerda até a ponta do polegar (paralelamente, a respiração é puxada para dentro), então continue a puxar o dedo para baixo do polegar (exale), continue até que todos os dedos estejam cobertos. Então eles trocam de mãos e puxam o dedo indicador da mão esquerda sobre o dedo da mão direita. Inspire ao puxar (dirigir) o dedo para cima, expire ao puxar para baixo.

Exercicios de Relax



50 - Estátuas

Toque uma música relaxante para criar uma atmosfera pacífica na sala de aula.

Explique o desafio: diga aos alunos que eles participarão de um "Desafio da Estátua Silenciosa". Explique que o objetivo é se concentrar na respiração e criar uma sensação de quietude em seus corpos.

1. Anuncie um tema para as estátuas (opcional). Pode ser qualquer coisa calmante ou inspirada na natureza (por exemplo, "uma árvore pacífica", "um rio fluindo", "uma borboleta dormindo").
2. Toque a música por um tempo determinado (2 a 5 minutos) ou diga aos alunos que você baterá na mesa para sinalizar o fim da rodada.
3. Durante esse tempo, os alunos devem ficar de pé ou sentar completamente parados, focando na respiração e incorporando o tema (se fornecido). Incentive-os a fechar os olhos se for confortável.
4. Quando o tempo acabar, sinalize suavemente o fim da rodada

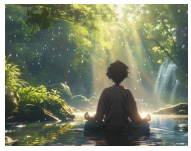
---

Exercicios de Relax



51 - ---

Exercicios de Relax



52 - ---

Exercicios de Relax



53 - ---

Exercicios de Relax

eca 54 - ---

Actividades



Tópicos de Sensibilização CÍVICA

1



Tópicos de Sensibilização Cívica / C.A1 Direito de aprender

Desenvolvido por	APDNE
	1
Duração	65
Exercícios de Energia	 8 - Arranja outro lugar: Faça os alunos sentarem em cadeiras em um círculo, com o número de cadeiras sendo um a menos que o número de alunos. O aluno sem cadeira fica no meio e diz seu nome. Então o aluno grita uma característica ou uma cor, ou tipo de roupa, por exemplo, "Todos vestindo laranja!". Todos os participantes que estão vestindo laranja devem se levantar e encontrar outro assento, mas não aquele imediatamente à sua direita ou esquerda. O aluno no meio corre para encontrar um assento e a pessoa que ficou de pé se torna o próximo a chamar no meio.
Exercicios de Relax	 10 - Cordilheira Fiquem lado a lado em uma linha, na pose da montanha, seus pés na largura do quadril. Cada pé deve tocar o pé da pessoa de cada lado. Andem (como um grupo) pela sala sem separar os pés deles dos do seu parceiro. Se o grupo se desfizer, você deverá começar de novo. *Variação* : Peça aos alunos que andem na ponta dos pés.
Objectivos	Os alunos irão: · Entender o conceito de direito à educação. · Reconhecer a importância da educação para todos. · Discuta como a educação ajuda as pessoas e as comunidades.
Preparação	• papel, marcadores, lápis de cor • Impressões de cartões de situação de "interpretação de papéis" (Anexo 3) (Recorte uma declaração para um aluno) • Cartão de perguntas "Role play" para o professor (Anexo 2)

Work Flow

Etapa 1: (20 minutos)

- Reúna os alunos em um grande espaço aberto e explique a atividade de dramatização.
- Distribua um pedaço de papel com uma pequena nota para cada aluno (do Anexo 3). Instrua os alunos a não compartilhar o que está escrito em seu papel.
- Peça aos alunos que formem uma fila, simbolizando que todos estão começando do mesmo ponto (nasceram iguais).
- Faça as sete perguntas do Anexo 2 , uma por uma. Se a resposta de um aluno for "SIM" com base em sua nota, ele dá um passo à frente. Se a resposta for "NÃO", ele permanece no lugar.
- Continue a dramatização até a sétima pergunta.
- Peça aos alunos para observarem suas posições após a sétima pergunta e explique: "Aqueles que avançaram têm mais oportunidades porque podem ir à escola e aprender. Aqueles que não se moveram tanto podem não ter as mesmas oportunidades."
- Guie as crianças de volta para a sala de aula após a atividade de dramatização. Peça para elas se sentarem em suas carteiras.
- Escreva 'Por que Educação' no quadro e peça aos alunos para dizerem o que vem à mente deles diretamente, relacionado ou não. Anote suas respostas no quadro.
- Inicie uma discussão para identificar assuntos relacionados ao tópico, permitindo que os alunos expressem o que vier à mente. Incentive os alunos a levantarem as mãos e contribuírem com ideias. Escreva suas respostas no papel do gráfico.
- Mostre o gráfico preparado (Anexo 4) e peça aos alunos que adicionem ideias se algo estiver faltando.

Etapa 2: (20 minutos)

- Transite a discussão perguntando: "Alguém sabe o que 'direito' significa?" e explicando que um direito é algo que todos deveriam ter. Explique que um dos direitos importantes é o direito de ir à escola e aprender.
- Descreva como a educação ajuda de muitas maneiras, como ler, escrever, entender o mundo e se preparar para o futuro.
- Apresente uma história curta sobre uma criança que adora ir à escola (Anexo 1). Leia a história em voz alta enquanto apresenta a apresentação em PowerPoint que a acompanha (Anexo 5).
- Depois de ler a história, pergunte aos alunos sobre a moral da história.
- Conclua a discussão explicando: "A educação é uma ferramenta poderosa que pode mudar vidas e comunidades. Ela nos ajuda a atingir nossos objetivos e a tornar o mundo um lugar melhor."

Etapa 3: (20 minutos)

- Instrua os alunos a desenhar uma imagem do que eles mais gostam na escola. Explique que pode ser sua matéria favorita, amigos, professor ou qualquer outra coisa que eles gostem.
- Distribua papel de desenho e giz de cera. Dê tempo para os alunos desenharem.
- Convide os alunos a compartilhar seus desenhos com a classe. Peça para eles explicarem o que desenharam e por que gostaram.

Conclusão (10 minutos)

- Depois que todos os alunos tiverem compartilhado seus desenhos, reúna a turma para uma discussão final.
- Resuma a lição destacando a importância da educação, enfatizando que ela proporciona conhecimento e habilidades para entender o mundo e melhorar vidas.
- Incentive os alunos a lembrar que toda criança tem o direito de aprender e ir à escola. Reforce que a educação pode abrir portas para muitas oportunidades e ajudar a realizar sonhos.
- Estimule a reflexão perguntando aos alunos:
  - "O que você aprendeu hoje sobre a importância da educação?"
  - "Como você pode usar o que aprendeu hoje para ajudar outras pessoas a entender a importância da educação?"
- Encerre a lição incentivando o aprendizado contínuo e o apoio mútuo, enfatizando o poder da educação como uma ferramenta para melhorar vidas e comunidades.

Feedback	O professor formula declarações curtas, e os alunos expressam de forma não verbal se concordam com elas: eles levantam as mãos para "concordo" e agacham-se quando discordam. Se a resposta de um aluno for "não sei", ele/ela se levanta. Declarações de exemplo: • "A educação é importante para todos." • "Todos devem ter o direito de ir à escola." • "Eu entendo por que a educação é um direito humano." • "Acredito que todos no mundo têm acesso à educação." • "Aprender sobre direitos humanos é importante." • "Acredito que a educação pode mudar a vida de uma pessoa." • "Gostaria de aprender mais sobre os direitos de outras crianças." • "Fiquei inspirado pela lição de hoje."
Adaptações	Para alunos que podem precisar de suporte adicional, coloque-os em pares com um colega durante a atividade de desenho.para a etapa 3
Competências do Professor	· **Facilitação** : Orientar os alunos por meio de atividades e discussões, garantindo engajamento e participação. (Etapa 1) · **Contação de histórias** : usar histórias para transmitir mensagens e morais, estimulando a imaginação e a compreensão. (Etapa 2) · **Criatividade** : Incentivar os alunos a se expressarem por meio de desenhos e a compartilhar seus pensamentos visualmente. (Etapa 3) · **Técnicas de questionamento** : Usando perguntas para provocar pensamento crítico e reflexão. (Etapa 2, Etapa 4) · **Prática reflexiva** : Facilitar discussões que incentivem os alunos a refletir sobre sua aprendizagem e experiências. (Conclusão)
Recursos Digitais	Anexo 1 Anexo 2 Anexo 3 Anexo 4 Anexo 5

eco-civic awareness project

2



Tópicos de Sensibilização Cívica / C.A2 Direito de brincar

Desenvolvido por	APDNE
	1
Duração	60
Exercícios de Energia	 23 - Jogos de emoções **Materiais necessários:** • Bola de tamanho médio • 5 cartões tamanho A5 com os rostos das emoções. Mova as mesas e cadeiras pela sala de aula para que os alunos possam sentar-se em círculo. O jogo começa com uma bola sendo lançada para um aluno, neste ponto o líder que tem as 5 cartas (uma para cada emoção), levanta uma carta; a criança que recebeu a bola deve falar sobre uma situação que desencadeia a emoção que o líder levantou. A bola é então lançada para outro colega de classe e assim por diante até que todos os alunos tenham recebido a bola e todos tenham tido a chance de falar sobre uma emoção. A bola só pode ser lançada uma vez para cada aluno. O jogo termina quando todos os alunos tiverem recebido e jogado a bola e todos tiverem falado sobre uma emoção.
Exercicios de Relax	 21 - Como é que me sinto hoje? A proposta é que cada criança desenhe seu rosto de acordo com a emoção que está sentindo naquele momento: alegria, tristeza, raiva, medo e calma.
Objectivos	-Entenda o direito de brincar como um direito humano fundamental. -Reconhecer os benefícios da brincadeira para o desenvolvimento e bem-estar. - Aprenda a defender e proteger o direito de brincar.
Preparação	• Leitura adicional: Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos da Criança - Artigo 31. (**ANEXO 1**) • Materiais: História da brincadeira pela Europa (**ANEXO 2**) • Equipamento: Caixas de som para música, projetor para vídeos. Impressões: Fichas informativas sobre os direitos das crianças, cartões de compromisso "Direito de Brincar" (**ANEXO 3**), Cartões de Reflexão (**ANEXO 4**)

Work Flow

Etapa 1: Introdução aos Direitos Humanos e ao Direito de Brincar (5 minutos) (**ANEXO 1**)

Comece com uma breve visão geral dos direitos humanos, enfatizando a importância e a universalidade desses direitos.

Apresentar o Artigo 31 da Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos da Criança, com foco no direito de brincar, descansar e ter lazer.

Discuta o papel da brincadeira na aprendizagem, no desenvolvimento e no bem-estar, preparando o cenário para as atividades futuras.

Etapa 2: Hora da história interativa (15 minutos) (**ANEXO 2**)

Compartilhe uma história que ilustre crianças de várias partes do mundo envolvidas em diferentes formas de brincadeira.

Destacar como a brincadeira é vivenciada e valorizada em diversas culturas e ambientes.

Incentive as crianças a refletirem sobre suas atividades favoritas e a reconhecerem a alegria comum de brincar.

Etapa 3: Atividade de grupo – Criação de uma Carta do "Direito de Brincar" (20 minutos) (**ANEXO 3**)

Divida as crianças em pequenos grupos e forneça materiais para que elas criem seu próprio estatuto do "Direito de Brincar".

Oriente-os a pensar sobre o que brincar significa para eles, por que é importante e como cada criança pode ter o direito de brincar garantido.

Incentive a criatividade e a inclusão, permitindo que cada grupo expresse suas ideias por meio de desenhos, palavras ou ambos.

Etapa 4: Assista a um pequeno vídeo sobre o direito de brincar ao redor do mundo (10 minutos) (consulte Recursos digitais)

Mostre um vídeo (de até 1 minuto) que mostre crianças do mundo todo brincando, destacando a natureza universal desse direito.

Discuta o vídeo, concentrando-se nas semelhanças e diferenças entre atividades lúdicas e ambientes.

Use isso como uma oportunidade para reforçar a ideia de que toda criança, independentemente de origem, tem o direito de brincar.

Etapa 5: Discussão e reflexão sobre o que a brincadeira significa para as crianças (10 minutos) (**ANEXO 4**)

Lidere uma discussão reflexiva sobre as experiências e sentimentos das próprias crianças em relação à brincadeira.

Continue com a discussão guiada conforme planejado, convidando as crianças a compartilhar seus pensamentos sobre a importância da brincadeira e como a lição influenciou sua compreensão do direito de brincar. Use perguntas abertas para facilitar uma conversa profunda sobre experiências pessoais com brincadeiras e os insights obtidos ao longo das atividades.

Após a discussão, apresente os cartões "Como você se sente sobre esta lição?", explicando que cada emoji representa sentimentos diferentes. Dê exemplos para garantir clareza (por exemplo, feliz, animado, pensativo, surpreso). Peça para as crianças selecionarem um cartão emoji que melhor represente seus sentimentos sobre a lição no direito de brincar.

Discuta como eles podem apoiar o direito uns dos outros de brincar dentro e fora da escola.

Etapa 6: Conclusões, Compartilhamento dos Compromissos da Carta e Considerações Finais (20 minutos)

Convide cada grupo a apresentar sua carta do "Direito de Brincar" para a turma, compartilhando suas percepções e compromissos.

	Facilite uma discussão de encerramento sobre como as crianças podem defender e proteger seu direito de brincar em suas comunidades. Conclua reforçando as mensagens principais do dia e incentivando as crianças a se lembrarem da importância da brincadeira em suas vidas e nas vidas dos outros.
Feedback	As crianças preencherão um formulário de feedback simples com emoticons para expressar como a sessão as fez sentir sobre seu direito de brincar. (**ANEXO 4**)
Adaptações	Para habilidades variadas, ofereça métodos alternativos de expressão, como desenhar ou usar gestos em vez de falar.
Competências do Professor	**Habilidades de ensino:** **Introdução e Visão Geral (Etapa 1)** : **Introdução envolvente** - Use a narrativa e o questionamento para capturar a atenção dos alunos e enfatizar a importância dos direitos humanos e do direito de brincar. **Hora da história interativa (Etapa 2)** : **Contação de histórias** - Utilize técnicas expressivas de narrativa para dar vida às diversas experiências das crianças e às brincadeiras, promovendo empatia e compreensão entre os alunos. **Atividade em grupo (Etapa 3)** : **Habilidades de facilitação** - Oriente as discussões em grupo de forma eficaz, incentivando todos os alunos a participar e garantindo que cada grupo contribua criativamente para seu estatuto de "Direito de Brincar". **Assistir a um vídeo curto (Etapa 4)** : **Alfabetização midiática** - Ajude os alunos a analisar criticamente o conteúdo do vídeo, incentivando-os a comparar e contrastar atividades lúdicas em diferentes culturas, ao mesmo tempo em que reforça o direito universal de brincar. **Discussão e reflexão (Etapa 5)** : **Técnicas de questionamento** - Use perguntas abertas para estimular reflexões significativas sobre a importância da brincadeira, encorajando os alunos a articular seus pensamentos e sentimentos.
Recursos Digitais	**https://www.youtube.com/watch?v=-dGjaTWF3KY** ANEXOS PARA TRADUÇÃO: - **ANEXO 1 (CONVENÇÃO DA ONU SOBRE OS DIREITOS DAS CRIANÇAS - anexado como documento do Word)** **- ANEXO 2 (EM FORMATO POWERPOINT - pode ser traduzido diretamente de documentos)** **- ANEXO 3 (CLIQUE NO IDIOMA QUE DESEJA TRADUZIR E, APÓS A TRADUÇÃO, FAÇA O DOWNLOAD DO DOCUMENTO TRADUZIDO. BÚLGARO - LETÃO - PORTUGUÊS - TURCO)** **- ANEXO 4**

3



Tópicos de Sensibilização Cívica / C.A3 Direito de liberdade de expressão

Desenvolvido por	PROSVETA Silvia Tsvetanska
	1
Duração	80
Exercícios de Energia	 8 - Arranja outro lugar: Faça os alunos sentarem em cadeiras em um círculo, com o número de cadeiras sendo um a menos que o número de alunos. O aluno sem cadeira fica no meio e diz seu nome. Então o aluno grita uma característica ou uma cor, ou tipo de roupa, por exemplo, "Todos vestindo laranja!". Todos os participantes que estão vestindo laranja devem se levantar e encontrar outro assento, mas não aquele imediatamente à sua direita ou esquerda. O aluno no meio corre para encontrar um assento e a pessoa que ficou de pé se torna o próximo a chamar no meio.
Exercicios de Relax	 27 - Respiração com narinas alternadas Instruções para os alunos: • Sente-se em uma posição confortável com as pernas cruzadas. • Coloque a mão esquerda no joelho esquerdo. • Levante a mão direita em direção ao nariz. • Expire completamente e então use o polegar direito para fechar a narina direita. • Inspire pela narina esquerda e depois feche-a com os dedos. • Abra a narina direita e expire por este lado. • Inspire pela narina direita e depois feche-a. • Abra a narina esquerda e expire pelo lado esquerdo. • Este é um ciclo. • Continue por até 5 minutos. • Sempre conclua a prática terminando com uma expiração no lado esquerdo. A atividade ajuda você a aquietar e acalmar sua mente.
Objectivos	Os alunos irão: • compreender melhor seus direitos humanos e aprender a defendê-los sem violar os direitos dos outros; • ser encorajados a expressar sua opinião usando diferentes meios de expressão; • dominar maneiras práticas de reagir quando alguém restringe sua liberdade de expressão.

Leitura extra

- Convenção sobre os Direitos da Criança

https://www.ohchr.org/en/instruments-mechanisms/instruments/convention-rights-child

- Artigo 13

1. A criança tem direito à liberdade de expressão; este direito inclui a liberdade de procurar, receber e transmitir informações e ideias de todos os tipos, independentemente de fronteiras, oralmente, por escrito ou em forma impressa, na forma de arte, ou por qualquer outro meio de sua escolha.

2. O exercício deste direito poderá estar sujeito a certas restrições, mas estas serão apenas as previstas na lei e necessárias:

(a) Para respeito aos direitos ou reputações de outros; ou

Preparação

(b) Para a proteção da segurança nacional ou da ordem pública (ordre public), ou da saúde ou moral públicas.

- Convenção sobre os Direitos da Criança (versão infantil) https://www.unicef.org/media/60981/file/convention-rights-child-text-child-friendly-version.pdf

Art. 13. As crianças têm o direito de compartilhar livremente com os outros o que aprendem, pensam e sentem, falando, desenhando, escrevendo ou de qualquer outra forma, a menos que isso prejudique outras pessoas.

Materiais – notas adesivas, canetas hidrográficas, elementos LEGO

Equipamento – laptop e projetor

Disposição da sala de aula – disposição em círculo para permitir a interação durante o trabalho em grupo.

Work Flow

Etapa 1 (10 min.): Introdução

Comece com perguntas que se concentrem nas experiências e observações pessoais dos alunos:

Você já viu pessoas em greve? O que você pensa quando vê pessoas protestando com cartazes ou bloqueando o trânsito na cidade? Toda pessoa tem o direito de protestar? Os protestos incomodam os outros ou são úteis?

Apresente o tópico da lição - hoje falaremos mais sobre o direito de expressar nossa opinião de diferentes maneiras.

Etapa 2 (15 min.) Recurso de vídeo 1 O direito à liberdade de opinião e expressão

Assista ao vídeo e depois passe para uma discussão sobre o direito das crianças de expressar livremente suas opiniões.

Discuta com os alunos o que eles viram no vídeo. Discuta as questões como uma atividade de classe inteira:

- Alguém de vocês já passou por uma experiência parecida de hesitação em dizer alguma coisa?
- Como os alunos podem expressar se discordam de algo? E eles devem expressar sua opinião quando concordam ou gostam de algo?
- Sobre o que você mais frequentemente expressa sua opinião (em casa, na escola)?
- Como você se sentiria se quisesse dizer algo e as pessoas não ouvissem?

Etapa 3 (15 min.) Brainstorming

Fazer uma lista de ideias para possíveis maneiras de expressar a opinião de alguém. Escreva as sugestões dos alunos em um flip chart ou no quadro para que eles possam vê-las durante a sessão de brainstorming. Sugira aos alunos que pensem em suas experiências ao expressar uma opinião; oriente-os a pensar não apenas sobre palavras e discurso oral, mas também sobre linguagem corporal, expressão escrita, expressão por meio da arte e várias formas de arte (música, canções, desenhos, pôsteres, filmes, concertos, etc.).

Resuma as sugestões e comente sobre o direito da criança de expressar suas necessidades, ideias e experiências. Observe dois aspectos importantes sobre o exercício desse direito:

- Ao expressar nossa opinião, devemos usar uma linguagem educada e escolher formas de expressão que excluam grosseria, violência, abuso emocional e comportamento coercitivo e controlador, ou manipulação;
- A expressão da nossa opinião não deve causar danos – às pessoas ou à natureza; não devemos poluir o meio ambiente, não quebrar ou destruir o que outros criaram, não devemos fazer barulho excessivo, etc.

Etapa 4 (30 min.) Trabalho em grupo

Defina tarefas diferentes para cada grupo para obter perspectivas mais diversas sobre o tópico. Exemplos:

- *Grupo 1*. Sem palavras, usando apenas a linguagem corporal, os alunos do Grupo 1 têm que expressar dois sentimentos em sucessão – primeiro, alegria, depois decepção. Os alunos podem fazer um pequeno esboço, dançar ou esculpir seus próprios corpos ou os corpos uns dos outros para expressar as emoções.
- *Grupo 2* : Com elementos de um construtor "Lego", os participantes constroem sua ideia ecológica - um chamado para "Salvar a Terra".
- *Grupo 3* : Os alunos são convidados a imaginar que tiveram a oportunidade de dirigir a escola por um dia e falar na frente de todos os alunos. A tarefa deles é discutir o que diriam, o que compartilhariam com os membros da comunidade escolar.

Recomenda-se reservar tempo para apresentação dos resultados do trabalho em grupo e feedback aos participantes dos grupos.

	Etapa 5 (10 min.) Conclusões A mensagem importante desta lição é que todos devem se sentir livres para falar sobre as coisas importantes da vida e protestar se necessário, mas sem perturbar os outros. O respeito pelos direitos dos outros e pelas diferentes opiniões é um valor básico do homem moderno na sociedade civil. Se desenvolvermos nossas habilidades para nos expressar de diversas maneiras - por meio de palavras, mas também com a linguagem da arte, então, aumentamos as oportunidades de influenciar os outros e temos maiores chances de ter nossa posição entendida e levada em consideração.
Feedback	Um post-it colorido é fornecido a cada aluno com a instrução: "Escreva pelo menos duas maneiras de expressar o que você pensa ou sente." Em outro post-it, os alunos podem escrever o que mais gostaram nesta lição. As notas são fixadas na parede ou em um quadro na sala de aula. Se houver tempo suficiente, elas podem ser lidas, comentadas e resumidas. No final da aula, o professor as coleta para verificar o feedback dos alunos e a compreensão do tópico.
Adaptações	A atividade da Etapa 4 pode ser modificada de acordo com as habilidades dos alunos. Por exemplo, os tópicos podem ser diferentes: os alunos podem falar sobre sua atividade favorita, tentar convencer os outros sobre os benefícios de alimentos saudáveis, falar sobre a prática de um esporte específico, etc. As diferentes maneiras de expressar suas opiniões também podem ser escolhidas considerando a complexidade das diferentes formas de expressão – eles podem desenhar suas ideias, fazer uma colagem de fotos de revistas antigas, usar elementos de Lego, escolher um videoclipe ou uma música adequados, ou simplesmente falar sobre o assunto. A critério do professor, todos os grupos podem receber a mesma tarefa.
Competências do Professor	1. *Comunicação* : Escuta e adaptabilidade - conforme sugerido na seção *Adaptações* . 2. *Pensamento crítico* : • é aconselhável editar o plano de aula devido a restrições de tempo ou situações inesperadas na sala de aula; • a lição se baseia na participação ativa dos alunos, considerando sua experiência, então o professor deve estar preparado para muitas perguntas que devem ser respondidas rapidamente. 3. *Paciência* : você precisará dela em todas as etapas, especialmente na Etapa 4, quando alguns alunos precisarão de mais tempo e você precisará incentivar os participantes de cada um dos 3 grupos a trabalhar de forma colaborativa. 4. *Criatividade e paixão* : caso você considere que algumas das etapas sugeridas não são adequadas para seus alunos e você possa propor modificações, vá em frente e compartilhe as modificações no formulário de feedback. 5. *Flexibilidade* : você pode considerar fazer modificações nas etapas descritas antes da aula, mas deve estar preparado para fazer alterações durante a apresentação do tópico. 6. *Novidade* : envolver os alunos em novos tipos de atividades resultará em alunos mais motivados, ansiosos para participar e aprender. Uma maneira de fazê-los esperar as aulas do projeto com impaciência é começar e terminar a aula com um energizador e uma atividade relaxante.
Recursos Digitais	Recurso de vídeo 1 O direito à liberdade de opinião e expressão

eco-civic awareness project

4



Tópicos de Sensibilização Cívica / C.A4 Direito à privacidade e à proteção da honra e reputação

Desenvolvido por	PROSVETA Silvia Tsvetanska
Duração	80
Exercícios de Energia	 24 - Preciso de mais espaço! Divida os alunos em grupos de 5 (ou 6). Em cada grupo, atribua números consecutivos aos seus membros. Peça aos grupos para fazerem círculos e escolherem aleatoriamente um número – todos os alunos que foram designados para esse número devem entrar no círculo e se agachar. Os outros membros do grupo são agrupados firmemente ao redor do aluno agachado. Ele/ela tenta se levantar e fazer com que os outros o deixem ter mais espaço ao seu redor, mas eles ficam muito próximos e não permitem que ele/ela tenha mais espaço e se mova livremente.
Exercicios de Relax	 14 - Dá-me a tua energia Os alunos ficam em círculo. O professor inicia a atividade fingindo que está segurando uma bola nas mãos e a passa para o aluno à sua direita; o aluno faz o mesmo, passando para o vizinho, etc. O jogo continua até que a bola volte para o professor. A bola precisa ser passada de forma gentil, pois é muito preciosa. Na segunda rodada, o professor passa a bola para os alunos da esquerda, fazendo um gesto e um som. Espera-se que os alunos façam o mesmo até que todos tenham tocado na bola pelo menos uma vez. A bola pode ser passada de diferentes maneiras (com um chute, um beijo, um golpe, etc.), fingindo que ela fica maior ou menor dependendo da vontade dos alunos.
Objectivos	Os alunos irão: ● entender melhor seus direitos humanos e aprender como agir para que suas ações não limitem os direitos dos outros; ● aprender como reagir quando alguém interfere em sua vida, família ou lar.
Preparação	**Materiais** - notas adesivas **Leitura extra** https://www.ohchr.org/en/instruments-mechanisms/instruments/convention-rights-child Convenção sobre os Direitos da Criança (versão infantil) https://www.unicef.org/media/60981/file/convention-rights-child-text-child-friendly-version.pdf Art. 16. As crianças têm direito à privacidade. A lei deve protegê-las de ataques ao seu modo de vida, ao seu bom nome, à sua família e ao seu lar. **Equipamento** – laptop, projetor.

Etapa 1 (10 min.): Introdução

O professor introduz os alunos ao tópico da lição por meio de perguntas relacionadas às suas experiências, por exemplo, você já ouviu a conversa de outros alunos ou ouviu algo ruim sendo dito sobre um colega de classe? Como você se sentiu? Temos o direito de interferir na vida dos outros?

Etapa 2 (20 min.) Estudo de caso

Use o recurso eletrônico 1 "Na escola"

Os alunos assistem ao vídeo mostrando diferentes situações da vida escolar. Organize uma breve discussão sobre as questões apresentadas no vídeo. Explique aos alunos a ideia central do direito de ser protegido se alguém ameaçar sua integridade e rebaixar sua dignidade.

Concentre a atenção dos alunos no estudo de caso apresentado pela última imagem do vídeo. Comente sobre diferentes opções de ação na situação. Incentive os alunos a criarem várias opções para desenvolver o estudo de caso.

Outra questão a ser discutida é como podemos ajudar sem machucar e invadir a privacidade e as experiências dos outros. Se o aluno não quiser compartilhar algo ou preferir ficar sozinho, vamos respeitar o direito dele.

É importante que os alunos entendam que, se testemunharem comportamento rude e desrespeito aos direitos dos outros, é melhor que eles respondam e se manifestem contra o comportamento inaceitável que viola os direitos de alguém.

Work Flow

Etapa 3 (20 min.) Discussão

Use o vídeo do Recurso 2 para praticar a conscientização dos alunos sobre o direito à privacidade.

Discuta como eles percebem o que é refletido no vídeo e quais emoções ele evoca.

Faça uma discussão em sala de aula usando as seguintes perguntas orientadoras:

- O que está acontecendo no vídeo?
- Que direito é violado na situação apresentada?
- Qual aluno se comporta da maneira correta? O que você gosta nesse ato?
- Como a garota está se sentindo?
- O que você faria se estivesse em uma situação semelhante?
- A menina deve relatar o que aconteceu ao professor ou aos pais?
- A quem ela pode recorrer para obter ajuda?
- Você já passou por uma situação parecida?

Etapa 4 (10 min.): Conclusões

Tivemos uma aula sobre respeitar os direitos dos outros e seu direito à privacidade. Entendemos por que é importante não interferir na vida privada dos outros, mesmo que sejamos amigos mais próximos. Aprendemos como podemos reagir se descobrirmos que um amigo próximo ou um colega de classe se sentiu mal quando outros o insultaram e humilharam.

Feedback	Os alunos recebem notas adesivas coloridas com instruções para escrever algo que eles vão lembrar da lição. Antes da aula, o professor desenha uma árvore (a *Árvore do Conhecimento*) no quadro ou em um flipchart. Quando os alunos estiverem prontos, eles colam seus papéis nos galhos da *Árvore do Conhecimento.* Desde que haja tempo suficiente para desenvolver ainda mais suas habilidades de raciocínio, o professor pode dividi-los em 3 equipes e pedir que as equipes reorganizem os papéis com as coisas que os alunos identificaram como interessantes e memoráveis para que as semelhantes se juntem. A atividade ensinará os alunos a encontrar semelhanças e diferenças entre as ideias. Quando as equipes estiverem prontas, elas apresentam como dividiram as ideias (papéis) e descrevem por que fizeram a divisão dessa forma.
Adaptações	*Passo 1* Caso ninguém esteja disposto a compartilhar porque não entendeu o que está sendo perguntado ou porque é tímido, o professor pode sugerir/modificar a pergunta pedindo que compartilhem histórias de outras pessoas, não as suas, ou ser o primeiro a compartilhar algo relacionado ao tópico (mesmo que não seja sua experiência real), por exemplo: Alguns dias atrás, enquanto eu estava no vestiário me preparando para minha aula de ioga, ouvi uma das instrutoras de ioga fofocando sobre minha instrutora de ioga favorita; na verdade, parece que ela pode estar falando a verdade. Fiquei bastante desconfortável em ouvir a conversa e me questionei se estava tudo bem falar com minha instrutora de ioga sobre o que ouvi para que ela pudesse contra-atacar. *Passo 2* Todos os casos devem estar relacionados às especificidades da vida dos alunos. Caso o professor considere que há outras situações, não apresentadas no vídeo, mas que são mais relevantes para discutir com essa turma específica, ele/ela pode descrever a situação e pedir para a turma falar sobre ela.
Competências do Professor	1. *Comunicação* . • escuta e adaptabilidade: o tema da aula é bastante delicado e o professor precisa estar preparado para se comunicar com os alunos de maneiras alternativas, considerando suas diferentes personalidades e estilos de aprendizagem; e estar pronto para se adaptar imediatamente. • Habilidades interpessoais são especialmente necessárias na apresentação do tópico para que o professor construa relacionamentos com os alunos para que eles possam compartilhar suas histórias e aprender seus direitos. 2. *Pensamento crítico* . • não há respostas predefinidas para os tópicos discutidos, então o professor precisa estar pronto para responder às perguntas dos alunos prontamente, considerando os princípios básicos: (1) você tenta ajudar sem machucar e invadir a privacidade e as experiências dos outros, e (2) se você testemunhar comportamento rude e desrespeito aos direitos dos outros, você deve responder e falar. 3. *Construção de confiança* : alunos que não estão indo bem nas principais disciplinas escolares terão baixa estima de sua personalidade como um todo e não estarão cientes de seu potencial em diferentes áreas. A lição fornece ao professor a oportunidade de encorajá-los e ajudá-los a desbloquear suas características.
Recursos Digitais	Recurso 1: "Na Escola" https://youtu.be/Yp_PsA0XnjA Recurso 2: O direito à privacidade https://www.humanrights.com/what-are-human-rights/videos/right-to-privacy.html

5



Tópicos de Sensibilização Cívica / C.A5 Direito à educação

Desenvolvido por	IPSantarem - Ana Da Silva, Ana Torres, Maurício Dias
Duração	80
Exercícios de Energia	 44 - Imitação de jornais As crianças se movimentam livremente, ao som de uma música, com uma folha de jornal na mão. Em determinado momento, o educador interrompe a música e diz o nome de uma disciplina escolar (matemática, linguagem, história, ciências naturais, música, pintura, esportes, etc.) e cada criança coloca a folha no chão e fica de pé sobre ela fazendo um gesto que representa uma ação relacionada à disciplina. Com essa atividade, as crianças desenvolvem o equilíbrio e a imaginação. (5 minutos).
Exercicios de Relax	 43 - Quem está onde no círculo? As crianças formam um círculo de mãos dadas e verificam quem está à sua direita e à sua esquerda. O educador toca uma música calma e as crianças soltam as mãos e se movimentam aleatoriamente pelo espaço, dentro de um perímetro delimitado. O educador para a música e as crianças devem fazer o mesmo círculo novamente, certificando-se de que dão as mãos aos mesmos colegas que estavam à sua direita e à sua esquerda no círculo. (5 minutos)
Objectivos	• Refletir sobre o direito à educação da Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos da Criança (artigos 24 e 28); • Distinguir entre direitos, necessidades e desejos; • Identificar e expressar necessidades e desejos educacionais; • Experimente o princípio básico da participação na Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos da Criança (Artigo 12).
Preparação	**Materiais e equipamentos** • Folhas de jornal, equipamentos de som e música para a atividade energizante e relaxante; • Câmeras, tablets ou celulares para filmar; • 1 Equipamento digital e internet para exibição de filme; • Papel quadriculado e marcador; • Giz ou fita para a técnica de avaliação.

Etapa 1 - Introdução: Participação é um princípio básico da Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos da Criança. Então sugerimos que as crianças trabalhem em pequenos grupos para identificar e discutir um tópico ou habilidade específica que gostariam de desenvolver; e fazer um filme para expressar algumas de suas necessidades e desejos educacionais, e refletir sobre por que acham isso importante para crescerem felizes e saudáveis.
mInfor às crianças que a Participação é um dos quatro princípios básicos da Convenção das Nações Unidas sobre os direitos das crianças. Elas têm o direito de dar suas opiniões em todos os assuntos que as afetam, de serem ouvidas e levadas a sério. Artigo 12 "Os Estados Partes assegurarão à criança que é capaz de formar suas próprias opiniões o direito de expressar essas opiniões livremente em todos os assuntos que a afetam, sendo as opiniões da criança devidamente ponderadas de acordo com a idade e maturidade da criança." (3 minutos).

Etapa 2 : Pergunte às crianças as diferenças entre direitos, necessidades e desejos (1. Direito: as coisas que nos permitem viver em nosso potencial máximo; 2. Necessidade: as coisas que são absolutamente necessárias para termos ou sermos capazes de fazer para viver uma vida boa; 3. Desejo: as coisas que gostaríamos de ter ou fazer, mas não são necessárias para uma vida boa) e discuta algumas coisas que elas consideram um direito, uma necessidade e um desejo. Registre alguns exemplos no modelo abaixo. (10 minutos)

Etapa 3 : Exiba o seguinte filme (1 minuto): **Desenhos animados pelos direitos da criança - Educação Índia | UNICEF (youtube.com)**

Etapa 4 : Convide as crianças a contar sobre o que é o filme. Pergunte se elas acham que a educação é um direito, uma necessidade ou um desejo, e por quê. Registre as ideias em papel de gráfico. (10 minutos)

Work Flow

Passo 5: Informe as crianças que o artigo 24 da Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos da Criança é "Garantir que todos os segmentos da sociedade, em particular pais e crianças, sejam informados, tenham acesso à educação"; e que o Artigo 28 "Os Estados Partes reconhecem o direito da criança à educação, e com vistas a alcançar esse direito progressivamente e com base na igualdade de oportunidades" (3 minutos). **Convenção sobre os Direitos da Criança | OHCHR**

Etapa 6 : Divida o grupo em pequenos grupos de 4 ou 5 crianças e diga a elas para fazerem um brainstorming sobre todos os tópicos e habilidades para os quais gostariam de ser educadas e escolherem apenas um que considerem uma necessidade ou desejo importante, imaginando que podem convidar especialistas para educá-las em qualquer domínio possível. Elas também têm que justificar sua escolha explicando por que acham que é importante para sua educação crescerem felizes e saudáveis. (5 minutos)

Etapa 7 : Diga a eles que farão um curta-metragem para mostrar ao especialista o que eles querem aprender e por que, e que todos os membros do grupo têm que atuar no filme e/ou assumir a responsabilidade da câmera. Dê a eles as seguintes instruções (veja o modelo abaixo):
- Discutir e decidir a forma como vão passar a mensagem ao especialista (falar, dialogar e agir, mostrar um desenho, mostrar objetos, fazer uma entrevista aos membros do grupo, etc.);
- Divida as tarefas entre os membros do grupo e decida quem faz/diz o quê no filme;
- Ensaie para a filmagem.
- Filmar o filme (20 minutos)

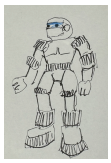
Etapa 8 : Quando todos os grupos tiverem filmado, convide as crianças a discutir as ideias de cada grupo e que tipo de especialista é necessário para ensinar-lhes os assuntos/habilidades que gostariam de desenvolver, se é possível fazê-lo e como. (10 minutos).

Feedback	**Use a técnica de avaliação de alvos** Com giz ou fita, desenhe um alvo grande no chão (com 3 segmentos circulares), apresente um parâmetro de avaliação (por exemplo, se eles acham que sabem a diferença entre certo, necessidade e desejo) e peça às crianças que se coloquem em um dos segmentos do alvo de acordo com sua classificação daquele parâmetro específico, sendo o mais positivo o mais próximo do centro do alvo, o pior o mais distante do centro. Registre o número de alunos que estão em cada segmento. Peça a eles que expliquem por que estão em segmentos específicos para que você tenha um feedback qualitativo. Em seguida, peça a eles que saiam do alvo. Indique outro parâmetro e peça a eles que se coloquem novamente no segmento que corresponde à sua classificação, e peça novamente a algumas crianças que expliquem sua classificação (perguntando se os outros têm algo a acrescentar). (10 minutos)
Adaptações	No caso de crianças com deficiência auditiva, na atividade energizadora e relaxante, o educador pode fazer um movimento amplo e amplo para ser visto cada vez que ele/ela colocar ou parar a música. Verifique a possibilidade de convidar especialistas para ensinar às crianças os tópicos que eles sugeriram. Pergunte se as crianças concordam em compartilhar os filmes com os pais ou representantes legais, e com os especialistas. Se as crianças concordarem, peça autorização dos pais ou representantes legais para enviar os filmes aos especialistas.
Competências do Professor	Comunicação: Uma comunicação clara é essencial para explicar os conceitos complexos da Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos da Criança, fornecer instruções e orientar os alunos durante as discussões e o processo de produção cinematográfica. Escuta e adaptabilidade: ouvir as ideias dos alunos e se adaptar às suas necessidades garante que cada criança se sinta ouvida e apoiada, especialmente ao discutir necessidades e desejos educacionais pessoais. Criatividade e paixão: Incentivar os alunos a expressar suas ideias por meio de meios criativos, como um filme, exige um professor que possa inspirar e promover a criatividade e o entusiasmo nos alunos. Habilidades técnicas: como a atividade envolve o uso de câmeras, tablets ou celulares para criar um filme, os professores devem ter habilidades técnicas para orientar os alunos durante o processo de filmagem e solucionar quaisquer problemas.
Recursos Digitais	Desenhos animados pelos direitos da criança - Educação Índia: **Desenhos animados pelos direitos da criança - Educação Índia | UNICEF (youtube.com** Unicef O direito à educação: **https://youtu.be/zWo0aYvx7xk**

6



Tópicos de Sensibilização Cívica / C.A6 Direito à privacidade

Desenvolvido por	IPSantarem - Ana Da Silva, Ana Torres, Maurício Dias
Duração	80
Exercícios de Energia	 45 - O jogo da corda Divida as crianças em 2 grupos. As crianças de um grupo se alinham paralelamente a uma corda que é colocada no chão, as crianças do outro grupo se alinham do outro lado da corda, de frente para as outras crianças. O educador diz que eles vão responder às perguntas movendo-se para frente e para trás: 1) um passo em direção à corda, que significa sim; 2) um passo para trás, que significa não; 4) não se mover, que significa "não sei". O educador faz perguntas e as crianças respondem se movendo. Para este recurso de formação sobre o direito à privacidade, o educador pode utilizar este energizador para conhecer as crianças e preparar as atividades. Por exemplo, numa atividade sobre IA, é possível fazer perguntas como: As crianças têm direitos? (peça aos que avançam para mencionarem alguns direitos que acham que têm); As crianças têm direito à privacidade? (pergunte o que significa); Utilizam o Google? Já viram ou manipularam um drone?; Utilizam aplicações como Spotify, TikTok, YouTube?; Jogam jogos online?; Já já ouviu falar do Chat GPT?, Você sabe o que são Cookies?; etc. É importante adaptar as perguntas à natureza e ao assunto da atividade (10 minutos)
Exercicios de Relax	 44 - Movendo-se como robôs As crianças são convidadas a imaginar que são robôs e se movem aleatoriamente como diferentes robôs articulados semelhantes a humanos (com música). (3 minutos)
Objectivos	• Refletir sobre o direito à educação da Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos da Criança (artigos 24 e 28); • Distinguir entre direitos, necessidades e desejos; • Identificar e expressar necessidades e desejos educacionais; • Experimente o princípio básico da participação na Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos da Criança (Artigo 12).

Preparação

Leitura extra

- Privacidade e direitos das crianças Livro Branco (2023) Título (plattform-privatheit.de)
- Estratégia para os Direitos da Criança (2022-2027) https://www.coe.int/en/web/children/strategy-for-the-rights-of-the-child
- Diretrizes para respeitar, proteger e cumprir os direitos da criança no ambiente digital - Recomendação CM/Rec(2018)7 do Comitê de Ministros (2018) https://edoc.coe.int/en/children-and-the-internet/7921-guidelines-to-respect-protect-and-fulfil-the-rights-of-the-child-in-the-digital-environment-recommendation-cmrec20187-of-the-committee-of-ministers.html#
- Conheça os seus direitos Um guia sobre os direitos das crianças europeias à privacidade e segurança online

https://childrensrights.ie/wp-content/uploads/2023/02/Know-Your-Rights-A-Guide-to-Childrens-European-Rights-to-Online-Privacy-and-Safety.pdf

Materiais e equipamentos

- Equipamento para projeção de vídeo, internet, quadro/flipchart
- Corda e música (para energizar e relaxar)

Etapa 1 - Introdução: Participação é um princípio básico da Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos da Criança. Então sugerimos que as crianças trabalhem em pequenos grupos para identificar e discutir um tópico ou habilidade específica que gostariam de desenvolver; e fazer um filme para expressar algumas de suas necessidades e desejos educacionais, e refletir sobre por que acham isso importante para crescerem felizes e saudáveis.
mInfor às crianças que a Participação é um dos quatro princípios básicos da Convenção das Nações Unidas sobre os direitos das crianças. Elas têm o direito de dar suas opiniões em todos os assuntos que as afetam, de serem ouvidas e levadas a sério. Artigo 12 "Os Estados Partes assegurarão à criança que é capaz de formar suas próprias opiniões o direito de expressar essas opiniões livremente em todos os assuntos que a afetam, sendo as opiniões da criança devidamente ponderadas de acordo com a idade e maturidade da criança." (3 minutos).

Etapa 2 : Pergunte às crianças as diferenças entre direitos, necessidades e desejos (1. Direito: as coisas que nos permitem viver em nosso potencial máximo; 2. Necessidade: as coisas que são absolutamente necessárias para termos ou sermos capazes de fazer para viver uma vida boa; 3. Desejo: as coisas que gostaríamos de ter ou fazer, mas não são necessárias para uma vida boa) e discuta algumas coisas que elas consideram um direito, uma necessidade e um desejo. Registre alguns exemplos no modelo abaixo. (10 minutos)

Etapa 3 : Exiba o seguinte filme (1 minuto): **Desenhos animados pelos direitos da criança - Educação Índia | UNICEF (youtube.com)**

Etapa 4 : Convide as crianças a contar sobre o que é o filme. Pergunte se elas acham que a educação é um direito, uma necessidade ou um desejo, e por quê. Registre as ideias em papel de gráfico. (10 minutos)

Work Flow

Passo 5: Informe as crianças que o artigo 24 da Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos da Criança é "Garantir que todos os segmentos da sociedade, em particular pais e crianças, sejam informados, tenham acesso à educação"; e que o Artigo 28 "Os Estados Partes reconhecem o direito da criança à educação, e com vistas a alcançar esse direito progressivamente e com base na igualdade de oportunidades" (3 minutos). **Convenção sobre os Direitos da Criança | OHCHR**

Etapa 6 : Divida o grupo em pequenos grupos de 4 ou 5 crianças e diga a elas para fazerem um brainstorming sobre todos os tópicos e habilidades que gostariam de aprender e escolher apenas um que considerem uma necessidade ou desejo importante, imaginando que podem convidar especialistas para educá-las em qualquer domínio possível. Elas também precisam justificar sua escolha explicando por que acham que é importante para sua educação crescer feliz e saudável. (5 minutos)

Etapa 7 : Diga a eles que farão um curta-metragem para mostrar ao especialista o que eles querem aprender e por que, e que todos os membros do grupo têm que atuar no filme e/ou assumir a responsabilidade da câmera. Dê a eles as seguintes instruções (veja o modelo abaixo):
- Discutir e decidir a forma como vão passar a mensagem ao especialista (falar, dialogar e agir, mostrar um desenho, mostrar objetos, fazer uma entrevista aos membros do grupo, etc.);
- Divida as tarefas entre os membros do grupo e decida quem faz/diz o quê no filme;
- Ensaie para a filmagem.
- Filmar o filme (20 minutos)

Etapa 8 : Quando todos os grupos tiverem filmado, convide as crianças a discutir as ideias de cada grupo e que tipo de especialista é necessário para ensinar-lhes os assuntos/habilidades que gostariam de desenvolver, se é possível fazê-lo e como. (10 minutos).

Feedback	**Use a técnica de avaliação de alvos** Com giz ou fita, desenhe um alvo grande no chão (com 3 segmentos circulares), apresente um parâmetro de avaliação (por exemplo, se eles acham que sabem a diferença entre certo, necessidade e desejo) e peça às crianças que se coloquem em um dos segmentos do alvo de acordo com sua classificação daquele parâmetro específico, sendo o mais positivo o mais próximo do centro do alvo, o pior o mais distante do centro. Registre o número de alunos que estão em cada segmento. Peça a eles que expliquem por que estão em segmentos específicos para que você tenha um feedback qualitativo. Em seguida, peça a eles que saiam do alvo. Indique outro parâmetro e peça a eles que se coloquem novamente no segmento que corresponde à sua classificação, e peça novamente a algumas crianças que expliquem sua classificação (perguntando se os outros têm algo a acrescentar). (10 minutos)
Adaptações	No caso de crianças com deficiência auditiva, na atividade energizadora e relaxante, o educador pode fazer um movimento amplo e amplo para ser visto cada vez que ele/ela colocar ou parar a música. Verifique a possibilidade de convidar especialistas para ensinar às crianças os tópicos que eles sugeriram. Pergunte se as crianças concordam em compartilhar os filmes com os pais ou representantes legais, e com os especialistas. Se as crianças concordarem, peça autorização dos pais ou representantes legais para enviar os filmes aos especialistas.
Competências do Professor	Comunicação: Uma comunicação clara é essencial para explicar os conceitos complexos da Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos da Criança, fornecer instruções e orientar os alunos durante as discussões e o processo de produção cinematográfica. Escuta e adaptabilidade: ouvir as ideias dos alunos e adaptar-se às suas necessidades garante que cada criança se sinta ouvida e apoiada, especialmente ao discutir necessidades e desejos educacionais pessoais. Criatividade e paixão: Incentivar os alunos a expressar suas ideias por meio de meios criativos, como um filme, exige um professor que possa inspirar e promover a criatividade e o entusiasmo nos alunos. Habilidades técnicas: como a atividade envolve o uso de câmeras, tablets ou celulares para criar um filme, os professores devem ter habilidades técnicas para orientar os alunos durante o processo de filmagem e solucionar quaisquer problemas.
Recursos Digitais	Desenhos animados pelos direitos da criança - Educação Índia: **Desenhos animados pelos direitos da criança - Educação Índia | UNICEF (youtube.com** Unicef O direito à educação: **https://youtu.be/zWo0aYvx7xk**

7



Tópicos de Sensibilização Cívica / C.B1 - Direitos e obrigações. Os meus direitos não são ilimitados

Desenvolvido por	Prosveta - Silvia Tsvetanska
Duração	80
Exercícios de Energia	 10 - Jogo da corda Faça com que os participantes fiquem no meio de um espaço livre de mesas, cadeiras, etc. Divida a sala de uma forma que lhes permita mover-se facilmente de uma metade da sala para a outra, por exemplo, colocando um longo pedaço de corda no chão. O professor fica em uma das pontas da corda e grita uma característica, ou uma cor ou uma letra, por exemplo, "Todos com olhos azuis!"; "Todos com 3 irmãos", "Todos cujo nome começa com B", etc. e aponta para a parte da sala para onde os participantes que usam laranja/têm 3 irmãos/têm nomes B devem ir. Todos os participantes que estão usando laranja/têm 3 irmãos/têm nomes B devem ir para a respectiva parte da sala; os que não estão, devem ir para a outra parte. As perguntas devem ser construídas de forma que a classe não se divida em grupos com número comparativamente igual de alunos, ou seja, um dos grupos deve consistir (na maioria dos casos) de um, dois ou poucos alunos. *Debriefing* : Os participantes são convidados a compartilhar como se sentiram quando faziam parte de um grupo grande; e quando estavam sozinhos (ou faziam parte de um grupo muito pequeno); o que sentiam de si mesmos (como parte de um grupo pequeno/grande) e quais eram seus sentimentos em relação ao grupo do qual não faziam parte.
Exercicios de Relax	 19 - Bola de massagem Uma bola é dada a cada participante e, seguindo o ritmo de uma música suave, eles colocam a bola entre suas costas e uma parede. Eles dobram os joelhos levemente para relaxar as pernas e posicionar melhor as costas. Então eles movem o corpo de cima para baixo e da direita para a esquerda e vice-versa, movendo a bola ao redor de suas costas. Ao fazer movimentos do corpo, eles notarão alguns pontos mais tensos (e às vezes dolorosos). Quando eles perceberem isso, eles devem parar e ficar quietos mantendo as costas contra a parede, fazendo a pressão desejada e segurando por um tempo. *Variação:* Não use a parede. Os participantes trabalham em duplas e um segura 1 ou 2 bolas nas mãos e faz a massagem no outro e então eles trocam.
Objectivos	• Entender que todos temos direitos, mas também temos obrigações e elas estão inter-relacionadas. • Discutir situações práticas que descrevam exemplos de direitos e obrigações relevantes para a vida cotidiana dos alunos. • Aprender a respeitar os direitos dos outros.
Preparação	**Equipamento –** laptop, projetor **Impressões** – *Apostila 1 (para cada aluno)*

Work Flow	**Etapa 1** (5 min.): **Introdução** Comece a aula perguntando aos alunos sobre seus direitos e responsabilidades, para que você possa relacionar o tópico às experiências e observações de sua vida cotidiana. O que significa ter direito a algo? Quais direitos você tem na escola? Quais são seus deveres na escola? É possível ter apenas obrigações? Que tal ter apenas direitos? **Etapa 2** (15 min.) " **Na biblioteca da escola** " Utilize o recurso de vídeo 1 "Na biblioteca" Reproduza o vídeo para os alunos. Dê a eles a oportunidade de compartilhar livremente suas impressões e reagir à situação apresentada. Peça aos alunos para comentarem se acham que o aluno deveria ganhar outro livro para ler. Observe que os direitos andam de mãos dadas com as obrigações que precisamos cumprir. **Etapa 3** (10 min.) **Discussão** Incentive a reflexão sobre as experiências dos alunos: • • Você consegue pensar em uma situação diferente em que alguém exerceu seu direito e não agiu de forma responsável? Continue a discussão com a pergunta por que é importante conhecer nossos direitos, mas também nossas responsabilidades. E se todos exigissem que seus direitos fossem respeitados, mas não respeitassem os direitos dos outros? Como mostramos nosso respeito pelos outros? **Passo 4** (5 min.) **A Roda dos Direitos e Obrigações** Use o recurso de vídeo 2 "A Roda dos Direitos e Obrigações" . Se necessário, explique alguns dos direitos e obrigações incluídos no vídeo. **Etapa 5** (20 min.) **Atividade "Meus direitos e obrigações"** Os alunos recebem cópias impressas do documento "Direitos e Obrigações" para o trabalho individual. Primeiro, instrua os alunos a associar cada direito da coluna da esquerda com sua obrigação correspondente da coluna da direita. Em seguida, peça que cada aluno preencha as lacunas do quadro escrevendo exemplos de seus direitos e responsabilidades em casa. **Etapa 6** (10 min.) **Apresentação** Os alunos se voluntariam para ler como eles combinaram os direitos e as obrigações. Outros alunos compartilham 1 ou 2 exemplos dos direitos e responsabilidades que eles têm em casa. **Etapa 7** (5 min.): **Conclusões** Se quisermos que nossos direitos sejam respeitados, devemos respeitar os direitos dos outros e cumprir com nossas responsabilidades.
Feedback	Em ordem aleatória, os alunos são orientados a nomear "Duas coisas que aprendi hoje" ou "Duas coisas que lembrarei desta aula".

Adaptações	*Etapa 2* : Se necessário, os recursos de vídeo podem ser reproduzidos duas vezes. O professor pode pausá-los em certos pontos para esclarecimento ou para perguntas intermediárias. *Etapa 4* : Considerando a idade e as habilidades dos alunos, o professor pode modificar o uso sugerido do recurso de vídeo, pausando em cada (ou alguns) direitos e obrigações e pedindo aos alunos que falem sobre o que isso significa, discutindo alguns aspectos relevantes, por exemplo, o direito de obter conhecimento - a conversa pode ser vinculada ao direito à educação; os alunos podem ser desafiados a pensar sobre viver em um lugar onde não têm a oportunidade de ir à escola, etc. Nesse caso, a Etapa 4 precisará de mais tempo, então o tempo da aula precisa ser modificado e algumas etapas podem ser implementadas durante outra sessão. *Etapa 5* : O trabalho individual dos alunos com as impressões pode ser feito em duplas, a critério do professor, para ajudar alunos com dificuldades de aprendizagem.
Competências do Professor	*1. Comunicação* - Capacidade de liderar uma discussão - fazendo perguntas claras e precisas; - Capacidade de dar instruções compreensíveis para a conclusão de tarefas; - Habilidades de escuta – apoiar os alunos a falar por meio da expressão verbal e não verbal de escuta e atenção ao que eles compartilham. *2. Paciência e entusiasmo* Ao discutir o tópico de responsabilidades, é possível que os alunos expressem resistência em cumprir com as demandas sobre eles e mostrem dúvidas sobre o porquê de precisarem ter tantas responsabilidades em casa e na escola. O professor deve ser capaz de manter a calma, ser paciente com as emoções dos alunos e mostrar entusiasmo sobre o fato de que os direitos andam de mãos dadas com deveres e responsabilidades. Seu entusiasmo pelo assunto contagiará os alunos a pensar sobre seu comportamento e a defender seus direitos, mas também a cumprir suas obrigações.
Recursos Digitais	**Recurso de vídeo 1 "Na biblioteca"** **Recurso de vídeo 2 "A Roda dos Direitos e Obrigações"**

eco-civic awareness project

8



Tópicos de Sensibilização Cívica / C.B2 - Direitos das crianças com deficiência

Desenvolvido por	IPSantarem - Ana Da Silva, Ana Torres, Maurício Dias
Duração	60
Exercícios de Energia	 46 - Find the colour The children are placed in a semi-circle. The educator stands in front of them and says the name of a fruit or vegetable and the children have to try to touch something that has that colour in the room where they are (it could be the clothes they are wearing or those of other people, objects, equipment, etc.). If they don't know the fruit or vegetable, they can't move and wait to see the colour.. Before moving on to the next fruit/vegetable, the educator shows a colour picture of the vegetable or fruit. Then moves on to another vegetable or fruit. This energiser helps to develop motor coordination; spatial-temporal orientation; (re)cognition of food and colours. Use some food items that are going to be used to make paint, in the activity described below. If there are children with hearing impairment, the educator can show the drawing of the fruits and vegetables while orally mentioning them. If there are children with visual impairment, they can use plasticine to model the shape of some fruits or vegetables that are suggested. (5 minutes).
Exercicios de Relax	 45 - Que fruta/vegetal sou eu? O educador coloca uma folha de papel nas costas de cada criança com a imagem e o nome de uma fruta/vegetal (laranja, limão, maçã, cenoura, tomate, etc.), pedindo para as crianças se movimentarem pela sala lentamente e não dizerem o que está nas costas umas das outras. Enquanto se movimentam pela sala por 3 minutos, elas fazem perguntas de sim/não umas às outras para tentar adivinhar qual fruta/leguminosa são. Elas podem fazer apenas uma pergunta para cada criança que passar (como "eu sou verde?", "eu sou redondo?", "eu sou doce?", "eu sou usado para fazer sopa?", "eu sou usado para fazer salada de frutas?", etc.) e passar para o próximo colega. Ao final do tempo combinado, eles ficam parados e, um por um, dizem que fruta ou legume acham que são. Esta atividade ajuda a desenvolver a imaginação, a capacidade de associação e o (re)conhecimento dos alimentos e suas características básicas. (5 minutos)
Objectivos	Reconhecer que apreciar e criar arte são direitos de todas as crianças, considerando as especificidades particulares das crianças com deficiência; Desenvolver expressão artística sustentável com crianças e jovens com deficiência; Promover a compreensão do impacto no meio ambiente dos materiais causadores de poluição e das ações necessárias para reduzi-lo; Promova ações pró-clima usando materiais recicláveis e pintando com matérias-primas e pigmentos naturais.

Leitura sugerida

- Pinturas feitas com pigmentos naturais são muito menos poluentes do que tintas compradas em lojas.

As crianças podem fazer suas próprias tintas guardando sobras de comida ou caminhando na natureza e coletando matérias-primas como todos os tipos de solo, em vez de comprar tintas produzidas em massa em hipermercados ou lojas de materiais de arte, que têm um impacto no meio ambiente durante o processo de fabricação e depois. Os produtos químicos usados nas tintas produzidas em massa carregam riscos e são tóxicos para a saúde humana e o meio ambiente.

https://www.lostincolours.com/foraging-for-pigments-from-local-rocks/

- A pintura como experiência tátil

Preparação

É possível usar a comida ou matérias-primas para fazer tinta, mas também como uma ferramenta para uma experiência tátil. Por exemplo, um pouco de carvão pode ser usado para fazer preto, mas também pode ser usado como um lápis para crianças com deficiência visual. Toque, explore, crie – Perkins School for the Blind

Materiais e Equipamentos

- Restos de alimentos (como cascas e sucos de vegetais - cenouras, abobrinhas, beterrabas, etc.); temperos vencidos, cápsulas de café usadas; carvão, cinzas de fogo, pedaços de giz e outros materiais recicláveis;
- Resíduos de papel, papelão de caixas de papelão, trapos velhos (de preferência brancos, para que as cores se destaquem);
- Pincéis e materiais para fazer texturas, como redes usadas, tampas de vários tamanhos, restos de linha e lã; panos velhos (para usar como ferramenta para textura e também para limpeza);
- Potes de vidro para colocar a tinta e usar como porta-pincéis para lavar os pincéis;
- Equipamentos de cozinha para trituração, moagem e filtragem.

Work Flow	Etapa 1 - Introdução: Para crianças com deficiência, pintar pode ser difícil. Ferramentas e materiais de arte adaptáveis ajudam a remover barreiras para que elas possam expressar sua personalidade e ideias artísticas. Por exemplo, filme plástico para aplicar tinta na tela e criar texturas ousadas únicas: https://momentum4work.org/adaptive-art-techniques-help-to-empower-creativity-for-all/ Inicie uma conversa sobre a atividade para explicá-la (3 minutos). - Pergunte às crianças o que é arte, de acordo com cada uma delas, e discuta sobre as características da arte em geral e das diferentes artes em particular, e as características de um artista (5 minutos). - Verifique se alguns dos participantes têm o hábito de criar arte e que tipo de arte eles fazem (pintura, música, dança, teatro, etc.) (3 minutos). Etapa 2: Exiba 2 minutos de um filme sobre um artista plástico com deficiência pintando obras de arte e técnicas, do minuto 11:45 ao 13:45: Artista com deficiência usa a boca para pintar | Divyang | Joyal K Biju | Art Mantram (youtube.com) . Etapa 3: Convide as crianças a pensar sobre a especificidade da técnica que ele usa de acordo com sua deficiência e como a deficiência pode influenciar sua arte. (5 minutos) Etapa 4: Convide as crianças a preencher o modelo sobre quais cores elas poderiam fazer com cada tipo de desperdício de alimentos ou materiais naturais. Veja abaixo (5 minutos). Etapa 5: As crianças trituram, moem e filtram as sobras de alimentos para fazer suas próprias tintas, usando também materiais recicláveis como ferramentas para explorar diferentes texturas. (20 minutos) Etapa 6: As crianças compartilham as tintas e fazem uma pintura coletiva em aquarela colando todas as suas pinturas (10 minutos). Passo 7: Eles são convidados a expor na escola para promover a inclusão social e cultural e a consciência ecológica em toda a escola. (2 minutos)
Feedback	Use a técnica gráfica humana (15 minutos) As crianças ficam no fundo da sala, em uma fila paralela à parede, e do outro lado, o professor coloca 5 pedaços de papel com os números de 1 a 5, dispostos em uma fila paralela à fila das crianças. Ele explica que vai pedir a opinião delas sobre a atividade de aprendizagem, dizendo que 1 corresponde à avaliação mais negativa e 5 à mais positiva. Em seguida, ele passa a dizer um parâmetro de avaliação de cada vez e convida o grupo a se alinhar atrás de um dos números da escala de acordo com o valor que corresponde à sua opinião sobre cada parâmetro. Por exemplo, se você selecionar aprendizagem como parâmetro de avaliação, se algumas delas nunca fizeram tintas com restos de comida e matérias-primas antes e aprenderam muito, elas se alinham atrás do número 5, mas se elas já sabiam como fazer e não aprenderam nada de novo, elas podem se alinhar atrás do 1, e podem escolher valores intermediários na escala. Vistas de cima, as fileiras das crianças parecem um gráfico. O educador pede que eles contem em voz alta (a primeira criança de cada fileira diz 1; a segunda diz 2, e assim por diante até a última criança da fileira) e registra o número de crianças em cada fileira da escala. É importante não se limitar a coletar dados quantitativos e, em cada parâmetro, depois que as crianças se posicionarem em fileira(s), você deve fazer perguntas para obter feedback sobre a atividade. Por exemplo, você pode perguntar às crianças por que elas estão nas fileiras número 5 ou 3, etc. Pergunte o que elas aprenderam, etc. No final dessa interação verbal para a avaliação quantitativa, o educador pede que o grupo volte para a posição inicial e apresenta outro parâmetro. As crianças são novamente convidadas a ficar em uma fileira atrás de um dos valores na escala de 1 a 5. Como não há muito tempo para todas as crianças falarem, você pode fazer 1 ou 2 perguntas em cada parâmetro e deixar 2 ou 3 crianças falarem, depois perguntar se mais alguém tem algo a acrescentar. Você pode escolher 2 ou 3 parâmetros de avaliação: aprendizagem, diversão, qualidade das pinturas, diversidade de materiais, etc.

Adaptações	Use a experiência tátil para crianças com deficiência visual (objetos coloridos, sonoros e texturizados para pintar, use papel de tamanho maior no chão). Em caso de deficiência física, você pode prender o pincel na mão da criança ou adaptar uma cadeira de rodas (Artista inventa ferramentas que permitem que crianças com deficiência pintem (youtube.com)
Competências do Professor	Comunicação: Explicar efetivamente a atividade e orientar discussões sobre arte, deficiência e técnicas adaptativas. Escuta e adaptabilidade: compreender as habilidades e necessidades de cada criança, especialmente daquelas com deficiências, e adaptar os materiais e a abordagem adequadamente. Criatividade e Paixão: Inspirar os alunos a explorar sua criatividade por meio de métodos e ferramentas artísticas não tradicionais, especialmente usando resíduos de alimentos e materiais recicláveis. Paciência: apoiar os alunos enquanto eles experimentam fazer suas próprias tintas e concluem o trabalho artístico em grupo, o que pode exigir mais tempo e cuidado. Habilidades técnicas: Familiaridade com ferramentas e técnicas de arte adaptáveis para ajudar crianças com deficiência a se envolverem na atividade. Entusiasmo: Manter as crianças motivadas e animadas com a arte e o projeto coletivo.
Recursos Digitais	

9



Tópicos de Sensibilização Cívica / C.C1 A bondade é fixe

Desenvolvido por	APDNE
	1
Duração	60
Exercícios de Energia	 25 - O jogo do espelho O jogo começa com a sala limpa de mesas e cadeiras. Os alunos começam se juntando em **duplas** e ficam de frente um para o outro. Eles combinam quem começa o jogo, quem faz o papel de espelho e quem faz o papel de pessoa. O jogo começa ao som de uma música escolhida pelo líder. A pessoa começará a se mover e o "espelho" terá que segui-la, repetindo imediatamente os movimentos da pessoa. Quando o líder para a música, eles trocam de lugar e a pessoa que era o "espelho" se torna a pessoa e vice-versa.
Exercicios de Relax	 14 - Dá-me a tua energia Os alunos ficam em círculo. O professor inicia a atividade fingindo que está segurando uma bola nas mãos e a passa para o aluno à sua direita; o aluno faz o mesmo, passando para o vizinho, etc. O jogo continua até que a bola volte para o professor. A bola precisa ser passada de forma gentil, pois é muito preciosa. Na segunda rodada, o professor passa a bola para os alunos da esquerda, fazendo um gesto e um som. Espera-se que os alunos façam o mesmo até que todos tenham tocado na bola pelo menos uma vez. A bola pode ser passada de diferentes maneiras (com um chute, um beijo, um golpe, etc.), fingindo que ela fica maior ou menor dependendo da vontade dos alunos.
Objectivos	Os alunos entenderão o conceito de gentileza e como ela impacta os outros. • Os alunos aprenderão várias maneiras de expressar gentileza em suas vidas diárias • Os alunos sentirão a importância da gentileza e da empatia • Os alunos apreciarão o impacto positivo que podem ter sobre os outros por meio de ações gentis. • Os alunos participarão de atividades que promovem a gentileza.
Preparação	**Materiais** • Rochas lisas e limpas • Tinta acrílica e pincéis • Marcadores permanentes • Spray de vedação (opcional) **Equipamento:** Computador, projetor ou quadro inteligente (Anexo 1 , Anexo 2), **Impressões:**Anexo 3

Work Flow

Etapa 1: Introdução à gentileza (10 minutos)

- Cumprimente os alunos calorosamente e informe-os que a lição de hoje é sobre algo muito importante — gentileza. Explique que gentileza é sobre ser amigável, generoso e atencioso com os outros, e desempenha um papel vital em tornar nosso mundo um lugar melhor.
- Apresente o conceito de gentileza mostrando as imagens do Anexo 1 em uma tela grande. Conforme você exibe as imagens, narre a seguinte história para os alunos: *Era uma vez um menino chamado Tommy que viu um menino novo no parque chamado Billy. Billy parecia triste porque não conhecia ninguém e se sentia solitário. Tommy, percebendo isso, decidiu se aproximar de Billy e convidá-lo para brincarem juntos. Eles não apenas brincaram, mas Tommy também apresentou Billy aos seus outros amigos. Este pequeno gesto de gentileza de Tommy fez Billy se sentir bem-vindo, feliz e não mais solitário. Este simples ato de gentileza teve um grande impacto na vida de Billy e mudou seu dia completamente.*
- Envolva os alunos em uma discussão sobre a história. Faça perguntas orientadoras como: *O que você acha das ações de Tommy? Como você acha que sua gentileza ajudou Billy?* Incentive os alunos a pensar profundamente sobre os efeitos da gentileza nos outros.
- Facilite uma discussão mais ampla onde os alunos possam explorar e compartilhar sua compreensão pessoal de gentileza. Peça para eles darem exemplos de ações gentis que eles testemunharam ou vivenciaram. Dê tempo para os alunos refletirem e compartilharem suas próprias histórias sobre momentos em que eles demonstraram gentileza ou quando alguém foi gentil com eles.

Etapa 2: Compreendendo a gentileza (15 minutos)

- Transição para uma discussão sobre como os alunos podem demonstrar gentileza em vários cenários, como em casa, na escola e na comunidade. Destaque que gentileza não é apenas sobre grandes gestos; até mesmo pequenas ações podem ter um impacto positivo significativo.
- Conduza uma sessão de brainstorming onde os alunos podem compartilhar diferentes maneiras de demonstrar gentileza em suas vidas diárias. Escreva suas ideias no quadro, categorizando-as por cenário (por exemplo, casa, escola, comunidade).
- Aprofunde a discussão explorando como esses atos de gentileza, não importa quão pequenos, podem fazer uma grande diferença. Explique que algo tão simples quanto um sorriso, uma mão amiga ou uma palavra gentil pode alegrar o dia de alguém. Incentive os alunos a pensar em novas maneiras de incorporar gentileza em suas rotinas.

Etapa 3: Atividade Kindness Rocks (30 minutos)

- Apresente a atividade criativa 'Kindness Rocks' explicando que essas são pedras especiais que os alunos irão projetar com mensagens positivas ou belas decorações. O propósito dessas pedras é espalhar felicidade e gentileza onde quer que sejam colocadas.
- Explique o processo passo a passo para criar as pedras da gentileza:
    1. Escolha uma pedra que pareça certa para você.
    2. Pinte a pedra com uma cor de base que você goste.
    3. Pense em uma mensagem positiva ou design que você queira colocar na pedra. Pode ser algo que faria alguém sorrir, se sentir inspirado ou simplesmente alegrar seu dia.
    4. Pinte cuidadosamente sua mensagem ou desenho na pedra. Se não tiver certeza do que escrever ou desenhar, veja os exemplos fornecidos (no Anexo 2) para inspiração.
    5. Deixe a pedra secar e, se quiser, você pode selá-la com um spray protetor para mantê-la bonita por muito tempo.
- Mostre exemplos de pedras da gentileza que sejam simples, mas eficazes, usando os recursos visuais do Anexo 2. Incentive os alunos a usar sua criatividade e pensar sobre qual mensagem ou design pode fazer alguém se sentir especial.
- Distribua todos os materiais necessários para cada aluno, garantindo que todos tenham o que precisam para começar o projeto.
- Circule pela sala enquanto os alunos trabalham, oferecendo assistência e incentivo. Lembre-os de que esta é uma atividade criativa e divertida, e não há maneiras erradas

de projetar uma pedra da gentileza. Além disso, incentive-os a ajudar uns aos outros se virem alguém com dificuldades ou precisando de inspiração.

Etapa 4: Compartilhamento e reflexão (15 minutos)

- Crie um ambiente confortável para os alunos compartilharem suas pedras da gentileza com a classe. Incentive cada aluno a se levantar, mostrar sua pedra e explicar o design ou mensagem que escolheram. Este pode ser um momento de orgulho e reflexão para cada aluno.
- Discuta com a turma como essas pedras da gentileza podem ser compartilhadas com outras pessoas na comunidade. Pergunte aos alunos onde eles acham que seriam os melhores lugares para deixar suas pedras da gentileza para que elas possam ser descobertas e apreciadas por outros. Possíveis locais podem incluir o jardim da escola, um parque ou até mesmo como um presente para alguém especial.
- Incentive a reflexão pedindo aos alunos que pensem sobre como suas pedras de gentileza podem fazer alguém se sentir ao encontrá-las. Discuta o potencial efeito cascata de sua gentileza e como uma simples pedra pode inspirar mais atos de gentileza.

Etapa 5: Conclusão (10 minutos)

- Conclua a lição resumindo os pontos-chave discutidos hoje. Enfatize a importância da gentileza e lembre aos alunos que a gentileza não precisa ser grandiosa ou elaborada para fazer a diferença.
- Incentive os alunos a pegar o que aprenderam hoje e aplicar em suas vidas diárias. Seja criando mais pedras de gentileza ou simplesmente sendo gentis em suas interações cotidianas, cada pedacinho de gentileza conta.
- Agradeça aos alunos pela participação e criatividade, e expresse o quanto você está orgulhoso dos esforços deles para espalhar gentileza. Incentive-os a continuar espalhando gentileza onde quer que eles vão, sabendo que até mesmo pequenos atos podem ter um grande impacto nos outros.

Feedback	-O professor coloca os emojis pré-impressos (Anexo 3) em diferentes cantos da sala de aula. O professor pede aos alunos que vão até o canto com o emoji que reflete seus sentimentos sobre esta lição.
Adaptações	- No Passo 3, o professor pode ajudar os alunos que precisam pintar as pedras e escrever nelas.
Competências do Professor	*Contação de histórias* : Usando a narrativa para ilustrar conceitos de gentileza e seu impacto. (Etapa 1 *Facilitação* : Orientar discussões e sessões de brainstorming para explorar diferentes aspectos da gentileza. (Etapa 1, Etapa 2) *Criatividade* : Incentivar os alunos a expressar a gentileza criativamente por meio da arte (pintando pedras da gentileza). (Etapa 3) *Reflexão* : Facilitar discussões e reflexões sobre o significado da gentileza e seus efeitos sobre os outros. (Etapa 4, Etapa 5) *Reforço Positivo* : Reconhecer e celebrar os esforços e contribuições dos alunos para espalhar a gentileza. (Etapa 4, Etapa 5)
Recursos Digitais	Anexo 1 Anexo 2 Anexo 3

eco-civic awareness project

10



Tópicos de Sensibilização Cívica / C.C2 Projectos realizados pelos alunos

Desenvolvido por	FEE
	1
Duração	80
Exercícios de Energia	 48 - Jogo das cadeiras Arrume as cadeiras em um círculo, com as costas voltadas para fora. Certifique-se de que haja espaço suficiente entre as cadeiras para que as pessoas andem confortavelmente. Escolha uma música animada e animada para o jogo. Assim que a música começar, os jogadores andam ou correm ao redor do círculo de cadeiras. Quando a música parar abruptamente, todos precisam encontrar uma cadeira para sentar o mais rápido possível. O jogador que não encontrar um assento é eliminado do jogo. Após cada rodada, remova uma cadeira do círculo. O jogo continua com os jogadores restantes e uma cadeira a menos, tornando mais desafiador encontrar um assento conforme o jogo avança. O último jogador restante que conseguir encontrar um assento quando a música parar é o vencedor do jogo!
Exercicios de Relax	 48 - Meditação Fique confortável na sua cadeira, com as costas retas e os pés no chão. Agora, feche os olhos suavemente. Inspire profundamente pelo nariz, enchendo a barriga de ar. Solte tudo lentamente pela boca, como se estivesse apagando uma vela de aniversário. Faça isso algumas vezes, deixando as preocupações irem embora a cada respiração. O mundo ao seu redor pode ter alguns sons — talvez um zumbido das luzes, folhas farfalhando lá fora ou até mesmo sua própria respiração. Tudo bem, apenas ouça em silêncio. Imagine que você é como um grande e lindo relógio de sol, sentindo o tempo passar. Talvez você fique um pouco mais quente, se mexa um pouco no assento ou até pisque uma ou duas vezes. Não se preocupe em contar segundos ou minutos. Apenas relaxe e deixe-se estar aqui, agora. Quando sentir que um minuto inteiro se passou, abra os olhos novamente. Pode ser um pouco mais ou um pouco menos, tudo bem! O importante é se sentir calmo e em paz.
Objectivos	1. Os alunos testarão e refinarão seus jogos de tabuleiro criados em uma aula anterior. 2. Os alunos fornecerão feedback construtivo para melhorar a experiência de jogo. 3. Os alunos desenvolverão um plano para promover e utilizar seus jogos de tabuleiro de maneira significativa.

Preparação	**Materiais:** certifique-se de ter jogos de tabuleiro, marcadores, folhas de feedback e apostilas suficientes para cada grupo. **Espaço:** Organize a sala de aula em estações para trabalhos em grupo e apresentações. **Tecnologia:** Se planeja usar vídeos, prepare o equipamento e os links necessários. **Formação de grupos:** considere pré-formar grupos ou permitir que os alunos escolham os seus próprios.

Work Flow

Etapa 1 (30 minutos):

1. Teste de jogo em grupo (10 minutos): Cada grupo joga seu próprio jogo de tabuleiro. Incentive os alunos a descobrir problemas ou desafios durante o jogo.
2. Funções e rotação (5 minutos): Divida cada grupo em 4 funções:
    - 2 jogadores: Jogue o jogo de tabuleiro.
    - Controlador de tempo: garante que o jogo permaneça dentro do limite de 5 minutos.
    - Escriba: toma nota de quaisquer problemas com a jogabilidade ou sugere melhorias.
3. Rotação de Jogo (15 minutos): Os grupos se revezam para diferentes estações, jogando os jogos desenvolvidos por outros grupos. Cada jogo tem um limite de tempo de 5 minutos. Os escribas em cada grupo escrevem sugestões de melhorias nas folhas fornecidas em cada estação.

Etapa 2 (10 minutos):

1. Discussão em grupo: Cada grupo reúne e revisa as folhas de feedback recebidas de outros grupos.
2. Destacando sugestões: usando marcadores coloridos, os alunos destacam as sugestões que desejam considerar e implementar para melhorar o jogo.

Etapa 3 (10 minutos):

Cada grupo faz um brainstorming e cria uma ideia de como promover e usar seu jogo de tabuleiro de forma significativa dentro da escola ou comunidade (por exemplo, clube de jogos na hora do almoço, evento de noite de jogos em família). Cada grupo então apresenta sua ideia para a classe.

Etapa 4 (20 minutos):

De cada grupo, um representante é convidado a se juntar voluntariamente ao "Grupo de Planejamento". Os membros restantes permanecem para trabalhar no plano de implementação da ideia escolhida.

Tarefa para o Grupo de Planejamento: Os alunos deste grupo trabalham juntos em suas apostilas para criar um plano detalhado de implementação do projeto para a abordagem de promoção/uso escolhida. Este plano deve delinear:

1. Metas: O que eles pretendem alcançar com este projeto?
2. Público-alvo: A quem se destina o jogo?
3. Etapas de ação: Quais etapas específicas precisam ser tomadas para implementar o plano?
4. Cronograma: Quando cada etapa deve ser concluída?
5. Recursos: Quais materiais ou recursos são necessários?
6. Pessoa Responsável: Quem será responsável por cada etapa da ação?

Tarefa para o grupo de publicidade: O professor mostra exemplos de anúncios eficazes de jogos de tabuleiro usando vídeos ou sites (por exemplo, os links do YouTube fornecidos sobre a promoção de jogos de tabuleiro com recursos visuais).

1. O Advertising Group cria dois materiais publicitários para seu jogo: um pôster e um pequeno vídeo (opcional).
2. Os materiais publicitários (e palavras-chave) devem abordar o seguinte:

- Objetivo do jogo: Por que o jogo foi criado?
- Objetivos de aprendizagem: Quais habilidades ou conhecimentos o jogo ensina?
- Instruções: Como jogar o jogo?

	• Público-alvo: Quem pode jogar o jogo? • Chamada para ação: um slogan ou declaração atraente incentivando as pessoas a jogar o jogo. Etapa 5 (5 minutos): Apresentação e encerramento: • O Grupo de Publicidade apresenta seu pôster e vídeo (opcional) para a turma. • Os planos de implementação e os planos de projeto são exibidos em um local para que todos possam ver.
Feedback	Check-in rápido no meio do jogo: 1. Encoraje os jogadores a verbalizar seus pensamentos e sentimentos enquanto jogam. Com o que eles estão lutando? O que eles acham agradável? 2. Pause o jogo na metade e faça perguntas abertas como: "Está tudo claro até agora?" ou "Você está achando o jogo desafiador ou muito fácil?"
Adaptações	A1. Adapte o tempo de teste do jogo às suas necessidades.
Competências do Professor	**Paciência e entusiasmo:** manter uma atitude positiva e enérgica para manter os jovens estudantes envolvidos. **Instruções claras e simples:** Explicar regras e procedimentos de uma forma que seja fácil de entender.
Recursos Digitais	"Canva" - Uma plataforma gratuita de design gráfico que permite criar cartazes e outros conteúdos visuais para anunciar jogos de tabuleiro. "Bloop Animation" - Uma plataforma de animação online gratuita e fácil de usar que os alunos podem usar para criar anúncios em vídeo curtos (opcional).

eco-civic awareness project

11



Tópicos de Sensibilização Cívica / C.C3 Família/escola/ambiente como um todo.

Desenvolvido por	FEE
	1
Duração	80
Exercícios de Energia	48 - Jogo das cadeiras  Arrume as cadeiras em um círculo, com as costas voltadas para fora. Certifique-se de que haja espaço suficiente entre as cadeiras para que as pessoas andem confortavelmente. Escolha uma música animada e animada para o jogo. Assim que a música começar, os jogadores andam ou correm ao redor do círculo de cadeiras. Quando a música parar abruptamente, todos precisam encontrar uma cadeira para sentar o mais rápido possível. O jogador que não encontrar um assento é eliminado do jogo. Após cada rodada, remova uma cadeira do círculo. O jogo continua com os jogadores restantes e uma cadeira a menos, tornando mais desafiador encontrar um assento conforme o jogo avança. O último jogador restante que conseguir encontrar um assento quando a música parar é o vencedor do jogo!
Exercicios de Relax	48 - Meditação  Fique confortável na sua cadeira, com as costas retas e os pés no chão. Agora, feche os olhos suavemente. Inspire profundamente pelo nariz, enchendo a barriga de ar. Solte tudo lentamente pela boca, como se estivesse apagando uma vela de aniversário. Faça isso algumas vezes, deixando as preocupações irem embora a cada respiração. O mundo ao seu redor pode ter alguns sons — talvez um zumbido das luzes, folhas farfalhando lá fora ou até mesmo sua própria respiração. Tudo bem, apenas ouça em silêncio. Imagine que você é como um grande e lindo relógio de sol, sentindo o tempo passar. Talvez você fique um pouco mais quente, se mexa um pouco no assento ou até pisque uma ou duas vezes. Não se preocupe em contar segundos ou minutos. Apenas relaxe e deixe-se estar aqui, agora. Quando sentir que um minuto inteiro se passou, abra os olhos novamente. Pode ser um pouco mais ou um pouco menos, tudo bem! O importante é se sentir calmo e em paz.
Objectivos	1. Os alunos testarão e refinarão seus jogos de tabuleiro criados em uma aula anterior. 2. Os alunos fornecerão feedback construtivo para melhorar a experiência de jogo. 3. Os alunos desenvolverão um plano para promover e utilizar seus jogos de tabuleiro de maneira significativa.

Preparação	**Materiais:** certifique-se de ter jogos de tabuleiro, marcadores, folhas de feedback e apostilas suficientes para cada grupo. **Espaço:** Organize a sala de aula em estações para trabalhos em grupo e apresentações. **Tecnologia:** Se planeja usar vídeos, prepare o equipamento e os links necessários. **Formação de grupos:** considere pré-formar grupos ou permitir que os alunos escolham os seus próprios.

Work Flow

Etapa 1 (30 minutos):

1. Teste de jogo em grupo (10 minutos): Cada grupo joga seu próprio jogo de tabuleiro. Incentive os alunos a descobrir problemas ou desafios durante o jogo.
2. Funções e rotação (5 minutos): Divida cada grupo em 4 funções:
    - 2 jogadores: Jogue o jogo de tabuleiro.
    - Controlador de tempo: garante que o jogo permaneça dentro do limite de 5 minutos.
    - Escriba: toma nota de quaisquer problemas com a jogabilidade ou sugere melhorias.
3. Rotação de Jogo (15 minutos): Os grupos se revezam para diferentes estações, jogando os jogos desenvolvidos por outros grupos. Cada jogo tem um limite de tempo de 5 minutos. Os escribas em cada grupo escrevem sugestões de melhorias nas folhas fornecidas em cada estação.

Etapa 2 (10 minutos):

1. Discussão em grupo: Cada grupo reúne e revisa as folhas de feedback recebidas de outros grupos.
2. Destacando sugestões: usando marcadores coloridos, os alunos destacam as sugestões que desejam considerar e implementar para melhorar o jogo.

Etapa 3 (10 minutos):

Cada grupo faz um brainstorming e cria uma ideia de como promover e usar seu jogo de tabuleiro de forma significativa dentro da escola ou comunidade (por exemplo, clube de jogos na hora do almoço, evento de noite de jogos em família). Cada grupo então apresenta sua ideia para a classe.

Etapa 4 (20 minutos):

De cada grupo, um representante é convidado a se juntar voluntariamente ao "Grupo de Planejamento". Os membros restantes permanecem para trabalhar no plano de implementação da ideia escolhida.

Tarefa para o Grupo de Planejamento: Os alunos deste grupo trabalham juntos em suas apostilas para criar um plano detalhado de implementação do projeto para a abordagem de promoção/uso escolhida. Este plano deve delinear:

1. Metas: O que eles pretendem alcançar com este projeto?
2. Público-alvo: A quem se destina o jogo?
3. Etapas de ação: Quais etapas específicas precisam ser tomadas para implementar o plano?
4. Cronograma: Quando cada etapa deve ser concluída?
5. Recursos: Quais materiais ou recursos são necessários?
6. Pessoa Responsável: Quem será responsável por cada etapa da ação?

Tarefa para o grupo de publicidade: O professor mostra exemplos de anúncios eficazes de jogos de tabuleiro usando vídeos ou sites (por exemplo, os links do YouTube fornecidos sobre a promoção de jogos de tabuleiro com recursos visuais).

1. O Advertising Group cria dois materiais publicitários para seu jogo: um pôster e um pequeno vídeo (opcional).
2. Os materiais publicitários (e palavras-chave) devem abordar o seguinte:

- Objetivo do jogo: Por que o jogo foi criado?
- Objetivos de aprendizagem: Quais habilidades ou conhecimentos o jogo ensina?
- Instruções: Como jogar o jogo?

	• Público-alvo: Quem pode jogar o jogo? • Chamada para ação: um slogan ou declaração atraente incentivando as pessoas a jogar o jogo. Etapa 5 (5 minutos): Apresentação e encerramento: • O Grupo de Publicidade apresenta seu pôster e vídeo (opcional) para a turma. • Os planos de implementação e os planos de projeto são exibidos em um local para que todos possam ver.
Feedback	Check-in rápido no meio do jogo: 1. Encoraje os jogadores a verbalizar seus pensamentos e sentimentos enquanto jogam. Com o que eles estão lutando? O que eles acham agradável? 2. Pause o jogo na metade e faça perguntas abertas como: "Está tudo claro até agora?" ou "Você está achando o jogo desafiador ou muito fácil?"
Adaptações	A1. Adapte o tempo de teste do jogo às suas necessidades.
Competências do Professor	**Paciência e entusiasmo:** manter uma atitude positiva e enérgica para manter os jovens estudantes envolvidos. **Instruções claras e simples:** Explicar regras e procedimentos de uma forma que seja fácil de entender.
Recursos Digitais	"Canva" - Uma plataforma gratuita de design gráfico que permite criar cartazes e outros conteúdos visuais para anunciar jogos de tabuleiro. "Bloop Animation" - Uma plataforma de animação online gratuita e fácil de usar que os alunos podem usar para criar anúncios em vídeo curtos (opcional).

12



Tópicos de Sensibilização Cívica / C.C4 Posso fazer parte de uma mudança para melhor.

Desenvolvido por	FEE
Duração	80
Exercícios de Energia	40 - Corrida de estafetas de palavras  Divida os alunos em duas ou mais equipes e faça com que eles fiquem em fila, de frente para a frente da classe. Escolha uma palavra inicial (por exemplo, "maçã"). Ao seu sinal, a primeira pessoa de cada equipe grita uma nova palavra que começa com a última letra da palavra anterior (por exemplo, "elefante"). A corrida continua com cada membro da equipe se revezando para gritar uma nova palavra que segue a sequência. A equipe que ficar presa ou repetir uma palavra é eliminada. A equipe que mantiver a corrente ativa por mais tempo vence!
Exercicios de Relax	39 - Caça ao tesouro sensorial  Esta atividade ajuda os alunos a desestressar, usar os sentidos e se conectar com o ambiente. **Materiais:** Uma lista de estímulos sensoriais para cada aluno (veja abaixo) **Instruções:** Prepare uma lista de instruções que envolvam diferentes sentidos (por exemplo, "Encontre algo macio", "Sinta o cheiro de algo doce", "Ouça um som suave"). Distribua a lista para cada aluno e instrua-os a encontrar algo na sala de aula ou fora dela (dependendo do tempo e do espaço) que se encaixe em cada solicitação. Incentive-os a explorar o espaço de forma lenta e consciente. Depois que todos tiverem completado a lista, reúna a turma novamente e peça para alguns alunos compartilharem suas descobertas. **Ideias de estímulos sensoriais:** Visão: Encontre algo vermelho, algo brilhante, algo com listras. Toque: encontre algo suave, algo áspero, algo frio. Cheiro: Encontre algo que tenha cheiro de flores, algo que tenha cheiro de livros, algo que tenha cheiro de ar fresco. Audição: encontre um lugar tranquilo, encontre um som do lado de fora da janela, encontre um som que você faz com seu corpo. Sabor (opcional): Se for apropriado, peça aos alunos que tragam um pequeno pedaço de fruta ou outro lanche para compartilhar e descrever seu sabor (doce, azedo, etc.).

Objectivos	No final da aula os alunos irão: • identificar situações na sala de aula que poderiam ser melhoradas. • crie uma colagem representando suas soluções.
Preparação	O professor prepara os materiais de artesanato para a colagem no início da aula: revistas, papéis, papel, materiais recicláveis, giz de cera, marcadores, cola, tesoura, folha A3 por grupo. Recorte e plastifique 12 cartões com imagens de diferentes situações que podem causar mudanças no ambiente.
Work Flow	Introdução (7 minutos) Os alunos são divididos em pares. Cada par de alunos desenha aleatoriamente uma figura de 12 cartões fornecidos. O par tem que criar uma descrição do que vê na figura. Etapa 2 (12 minutos) Cada dupla lê sua história e fixa a figura desenhada no quadro. Após cada história, os outros alunos são questionados: "Esta situação (problema) é relevante na escola?" Etapa 3 (3 minutos) - Os alunos votam nas ações para as quais contribuem. A votação ocorre marcando a imagem com um sinal de " ". Os alunos podem usar marcadores coloridos. Etapa 4 (5 minutos) - A classe discute os problemas e escolhe 6 que são mais prováveis na escola. Os alunos são divididos em tantos grupos quantos os problemas identificados. Cada grupo escolhe ou desenha um dos problemas descritos. Etapa 5 (5 minutos) - Discussão em grupo e seleção de problemas - Incentive os alunos a discutir por que escolheram aquele problema específico e por que ele é importante para eles. Etapa 6 (10 minutos) - Brainstorming de soluções - Oriente cada grupo no brainstorming de soluções para o problema que escolheram. Incentive-os a pensar criativamente e a considerar várias abordagens, como mudanças comportamentais, soluções tecnológicas ou iniciativas comunitárias. Peça que compartilhem suas ideias em um pedaço de papel ou quadro branco. Etapa 7 (8 minutos) Planejando a colagem - Peça a cada grupo para planejar sua colagem, considerando o seguinte: **a. Antes:** Como eles imaginarão a situação atual, destacando o problema que estão abordando? **b. Depois** : Como eles imaginarão a situação desejada, mostrando o impacto positivo das soluções propostas? Incentive-os a usar elementos visuais como desenhos, recortes ou imagens de revistas para representar diferentes aspectos do problema e sua solução. Etapa 7 (20 minutos) Criando a colagem - Forneça a cada grupo materiais como papel de construção, tesouras, cola, marcadores, giz de cera e quaisquer outros materiais de artesanato relevantes. Permita que eles trabalhem juntos para criar suas colagens, incorporando suas ideias e elementos visuais. Conclusão (7 minutos) Compartilhamento e Discussão - Peça a cada grupo para preparar uma breve apresentação de sua colagem para a classe. Para se preparar para a apresentação, os alunos têm que responder a 3 perguntas: 1. Qual era o problema? 2. Quais eram as soluções que os alunos poderiam fornecer diariamente para resolver o problema e fazer mudanças? 3. Qual é o resultado (imagem de antes e de agora)? O professor pode então escolher aleatoriamente 2 grupos que apresentarão seus trabalhos.
Feedback	Após a apresentação, peça aos alunos para colocarem todas as colagens na parede. Peça aos alunos para olharem para as colagens e pensarem em ações que podem ajudar a criar mudanças positivas!

Adaptações	**A1.** Simplifique os cartões de imagem: use menos cartões de imagem (cerca de 6 a 8) com problemas ambientais mais facilmente identificáveis, como lixo, latas de lixo transbordando ou aparelhos eletrônicos desconectados. **A2.** Brainstorming mais curto: reduza o tempo de brainstorming para 5-7 minutos. Forneça prompts do professor ou iniciadores de perguntas para orientar os alunos mais jovens (por exemplo, "Como podemos usar menos papel na aula?"). **A3.** Colagem colaborativa: em vez de colagens individuais em grupo, considere criar uma grande colagem de classe, na qual cada grupo contribui com uma seção com base no problema escolhido.
Competências do Professor	
Recursos Digitais	Cartões digitais Materiais bônus da FEE Letônia: https://ej.uz/bernu-vn https://ej.uz/bernu-vn-atteli

13



Tópicos de Sensibilização Cívica / C.C5 Como estabelecer a cooperação fora da escola.

Desenvolvido por	FEE
Duração	80
Exercícios de Energia	 41 - Nó humano Peça aos alunos que fiquem em círculo com os braços estendidos. Instrua-os a segurar a mão de alguém que não esteja diretamente ao lado deles. Isso provavelmente levará a uma confusão de braços! O desafio é que os alunos trabalhem juntos, sem soltar as mãos, para se desembaraçarem e formarem um círculo novamente. Incentive a comunicação e a resolução de problemas enquanto eles trabalham no nó. Em caso de falta de tempo, dê a eles um prazo, por exemplo, de 3 a 5 minutos.
Exercicios de Relax	 40 - Edifício de histórias de grupo Peça aos alunos que se sentem em círculo. Comece uma história com uma ou duas frases. Depois, peça aos alunos que se revezem adicionando uma frase cada para continuar a história. Termine a atividade com os últimos alunos e peça a eles que retornem aos seus assentos.
Objectivos	No final da aula os alunos irão: 1. Crie um roteiro para uma apresentação teatral para conscientizar sobre a proteção ambiental; 2. Desenvolver suas habilidades de trabalho em equipe, comunicação e criatividade; 3. Obtenha uma compreensão mais profunda de como construir cooperação fora da escola e com outras pessoas.

Preparação	**Essencial:** Exemplo de peça: use a peça anexa ou crie a sua própria usando ferramentas de IA. Material de escrita: papel, marcadores, canetas e lápis. Ferramentas de exibição: quadro branco ou flipchart com marcadores. Para autoavaliação: 15-20 feijões para cada aluno **Frascos ou recipientes vazios etiquetados com os seguintes critérios:** Ouvir e respeitar: "Ouvi ativamente e respeitei as opiniões dos membros do meu grupo." Compartilhamento de ideias: "Compartilhei ativamente minhas ideias e sugestões com o grupo." Seguindo regras e prazos: "Segui as instruções da tarefa e cumpri os prazos." Considerando o feedback: "Ouvi e considerei o feedback e as sugestões de outros grupos." Resolução de problemas: "Contribuí para a resolução de problemas que surgiram dentro do grupo." **Opcional:** Inspiração visual: Imagens ou videoclipes curtos relacionados a questões ambientais (podem ser vinculados ao exemplo de peça ou a possíveis ideias de peças dos alunos). Ferramentas de dramaturgia: notas adesivas para brainstorming de ideias. Centelha criativa: acessórios e fantasias simples (chapéus, cachecóis, materiais reciclados) para fazer um brainstorming sobre os papéis dos personagens (opcional). Ferramentas de feedback: ferramentas online como o Padlet para feedback em grupo (requer acesso à internet), cartões de nota para feedback anônimo (opcional). Aumento de desempenho (opcional): acessórios e fantasias simples para a apresentação final (podem ser criados a partir de materiais reciclados).

Work Flow

Etapa 1 (10 minutos)

Comece apresentando o tópico da lição e os objetivos. Explique que os alunos trabalharão juntos para criar uma apresentação teatral que promova a proteção ambiental. Peça aos alunos que leiam as descrições da peça em seus livros do aluno: Peça aos alunos que leiam a peça juntos como uma classe. Discuta os personagens principais, papéis e enredo. O professor pode usar estas perguntas:

a. Quem são as diferentes pessoas (ou animais) na peça? Quais são seus trabalhos ou o que eles gostam de fazer?b. Que tipo de problema os personagens enfrentam na peça?

c.Como os personagens tentam consertar o problema? Eles trabalham juntos?

d.Que lição você acha que a peça está tentando nos ensinar?

e. Você gostou da maneira como os personagens resolveram o problema? Por que sim ou por que não?

f. Alguma parte da peça lhe lembrou de algo que você vê em nossa escola ou bairro?

g. Quais são algumas coisas que podemos fazer na escola ou em casa para cuidar do meio ambiente?

i. Quantas pessoas você acha que precisa na peça do seu grupo?

j. Onde sua peça poderia acontecer? Talvez em um parque, na escola ou até mesmo em uma floresta!

k. Que tipo de roupa os personagens poderiam usar para parecerem parte da peça?

Etapa 2 (5 minutos)

Divida a classe em 4 ou mais grupos. Informe à classe que cada grupo será responsável por escrever um segmento da peça.

Etapa 3 (30 minutos)

Peça aos alunos para começarem a desenvolver um roteiro detalhado. O roteiro deve incluir ações dos personagens, diálogos e direções de palco. Os alunos criam o roteiro nos formatos projetados nos livros dos alunos. Incentive os alunos a fazer um brainstorming de ideias para adereços e figurinos que irão melhorar sua performance.

Etapa 4 (20 minutos)

Apresentações em Grupo: Cada grupo apresenta seu segmento para a classe. Eles devem explicar suas ideias para adereços, fantasias e papéis.

Use uma ferramenta online como o Padlet para coletar feedback de outros grupos. Os alunos devem fornecer comentários sobre os pontos fortes, fracos e sugestões para melhoria de cada segmento. Se o acesso à internet for limitado, use post-its e peça aos alunos para fixá-los no quadro branco.

Etapa 5 (10 minutos)

Peça que cada grupo revise o feedback recebido e faça as revisões necessárias no roteiro.

Etapa 6 (5 minutos)

Forneça a cada aluno de 15 a 20 feijões. Peça aos alunos que reservem um momento para refletir sobre sua participação e desempenho na atividade em grupo. Incentive-os a considerar seus pontos fortes e contribuições, bem como áreas para melhoria. Instrua os alunos a distribuir seus feijões entre os potes etiquetados com base em sua autoavaliação. Eles devem colocar o número de feijões que representam seu nível de contribuição para cada critério.

Etiquetas nos potes:

1. “Tentei o meu melhor”
2. “Eu tive ideias, algumas delas foram usadas na peça”
3. “Trabalhou com meu grupo”

4. “Eu era amigável e conversava com todos, mesmo quando havia algum problema”

Feedback	Depois que todos os alunos tiverem distribuído seus feijões, facilite uma discussão em classe. Incentive os alunos a compartilhar suas razões para colocar os feijões em cada jarra e a discutir sua avaliação geral da experiência de trabalho em grupo. Convide os alunos a comparar o número de feijões em jarras diferentes. Discuta o que essas comparações podem revelar sobre os pontos fortes, fracos e a dinâmica geral do grupo. Conclua a discussão resumindo os principais insights obtidos com a atividade. Incentive os alunos a refletir sobre como eles podem aplicar esses insights a futuros cenários de trabalho em grupo. Incentive os alunos a serem honestos e reflexivos em sua autoavaliação.
Adaptações	A1. Considere dividir a peça em segmentos ainda mais curtos para que grupos menores (2 a 3 alunos) possam gerenciar. A2 . Ofereça iniciadores de frases ou um modelo de roteiro para orientar os alunos mais jovens na escrita de seus diálogos.
Competências do Professor	
Recursos Digitais	Padlet para criar um mural para feedback dos alunos.

14



Tópicos de Sensibilização Cívica / C.C6 Porque é que a mudança é importante para mim?

Desenvolvido por	FEE
Duração	80
Exercícios de Energia	 42 - Criar uma palavra! Peça para sete pessoas da primeira fila irem para a frente da sala e formarem uma linha reta de frente para o público. Distribua os cartões com letras, um para cada participante. Peça para cada pessoa segurar seu cartão com letras acima da cabeça, para que o público possa lê-lo facilmente. Explique que as letras formam uma palavra de sete letras. Peça aos membros da audiência para gritar instruções aos portadores das letras para reorganizá-las na ordem correta para formar a palavra. (Exemplos: A pessoa com a letra E, por favor, vá para o início da palavra. A pessoa com a letra D, vá para o final.) Peça aos portadores de cartas que sigam as instruções da plateia. Dê algumas dicas para acelerar o processo, se necessário. Quando a palavra estiver formada corretamente, peça para todos lerem em voz alta contando até três. Agradeça aos portadores das cartas, recolha os cartões e envie-os de volta aos seus lugares. Lidere uma salva de palmas para todo o grupo por resolver o anagrama rapidamente.
Exercicios de Relax	 41 - Coloração silenciosa de um desenho. Peça para as crianças colorirem a mandala. Dê a elas um tempo de 3 minutos e toque uma música tranquila ao fundo.
Objectivos	Após esta lição, os alunos irão: 1. desenvolver habilidades de pensamento crítico analisando os espaços de sala de aula existentes e propondo melhorias. 2. exercitar a criatividade e as habilidades de resolução de problemas ao projetar sua sala de aula ao ar livre ideal.
Preparação	Ao sair com a turma, os alunos coletam vários materiais naturais para criar o interior da sala (seixos, galhos, folhas, fragmentos de madeira, areia, cones, etc.). Além disso, cola, tintas, etc. também são preparadas. Materiais de construção. Quadro negro, projetor; Marcadores, tintas; Papel; Lápis; Fotos de salas de aula ao ar livre e itens educacionais.

Work Flow

Etapa 1 (3 minutos)

Os alunos são questionados: "O que você acha de estudar fora?". As respostas dos alunos são coletadas no quadro.

Etapa 2 (5 minutos)

Os alunos recebem várias fotos de diferentes ambientes de sala de aula ao ar livre. Os alunos escolhem e marcam em qual classe gostariam de estudar. Faça a tarefa 1 no livro de exercícios. O professor pede que alguns alunos expliquem por que escolheram esse arranjo.






Etapa 3 (8 minutos)

Os alunos são divididos em pequenos grupos. Cada grupo deve apresentar de 3 a 5 recomendações que seriam alteradas nas salas de aula existentes, explicando o porquê. Tarefa 2 na apostila.

Etapa 4 (15 minutos) Os alunos fazem a 3ª tarefa na planilha. Crie um esboço de sua sala de aula ao ar livre ideal, no qual indiquem os seguintes detalhes:

Quais itens e móveis serão usados na decoração?

De que materiais os elementos poderiam ser feitos?

Quais atividades ocorrerão nesta sala de aula ao ar livre? O professor pode usar algumas destas perguntas:

Quais itens e móveis serão usados na decoração?

De que materiais os elementos poderiam ser feitos?

O que podemos desenhar/contar/descrever/observar lá?

Como se proteger de condições climáticas adversas (sol, vento, chuva, etc.)?

Etapa 5 (5 minutos)

Antes de fazer o modelo, os alunos dividem o trabalho: cada um dos membros do grupo deve realizar uma das tarefas de desenvolvimento do modelo: compositor, colador, carpinteiro, pintor, gerenciador de tempo.

Etapa 6 (30 minutos)

Usando os materiais previamente preparados, os alunos criam um modelo de sua sala de aula ao ar livre. Após concluir o trabalho, os alunos os colocam na exposição, junto com um esboço e uma descrição.



	Etapa 7 (10 minutos) Os alunos vão ver os trabalhos criados por outros grupos. Em cada estação, o professor coloca um formulário de avaliação no qual os alunos avaliam o trabalho de outro grupo respondendo às perguntas dadas. 1. Posso imaginar nossas aulas acontecendo nesta sala de aula. 2. Como a sala de aula ao ar livre será utilizada por alunos de outras turmas, de outras disciplinas? 3. Poderíamos implementar esse projeto no terreno da escola? 4. Seria seguro estudar nesta aula?
Feedback	Os grupos retornam aos seus modelos, apresentam-se, familiarizam-se com as avaliações e tiram 3 conclusões, de acordo com as questões apresentadas: 1. Qual será o maior benefício para a sSchool a partir do projeto desenvolvido? 2. O que deve ser melhorado/alterado no seu projeto antes de sua implementação? 3. Qual seria o primeiro trabalho que poderia dar início à implementação do projeto?
Adaptações	**A1.** Se construir modelos físicos não for viável, os alunos podem criar modelos digitais usando ferramentas de design online ou até mesmo aplicativos de desenho. **A2.** Incentive os alunos a usar materiais reciclados, como caixas de papelão, tubos de papel e tampinhas de garrafa para seus modelos. **A3.** Para alunos mais jovens, considere funções mais simples na construção de modelos, como decorador ou gerente de materiais, em vez de carpinteiro ou colador. **A4.** Se alguns alunos tiverem dificuldade em apresentar seus modelos, permita que eles criem um pequeno vídeo mostrando seu design. **A5.** É importante implementar as ideias o máximo possível - criar uma sala de aula ao ar livre ou melhorar a existente. Os alunos podem apresentar suas ideias à administração da escola e receber seu feedback.
Competências do Professor	
Recursos Digitais	Infográfico sobre sala de aula ao ar livre

15



Tópicos de Sensibilização Cívica / C.D1 O meu eu único: Celebrar o que me torna especial

Desenvolvido por	APDNE
Duração	30
Exercícios de Energia	12 - Escrever com corpo - Formas geométricas do corpo  *Opção 1* O professor pede que os alunos escrevam seus nomes no ar usando diferentes partes do corpo, por exemplo, usando a mão, a perna, o tornozelo, o nariz, etc. Opcional: Se o tempo permitir, o professor pode pedir para a turma soletrar algumas palavras reproduzindo as letras com seus corpos. Os alunos podem colaborar todos juntos ou podem criar grupos diferentes. *Opção 2* Tarefa: Desenhe uma forma geométrica no ar usando diferentes partes do seu corpo - mãos, pernas, cotovelos, narizes, etc. *Opção 3:* Tarefa: Trabalhem em grupos de 2, 3 ou mais alunos para fazer uma forma geométrica com seus corpos.
Exercicios de Relax	13 - Massagem corporal  Os alunos ficam em círculo: eles precisam seguir todos os movimentos que o professor faz e se massagear. O professor começa a massagear diferentes partes do corpo dele/dela, começando da cabeça até os pés (é melhor se eles tirarem os sapatos). O professor explica como a massagem precisa ser feita, se delicada ou mais energética. *Opcional:* O professor também pode pedir que os alunos massageiem outro colega.
Objectivos	-Entender a importância de si mesmos. -Reconhecer as características de si mesmo. -Aprenda o que eles podem fazer
Preparação	• Materiais: Papel, marcadores, giz de cera, tesoura e cola. Uma bola macia para jogar o jogo "jogar bola" • Equipamento: Computador, projetor ou quadro inteligente para apresentação. • Impressões: Anexo 4 , Anexo 5

Work Flow

Etapa 1: Introdução aos Superpoderes (10 minutos)

1. Breve explicação do professor (5 minutos):
    - Explique aos alunos que a lição de hoje é sobre descobrir seus "superpoderes" únicos. Esclareça que essas não são habilidades sobre-humanas, como voar ou ser invisível, mas as habilidades e qualidades únicas que tornam cada pessoa especial.
    - Apresente o Anexo 1 para a turma.
    - Instrua os alunos a pensarem sobre o que os torna especiais. Sugira que isso pode ser algo em que eles são bons, algo que eles amam fazer ou uma parte maravilhosa de sua personalidade.
2. Participação dos alunos (5 minutos):
    - Convide os alunos a compartilhar o que os torna únicos, enfatizando que todos têm algo especial.
    - Objetivo: Garantir que os alunos estejam cientes de sua singularidade.

Etapa 2: Explicação do jogo "Arremessar Bola" (2 minutos)

- Explique as regras do jogo chamado 'Throwing Ball'. Informe aos alunos que você começará compartilhando seu superpoder e, em seguida, jogará a bola para um aluno. O aluno que pegar a bola compartilhará seu superpoder e, em seguida, jogará a bola para outro colega. Continue até que todos tenham tido sua vez.

Etapa 3: Jogo "Arremessar Bola" (20 minutos)

- Comece o jogo compartilhando seu superpoder (adoro cuidar de plantas e ajudá-las a crescer, sempre pego lixo quando o vejo no parquinho, consigo animar meus amigos quando eles estão tristes etc.) e jogando a bola para um aluno.
- Instrua os alunos a pegar a bola, compartilhar seus superpoderes e, então, jogar a bola para outro aluno. Garanta que todos os alunos participem e compartilhem seus superpoderes.

Etapa 4: Atividade de trabalho em pares (5 minutos)

- Instrua os alunos a formarem duplas com seus colegas de mesa. Explique que eles discutirão suas habilidades, coisas que não conseguem fazer e as habilidades de seus colegas de mesa. Oriente-os a também discutir as perguntas exibidas no smartboard (Anexo 2) e consulte as imagens no Anexo 3 .
- Oriente os alunos a compartilhar suas respostas com a turma após discutir em duplas.
- Escreva as habilidades compartilhadas no quadro para demonstrar a diversidade e a singularidade de cada aluno.

Etapa 5: Discussão em grupo (10 minutos)

- Facilite uma discussão sobre o que os alunos aprenderam uns sobre os outros. Incentive-os a refletir sobre como suas habilidades os tornam especiais e como sua singularidade contribui positivamente para o ambiente da classe.
- Objetivo: Promover a compreensão do valor da diversidade e das qualidades únicas de cada aluno.

Etapa 6: Atividade de arte – “Meu escudo de superpoderes” (15 minutos)

1. Instruções do professor (5 minutos):
    - Instrua os alunos a criarem seus próprios Escudos de Superpoderes. Explique que eles devem desenhar ou escrever sobre seus superpoderes no escudo, focando nas qualidades que os tornam únicos e especiais.
2. Os alunos criam escudos (10 minutos):
    - Oriente os alunos a compartilhar seus escudos com a classe após concluí-los. Garanta que cada aluno tenha a oportunidade de apresentar brevemente seu trabalho.

Etapa 7: Reflexão e compartilhamento (15 minutos)

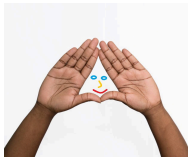
- Distribua a Ficha de Avaliação de Superpoderes/Habilidades (Anexo 4) aos alunos.
- Instrua os alunos a adicionar quaisquer habilidades adicionais, se desejarem, e depois preencha a tabela de acordo com suas preferências.

	• Ouça os alunos enquanto eles compartilham frases sobre seus superpoderes/habilidades com base na tabela preenchida. • Facilite a reflexão incentivando uma discussão aberta sobre a atividade e o que os alunos aprenderam sobre si mesmos e seus colegas. Etapa 8: Atividade de encerramento – "Elogios exclusivos" (3 minutos) • Instrua os alunos a se virarem para a pessoa ao lado e fazerem um elogio único sobre algo que os torna especiais. • Certifique-se de que cada aluno faça e receba um elogio, reforçando o tema da aula.
Feedback	-O professor coloca os emojis pré-impressos (Anexo 5) em diferentes cantos da sala de aula. O professor pede aos alunos que vão até o canto com o emoji que reflete seus sentimentos sobre esta lição.
Adaptações	Emparelhe alunos com habilidades mistas durante a Atividade de Trabalho em Pares para incentivar o aprendizado e o suporte entre pares. Garanta que os alunos que podem precisar de ajuda sejam pareados com colegas compreensivos que podem ajudá-los a expressar seus pensamentos. - Para alunos que podem ter dificuldades com a expressão verbal, permita que eles desenhem ou escrevam sobre seus superpoderes em vez de compartilhá-los verbalmente durante o jogo "Arremessar Bola".
Competências do Professor	1. **Facilitação** : Orientar os alunos por meio de atividades e discussões, promovendo o engajamento e garantindo que cada criança tenha a oportunidade de participar. (Etapa 6: Atividade de arte – "Meu escudo de superpoderes") 2. **Reforço Positivo** : Encorajar os alunos reconhecendo suas contribuições e fornecendo feedback positivo, o que aumenta sua confiança e autoestima. (Etapa 8: Atividade de Encerramento – "Elogios Únicos") 3. **Diferenciação** : Reconhecer e abordar as diversas habilidades e estilos de aprendizagem dos alunos, adaptando atividades e instruções para atender às necessidades individuais. (Etapa 4: Atividade de trabalho em pares) 4. **Gestão de sala de aula** : organizar e gerenciar efetivamente o ambiente da sala de aula para criar um espaço seguro e de apoio para aprendizagem e colaboração. (Etapa 3: Jogo "Arremessar Bola") 5. **Empatia e encorajamento** : Construindo uma atmosfera de apoio na sala de aula, demonstrando empatia e encorajando os alunos a apreciarem a singularidade deles e dos outros. (Etapa 8: Atividade de encerramento – "Elogios únicos")
Recursos Digitais	Anexo 1 Anexo 2 Anexo 3 Anexo 4 Anexo 5

16



Tópicos de Sensibilização Cívica / C.D2 A minha identidade

Desenvolvido por	Prosveta - Silvia Tsvetanska
Duração	80
Exercícios de Energia	 23 - Jogos de emoções **Materiais necessários:** • Bola de tamanho médio • 5 cartões tamanho A5 com os rostos das emoções. Mova as mesas e cadeiras pela sala de aula para que os alunos possam sentar-se em círculo. O jogo começa com uma bola sendo lançada para um aluno, neste ponto o líder que tem as 5 cartas (uma para cada emoção), levanta uma carta; a criança que recebeu a bola deve falar sobre uma situação que desencadeia a emoção que o líder levantou. A bola é então lançada para outro colega de classe e assim por diante até que todos os alunos tenham recebido a bola e todos tenham tido a chance de falar sobre uma emoção. A bola só pode ser lançada uma vez para cada aluno. O jogo termina quando todos os alunos tiverem recebido e jogado a bola e todos tiverem falado sobre uma emoção.
Exercicios de Relax	 31 - Triângulo da amizade Os alunos trabalham em pares para desenhar um triângulo para representar sua amizade. Antes de começar o trabalho, o professor demonstra os passos com uma das crianças. As duas pessoas do par colocam suas mãos para baixo com as palmas voltadas para a superfície da folha de papel; o aluno 1 usa sua mão direita, e o aluno 2 usa sua mão esquerda. Eles juntam as pontas dos polegares e indicadores da mão esquerda de um dos pares com as pontas de seus polegares e indicadores e contornam o formato do triângulo entre os dedos. Depois disso, eles podem desenhar olhos, um nariz, uma boca e o que quiserem, para criar um símbolo pessoal de seu relacionamento.
Objectivos	Por meio das atividades da aula, os alunos: • aprenderá a distinguir as características de sua identidade; • perceberão sua singularidade e valor; • aprenderão a não ter medo de ser eles mesmos.
Preparação	**Materiais –** canetas hidrográficas ou lápis de cor **Equipamento** – laptop, projetor

Work Flow

Etapa 1 (10 min.): *Introdução*

Introdução ao tema através das perguntas:

- O que você vê quando se olha no espelho?
- O espelho reflete todo o seu ser? O que permanece oculto?

Após as respostas livres dos alunos, o professor sintetiza e aponta a ideia de identidade:

Cada pessoa é única e irrepetível. Ninguém mais é como você. A aparência sozinha não é suficiente para entender que tipo de pessoa vemos.

As características invisíveis também são importantes; elas contribuem substancialmente para a nossa singularidade.

Passo 2 (15 min.) *A essência da identidade*

Reproduza o vídeo (Recurso 1) para os alunos.

Discuta as características da identidade. Normalmente, os alunos são bem versados na ideia de que marcas externas refletem identidade.

Então, você pode primeiro discuti-los (gênero, altura, cor do cabelo, cor dos olhos, etc.).

Em segundo lugar, preste mais atenção aos valores e qualidades pessoais como componentes da identidade.

Se necessário, volte ao vídeo e repita as telas que estão vinculadas aos valores e qualidades.

Discuta com os alunos que aquilo em que acreditamos (incluindo religião, estilo de vida, alimentos que gostamos, tradições) também define nossa identidade e nos ajuda a responder

as perguntas *Quem sou eu? Que pessoa sou eu? O que me torna diferente dos outros? O que eu gosto em mim?*

Etapa 3 (10 min.) *Reflexão e experiência pessoal*

Peça aos alunos que compartilhem:

- O que torna você único?
- Como você pode se descrever como diferente dos outros?
- O que você gosta em si mesmo?

Etapa 4 (10 min .*) Estudo de caso*

Reproduza o vídeo (Recurso 2: Minha Identidade) que contém diretrizes para exercícios sobre o tema identidade.

Comece discutindo a história de Anna e Semra. Discuta com os alunos como podemos conhecer outras pessoas e nos apresentar.

Etapa 5 (30 min.) *Trabalho em grupo – Álbum de recortes dos bons amigos*

Use o Recurso 2 para fazer uma atividade na qual os alunos façam perguntas diferentes para descobrir a identidade e se tornarem conscientes de sua própria singularidade.

Divida os alunos em pequenos grupos. Dentro do grupo, os alunos têm a tarefa de criar uma página de *um Good Friends' Scrapbook* . Eles podem:

- escrever perguntas ou frases incompletas;
- liste diferentes qualidades ou valores, para que todos possam escolher aqueles que possuem.

Dê tempo aos alunos para desenhar algo na página e moldá-lo como quiserem.

Após completar a tarefa, os grupos trocam suas folhas e cada grupo responde às perguntas do *Álbum de Recortes dos Bons Amigos* que receberam.

Etapa 6 (5 min.): *Conclusões*

Este é um tópico sobre a importância do mundo interior de uma pessoa.

	Saber quem eu sou e o que me torna diferente dos outros é a base para se conhecer melhor e construir uma autoimagem. Por meio das atividades, os alunos desenvolvem habilidades para: ◦ distinguir as características da sua identidade, ◦ respeitar as diferenças entre as pessoas, ◦ prestar mais atenção à singularidade de cada pessoa. É importante respeitar as outras pessoas, mesmo que elas não sejam como nós e possamos não gostar de algo em seu comportamento. Mas é igualmente importante respeitar a nós mesmos e nossa singularidade, bem como nos esforçar para nos tornarmos uma versão melhor de nós mesmos.
Feedback	O que aprendemos nesta lição? Cite 3 características distintivas para descrever o que torna o colega ao seu lado único.
Adaptações	1. Ao fazer a etapa 3, se houver alunos inseguros e incapazes de falar por si mesmos, a tarefa pode ser alterada. O professor faz a pergunta "O que sua família próxima ou amigos fora da escola gostam em você? O que eles acham que o torna único?" 2. A critério do professor e de acordo com o nível cognitivo dos alunos, a atividade "Álbum de recortes dos bons amigos" (etapa 5) pode ser feita apenas com desenhos ou oralmente: em pequenos grupos, os alunos fazem perguntas uns aos outros com o objetivo de descobrir os valores e qualidades que formam sua identidade. 3. Se for difícil para os alunos trabalharem em grupo, a atividade na etapa 5 pode ser feita individualmente - cada pessoa escreve perguntas que quer que um dos colegas responda. Então escolha um aluno e peça para ele/ela responder às perguntas.
Competências do Professor	1. *Comunicação* - capacidade de fazer perguntas - para estimular a discussão sobre o tema, para direcionar os alunos a pensar sobre si mesmos e sua identidade, bem como para fazer uma transferência para outras situações; - habilidade de escuta – escuta ativa, reflexão e resumo do que os alunos compartilharam ao analisar os recursos de aprendizagem nas etapas 3, 4 e 5. - habilidades reflexivas - refletir sentimentos, experiências, experiência pessoal, voltar-se para si mesmo. O professor se torna um modelo na discussão e reflexão na etapa 3 para orientar os alunos a pensar sobre autoimagem. - habilidades interpessoais - ao falar sobre diferenças e autopercepção, é necessário manter um tom de expressão respeitoso e o papel do professor é ajudar os alunos a construir bons relacionamentos, tolerância e compreensão das diferenças. *2. Construindo confiança* O tópico implica um alto grau de sensibilidade ao mundo pessoal dos participantes e à maneira como eles se percebem. Pode haver alunos na classe que não gostam de traços em sua imagem ou estão preocupados em compartilhar algo relacionado à sua identidade e valores. Para incentivá-los a compartilhar, o professor deve ser capaz de criar uma atmosfera de confiança e aceitação positiva na comunidade estudantil para que todos se sintam à vontade de que não serão ofendidos, atacados ou mal compreendidos. É possível falar sobre identidade, autoestima e autoimagem apenas no ambiente de segurança psicológica. *3. Flexibilidade* Essa habilidade é crucial para o professor ao desenvolver esse tópico, porque permitirá que ele/ela responda a reviravoltas inesperadas, compartilhamentos, perguntas ou hesitações dos alunos. Flexibilidade se refere à capacidade de mudar rapidamente um plano de aula ou implementar uma atividade de forma diferente para atender às necessidades dos alunos da melhor maneira.

Recursos Digitais	Recurso 1: Bem-estar para crianças_ Identidade e valores https://www.youtube.com/watch?v=om3lNBWfoxY&ab_channel=ClickView Recurso 2: Minha Identidade https://youtu.be/DXAE5k1RahE

17



Tópicos de Sensibilização Cívica / C.E1 A nossa sala de aula colorida: Abraçar a diversidade na amizade

Desenvolvido por	APDNE
Duração	30
Exercícios de Energia	12 - Escrever com corpo - Formas geométricas do corpo  *Opção 1* O professor pede que os alunos escrevam seus nomes no ar usando diferentes partes do corpo, por exemplo, usando a mão, a perna, o tornozelo, o nariz, etc. Opcional: Se o tempo permitir, o professor pode pedir para a turma soletrar algumas palavras reproduzindo as letras com seus corpos. Os alunos podem colaborar todos juntos ou podem criar grupos diferentes. *Opção 2* Tarefa: Desenhe uma forma geométrica no ar usando diferentes partes do seu corpo - mãos, pernas, cotovelos, narizes, etc. *Opção 3:* Tarefa: Trabalhem em grupos de 2, 3 ou mais alunos para fazer uma forma geométrica com seus corpos.
Exercicios de Relax	13 - Massagem corporal  Os alunos ficam em círculo: eles precisam seguir todos os movimentos que o professor faz e se massagear. O professor começa a massagear diferentes partes do corpo dele/dela, começando da cabeça até os pés (é melhor se eles tirarem os sapatos). O professor explica como a massagem precisa ser feita, se delicada ou mais energética. *Opcional:* O professor também pode pedir que os alunos massageiem outro colega.
Objectivos	-Entenda a importância da amizade. -Reconhecer as características da amizade. -Aprenda o que afeta ou não a amizade.
Preparação	• Equipamento: Computador, projetor ou quadro inteligente (Anexo 1), • Cartas adjetivas de Amizade a serem utilizadas (Anexo 2) • Impressões: Cartões de reflexão (Anexo 4)

Work Flow

Etapa 1: Introdução (10 minutos)

1. Cumprimente os alunos e apresente o tópico da amizade.
2. Peça aos alunos que compartilhem seus pensamentos sobre o que significa amizade. Permita que alguns alunos compartilhem suas ideias.
3. Defina amizade como um relacionamento entre pessoas que se importam umas com as outras, apoiam umas às outras e ajudam umas às outras a crescer.
4. Encoraje os alunos a pensar sobre seus amigos e o que torna suas amizades fortes. Convide mais alunos a compartilhar suas opiniões.
5. Enfatize a importância de tratar os outros com respeito, independentemente de diferenças de cor de pele, crenças religiosas ou outros aspectos.
6. Apresente a apresentação (Anexo 1) sobre amizade e diversidade. Instrua os alunos a pensar sobre o que faz um bom amigo e como a diversidade pode ser abraçada em amizades conforme eles avançam na apresentação.
7. Discuta os pontos principais da apresentação, incentivando os alunos a compartilhar seus pensamentos sobre amizade e diversidade.
8. Faça perguntas aos alunos como: Quem é seu melhor amigo? Por que ele/ela é seu melhor amigo? O que afeta você ao escolher seus amigos?

Etapa 2: Tempo de discussão do jogo (20 minutos)

1. Mostre os cartões e registre as respostas (10 minutos)

- Apresente cada cartão do Anexo 2 aos alunos e peça que decidam se o recurso é importante para um amigo.
- Registre suas respostas (Sim/Não) na folha de avaliação do Anexo 3 .

2. Discuta e conclua o perfil de um bom amigo (10 minutos)

- Após coletar as respostas, lidere uma discussão sobre os resultados. Destaque os recursos que receberam mais respostas "Sim" e aqueles que foram marcados como "Não importante" ou "Não" por muitos alunos.
- Conclua a atividade resumindo o perfil de um bom amigo com base nas opiniões coletivas da classe. Enfatize que, embora algumas características possam ser mais valorizadas do que outras, todos têm suas próprias qualidades únicas que podem torná-los grandes amigos.
- Incentive os alunos a refletir sobre a ideia de que bons amigos não são definidos por características físicas, mas por seus comportamentos positivos, como ser leal, honesto e confiável. Isso pode levar a uma discussão mais ampla sobre valorizar qualidades internas em vez de aparências externas.

Etapa 3: Atividade de trabalho em pares (10 minutos)

1. Instrua os alunos a formarem pares com seus colegas de mesa. Explique que eles devem discutir o que os afeta ao escolher um amigo: aparência ou caráter.
2. Peça aos alunos que considerem e discutam as seguintes questões:

- A cor da pele de uma pessoa afeta sua escolha de amigos?
- Você quer conhecer alguém de outros países?
- Como você pode fazer amigos?
- O que afetará sua escolha de amigos no futuro?

3. Peça a cada dupla para compartilhar suas respostas com a turma.
4. Registre as respostas no quadro e incentive todos os alunos a participar da discussão.

Etapa 4: Atividade criativa (20 minutos)

1. Apresente a atividade criativa em que os alunos farão um desenho que represente a diversidade na amizade.
2. Distribua materiais de desenho e dê tempo aos alunos para criarem seus desenhos.
3. Convide os alunos a compartilhar seus desenhos com a turma e explicar a diversidade que eles retrataram.

Etapa 5: Reflexão em grupo (10 minutos)

1. Lidere uma sessão de reflexão sobre o que foi aprendido sobre a importância da diversidade nas amizades.
2. Incentive os alunos a compartilhar suas reflexões.

	3. Conclua lembrando que a verdadeira amizade vai além de aparências e crenças e envolve gentileza, compreensão e respeito. Conclusão (10 minutos) 1. Resuma a lição revisando o significado de amizade, respeito mútuo, gentileza e compreensão, independentemente das diferenças. 2. Peça aos alunos que compartilhem um ponto-chave da lição sobre amizade e diversidade. 3. Incentive os alunos a valorizar as qualidades únicas que cada pessoa traz para suas vidas. 4. Agradeça aos alunos por sua participação e contribuições. Lembre-os de manter essas lições em mente enquanto constroem e nutrem suas amizades.
Feedback	O professor coloca os emojis pré-impressos (Anexo 4) em diferentes cantos da sala de aula. O professor pede aos alunos que vão para o canto com o emoji que reflete seus sentimentos sobre esta lição.
Adaptações	Na etapa 4, o professor pode fazer com que os alunos compartilhem ideias entre si sobre o que podem desenhar.
Competências do Professor	*Facilitação* : Orientar discussões e atividades para explorar conceitos de amizade e diversidade. (Introdução, Etapa 2, Etapa 3, Etapa 5) *Técnicas de Questionamento:* Usando perguntas para provocar pensamento crítico e reflexão sobre amizade e diversidade. (Introdução, Etapa 2, Etapa 3) *Criatividade* : Incentivar os alunos a se expressarem criativamente por meio de desenhos e compartilhamento visual de seus pensamentos. (Etapa 4) *Reflexão* : Facilitar discussões reflexivas para ajudar os alunos a consolidar seu aprendizado sobre amizade e diversidade. (Etapa 5, Conclusão) *Empatia e encorajamento:* construindo uma atmosfera de apoio na sala de aula, incentivando o respeito pelas diferenças e promovendo a compreensão nas amizades. (Introdução, Etapa 5, Conclusão)
Recursos Digitais	Anexo 1 Anexo 2 Anexo 3 Anexo 4

18



Tópicos de Sensibilização Cívica / C. E2 A minha turma de sonho

Desenvolvido por	Prosveta - Silvia Tsvetanska
Duração	80
Exercícios de Energia	 25 - O jogo do espelho O jogo começa com a sala limpa de mesas e cadeiras. Os alunos começam se juntando em **duplas** e ficam de frente um para o outro. Eles combinam quem começa o jogo, quem faz o papel de espelho e quem faz o papel de pessoa. O jogo começa ao som de uma música escolhida pelo líder. A pessoa começará a se mover e o "espelho" terá que segui-la, repetindo imediatamente os movimentos da pessoa. Quando o líder para a música, eles trocam de lugar e a pessoa que era o "espelho" se torna a pessoa e vice-versa.
Exercicios de Relax	 11 - Exercício de respiração O professor pede aos alunos que façam um círculo e façam os seguintes exercícios, repetindo cada um algumas vezes e alternando-os. O professor também pode adicionar novos. Inspirando, levante os braços acima da cabeça e diga "Elevador para cima!" Expirando, flutue os braços de volta para baixo, para os lados, dizendo "Elevador para baixo". Repita. Inspire três vezes rapidamente enquanto mexe o nariz. Mexa o nariz em cada inspiração. Então mexa o nariz em cada expiração. Coloque a mão na frente do nariz e faça "sibilo" enquanto expira.
Objectivos	Os alunos irão: • reconhecer as diferenças entre as pessoas como uma vantagem nos relacionamentos; • explorar e compreender melhor suas experiências nos relacionamentos com os colegas; • visualizar a sala de aula dos seus sonhos em um nível prático – como uma comunidade que respeita as diferenças.
Preparação	**Materiais:** Marcadores, quadro branco, papel flip chart **Equipamento:** laptop e projetor **Disposição da sala de aula** : Mesas e cadeiras são dispostas em círculo; reorganize-as para a tarefa de trabalho em grupo.

Work Flow

Etapa 1 (5 min.): **Introdução**

Mostre a imagem aos alunos.



Apresente-lhes o tópico da diversidade na sala de aula usando perguntas introdutórias, por exemplo:

- De que maneiras as crianças na sala de aula da foto são parecidas com você?
- Que diferenças você vê na aula da foto?
- Como essas crianças se sentem quando estão juntas?

Etapa 2 (10 min.)

Semelhante e diferente

Peça aos alunos que fiquem de pé em um círculo e digam um após o outro as cores *verde* e *azul* . Como resultado, cada aluno é designado para uma das cores. (se os alunos forem um número ímpar, o professor pode se juntar ao grupo). Cada aluno *verde* forma um par com o aluno *azul* em pé à direita. Dentro dos pares, cada aluno surge com uma característica que ele/ela compartilha com seu/sua parceiro/a, e uma coisa em que eles diferem, por exemplo, aluno azul "Eu tenho cabelo loiro enquanto o seu é castanho"; "Eu gosto de desenhar, assim como você."; aluno verde "Eu tenho uma irmã enquanto você tem um irmão.", "Eu gosto de desenhos animados sobre super-heróis, assim como você." Em seguida, defina a tarefa de ter uma conversa livre (2 min.) com o objetivo de descobrir algo novo que eles não sabiam um sobre o outro. Finalmente, os pares relatam suas descobertas.

Etapa 3 (15 min.)

Discussão:

Quais são as características que os alunos da nossa turma compartilham e o que torna cada aluno único (diferente)?

Os alunos são incentivados a listar:

- Em que aspectos eles são parecidos.
- Que coisas novas eles aprenderam sobre seus colegas de classe;
- O que os torna únicos/diferentes.

As diferenças listadas são registradas com uma palavra-chave no quadro ou em um flip chart. Primeiro, o professor registra tudo o que os alunos listam como diferenças e, então, define a tarefa de dividir as diferenças em grupos, por exemplo, diferenças ligadas à aparência, ou interesses, ou habilidades; preferências por comida e bebidas; local de nascimento, gênero, etc.

A discussão continua com as perguntas:

- As diferenças são um obstáculo para fazer amizade com alguém e aprender junto na sala de aula?
- É uma vantagem ou uma desvantagem ter pessoas diferentes ao seu redor?
- Imagine que todas as pessoas fossem iguais. Como você se sentiria nesse ambiente?

Etapa 4 (15 min.)

"Tocar"

Passe o vídeo para os alunos. Explique que ele foi criado por alunos da 3ª série na Bulgária (9 anos). Eles criaram o roteiro eles mesmos e o filmaram (com o apoio de um especialista externo dentro de um projeto educacional relacionado à produção cinematográfica). A tarefa deles era mostrar aspectos interessantes da vida em sua classe.

Discuta as impressões dos alunos após assistir ao vídeo. Oriente-os com perguntas de apoio:

- De que maneiras os alunos do vídeo são parecidos com você e o que os torna diferentes? Você é parecido com eles?
- Você já teve experiências semelhantes?
- Você acha que a menina e o menino que estão juntos no balanço continuarão amigos?
- Como você acha que a história continua? (Se houver um próximo episódio do vídeo, o que acontecerá nele?).

Etapa 5 (20 min.)

Roteiro para um vídeo "Nossa Classe Diferente" - trabalho em grupo

Divida os alunos em pequenos grupos (equipes) de 4 a 5 alunos.

Deixe-os pensar sobre a tarefa:

Imagine que uma competição para vídeos de alunos é anunciada. O tópico é "Nossa Classe Diferente". E você decidiu participar. Discuta os seguintes aspectos da sua produção de vídeo:

- O que você quer dizer aos outros sobre sua classe? Pense sobre seus relacionamentos; o que você valoriza e respeita nos outros.
- Qual será o conteúdo do seu vídeo?

Permita que os alunos usem diferentes meios para expressar suas ideias para os cenários: eles podem:

- escrever o roteiro como texto;
- fazer um desenho coletivo ou uma série de desenhos (semelhantes a fotos de um filme);
- usar blocos de construção Lego;
- faça uma colagem com recortes de revistas antigas;
- ou qualquer outra coisa que você considere apropriada de acordo com as habilidades dos alunos.

Etapa 6 (10 min.): **Apresentações e conclusões**

Os alunos apresentam os produtos finais do trabalho em grupo da etapa 5. O professor resume as características da turma que a tornam a turma mais notável do mundo.

Feedback

Os alunos ficam em pé em um círculo. O professor formula declarações curtas, e os alunos expressam de forma não verbal se concordam com elas: eles levantam as mãos para "concordo", agacham-se quando discordam ou não mudam a postura se não conseguem decidir se concordam ou discordam.

Declarações de exemplo:

- Teria sido melhor se todas as pessoas fossem iguais.
- É bom que todos nós sejamos diferentes em nossa classe;
- É bom que nossos professores também sejam diferentes;
- Estou feliz porque em muitos aspectos sou parecido com meus colegas de classe;
- Estou feliz por ser diferente dos meus colegas;
- Fico feliz por ter amigos que são tão diferentes.

Adaptações	No trabalho em grupo da etapa 5, é apropriado adaptar a tarefa em dificuldade considerando as habilidades dos alunos. A critério do professor, em alguns grupos, a tarefa pode ser feita por escrito, em outros, por desenho ou expressão de ideias usando elementos de um construtor de Lego, ou imagens pré-cortadas de revistas antigas, etc. Se os alunos estiverem com dificuldades para gerar uma ideia para um filme, dê um exemplo, oriente-os a relembrar um incidente interessante de sua vida escolar diária, por exemplo, algo que causou risos; uma história de algo que aconteceu quando eles estavam em uma viagem pela natureza, acampamento ou alguma outra atividade conjunta. Desafie-os a pensar sobre como essa história seria em um filme – quem são os personagens, onde a ação acontece, o que eles querem mostrar com seu filme. A tarefa será mais fácil se eles primeiro desenharem um episódio de um filme. Outra opção para este exercício é o professor liderar uma breve discussão em resposta à pergunta: Se você tivesse que descrever sua classe para um amigo de outra cidade, o que você diria a ele? A atividade também pode se concentrar apenas na sala de aula dos sonhos: alunos compartilhando o que eles querem ter em sua sala de aula todos os dias.
Competências do Professor	1. *Comunicação* - Habilidades de escuta – apoiar os alunos a refletir e expressar diferentes pontos de vista por meio da escuta ativa e cuidadosa; - Habilidades interpessoais – usar atividades de projeto para unir a turma e aprofundar o reconhecimento mútuo entre os alunos. 2. *Criatividade* Aplicar técnicas para dividir os alunos em duplas e grupos para despertar seu interesse e manter a atenção nas atividades de aprendizagem. 3. *Novidade* Usando filmes e elementos da produção cinematográfica para desenvolver o tópico. Encorajando os alunos a criar ideias e expressá-las por meio da arte (cinema).
Recursos Digitais	Toque de filme https://youtu.be/Ab3TNQc-DI4 O recurso faz parte do programa internacional "Cinema, cem anos de juventude" com a coordenadora para a Bulgária Ralitsa Asenova e a mentora Maria Dancheva (Associação "Arte Urbana Collective".

19



Tópicos de Sensibilização Cívica / C.E3 Diversidade do corpo

Desenvolvido por	IPSantarem - Ana Da Silva, Ana Torres, Maurício Dias
Duração	70
Exercícios de Energia	 4 - Corrente humana Todos se colocam de pé num círculo. Fecham os olhos e começam a deslocar-se para o meio do círculo, com as mãos no ar. Quem tocar com as mãos, segura e não larga, fazendo assim um nó. Depois, o facilitador pede aos alunos que abram os olhos e tentem desembaraçar-se (fazer um círculo) sem largar as mãos.
Exercicios de Relax	 13 - Massagem corporal Os alunos ficam em círculo: eles precisam seguir todos os movimentos que o professor faz e se massagear. O professor começa a massagear diferentes partes do corpo dele/dela, começando da cabeça até os pés (é melhor se eles tirarem os sapatos). O professor explica como a massagem precisa ser feita, se delicada ou mais energética. *Opcional:* O professor também pode pedir que os alunos massageiem outro colega.
Objectivos	• Observe diferentes tipos de corpos e analise a diversidade em revistas; • Identificar preconceitos sobre a imagem corporal humana; • Discuta a pressão da sociedade sobre os padrões de beleza.
Preparação	**Leitura extra** National Geographic. A ideia de beleza está sempre mudando. Hoje, ela é mais inclusiva do que nunca. A ideia de beleza está sempre mudando. Hoje, é mais inclusiva do que nunca. (nationalgeographic.com) **Materiais** • revistas que mostram fotos de "gente comum", celebridades, modelos, pessoas do meio cultural (trazidas pelo educador e pelas crianças) • Tesoura • Cola • Marcadores.

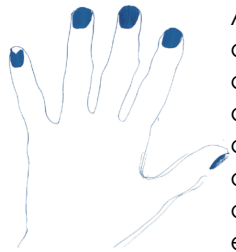
Work Flow	Etapa 1 - Introdução: Ao longo dos anos, a pressão social expandiu as definições de beleza para incluir diversas etnias, tipos de corpo, idades, impulsionadas por movimentos sociais. Essa mudança marca um movimento em direção à inclusão e aceitação, refletindo mudanças culturais mais amplas nas percepções de beleza. As mídias sociais amplificaram os apelos por representação, empurrando a indústria da moda em direção a uma maior diversidade e responsabilidade, mas é essa a experiência que as crianças têm ao seu redor? (5 minutos) Passo 2: Peça para as crianças coletarem e trazerem previamente revistas que mostrem fotos de "pessoas comuns", celebridades, modelos, pessoas do meio cultural, etc., e, em pequenos grupos, convide-as a olhar para a diversidade corporal, e fazer um cartaz com tantos tipos de corpos diferentes quanto puderem encontrar. (15 minutos) Etapa 3: Os grupos expõem seus cartazes no chão para que todos tenham a chance de ver todos os cartazes. (5 minutos) Etapa 4: Peça que trabalhem novamente em pequenos grupos e distribua uma das seguintes perguntas para cada grupo refletir, convidando-os a fazer outro pôster onde mostrem suas conclusões para uma apresentação oral ao grande grupo: • Você encontra alguns formatos de corpo com mais frequência do que outros? • Existem mais imagens de um gênero específico? • Você acha que as fotos são manipuladas para fazer os corpos parecerem mais atraentes?... (10 minutos) Etapa 5: Apresentações orais de um minuto dos pôsteres e debate sobre o valor da diversidade (10 minutos).
Feedback	Distribua uma folha A4 para cada grupo. Peça para os grupos dividirem a folha em três (como desejarem). Então, em uma parte, eles escrevem ou desenham o melhor da atividade; em outra parte, o pior; na terceira parte, sugestões para melhorar o que eles avaliaram como o pior. (10 minutos)
Adaptações	É possível, numa sessão posterior, utilizar os cartazes para elaborar uma campanha sobre o tema
Competências do Professor	• *Comunicação* : explicar claramente a atividade, orientar discussões sobre diversidade corporal e facilitar apresentações em grupo. • *Escuta e adaptabilidade* : ouvir as reflexões dos alunos e adaptar a discussão com base em seus insights e respostas. • *Pensamento crítico:* incentivar os alunos a analisar criticamente a diversidade corporal, as pressões sociais e os padrões de beleza. • *Criatividade e paixão:* inspirar os alunos a criar cartazes que reflitam diversos tipos de corpo e promovam discussões inclusivas. • Entusiasmo: Manter os alunos envolvidos e motivados durante toda a atividade e discussões. • *Flexibilidade* : Adaptação à dinâmica do trabalho em grupo e das discussões, e ajuste da atividade com base nas necessidades dos alunos.
Recursos Digitais	

20



Tópicos de Sensibilização Cívica / C.E4 Diversidade religiosa

Desenvolvido por	IPSantarem
Duração	80
Exercícios de Energia	 47 - O líder da orquestra As crianças formam uma fila. Quando a música começa a tocar, o "líder" da fila começa a andar, fazendo sons/ritmos que são imitados por toda a fila. Quando a música para, o a criança da frente vai para o final da fila e a próxima criança assume. O grupo pode ser dividido em 2 filas. (5 minutos)
Exercicios de Relax	 46 - Segue a minha mão (Hipnose) Em duplas, uma criança (a hipnotizada) segue a mão da outra criança (o hipnotizador) pela sala (com música lenta e calma). Então eles trocam de papéis. (5 minutos)
Objectivos	• Descubra crenças e práticas de diferentes religiões. • Explorar diferentes identidades religiosas; • Representar celebrações religiosas em histórias em quadrinhos.
Preparação	Informações extras Centro de Assistência Educacional Ocidental - https://msudenver.yuja.com/V/Video?v=3482166&node=11586119&a=376076832&autoplay=1 Materiais e equipamentos • Calendário de festivais e celebrações mundiais: https://cornerstones--live.s3.eu-west-2.amazonaws.com/uploads/2020/11/06130045/World-festivals-and-celebrations-calendar.pdf • Papel e material de desenho; • Material musical e equipamento sonoro para energização e relaxamento.

Work Flow	Etapa 1 - Introdução: Abordar a diversidade religiosa é crucial para promover uma educação mais inclusiva para promover a compreensão e aumentar a coesão social, encorajando o pensamento crítico, a mente aberta e a empatia. É importante que os educadores conheçam as diferentes culturas e religiões de seus alunos. Isso os ajuda a falar sobre diferentes religiões de forma amigável. Os educadores devem aprender sobre de onde seus alunos vêm e no que eles acreditam, observando o que os torna diferentes e o que eles compartilham. Passo 2: Pergunte às crianças o que é religião e escreva uma definição com suas propostas. (10 minutos) Etapa 3: Divida o grupo grande em 6 grupos pequenos, entregue a cada grupo o calendário mundial de festivais e celebrações do budismo, cristianismo, hinduísmo, islamismo, judaísmo e siquismo e sorteie qual grupo receberá qual religião. (5 minutos) Passo 4: Convide-os a fazer uma busca online por informações sobre uma das celebrações religiosas que estão no calendário da religião. É possível pedir que tenham uma criança em cada grupo que faça algumas anotações em uma planilha (10 minutos) Etapa 5: Peça que eles façam uma história em quadrinhos (com no máximo 6 quadrados) sobre a celebração com as informações que encontraram. (20 minutos) Veja a planilha para as histórias em quadrinhos Etapa 6: Exponha as histórias em quadrinhos no chão ou nas mesas. (5 minutos) Etapa 7: Cada grupo deve fazer uma pergunta sobre cada história em quadrinhos e os autores explicam o que tentaram representar. (15 minutos) Etapa 8: Conclusões - Esta atividade introduziu com sucesso os alunos à diversidade religiosa, envolvendo-os no aprendizado sobre várias religiões e suas celebrações. Por meio do trabalho em grupo, eles exploraram tradições culturais, promovendo inclusão e empatia. O uso de histórias em quadrinhos criativas permitiu que os alunos expressassem sua compreensão de uma forma divertida e envolvente, enquanto as discussões em grupo aprimoraram o pensamento crítico e as habilidades de comunicação. Ao refletir sobre as semelhanças e diferenças entre as práticas religiosas, os alunos desenvolveram uma perspectiva mais aberta e inclusiva sobre a diversidade religiosa, o que contribui para a coesão social.
Feedback	 As crianças usam as mãos (uma mão por pequeno grupo) para avaliar a atividade. Na posição "curtir" (polegar), elas dizem o que foi mais positivo; com o dedo indicador, elas dizem o que poderia ser melhorado; com o dedo médio, elas dizem uma palavra sobre a qualidade dos quadrinhos; com o dedo anelar, elas avaliam o comprometimento dos grupos com a atividade; com o dedo mindinho, elas avaliam o energizador. Se elas já dominam o código escrito, elas podem desenhar o contorno de uma mão em uma folha de papel A4 e escrever uma frase/palavra dentro do espaço dos cinco dedos. (5 minutos)
Adaptações	É importante para a qualidade desta atividade em termos de inclusão que os educadores adicionem ao calendário de festivais e celebrações mundiais as celebrações religiosas das religiões das crianças com as quais estão trabalhando. É possível, em uma sessão posterior, discutir a possibilidade de publicação das histórias em quadrinhos no jornal da escola.

Competências do Professor	Comunicação: Explicar claramente os conceitos e orientar discussões sobre diversidade religiosa. Escuta e Adaptabilidade: Estar atento às contribuições dos alunos e adaptar a atividade com base na dinâmica do grupo. Pensamento crítico: incentivar os alunos a pensar criticamente sobre celebrações religiosas e o significado por trás delas. Criatividade e paixão: inspirar os alunos a expressar sua compreensão das celebrações religiosas por meio de histórias em quadrinhos. Paciência: apoiar os alunos enquanto eles conduzem pesquisas, criam suas histórias em quadrinhos e apresentam suas descobertas. Entusiasmo: Manter o envolvimento e o interesse dos alunos durante toda a atividade. Flexibilidade: Adaptação a diferentes dinâmicas de grupo e ritmo com base nas necessidades e no progresso dos alunos.
Recursos Digitais	

Tópicos de Sensibilização ECO

1



Tópicos de Sensibilização ECO / E.A1 Explorar a biodiversidade na natureza: biocubo

Desenvolvido por	IPSantarem - Bento Cavadas e Nelson Mestrinho
	2
Duração	80
Exercícios de Energia	 20 - Chefe do clã Todos ficam em um círculo. Um participante fecha os olhos ou sai da sala. Ele/ela terá que adivinhar quem é o chefe do clã. Um participante se voluntaria para ser o chefe secreto (silenciosamente, para que o "adivinhador" não possa ouvir nada). O chefe começa uma ação como estalar os dedos, dar tapinhas na barriga ou bater nos joelhos, e todos no círculo o imitam. O adivinhador retorna à sala e tenta descobrir quem é o chefe. Enquanto o adivinhador olha ao redor, o chefe muda a ação evitando ser detectado.
Exercicios de Relax	 19 - Bola de massagem Uma bola é dada a cada participante e, seguindo o ritmo de uma música suave, eles colocam a bola entre suas costas e uma parede. Eles dobram os joelhos levemente para relaxar as pernas e posicionar melhor as costas. Então eles movem o corpo de cima para baixo e da direita para a esquerda e vice-versa, movendo a bola ao redor de suas costas. Ao fazer movimentos do corpo, eles notarão alguns pontos mais tensos (e às vezes dolorosos). Quando eles perceberem isso, eles devem parar e ficar quietos mantendo as costas contra a parede, fazendo a pressão desejada e segurando por um tempo. *Variação:* Não use a parede. Os participantes trabalham em duplas e um segura 1 ou 2 bolas nas mãos e faz a massagem no outro e então eles trocam.
Objectivos	No final da lição, os alunos deverão ser capazes de: • Entender o significado de biodiversidade; • Explorar a biodiversidade nos contextos locais; • Descreva a biodiversidade dentro de um biocubo; • Reconhecer ameaças à biodiversidade; • Refletir sobre o impacto da perda de biodiversidade; • Identificar ações individuais e coletivas para proteger a biodiversidade.

Preparação	Preparação • Leitura extra: Biocube – Exploring Biodiversity , do Museu Nacional de História Natural Smithsonian • Materiais: Palitos de espeto (30 cm de comprimento), fita adesiva ou outros materiais para unir os palitos e construir uma estrutura de cubo. • Equipamento: smartphone; microscópio de bolso; termômetro; pá; bandeja; aplicativo Seek by iNaturalist ®. • Arranjo da sala de aula – o espaço da sala de aula deve ser organizado para o trabalho em grupo; é necessário um espaço natural ao ar livre Impressões – Folhas de trabalho 1 e 2 (Uma cópia para cada aluno)

Work Flow

Etapa 1 (10 min.): Introdução

Atividade em pequenos grupos teve como objetivo aumentar a compreensão dos alunos sobre o conceito de biodiversidade.

1. O professor deve perguntar aos alunos: " Qual é o significado da biodiversidade para você?".
2. Depois de ouvir as ideias iniciais dos alunos sobre biodiversidade, assista ao vídeo O que é biodiversidade? (Créditos: Fundação WWF)
3. Organize os alunos em pequenos grupos e peça que reflitam sobre o conceito de biodiversidade. Perguntas sugeridas para estimular a discussão:
    - Que espécies você viu no vídeo?
    - A Terra tem muita biodiversidade?
    - Por que a biodiversidade é importante para a Terra?
    - Por que a biodiversidade é relevante para os alimentos que comemos?
    - Há muita biodiversidade no lugar onde você mora?
4. Após a discussão nos pequenos grupos, cada grupo de alunos deve compartilhar suas ideias sobre um recurso digital, como o Mentimeter®. Neste momento, o professor deve lembrar da pergunta inicial, para engajar a participação dos alunos " Qual é o significado da biodiversidade para você?"

Etapa 2 (20 min.) Criação do biocubo

Atividade em pequenos grupos com um componente de tarefa prática.

1. Os alunos são organizados em pequenos grupos. O professor precisa preparar os materiais com antecedência para que os alunos criem uma estrutura de cubo.
2. Assista ao vídeo " Um mundo em um pé cúbico " (Créditos: Museu Nacional de História Natural do Smithsonian) e pergunte aos alunos se eles entenderam o que é um biocubo e como ele é usado.
3. Cada grupo de alunos deve criar seu próprio biocubo, criando uma estrutura de cubo 3D. As medidas do biocubo são um pé cúbico (aproximadamente com 30 cm de comprimento de aresta), conforme exemplificado no vídeo ou no exemplo apresentado na figura 1.

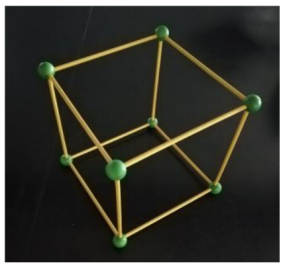


Figura 1. Exemplo de estrutura de cubo (biocubo).

Etapa 3 (40 min.) Observação do biocubo

Atividade em pequenos grupos ao ar livre de observação da biodiversidade dentro do cubo.

1. O professor deve organizar os alunos para a atividade ao ar livre. A atividade ao ar livre deve ocorrer em um ambiente natural dentro da escola ou próximo à escola.
2. Cada grupo deve selecionar um local específico no ambiente natural e instalar o biocubo.
3. Os alunos devem preencher a planilha 1 com os seres vivos e elementos encontrados dentro do Biocubo.

Para identificar os seres vivos, podem ser utilizados guias de identificação, como: Invertebrados – Guia de Identificação .

Eles também podem usar aplicativos, como o Seek by iNaturalist ®.

4. Eles devem observar cuidadosamente a biodiversidade dentro de seu biocubo (Figura 2) e tirar fotos de diferentes espécies com smartphones. Para envolver os alunos nessa tarefa, a seguinte pergunta pode ser feita pelo professor:

"Que biodiversidade é observável dentro do biocubo?"

"Que relações entre organismos e entre organismos e seu ambiente podem ser observadas?"

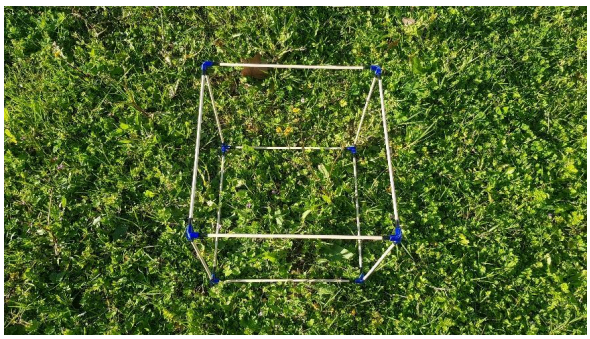


Figura 2. Exemplo de um biocubo, capturado durante a primavera, em Santarém, Portugal. A estrutura do cubo tem arestas medindo 30 cm de comprimento.

Etapa 3 (20 min.) Compartilhe meu biocubo

1. Após registrar as observações feitas dentro do seu biocubo na planilha, cada grupo compartilha seus dados em um Padlet®, organizando as informações de acordo com as categorias estabelecidas na planilha (seres vivos, partes de seres vivos, seres não vivos).

Etapa 4 (10 min.) Conclusões

1. Os grupos de classe devem refletir sobre o problema da perda de biodiversidade, ameaças à biodiversidade e a importância de contribuir para sua preservação e conservação. O professor deve enquadrar essa reflexão no Objetivo de Desenvolvimento Sustentável 15 .

2. Após esse momento de reflexão, cada grupo deve indicar ações que podem e devem ser tomadas para proteger a biodiversidade, utilizando a planilha 2.

Feedback	Peça aos alunos que dêem feedback sobre os seguintes elementos: • Você achou as planilhas e os materiais suficientes para fazer a atividade? • O que você achou sobre quanto tempo a atividade levou? Deveria ser mais longo ou mais curto? • A linguagem era fácil de entender ou difícil? • O que você aprendeu com essa atividade?
Adaptações	• Uma abordagem de aprendizagem baseada em projeto pode ser integrada a esta atividade. Os alunos podem posicionar o biocubo no mesmo local durante um ano, abrangendo diferentes estações, e analisar as mudanças na biodiversidade dentro do biocubo. • Além disso, cada grupo deve analisar e identificar exemplos de relações entre organismos e entre organismos e seu ambiente (por exemplo, os cogumelos que eles podem encontrar contribuem para a decomposição da matéria orgânica, contribuindo para a formação do solo).

Competências do Professor	• **Comunicação** : Explique claramente os conceitos de biodiversidade e oriente as discussões de forma eficaz. • **Escuta e adaptabilidade** : ouça as ideias dos alunos e adapte a lição às suas necessidades e níveis de envolvimento. • **Pensamento crítico** : incentive os alunos a pensar criticamente sobre a biodiversidade e a conservação ambiental. • **Criatividade e paixão** : inspire os alunos a se envolverem criativamente no projeto do biocubo e promova o entusiasmo por questões ambientais. • **Habilidades técnicas** : Apoiar os alunos no uso de aplicativos e ferramentas digitais para identificação de espécies e compartilhamento de dados.
Recursos Digitais	Roda Decide ® Sons relaxantes para dormir | Nosso planeta verde | BBC Earth. O Seek by iNaturalist ® ou outro aplicativo similar pode ser usado para identificar a biodiversidade. Invertebrados – Guia de Identificação . Flaticon ® para ícones. Mentímetro ® Padlet® Vídeo O que é biodiversidade?

2



Tópicos de Sensibilização ECO / E.A2 Ameaças à biodiversidade: Proteger as abelhas!

Desenvolvido por	Instituto Politecnico de Santarem
	2
Duração	80
Exercícios de Energia	 24 - Preciso de mais espaço! Divida os alunos em grupos de 5 (ou 6). Em cada grupo, atribua números consecutivos aos seus membros. Peça aos grupos para fazerem círculos e escolherem aleatoriamente um número – todos os alunos que foram designados para esse número devem entrar no círculo e se agachar. Os outros membros do grupo são agrupados firmemente ao redor do aluno agachado. Ele/ela tenta se levantar e fazer com que os outros o deixem ter mais espaço ao seu redor, mas eles ficam muito próximos e não permitem que ele/ela tenha mais espaço e se mova livremente.
Exercicios de Relax	 22 - Canção relaxante Utilização de música de mímica acompanhada de acompanhamento musical, cantada/gravada pelos próprios alunos. (cf. vídeo em . https://youtu.be/9TEdEKKkUWw)
Objectivos	No final da aula, os alunos deverão ser capazes de: • Identifique fatos importantes sobre as abelhas. • Entenda o papel das abelhas na natureza. • Reflita sobre o impacto da perda de abelhas na biodiversidade. • Reconhecer ações individuais e coletivas para proteger as abelhas.
Preparação	Preparação • Leitura extra: Os 10 principais fatos sobre as abelhas , do WWF • Materiais: Tabuleiro de jogo de abelhas (90*90, cada lado do quadrado tem 15 cm), cartas para o tabuleiro (flores, sol, cartas hexagonais), cartas de dança wangle • Equipamento: Bee-Bot® ou similar • Organização da sala de aula : o espaço da sala de aula deve ser organizado para o trabalho em grupo, e um espaço natural ao ar livre é necessário para a atividade. Impressões : Folhas de trabalho 1 e 2

Work Flow

Etapa 1 (10 min.): Suas ideias sobre abelhas

Atividade em pequenos grupos com o objetivo de despertar nos alunos a noção de importância sobre as abelhas.

1. O professor deve perguntar aos alunos: " O que vocês sabem sobre abelhas?".
2. Em seguida, os alunos devem escrever suas ideias na Planilha 1 em trabalho em grupo (duplas de alunos).
3. O professor deve perguntar aos alunos sobre suas ideias e discuti-las (com toda a turma).

Etapa 2 (30 min.): Fatos sobre as abelhas

Atividade em pequenos grupos com o objetivo de promover a compreensão dos alunos sobre fatos relacionados às abelhas.

1. Os alunos devem ler a informação " 10 fatos sobre as abelhas!" (Créditos: National Geographic Kids) e pedir que resolvam os exercícios da Ficha de Trabalho 2, em trabalho de grupo (Duplas de alunos).
2. Depois que os alunos terminarem o exercício, o professor deve liderar um momento de revisão para corrigir cada frase.

   Soluções:

A. E

B. F

C. E

D. E

E. F

F. E

G. E

H. F

I. E

J. F

K. E

L. E

3. Se houver tempo, os alunos podem jogar o jogo "The way of the waggle dance" (Créditos: Arizona State University).

Etapa 3 (30 min.): Jogo de encontrar flores

Atividade em grupo que teve como objetivo promover a compreensão dos alunos sobre a comunicação das abelhas para encontrar a localização das flores.

Dança do balanço

As abelhas usam essa dança especial dentro da colmeia para indicar umas às outras onde encontrar as melhores flores. A direção e o comprimento da dança transmitem informações precisas sobre a localização das flores no campo. O ângulo da dança em relação à direção de referência dentro da colmeia indica a direção das flores em relação ao sol.

1. Os alunos devem observar a abelha dançante Waggle! (Créditos: Flow Hive!)
2. A dança observada no vídeo pode ser representada como o esquema da Figura 3. O professor mostra esse esquema aos alunos, entregando-lhes a Planilha 3.

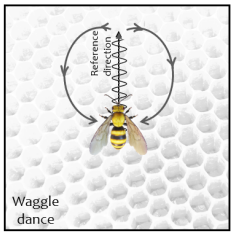


Fig. 3. Esquema de dança do balanço dentro da colmeia (Créditos: Autores).

3. O professor pede que os alunos resolvam o exercício 2 da Planilha 3.

Solução:

A. (iii)

B. (4)

C. (ii)

D. (eu)

4. Os alunos jogam o jogo Encontrando Flores.

- O professor apresenta o tabuleiro do jogo aos alunos com a carta do sol, a carta da colmeia e as cartas das flores que cada grupo encontra no momento Energizer. O tabuleiro do jogo deve ser organizado conforme exemplificado na figura 4.

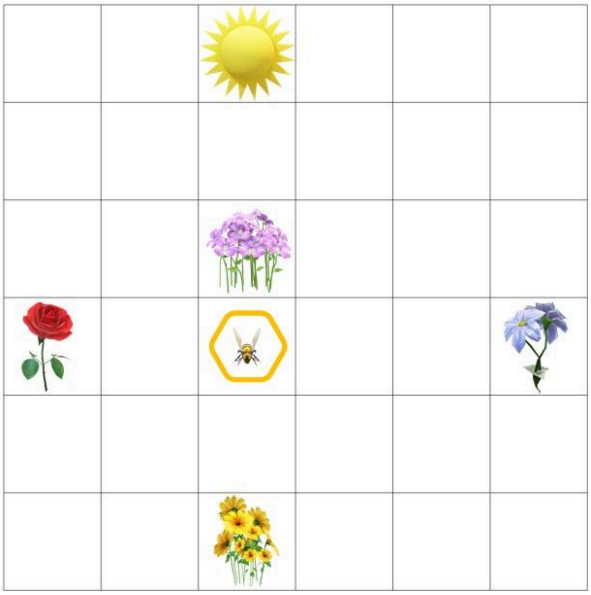


Fig. 4. Organização dos elementos do tabuleiro (Créditos: Autores).

- Cada grupo faz uma rodada.
- Em cada rodada, o professor coloca o Bee-Bot® (ou robô similar) na casa-colmeia do tabuleiro.
- Cada grupo, em sua rodada, pega uma carta de dança do balanço (Fig. 4).

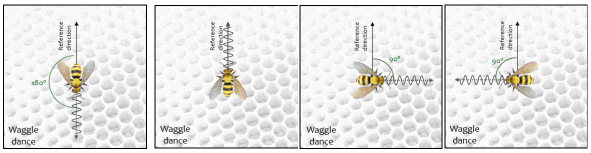


Fig. 5. Cartões de dança do balanço (Créditos: Autores).

- Os elementos do grupo devem identificar no tabuleiro a flor cuja posição corresponde à dança do balançar apresentada na carta.
- Os alunos devem codificar o Bee-Bot® para ir da colmeia até a flor correta.

	• Se jogarem corretamente, o grupo ganha a carta da flor. • Depois outro grupo joga sua rodada. Etapa 4 (10 min.): Reflexão sobre o impacto do desaparecimento das abelhas na natureza Atividade em pequenos grupos com o objetivo de promover a reflexão dos alunos sobre o impacto do desaparecimento das abelhas na natureza. 1. Os alunos devem assistir ao vídeo " E se todas as abelhas desaparecerem!" (Créditos: Peekaboo Kidz) (Toda a turma). 2. O professor deve incentivar uma discussão sobre o impacto do desaparecimento das abelhas na natureza e quais ações podem ser tomadas para preveni-lo. Sugestão de perguntas: • O que acontecerá com os empregos se as abelhas desaparecerem? • O que acontecerá com a cadeia alimentar se as abelhas desaparecerem? • O que acontecerá com as plantas se as abelhas desaparecerem? • O que podemos fazer para proteger as abelhas? 80 minutos
Feedback	Peça aos alunos que dêem feedback sobre os seguintes elementos: • Você achou as planilhas e os materiais suficientes para fazer a atividade? • O que você achou sobre quanto tempo a atividade levou? Deveria ser mais longo ou mais curto? • A linguagem era fácil de entender ou difícil? • O que você aprendeu com essa atividade?
Adaptações	Outros vídeos podem ser usados sobre os mesmos temas, se estiverem disponíveis no idioma nativo dos alunos.
Competências do Professor	• **Comunicação** : Explicar claramente as instruções do jogo, as atividades e os principais conceitos sobre abelhas e biodiversidade. • **Criatividade e Paixão** : Envolver os alunos com tarefas criativas, como o jogo "Encontrando Flores", tornando o processo de aprendizagem divertido e envolvente. • **Pensamento crítico** : incentivar os alunos a refletir sobre a importância das abelhas, seu papel no ecossistema e as consequências de sua perda. • **Paciência** : orientar os alunos nas etapas do jogo e nas atividades de reflexão, dando tempo para descoberta e compreensão. • **Habilidades técnicas** : Usar ferramentas como Bee-Bot® e recursos digitais, bem como gerenciar materiais como planilhas e vídeos para facilitar o processo de aprendizagem. • **Adaptabilidade** : Ajustar a atividade com base no feedback dos alunos, garantindo o engajamento e gerenciando a dinâmica do grupo durante o jogo e o tempo de reflexão.
Recursos Digitais	Abelha dançante balançando! (Créditos: Flow Hive!) 10 fatos sobre as abelhas! (Créditos: National Geographic kids) E se todas as abelhas desaparecessem? (Créditos: Peekaboo Kidz) O caminho da dança do balanço" (Créditos: Arizona State University)

3



Tópicos de Sensibilização ECO / E.A3 Os caracóis e o impacto humano

Desenvolvido por	Instituto Politecnico de Santarem
	2
Duração	80
Exercícios de Energia	 29 - Ginásio do cérebro 1. Peça aos alunos que esfreguem a barriga com a mão esquerda no sentido horário e, ao mesmo tempo, esfreguem o topo da cabeça com a mão direita no sentido anti-horário. 2. Depois de alguns segundos, peça para eles continuarem e começarem a bater o pé direito. 3. Peça aos alunos que fechem os olhos e imaginem que estão comendo sorvete. 4. Peça para eles imaginarem que veem um macaco andando de bicicleta. 5. Por fim, peça para que eles digam "Salve nosso planeta!"
Exercicios de Relax	 27 - Respiração com narinas alternadas Instruções para os alunos: • Sente-se em uma posição confortável com as pernas cruzadas. • Coloque a mão esquerda no joelho esquerdo. • Levante a mão direita em direção ao nariz. • Expire completamente e então use o polegar direito para fechar a narina direita. • Inspire pela narina esquerda e depois feche-a com os dedos. • Abra a narina direita e expire por este lado. • Inspire pela narina direita e depois feche-a. • Abra a narina esquerda e expire pelo lado esquerdo. • Este é um ciclo. • Continue por até 5 minutos. • Sempre conclua a prática terminando com uma expiração no lado esquerdo. A atividade ajuda você a aquietar e acalmar sua mente.
Objectivos	No final da lição, os alunos deverão ser capazes de: • Caracterizar a anatomia e os hábitos do caracol; • Entenda o impacto humano sobre os caracóis; • Identificar ações individuais e coletivas para proteger os caracóis.

Preparação	Preparação • Leitura extra: Informações factuais sobre caracóis da Universidade Estadual de Montana • Materiais: Terrário para caracóis; lupas de mão; pulverizadores; pratos de plástico transparentes • Equipamento: Smartphone; • Arranjo da sala de aula – o espaço da sala de aula deve ser organizado para o trabalho em grupo; um espaço natural ao ar livre é necessário para coletar os caracóis. Impressões - Folhas de exercícios
Work Flow	Etapa 1 (5 min.): Introdução Em pequenos grupos de trabalho, os alunos realizarão uma investigação para responder às seguintes questões: • Quais são as características dos caracóis? • Quais fatores influenciam os caracóis? 1. Para acessar suas concepções iniciais, o professor deve perguntar aos alunos: " O que você sabe sobre caracóis?" Etapa 2 (20 min.): Tudo sobre caracóis! 1. Os alunos devem preencher a ficha 1 - com as características dos caracóis e seu comportamento, de acordo com as informações encontradas na pesquisa realizada. Etapa 3 (30 min.) Investigue os caracóis! 1. Os alunos serão convidados a realizar experimentos científicos para verificar as características identificadas e aprofundar seus conhecimentos sobre os caracóis. Observação : para esta atividade prática, o professor deve: a) colocar caracóis em um terrário na sala de aula; ou b) levar os alunos a um ambiente externo para coletar os caracóis. 2. Cada grupo de alunos deve trabalhar de forma colaborativa e realizar os passos indicados na planilha 2 para resolver as tarefas. O professor deve dar a cada grupo os materiais de que eles precisam para realizar os experimentos científicos da Parte I e da Parte II. 3. Após os experimentos científicos, o professor deve organizar um momento de discussão onde todos os grupos possam comparar e compartilhar suas descobertas. Etapa 4 (15 min.) Impactos humanos e extinção de caracóis de água doce 1. Assista ao vídeo Impactos humanos e extinção de caracóis de água doce (de 6 min 45 seg a 9 min 50 seg e de 26 min 5 seg a 20 min), como uma atividade para toda a turma, e discuta com os alunos como os humanos podem prejudicar esse tipo de caracol e relacionar isso com a perda de biodiversidade. 2. Pergunte aos alunos sobre possíveis medidas individuais ou coletivas para reduzir ou prevenir o impacto humano sobre os caracóis.
Feedback	Peça aos alunos que dêem feedback sobre os seguintes elementos: • Você achou as planilhas e os materiais suficientes para fazer a atividade? • O que você achou sobre quanto tempo a atividade levou? Deveria ser mais longo ou mais curto? • A linguagem era fácil de entender ou difícil? • O que você aprendeu com essa atividade?

Etapa 1 - Com crianças de 7 anos, a discussão pode ser sobre observação ao vivo de caracóis. Os alunos podem receber uma tarefa um mês antes da aula para ficarem atentos e procurarem caracóis quando estiverem ao ar livre; e tirar fotos e lembrar do que veem. Na aula, todos compartilham suas observações.

Etapa 4 - Para alunos de 6 ou 7 anos, o professor pode escrever no quadro várias ações com as quais os humanos podem prejudicar os caracóis (ações descritas na conversa em vídeo) e adicionar várias que não são mencionadas (e possivelmente não têm nada a ver com prejudicar os caracóis, por exemplo, pessoas assistindo muita televisão). A tarefa para os alunos pode ser verificar quais ações são mencionadas no vídeo.

Uma atividade interdisciplinar que integra a disciplina de Artes poderia ser proposta. Os alunos poderiam liberar sua criatividade ilustrando as conchas de caracóis. Eles podem explorar várias técnicas artísticas, como desenho, pintura ou até mesmo escultura para descrever os detalhes intrincados e os diversos padrões encontrados nas conchas de caracóis. Esta atividade não apenas promove a expressão artística, mas também aprofunda a compreensão dos alunos sobre biologia e o mundo natural.

Criação de um terrário para caracóis

Para criar um terrário para caracóis (veja Figura 1), siga estes passos:

• Como terrário, você pode usar um aquário com tampa, uma caixa plástica transparente ou uma jarra de água de 5 litros.

• Fora da escola, use uma pá pequena para coletar um pouco de solo, pedras e folhas mortas. Forre o fundo do terrário com esse material.

• Com o pulverizador, borrife água no material.

• Em seguida, colete os caracóis e coloque-os dentro do terrário. Lembre-se de que os caracóis devem ser respeitados como qualquer outro ser vivo. Manuseie os caracóis com cuidado e não os machuque.

Adaptações



Figura 1. Exemplo de um terrário para caracóis.

Atividades de pesquisa adicionais sobre caracóis

Considere organizar experimentos adicionais para explorar as seguintes questões de pesquisa:

- Os caracóis preferem um habitat úmido ou seco?
- Os caracóis preferem um habitat com muita ou pouca luz?

Divulgação

1. Considere organizar uma apresentação para a comunidade para mostrar o trabalho realizado. Os alunos têm a opção de criar uma exposição física ou digital apresentando seu trabalho, que eles podem então apresentar tanto para a comunidade escolar quanto para a comunidade em geral.

Competências do Professor	• **Conhecimento do assunto** : Uma sólida compreensão da biologia dos caracóis, do impacto humano na biodiversidade e da ciência ambiental para orientar discussões e atividades. • **Facilitação** : Liderar efetivamente discussões em grupo, incentivar a participação dos alunos e orientar o aprendizado baseado em investigação por meio de experimentos e observações. • **Gestão de sala de aula** : organizar os alunos em pares ou grupos, gerenciar as transições entre as atividades e garantir um fluxo tranquilo entre as tarefas internas e externas. • **Adaptabilidade** : Ajustar instruções e suporte com base na compreensão do aluno, especialmente ao conduzir experimentos práticos ou abordar diferentes faixas etárias. • **Uso da tecnologia** : incorporação de recursos multimídia (vídeos, planilhas) e ferramentas (smartphones para pesquisa) para aprimorar a experiência de aprendizagem.
Recursos Digitais	Tudo sobre caracóis terrestres - Bem-vindo à vida selvagem Explorando Invertebrados – Como as velas se movem? Informações factuais sobre caracóis Impactos humanos e extinção de caracóis de água doce Reprodução de caracóis Coisas que você precisa saber sobre caracóis de jardim! Ícones gratuitos de caracóis recuperados do FLATICON®: Caracol - Ícones de animais grátis (flaticon.com)

4



Tópicos de Sensibilização ECO / E.A4 Os meus primeiros conceitos de evolução

Desenvolvido por	Instituto Politecnico de Santarem
	2
Duração	80
Exercícios de Energia	20 - Chefe do clã  Todos ficam em um círculo. Um participante fecha os olhos ou sai da sala. Ele/ela terá que adivinhar quem é o chefe do clã. Um participante se voluntaria para ser o chefe secreto (silenciosamente, para que o "adivinhador" não possa ouvir nada). O chefe começa uma ação como estalar os dedos, dar tapinhas na barriga ou bater nos joelhos, e todos no círculo o imitam. O adivinhador retorna à sala e tenta descobrir quem é o chefe. Enquanto o adivinhador olha ao redor, o chefe muda a ação evitando ser detectado.
Exercicios de Relax	14 - Dá-me a tua energia  Os alunos ficam em círculo. O professor inicia a atividade fingindo que está segurando uma bola nas mãos e a passa para o aluno à sua direita; o aluno faz o mesmo, passando para o vizinho, etc. O jogo continua até que a bola volte para o professor. A bola precisa ser passada de forma gentil, pois é muito preciosa. Na segunda rodada, o professor passa a bola para os alunos da esquerda, fazendo um gesto e um som. Espera-se que os alunos façam o mesmo até que todos tenham tocado na bola pelo menos uma vez. A bola pode ser passada de diferentes maneiras (com um chute, um beijo, um golpe, etc.), fingindo que ela fica maior ou menor dependendo da vontade dos alunos.
Objectivos	No final da lição, os alunos deverão ser capazes de: • Identificar a biodiversidade dentro da mesma espécie; • Entender as ações da seleção natural; • Entenda o impacto humano sobre os caracóis; • Identificar ações individuais e coletivas para proteger os caracóis.
Preparação	Preparação • Leitura extra: Informações factuais sobre caracóis da Universidade Estadual de Montana. • Arranjo da sala de aula – o espaço da sala de aula deve ser organizado para o trabalho em grupo Impressões - Folhas de exercícios

Work Flow	Etapa 1 (10 min.): A biodiversidade do caracol Cepaea. Em pequenos grupos de trabalho, os alunos realizarão uma investigação para responder à seguinte questão: • Quais são as características das conchas dos caracóis Cepaea nemoralis? 2. Os alunos devem preencher a planilha 1 - com as características das conchas dos caracóis. Etapa 2 (20 min.): Ação da seleção natural. Em pequenos grupos de trabalho, os alunos realizarão uma investigação para responder à seguinte questão: • O que acontece com o caracol Cepaea nemoralis quando um predador age? 2. Os alunos devem preencher a planilha 2 - sobre a ação da seleção natural. 3. O professor deve promover uma discussão para que os alunos reflitam sobre suas conclusões sobre o porquê de alguns tipos de caracóis prevalecerem sobre outros à luz da seleção natural. Durante essa discussão, o professor deve explorar as seguintes ideias de seleção natural: • Variedade : Em um grupo de animais ou plantas, sempre há algumas diferenças. Por exemplo, alguns caracóis têm conchas marrons e outros têm conchas amarelas. • Sobrevivência : Essas diferenças podem ajudar alguns a sobreviver melhor. Caracóis com conchas marrons são mais bem camuflados em um ambiente com solo marrom do que caracóis com conchas amarelas, que são mais visíveis para predadores, como rastejantes. • Reprodução : Os animais e plantas que sobrevivem melhor têm mais descendentes. Caracóis com conchas marrons terão mais descendentes do que caracóis com conchas amarelas. • Mudança ao longo do tempo : Com o tempo, mais e mais caracóis com conchas marrons estarão nos ambientes porque essa característica os ajuda a sobreviver e ter mais descendentes. Etapa 3 (20 min.): Ação da ação humana sobre os caracóis. Um grande impacto sobre os caracóis é a poluição do solo e da água. Em pequenos grupos de trabalho, os alunos devem refletir e responder à seguinte questão: • O que acontecerá se todos os caracóis de um ecossistema desaparecerem devido à ação humana? • Que ações os humanos podem realizar para proteger os caracóis? 50 milhas
Feedback	Peça aos alunos que dêem feedback sobre os seguintes elementos: • Você achou as planilhas e os materiais suficientes para fazer a atividade? • O que você achou sobre quanto tempo a atividade levou? Deveria ser mais longo ou mais curto? • A linguagem era fácil de entender ou difícil? • O que você aprendeu com essa atividade?
Adaptações	

Competências do Professor	• **Conhecimento do assunto** : Compreender a biodiversidade, a seleção natural e o impacto humano nos ecossistemas para facilitar discussões precisas sobre a evolução e a biologia dos caracóis. • **Facilitação** : Liderar atividades interativas e baseadas em investigação, orientando os alunos através do processo de comparação de mudanças e reflexão sobre os conceitos de evolução e biodiversidade. • **Engajamento criativo** : usar materiais práticos, como blocos de construção e plasticina, para tornar conceitos abstratos como evolução e biodiversidade mais tangíveis e envolventes para os alunos. • **Proficiência tecnológica** : Utilização de ferramentas digitais, como tirar fotos, baixar e comparar imagens para demonstrar as mudanças na construção e na biodiversidade. • **Incentivo ao pensamento crítico** : promover discussões que exijam que os alunos pensem profundamente sobre os efeitos da seleção natural, as relações predador-presa e o impacto humano em espécies como os caracóis.
Recursos Digitais	

eco-civic awareness project

5 Tópicos de Sensibilização ECO / E.A5 Proteção da vida selvagem



Desenvolvido por	Antalya Directorate Of Education
Duração	60
Exercícios de Energia	40 - Corrida de estafetas de palavras Divida os alunos em duas ou mais equipes e faça com que eles fiquem em fila, de frente para a frente da classe. Escolha uma palavra inicial (por exemplo, "maçã"). Ao seu sinal, a primeira pessoa de cada equipe grita uma nova palavra que começa com a última letra da palavra anterior (por exemplo, "elefante"). A corrida continua com cada membro da equipe se revezando para gritar uma nova palavra que segue a sequência. A equipe que ficar presa ou repetir uma palavra é eliminada. A equipe que mantiver a corrente ativa por mais tempo vence!
Exercicios de Relax	37 - Os pulmões do mundo  O professor explica a atividade pedindo aos alunos que imaginem que o mundo tem pulmões, assim como os humanos. Devido à poluição do ar, esses pulmões estavam lutando, mas agora a poluição foi eliminada, e o mundo pode respirar livremente novamente. e este é um momento de alívio, felicidade e satisfação. Os alunos são instruídos a imaginar que são os pulmões do mundo e que o ar está limpo. Eles se levantam e começam a se movimentar livremente expressando como estão se sentindo (por exemplo, respirando fundo, esticando os braços, sorrindo e demonstrando relaxamento).
Objectivos	- Os alunos serão capazes de categorizar os cinco grupos de animais (mamíferos, peixes, aves, répteis e anfíbios). - Os alunos identificarão características de cada uma das cinco categorias de vertebrados. - Os alunos agruparão os animais por categorias. - Os alunos desenvolverão uma consciência do que é necessário para a sobrevivência. - Os alunos tomarão consciência dos diferentes habitats e da importância de protegê-los. - Os alunos entenderão as ameaças à vida selvagem e explorarão maneiras de proteger os habitats dos animais.
Preparação	**Equipamento:** Folhas de exercícios, lápis de cera, papel, catálogo do zoológico (revistas) **Organização da sala de aula:** devem ser formados grupos de no máximo cinco alunos . **Impressões:** Anexo 1 , Anexo 2 , Anexo 3 , Anexo 4

Work Flow

Etapa 1 (5 min): Introdução ao tópico

- Apresente o tópico da proteção da vida selvagem.
- Explique a importância da vida selvagem e a necessidade de proteger seus lares.
- Descreva como os animais precisam de um ambiente seguro e saudável para viver, semelhante aos humanos.
- Discuta como as pessoas podem, intencional ou não, prejudicar os habitats dos animais e a importância de aprender maneiras de proteger a vida selvagem.
- Informe aos alunos que eles aprenderão como proteger a vida selvagem, entenderão os perigos que os animais enfrentam e como podem ajudar.
- Motive os alunos dizendo que eles se tornarão "pequenos protetores da natureza" até o final da aula.

Etapa 2 (2 min): Formação do grupo

- Divida a turma em grupos de cinco alunos.

Etapa 3 (10 min): Atividade com imagens de animais

- Distribua revistas com imagens de animais para cada grupo.
- Peça aos alunos que folheiem as revistas, recortem figuras de animais e as coloquem em uma pilha.
- Oriente cada grupo a classificar sua pilha de imagens em cinco a sete categorias menores (por exemplo, cor, tamanho, forma, extinto ou não, hábitos alimentares, hábitos de vida).

Etapa 4 (10 min): Discussão em grupo

- Reúna a turma e peça para uma pessoa de cada grupo explicar por que eles categorizaram suas imagens daquela maneira.

Etapa 5 (10 min): Discussão em classe

- Facilite uma discussão sobre os diferentes grupos e explique por que é útil categorizar os animais.
- Convide os alunos a trazerem animais de estimação que se enquadrem em várias categorias e discuta sobre eles.

Etapa 6 (5 min): Ideias e planilha do aluno

- Peça a cada aluno para compartilhar suas ideias sobre a proteção da vida selvagem.
- Distribua uma planilha (Anexo 1) para cada grupo e reserve 7 minutos para completar a atividade.

Etapa 8 (8 min): Atividade de habilidades de sobrevivência

- Apresente o conceito de adaptações animais e explique como essas características únicas ajudam os animais a sobreviver.
- Distribua a folha de exercícios (Anexo 2) que destaca as diferenças nos animais que melhoram suas habilidades de sobrevivência.
- Instrua os grupos a completarem a atividade juntos.

Etapa 9 (5 min): Atividade de consolidação

- Reconheça o trabalho dos alunos no primeiro exercício.
- Distribua outra atividade (Anexo 3) para reforçar o conceito de adaptações animais.
- Instrua os alunos a trabalhar na atividade em seus grupos.

Etapa 10 (5 min): Atividade dos ursos polares

- Mude o foco para os ursos polares e suas adaptações únicas ao ambiente.
- Compartilhe uma atividade do Anexo 4 que explore essas adaptações.
- Instrua os alunos a completar a atividade e se preparar para discutir como essas adaptações beneficiam os ursos polares.

Etapa 11 (10 min): Importância dos habitats

1. Apresentação Introdução):

- Instruções para o professor: Explique que um habitat é um lugar onde animais e plantas vivem, fornecendo-lhes os elementos essenciais necessários para sobreviver: comida, água, abrigo e espaço.

- Pontos-chave a serem abordados:

- Tipos de habitats: discuta diferentes habitats, como florestas, oceanos, desertos, pântanos e pastagens.
- Exemplos da vida real: Forneça exemplos da vida real, como o declínio das populações de pandas devido ao desmatamento em florestas de bambu ou a ameaça às tartarugas marinhas causada por praias poluídas e erodidas.
- Discussão interativa:
  - Instruções do professor: Envolva os alunos fazendo perguntas sobre o que eles acham que acontece com os animais quando seus habitats são destruídos. Incentive-os a considerar como perder um lar afetaria suas próprias vidas.
  - Perguntas a serem feitas:
    - "O que acontece com os animais se seu habitat for destruído?"
    - "Por que você acha que é importante proteger esses habitats?"
    - "Você consegue pensar em alguma maneira de ajudar a proteger os lares dos animais?"
- Plano de Ação Estudantil:
  - Instruções do Professor: Após discutir a importância de proteger habitats, mude o foco para o que os alunos podem fazer para ajudar. Dê sugestões e permita que os alunos façam um brainstorming de ideias adicionais.
  - Exemplos de ações estudantis:
    - Redução de resíduos: incentive os alunos a reduzir, reutilizar e reciclar para ajudar a prevenir a poluição em habitats naturais.
    - Apoiando esforços de conservação: fale sobre como apoiar organizações de conservação da vida selvagem pode ajudar a proteger habitats.
    - Ser consciente: Explique como ações simples, como não jogar lixo em parques e respeitar a vida selvagem, contribuem para a proteção do habitat.
- Observações finais:
  - Resuma a importância de proteger habitats como parte essencial da proteção da vida selvagem. Reforce que cada ação, não importa quão pequena, pode ajudar a preservar os lares de animais e plantas, garantindo sua sobrevivência.

Etapa 12 (10 min): Atividade de pôster sobre proteção do habitat

1. Instrua cada grupo a criar um cartaz mostrando maneiras de proteger os habitats dos animais.
2. Exponha os cartazes na sala de aula.

Etapa 13 (5 min): Reflexão e Conclusão

1. Reflita sobre o que foi aprendido durante a lição.

2. Incentive os alunos a pensar sobre como podem ajudar a proteger a vida selvagem em suas vidas diárias.

Feedback	Pergunte aos alunos Qual foi sua parte favorita da lição de hoje? O que você aprendeu de novo sobre proteção da vida selvagem? Houve alguma coisa que você achou difícil de entender?
Adaptações	- Na etapa 12 da lição, os alunos que não quiserem desenhar podem usar as figuras de animais que recortaram de revistas na etapa 2.

Competências do Professor	*Introdução ao tópico* : Envolver os alunos com uma introdução emocionante sobre a proteção da vida selvagem e sua importância. (Etapa 1) *Engajamento* : Capturar o interesse e a atenção dos alunos desde o início da aula. (Etapa 1) *Formação de grupo* : organizar os alunos em pequenos grupos para facilitar a aprendizagem colaborativa. (Etapa 2) *Trabalho em grupo :* Promover o trabalho em equipe e a cooperação entre os alunos durante as atividades. (Etapa 2) *Aprendizagem baseada em atividades* : usando atividades práticas como a classificação de imagens de animais e discussão para reforçar a aprendizagem. (Etapa 3, Etapa 4) *Atividade prática :* envolver os alunos ativamente na classificação e discussão de imagens de animais para aprofundar sua compreensão. (Etapa 3, Etapa 4) *Facilitação de Discussão* : Liderar discussões em classe e em grupo para encorajar a participação e o compartilhamento de ideias. (Etapa 5, Etapa 11). Orientar discussões de forma eficaz para garantir a compreensão e o engajamento entre os alunos.
Recursos Digitais	Anexo 1 Anexo 2 Anexo 3 Anexo 4

eco-civic awareness project

6



Tópicos de Sensibilização ECO / E.A6 Habitats naturais e ecossistemas

Desenvolvido por	FEE
Duração	80
Exercícios de Energia	 49 - Os movimentos Os alunos formam um círculo e o professor fica no meio. O professor mostra todos os movimentos dados e os alunos devem repeti-los e memorizá-los. Movimentos: Voo de borboleta: levante os braços suavemente acima da cabeça e bata-os lentamente para frente e para trás. Salto do gafanhoto: Dobre os joelhos e pule no ar, estendendo os braços para a frente. Rastejar como uma formiga: rasteje no chão de quatro. Voo de abelha: Corra em círculos, batendo os braços como se fossem asas. Depois disso, o professor chama um inseto e todos têm que repeti-los. Se algum aluno errar, ele tem que sentar.
Exercicios de Relax	 47 - Labirinto A parte principal da folha será um labirinto com um ponto de partida (talvez um formigueiro ou uma flor) e um ponto final (talvez uma folha deliciosa ou um casulo aconchegante). O labirinto pode ser simples com caminhos largos para crianças mais novas ou mais complexo com voltas e reviravoltas para crianças mais velhas. Você pode até incorporar obstáculos com tema de insetos, como teias de aranha ou caminhos sinuosos através de flores. Explique brevemente o que é um labirinto e o objetivo de encontrar o caminho do início ao fim. Distribua as planilhas de labirinto e giz de cera/lápis. Incentive os alunos a começar sua jornada no labirinto. Para crianças mais novas, demonstre como traçar o caminho lenta e cuidadosamente, permanecendo dentro das linhas. Explique que não há problema em encontrar becos sem saída. Eles podem simplesmente refazer seus passos e tentar outro caminho. Reconheça e comemore cada aluno que completar o labirinto.
Objectivos	• Explique aos alunos quem são os polinizadores e qual é o papel deles na natureza. • Conscientizar sobre a importância da biodiversidade e como a diminuição do número de polinizadores pode afetar o meio ambiente. • Inspirar os alunos a tomar medidas para proteger os polinizadores e a biodiversidade.

Preparação	Imagens para a apresentação; Um material em vídeo para demonstração do processo de polinização de plantas. Cartaz ou quadro branco; Marcadores ou lápis de cera; Planilhas com diagramas de polinização; Sementes e plantas (opcional); Vasos de flores e terra (correspondente ao número de grupos); Materiais para fazer casas para insetos (veja as instruções fornecidas);

Work Flow

Etapa 1 (5 minutos)

No início da aula, o professor projeta quatro imagens no quadro branco. Enquanto olham para as imagens, os alunos são solicitados a considerar como essas imagens estão conectadas. Os alunos então escrevem suas ideias em uma planilha. Após 3 minutos, 3-4 alunos são escolhidos para compartilhar suas ideias com a classe.






Etapa 2 (5 minutos)

O professor e os alunos assistem a um curta-metragem sobre polinizadores: "Venham para o prado! Episódio 1 "Polinização"
.

Etapa 3 (10 minutos)

Para iniciar uma discussão ponderada e explorar o conteúdo do filme, o professor pede aos alunos que preencham 3 mapas mentais na planilha. Eles também podem incorporar informações de infográficos fornecidos . Os mapas mentais estão se concentrando nestes tópicos:

a. A importância dos insetos na natureza
b. Ameaças às populações de insetos
c. O que pode ser feito para proteger os insetos?

O professor pode usar os materiais para aprofundar a compreensão dos alunos sobre a importância e os perigos dos insetos. (Infográfico sobre polinizadores)

Nesta etapa, faça com que os alunos passem um minuto refletindo individualmente sobre seus mapas mentais antes da discussão em grupo. Isso permite que eles solidifiquem seu entendimento antes de compartilhar.

Etapa 4 (15 minutos)

Os professores projetam materiais em vídeo ou infográficos preparados para demonstrar o processo de polinização. Convide os alunos a completar o esquema sobre o papel dos insetos no processo de polinização de plantas nas planilhas. Os alunos então assistem a um vídeo de um inseto polinizando uma planta e comparam se as respostas na planilha correspondem ao material visualizado.

Etapa 5 (10 minutos)

O professor convida os alunos a se reunirem em círculo. Todos são convidados a participar do jogo “Web of life”. Este jogo simula a interação de diferentes organismos em um ecossistema, incluindo polinizadores. Você pode ler as instruções da atividade nos recursos digitais.

Etapa 6 (5 minutos)

Os alunos são convidados a compartilhar suas ideias sobre o que cada um de nós poderia fazer para proteger os insetos e a diversidade biológica. As ideias dos alunos são escritas no quadro branco.

Etapa 7 (30 minutos)

Na última parte da lição, todos são convidados a criar seu próprio “hotel de insetos”. Você pode ver um hotel de insetos fácil que consiste em latas vazias e maços de juncos. Os alunos podem decorá-los como insetos, como abelhas ou outros.

Essas casas de insetos podem ser facilmente adicionadas ao jardim da escola ou áreas próximas. O professor, junto com os alunos, pode preparar vasos de flores com solo. Os alunos podem plantar sementes de plantas nativas de prados nos vasos.

	Cada vaso pode ter 1-2 casas de insetos inseridas. Cada grupo de alunos cuidará de seu próprio mini-jardim e hotel de insetos.  
Feedback	No final da lição, forneça uma pesquisa curta e anônima com algumas perguntas de múltipla escolha e um prompt aberto opcional. As perguntas podem incluir: a.Quão bem as atividades ajudaram você a entender a importância dos insetos? (Muito bem, Um pouco bem, Não muito bem) b.Qual foi a coisa mais interessante que você aprendeu hoje? c.Há algo que você gostaria de aprender mais?
Adaptações	A1. Ofereça uma variedade de materiais reciclados e naturais para os alunos escolherem para atender às diferentes preferências de insetos. A2. Pré-corte alguns materiais para alunos que possam ter dificuldade em manusear ferramentas. A3. Considere a localização dos hotéis de insetos dentro do terreno da escola. Colocá-los em áreas ensolaradas com alguma proteção contra chuva e vento seria o ideal. A4. Você pode construir uma casa de insetos maior como um projeto de classe. Abaixo você pode encontrar um exemplo que será adequado para diferentes insetos.
Competências do Professor	Conhecimento de conteúdo: Conscientização ambiental: uma compreensão básica de polinizadores, biodiversidade e esforços de conservação. Habilidades específicas para cada atividade: Etapa 1: Análise visual: Capacidade de orientar os alunos na análise de imagens e na identificação de padrões ou relacionamentos. Etapa 2: Alfabetização midiática: habilidade em avaliar o conteúdo e a credibilidade do filme. Etapa 3: Pensamento crítico: Capacidade de incentivar os alunos a pensar criticamente sobre a importância, as ameaças e a conservação dos polinizadores. Etapa 4: Investigação científica: Habilidade de orientar os alunos no processo de observação, análise e comparação de informações de diferentes fontes. Etapa 5: Aprendizagem colaborativa: capacidade de facilitar o trabalho em grupo, promover o trabalho em equipe e garantir que todos os alunos participem. Etapa 6: Pensamento crítico: habilidade de incentivar os alunos a pensar criticamente sobre suas próprias ações e o impacto que elas podem ter no meio ambiente. Etapa 7: Criatividade e habilidades práticas: Capacidade de orientar os alunos no projeto e na construção de hotéis para insetos, bem como no plantio de plantas nativas do campo.
Recursos Digitais	Infográficos sobre a importância dos polinizadores: https://www.europarl.europa.eu/topics/en/article/20191129STO67758/what-s-behind-the-decline-in-bees-and-other-pollinators-infographic Processo de polinização das plantas: https://www.youtube.com/watch?v=Dfvyoir_SCY Instruções do jogo "Web of life": https://www.amnh.org/explore/ology/biodiversity/web-of-life/activity-instructions

eco-civic awareness project

7



Tópicos de Sensibilização ECO / E.A7 O que é a biodiversidade e como afecta a nossa vida?

Desenvolvido por	FEE
Duração	80

Exercícios de Energia



32 - Apresentação de números com manipuladores

Escreva fatos sobre espécies ameaçadas e seus habitats em cartões de índice separados. Inclua uma mistura de fatos positivos e negativos (por exemplo, "O panda gigante come principalmente bambu." ou "A população de ursos polares está ameaçada pelo derretimento do gelo marinho.") Esconda os cartões de índice pela sala de aula ou do lado de fora em uma área designada (dependendo do clima e do espaço).

Divida os alunos em 2 equipes. Explique que eles estão indo em uma caça ao tesouro para aprender sobre espécies ameaçadas e seus habitats. Quando o professor der o sinal, cada equipe trabalhará em conjunto para encontrar um cartão de índice escondido. Defina um limite de tempo para a caça ao tesouro. (cerca de 3-5 minutos)

Quando uma equipe encontra uma carta, eles devem ler o fato e então realizar um movimento que represente o fato (por exemplo, se o fato for sobre um animal voador, eles podem bater os braços como se fossem asas).

Quando todas as equipes retornam, elas apresentam o fato e o movimento.

Exercicios de Relax

eca

29 - Jogo rítmico

Ensine aos alunos poses de ioga simples inspiradas em animais, concentrando-se em alongamentos suaves. Durante este energizador, é possível fazer 4-5 posturas. Cada pose é mantida durante 15-30 segundos, concentrando-se na respiração e na manutenção da postura. (2 minutos)



Objectivos

No final da aula, os alunos irão:

1. obter uma compreensão mais profunda das espécies ameaçadas de extinção, seu papel na biodiversidade, as ameaças que enfrentam e a importância de seus habitats naturais.
2. praticar a pesquisa de tópicos atribuídos e fazer anotações claras para organizar suas descobertas sobre ameaças (incluindo perda de habitat) e fatores positivos para espécies ameaçadas.
3. explore maneiras criativas de representar informações e crie um jogo de tabuleiro envolvente que seja educativo e visualmente atraente.

Preparação	Quadro branco ou projetor Marcadores ou canetas 10 quadrados numerados e recortados por grupo 10 Fichas informativas sobre os animais (uma por espécie) material preparado pdf para impressão Tesoura Lápis de cor Marcador preto Cola Livro branco Tabuleiro de jogo (quadrados grandes recortados) (um para cada grupo) pdf para impressão
Work Flow	Etapa 1 (5 minutos) Comece revisando o conceito de espécies ameaçadas e a importância da biodiversidade. O professor pode usar infográficos que estão anexados a este plano de aula! Depois disso, explique que os alunos trabalharão em grupos para criar um jogo de tabuleiro conscientizando sobre as espécies mais ameaçadas da Europa. Etapa 2 (15 minutos) Para apresentar aos alunos o conceito de jogo de tabuleiro. Convide os alunos a jogar o jogo de tabuleiro "Life of bird" (https://www.lob.lv/wp-content/uploads/2021/06/Ornitologu-spele-A3-atverums-27.05.2021-c-scaled.jpg). Divida os alunos em grupos iguais de 4 a 5 pessoas. Para jogar, cada grupo precisa de uma impressão do jogo, dados rolando e peças do jogo para cada jogador. Etapa 3 (10 minutos) Pesquise as espécies designadas e identifique ameaças e fatores positivos. Apresente a cada grupo um infográfico sobre diferentes animais protegidos. Cada grupo tem que pesquisar suas espécies designadas, identificando 5 fatos sobre fatores que ameaçam sua sobrevivência e 5 fatos sobre fatores que ajudam a sustentar a espécie. Incentive os alunos a fazer anotações e organizar suas descobertas na apostila. Etapa 4 (20 minutos) Forneça a cada grupo lápis de cor, marcadores, tesouras e seu conjunto de 10 folhas numeradas em formato quadrado. Peça a cada grupo para fazer um brainstorming sobre como eles representarão cada um dos 10 fatos que eles reuniram visualmente (desenhos, diagramas, símbolos, etc.). Os alunos criam 10 pequenos desenhos ou representações visuais nas folhas em formato quadrado, um para cada fato. Etapa 5 (20 minutos) Cada grupo recebe uma folha A3 para seu tabuleiro de jogo. Os alunos podem usar materiais reciclados como papelão ou outros itens adequados. Incentive os alunos a discutir a disposição de seus desenhos no tabuleiro. Promova a colaboração e o compartilhamento de ideias. Cada grupo trabalha em seu layout de tabuleiro de jogo designado. Forneça cola aos alunos e peça que colem cuidadosamente seus desenhos em seu tabuleiro de jogo designado. Explique que setas serão adicionadas para indicar se um fator promove ou ameaça a sobrevivência da espécie. Distribua marcadores pretos. Instrua os alunos a desenhar setas ao lado de cada desenho: uma seta para frente para fatores positivos e uma seta para trás para ameaças. Incentive os alunos a decorar seus tabuleiros de jogo com desenhos, símbolos ou cores adicionais para torná-los visualmente atraentes.

Feedback	Reúna a turma para uma breve reflexão sobre a atividade. Discuta o que os alunos aprenderam sobre espécies ameaçadas e os desafios que elas enfrentam: a. O que você aprendeu sobre animais ameaçados de extinção? (O que você não sabia, mas agora sabe?) b. O que mais te surpreendeu? c.O que você faria para salvar espécies? Este plano de aula está conectado com o plano de aula C.C6 "Projetos implementados pelos alunos"
Adaptações	**A1.** A turma seleciona um animal. Junto com o professor, eles pesquisam os animais e os fatores. Cada aluno faz um cartão individual. Depois disso, a turma faz um jogo de tabuleiro de tamanho grande. **A2.** Você pode usar um documentário ou outros materiais audiovisuais para apresentar às crianças espécies ameaçadas de extinção e seus habitats naturais.
Competências do Professor	Conhecimento de conteúdo: Conscientização ambiental: uma compreensão básica de espécies ameaçadas, biodiversidade e esforços de conservação. Entrega de instruções: Apresentações envolventes: use infográficos e perguntas instigantes para despertar o interesse dos alunos. Aprendizagem colaborativa: facilite o trabalho em grupo eficaz e promova o trabalho em equipe. Gestão de sala de aula: Formação de grupos: forme grupos diversos estrategicamente para maximizar a interação e o aprendizado. Monitoramento ativo: circule pela sala de aula e forneça suporte oportuno aos grupos. Habilidades adicionais: Criatividade: Promova uma atmosfera criativa e imaginativa que incentive os alunos a desenvolver conceitos de jogo exclusivos. Resolução de problemas: oriente os alunos no processo de superação de desafios durante o processo de design do jogo.
Recursos Digitais	Jogo de tabuleiro para imprimir: https://www.lob.lv/wp-content/uploads/2021/06/Ornitologu-spele-A3-atverums-27.05.2021-c-scaled.jpg Infográficos: https://drive.google.com/drive/folders/1N-RtUINzatEJJnDCiHLg1wXSV70dF0_8?usp=drive_link (em letão)

8



Tópicos de Sensibilização ECO / E.B1 Ar e clima

Desenvolvido por	Antalya Directorate Of Education
Duração	60
Exercícios de Energia	29 - Ginásio do cérebro  1. Peça aos alunos que esfreguem a barriga com a mão esquerda no sentido horário e, ao mesmo tempo, esfreguem o topo da cabeça com a mão direita no sentido anti-horário. 2. Depois de alguns segundos, peça para eles continuarem e começarem a bater o pé direito. 3. Peça aos alunos que fechem os olhos e imaginem que estão comendo sorvete. 4. Peça para eles imaginarem que veem um macaco andando de bicicleta. 5. Por fim, peça para que eles digam "Salve nosso planeta!"
Exercicios de Relax	35 - Visualização de um recreio tranquilo  Peça para as crianças encontrarem uma posição confortável para sentar ou deitar. Comece orientando-os através de algumas respirações calmantes para relaxar. Comece descrevendo uma cena tranquila de playground — mencione o balanço suave das árvores, a maciez da grama e as risadas dos amigos. Narre como cada criança no parquinho está brincando livremente e com segurança, sem medos ou preocupações. Enfatize que neste lugar todas as crianças são incluídas nas brincadeiras e há uma sensação de felicidade e liberdade. Dê alguns minutos para que as crianças mergulhem nessa visualização e, então, gentilmente, guie-as de volta para a sala de aula, sentindo-se revigoradas e contentes.
Objectivos	No final da aula os alunos irão: • aprenda a diferença entre os termos clima e tempo • Entenda o que é o aquecimento global, suas causas e seus efeitos. • entender o impacto das ações humanas nas mudanças climáticas.
Preparação	**Equipamento** Um grande mapa-mundo ou um globo (para a etapa 3)

Work Flow

Etapa 1: (5 minutos)

- Pergunte à turma: "Como está o tempo hoje?" Incentive alguns alunos a compartilhar suas observações.
- Continue com perguntas como:
  - Você já passou por um dia muito quente ou muito frio? Como foi?
  - Como o clima muda de um dia para o outro onde vivemos?
- Apresente a ideia de que o clima muda diariamente, mas descreve como o clima é durante um longo período.

Etapa 2: Defina o clima e o tempo (5 minutos)

- Escreva "Clima" de um lado do quadro e "Clima" do outro.
- Explicar:
  - **Clima** : As condições diárias da atmosfera em um lugar. Por exemplo, pode ser ensolarado, chuvoso, ventoso, etc.
  - **Clima:** As condições climáticas médias em um lugar ao longo de muitos anos. Por exemplo, alguns lugares têm um clima quente e seco, enquanto outros têm um clima frio e com neve.

Etapa 3: (15 minutos)

Comece mostrando um grande mapa-múndi ou um globo para os alunos.

- Explique que diferentes partes do mundo têm climas diferentes.

- Indique regiões bem conhecidas e descreva seu clima para fornecer uma base de conhecimento:
  - **O deserto do Saara:** quente e seco
  - **A Floresta Amazônica:** quente e úmida
  - **Antártida:** fria e gelada
- Discuta brevemente por que cada região tem um clima específico (por exemplo, localização próxima ao equador, presença de grandes calotas polares, etc.).

- Indique outras regiões no mapa ou globo com as quais os alunos possam estar familiarizados ou que tenham aprendido em aulas anteriores.
- Peça aos alunos que adivinhem o clima dessas regiões com base no conhecimento que eles têm do mapa-múndi e dos climas que você acabou de discutir.
- Por exemplo:
  - **Austrália Central:** Pergunte aos alunos se eles acham que o clima é quente, frio, úmido ou seco e por quê.
  - **Groenlândia:** Discuta o que eles esperam que o clima seja e por quê.
  - **Índia:** Pergunte aos alunos sobre seus palpites em relação ao clima, considerando sua localização geográfica.

- Depois que os alunos fizerem seus palpites, forneça as respostas corretas e explicações.
- Aproveite esta oportunidade para discutir mais sobre o clima de cada região, incluindo quaisquer padrões climáticos únicos ou fatores ambientais que contribuem para isso.

- Envolva os alunos em uma discussão sobre como o clima afeta as condições de vida, a vida selvagem e as atividades humanas nessas regiões.

Etapa 4: Explique o aquecimento global (20 minutos)

- Escreva "Aquecimento Global" no quadro.

Para ensinar aos alunos o que é aquecimento global e como ele se relaciona com o efeito estufa, o professor diz: Aquecimento global é o aumento gradual da temperatura média da Terra. Esse aumento é devido principalmente às atividades humanas que liberam gases de efeito estufa na atmosfera.

Pergunta para os alunos: Você já viu ou esteve dentro de uma estufa? (mostrar Anexo 1)

Explicação: Estufas são estruturas feitas para criar um ambiente controlado para o crescimento das plantas. A luz solar entra na estufa através dos painéis de vidro ou plástico, aquecendo o ar interno. No entanto, o calor fica preso dentro e não consegue escapar facilmente, levando a um ambiente mais quente dentro da estufa.

Link para o Efeito Estufa: Similarmente, a atmosfera da Terra age como o vidro de uma estufa. Os gases de efeito estufa na atmosfera prendem o calor que é irradiado da superfície da Terra, impedindo que ele escape para o espaço. Esse calor preso faz com que a Terra aqueça, um fenômeno conhecido como "efeito estufa".

A queima de combustíveis fósseis (carvão, petróleo, gás natural), o desmatamento e as atividades industriais liberam gases de efeito estufa (dióxido de carbono, metano, óxidos nitrosos) na atmosfera. Apresente o Anexo 2

Esses gases se acumulam na atmosfera, intensificando o efeito estufa e levando ao aumento da temperatura média da Terra.

Etapa 5: (10 minutos)

- Escreva "os efeitos do aquecimento global" no quadro.

· Discuta os principais efeitos do aquecimento global: Explique que há muitos efeitos do aquecimento glabal: aumento das temperaturas, derretimento das calotas polares, elevação do nível do mar e eventos climáticos extremos. Apresente o Anexo 3

- **Derretimento de geleiras** : o gelo em lugares como a Antártida e a Groenlândia está derretendo.
- **Aumento do nível do mar :** À medida que as geleiras e as calotas polares derretem, o nível do mar sobe, o que pode causar inundações.
- **Eventos climáticos extremos :** há tempestades, ondas de calor e secas mais severas.
- **Impacto na vida selvagem :** Muitos animais e plantas estão lutando para sobreviver à medida que seus habitats mudam.

Etapa 6: (20 minutos)

- Escreva "Soluções para o Aquecimento Global" no quadro.
- Discuta maneiras de reduzir o aquecimento global: Explique que há várias ações que podemos tomar para ajudar a reduzir o aquecimento global. Hoje, discutiremos algumas dessas soluções e apresentaremos nossas próprias ideias. Apresente o Anexo 4
    - **Economize energia:** desligue as luzes quando não estiverem em uso e use aparelhos de baixo consumo de energia.
    - **Plante árvores e proteja florestas:** as árvores absorvem dióxido de carbono, um dos principais gases de efeito estufa.
    - **Recicle e reduza o desperdício:** menos desperdício reduz a quantidade de gases de efeito estufa produzidos pelos aterros sanitários.
    - **Use transporte público, caminhe ou ande de bicicleta:** reduzir o uso de carros diminui as emissões de carbono.

Discussão em grupo:

- **Etapa 1:** Divida os alunos em pequenos grupos.
- **Etapa 2:** Atribua a cada grupo uma das soluções mencionadas (economia de energia, plantio de árvores, reciclagem e transporte).
- **Etapa 3:** Peça a cada grupo para discutir como eles podem implementar a solução atribuída em suas vidas diárias e apresentar ideias adicionais.
- **Etapa 4:** Dê a cada grupo de 5 a 10 minutos para discussão.
- **Etapa 5:** Peça que cada grupo selecione um porta-voz para compartilhar suas ideias com a turma.
- **Etapa 6:** Escreva as ideias compartilhadas no quadro nas categorias relevantes (economia de energia, plantio de árvores, reciclagem e transporte).
- **Etapa 7:** Discuta cada ideia brevemente, destacando como ela pode ajudar a reduzir o aquecimento global.

- Incentive os alunos a compartilhar quaisquer outras ideias que eles tenham para combater o aquecimento global. Recapitule as principais soluções e ideias adicionais compartilhadas pelos alunos.

Etapa 7: Revisão e Conclusão (5 minutos)

- Revise rapidamente os pontos principais:
    - A diferença entre tempo e clima. (No segundo passo da lição, o professor mencionou sobre isso)

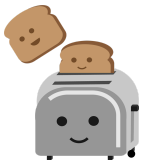
	◦ O que é o aquecimento global e suas causas. ◦ Os efeitos do aquecimento global. ◦ Soluções para reduzir o aquecimento global. • Faça algumas perguntas para reforçar a lição: ◦ "Qual é a diferença entre tempo e clima?" ◦ "Quais são algumas causas do aquecimento global?" "O que podemos fazer para ajudar a parar o aquecimento global?" --- só palestra? Quero dizer, o professor só conta o que você escreveu. isso não é interessante; os alunos estão em um papel passivo
Feedback	No final da lição, dê a cada aluno um pequeno pedaço de papel onde eles podem escrever uma coisa que aprenderam, uma coisa que acharam interessante e uma pergunta que ainda têm. Isso lhe dará um rápido instantâneo de sua compreensão e engajamento.
Adaptações	**Atividades práticas:** Para entender melhor o que é efeito estufa, descreva 2 experimentos: No1. – você coloca uma lâmpada em um espaço aberto, liga-a e mede a temperatura após 1 hora (por exemplo, ou 30 min). No.2 – você coloca a mesma lâmpada em um recipiente de vidro (plástico) fechado pelo mesmo tempo (1 hora ou 30 minutos) e mede a temperatura. Você quer dizer que os alunos criam estufas para entender o efeito estufa? Se sim, talvez, você descreva 2 experimentos: No1. – você coloca uma lâmpada em um espaço aberto, liga-a e mede a temperatura após 1 hora (por exemplo, ou 30 min). No.2 – você coloca a mesma lâmpada em um recipiente de vidro (plástico) fechado pelo mesmo tempo (1 hora ou 30 minutos) e mede a temperatura.
Competências do Professor	· *Explicação* : Capacidade de explicar conceitos complexos de forma simples e compreensível. (Etapa 2, Etapa 4) · *Visualização* : Usar recursos visuais como mapas ou globos para ilustrar conceitos. (Etapa 3) · *Facilitação* : Facilitar discussões em pequenos grupos e encorajar a participação dos alunos. (Etapa 6) · *Discussão* : Liderar discussões interativas com os alunos e reunir diversos pontos de vista. (Etapa 5, Etapa 6) · *Recapitulação e revisão:* resumir os pontos principais da lição e reforçar o aprendizado do aluno. (Etapa 7)
Recursos Digitais	Anexo 1 Anexo 2 Anexo 3 Anexo 4

eco-civic awareness project

9



Tópicos de Sensibilização ECO / E.B2 Fontes de energia renováveis

Desenvolvido por	Antalya Directorate Of Education
Duração	60
Exercícios de Energia	17 - Torradeira ou estrela de rock  O grupo começa em um círculo com uma pessoa no centro. A pessoa no centro aponta para alguém no círculo e diz “Toaster” ou “Rock star”. Se a pessoa no centro disser "torradeira", a pessoa apontada precisa se agachar, pular e dizer "passa manteiga que terminei". As pessoas de ambos os lados devem levantar os braços e esticar, criando uma "torradeira" ao redor da pessoa apontada. • Se a pessoa no centro disser "Rock star", a pessoa apontada precisa segurar as mãos na frente da boca como se estivesse cantando em um microfone. As pessoas de cada lado se afastam da pessoa apontada e fingem tocar violão.
Exercicios de Relax	34 - Respiração consciente  Convide as crianças a sentarem-se confortavelmente em círculo, no chão ou em cadeiras. Peça para eles fecharem os olhos e respirarem profundamente pelo nariz e expirarem pela boca. Enquanto eles respiram profundamente, oriente-os a visualizar um lugar onde se sintam felizes e seguros para brincar — pode ser um playground, um campo ou até mesmo seu próprio quintal. Incentive-os a pensar sobre os sons, cheiros e imagens desse lugar seguro, reforçando o efeito calmante. Continue por vários minutos, permitindo que as crianças se envolvam totalmente com seu espaço de brincadeira tranquilo em suas mentes. Gradualmente, traga-os de volta ao momento presente, lembrando-os de que eles podem visitar esse lugar seguro em suas mentes sempre que precisarem se sentir calmos e seguros.
Objectivos	Os alunos entenderão o que é energia renovável. Os alunos identificarão diferentes tipos de fontes de energia renováveis. Os alunos reconhecerão a importância do uso de energia renovável para o meio ambiente.
Preparação	**Materiais:** • Tesoura • Bastões de cola • Cartaz • Marcadores • Lápis de cera • Outros materiais decorativos **Equipamento:** Computador, projetor ou quadro inteligente (Anexo 1) **Impressões:** Anexo 2 , Anexo 3

Work Flow

Etapa 1 : *Introdução* (10 minutos)

1. Cumprimente a turma e apresente o tópico sobre fontes de energia renováveis.
2. Peça aos alunos que expliquem o que significa "energia".
3. Permita que os alunos respondam e resumam suas respostas antes de fornecer uma definição de energia.
4. Defina energia como a potência necessária para fazer coisas, como acender luzes ou andar de bicicleta.
5. Apresente o tópico da lição afirmando que a turma discutirá de onde vem essa energia.

Lição principal (15 minutos)

1. Explique que existem dois tipos principais de fontes de energia: renováveis e não renováveis.
2. Peça aos alunos que adivinhem o significado de "renovável".
3. Explique a diferença entre energia renovável e não renovável.
4. Descreva a energia renovável como aquela que vem de fontes que não acabam e podem ser usadas repetidamente.
5. Descreva energia não renovável como energia proveniente de fontes como carvão e petróleo que eventualmente acabarão.
6. Apresentar diferentes tipos de fontes de energia renováveis usando o Anexo 1 :
    - Explique a energia solar: ela vem do sol, e os painéis solares capturam essa energia para transformá-la em eletricidade.
    - Explique a energia eólica: ela vem do vento, e as turbinas eólicas captam a energia do vento para transformá-la em eletricidade.
    - Explique a energia hidrelétrica: Ela vem da água em movimento, como rios ou cachoeiras, e as represas capturam essa energia para transformá-la em eletricidade.
    - Explique a energia geotérmica: ela vem do calor do interior da Terra, que pode ser usado para gerar eletricidade.
    - Explique a energia da biomassa: ela vem de plantas e animais, e podemos usar materiais como madeira, plantações e resíduos animais para produzir energia.

Etapa 2 : Cortar e colar (15 minutos)

1. Distribua planilhas (Anexo 2) com imagens de fontes de energia renováveis e não renováveis para os alunos recortarem.
2. Peça aos alunos que recortem cuidadosamente as imagens usando uma tesoura.
3. Oriente os alunos a classificar as imagens em duas seções: Renovável e Não Renovável.
4. Peça aos alunos que colem as imagens das fontes de energia renováveis em um lado do papel e as das fontes de energia não renováveis no outro.
5. Discuta a atividade com a turma depois que ela for concluída.
6. Peça aos alunos que expliquem suas escolhas, como por exemplo, por que colocaram o painel solar em energia renovável.

Etapa 3: Discussão em grupo e criação de pôster (15 minutos)

1. Divida a turma em pequenos grupos e distribua um cartaz e marcadores para cada grupo.
2. Instrua cada grupo a escolher um tipo de energia renovável (solar, eólica, hidrelétrica, geotérmica ou biomassa).
3. Distribua folhas de dados (Anexo 1). Instrua os alunos a usar esses recursos para desenhar imagens e escrever fatos no pôster. Incentive os alunos a fazerem seus pôsteres coloridos e informativos.
4. Permita que os grupos trabalhem em seus cartazes, oferecendo assistência quando necessário.
5. Após a conclusão, peça para cada grupo apresentar seu pôster para a turma e explicar a fonte de energia renovável escolhida e sua importância.

Etapa 4 : Escrita de planilha (15 minutos)

1. Distribua planilhas (Anexo 3) com imagens de várias fontes de energia e espaços em branco abaixo de cada imagem.
2. Peça aos alunos que escrevam o nome de cada fonte de energia sob a imagem correta.
3. Oriente os alunos para que coloquem os nomes nas seções corretas: Renovável e Não Renovável.

4. Ande pela sala de aula para ajudar os alunos e garantir que eles estejam escrevendo os nomes corretos.
5. Ofereça ajuda se os alunos precisarem de auxílio para soletrar ou identificar as imagens.

Etapa 5: Conclusão (10 minutos)

1. Resuma a lição e faça algumas perguntas para verificar a compreensão:
   - Peça aos alunos que citem um tipo de energia renovável discutido na lição.
   - Pergunte por que é importante usar energia renovável.
2. Incentive os alunos afirmando que a energia renovável é a energia do futuro.

Feedback	-No final da lição, dê a cada aluno um pequeno pedaço de papel onde eles podem escrever uma coisa que aprenderam, uma coisa que acharam interessante e uma pergunta que ainda têm. Isso lhe dará um rápido instantâneo de sua compreensão e engajamento
Adaptações	Forme duplas com colegas de leitura para as atividades de discussão em grupo e criação de pôsteres para garantir que eles recebam apoio na leitura e compreensão das fichas informativas.
Competências do Professor	*Questionamento* : Fazer perguntas habilmente para estimular o pensamento e a participação do aluno. (Etapa 1, Etapa 2, Etapa 3, Etapa 4, Etapa 5) *Explicação* : Fornecer explicações claras de conceitos usando linguagem simples e exemplos. (Etapa 1, Etapa 2, Etapa 3, Etapa 4, Etapa 5) *Facilitação* : Orientar discussões e atividades para garantir o envolvimento ativo dos alunos. (Etapa 1, Etapa 3, Etapa 4) *Recursos visuais:* Usar recursos visuais como pôsteres, planilhas e imagens para melhorar a compreensão. (Etapa 1, Etapa 2, Etapa 3, Etapa 4) *Trabalho em grupo:* Facilitar atividades colaborativas onde os alunos trabalham em grupos para concluir tarefas e compartilhar ideias. (Etapa 3, Etapa 4)
Recursos Digitais	Anexo 1 Anexo 2 Anexo 3

eco-civic awareness project

10



Tópicos de Sensibilização ECO / E.B3 Eficiência energética e alterações climáticas

Desenvolvido por	Prosveta Foundation - Petya Yordanova
	2
Duração	60

Exercícios de Energia



27 - Ligar - Desligar

Toque qualquer música relaxante e instrua os alunos:

Sente-se e descanse. Você pode sentar no chão com as pernas esticadas e as costas apoiadas em algo. Ou pode sentar-se na cadeira, com as pernas longas, os pés apoiados no chão enquanto se apoia nas costas da cadeira. Ou fique de pé. Fique confortável. Vamos ligar a energia em nossos corpos. E então vamos desligá-la. Vamos começar com os dedos dos pés. Mexa os dedos para acordá-los. Preparado? Contraia os dedos dos pés, como se estivesse fechando o punho com eles. Tente ligar apenas a energia nos dedos dos pés e deixe todas as outras áreas do corpo descansarem. Inspire enquanto eles estiverem tensos. E então, quando expirar, desligue a energia. Deixe os dedos dos pés descansarem. Novamente. Inspire e ligue a energia nos dedos dos pés... apenas nos dedos dos pés. Expire para desligá-la e deixar a tensão ir embora.

Agora, vamos dar uma chance às suas pernas. Ligue a energia nas pernas, endireite-as. Faça músculos tensos e firmes. Agora inspire para adicionar ainda mais energia. Expire e solte. As pernas ficam moles. A energia acaba. Vamos fazer mais uma rodada com as pernas. Preparado? Comece a inspirar, ligue a energia, as pernas estão trabalhando duro, firmes, tensas. Então desligue essa energia, expire, relaxe, suavize os músculos. Você está no controle.

Agora suas mãos. Feche os punhos e inspire enquanto liga sua energia, e então vamos expirar e descansar. Desligue tudo. Adicione seus braços dessa vez. Eles podem estar retos ou dobrados. Feche os punhos, os braços ficam firmes, energia LIGADA, inspire. Expire e solte. Energia DESLIGADA. Braços e mãos mais uma vez. Ligue enquanto inspira, e desligue com uma expiração.

E finalmente, vamos tentar o corpo todo. Se quiser, adicione os músculos do rosto também - enrugue os olhos, os lábios, as bochechas. Pronto? Inspire e ligue a energia de todo o seu corpo... dedos dos pés, pés, pernas, mãos, braços, rosto. Sinta a energia em seu corpo. Está LIGADA! E agora desligue tudo enquanto expira lentamente. Relaxe. A energia está desligada. Veja se consegue ficar parado, só por um tempo. A energia está desligada.

Observe como as diferentes partes do seu corpo se sentem, agora que você praticou o controle do seu próprio botão liga/desliga.

Exercicios de Relax



28 - Sentimentos numa palavra

Os alunos são solicitados a fechar os olhos (se for confortável) por 30 segundos e pensar em uma palavra que descreva melhor seus sentimentos/pensamentos após terminar a lição. Então, o professor pede que eles abram os olhos e compartilhem a palavra que descreve seu sentimento, uma por uma.

*Outra opção é pedir ao aluno que expresse o que sente por meio de uma estátua viva ou de uma expressão facial.

Objectivos	No final da aula os alunos irão: • adquirir habilidades para usar o corpo e a respiração como fonte de energia; • adquirir conhecimento sobre as diferentes fontes de energia; • desenvolver suas habilidades para participar de debates: como apresentar argumentos em defesa de uma ideia específica levando em consideração suas vantagens e desvantagens; • ser capaz de apresentar argumentos que justifiquem a escolha de uma fonte de energia para sua cidade; • entender que a queima de combustíveis fósseis está causando um colapso climático e ecológico catastrófico.
Preparação	**Preparação** Recorte os cartões de vocabulário do Anexo 2 separadamente e organize-os em 2 pacotes: Pacote 1 – palavras; Pacote 2 – explicações. **Equipamento** Laptop e projetor (para a etapa 1) 6 laptops para os 6 grupos de estudantes explorando as diferentes fontes de energia. Se isso não for possível, as apresentações podem ser impressas e distribuídas entre os grupos. **Arranjo da sala de aula** – as mesas podem ser dispostas em círculo para melhor contato entre os alunos durante as sessões plenárias. Durante o trabalho em grupo (etapas 3 e 4), as mesas são reorganizadas para que os grupos fiquem localizados em diferentes locais da sala de aula, onde eles pesquisam a respectiva fonte de energia atribuída ao grupo e discutem a apresentação do grupo na reunião na prefeitura (etapa 5) **Impressões** • Faça cópias do Anexo 1 para cada aluno (Organizador Gráfico do Aluno) mais 6 cópias (para os 6 grupos) • Imprimir Anexo 2 : Cartões de vocabulário sobre energia renovável • Imprimir Anexo 3 • Imprimir Anexo 4 para cada aluno

Work Flow

Etapa 1 (5 min.): *Introdução*

Reproduzir o vídeo Mudanças Climáticas | Vídeo Educacional para Crianças

Peça aos alunos que se lembrem do que sabem sobre o tópico ou que compartilhem o que aprenderam no vídeo sobre energia renovável e não renovável.

Etapa 2 (2 min.)

Divida os alunos em 6 grupos para explorar os diferentes tipos de energia. Cada grupo precisa de um laptop para ver o vídeo atribuído a eles, ou uma cópia impressa da apresentação (disponível em formato pdf).

Etapa 3 (10 min.)

Os alunos trabalham em grupos pesquisando as 6 fontes de energia assistindo aos vídeos (caso cada grupo tenha um laptop disponível) ou lendo as informações impressas.

- Grupo 1: Energia solar
- Grupo 2: Energia hídrica

- Grupo 3: Energia Eólica
- Grupo 4: Energia geotérmica
- Grupo 5: Energia do petróleo
- Grupo 6: Energia do gás natural

Etapa 4 (15 min.

Os alunos trabalham individualmente para responder às perguntas do Anexo 1, considerando as informações da apresentação atribuída ao seu grupo. Após o trabalho individual, eles escolhem um líder de grupo que resume as respostas de todos preenchendo o Anexo 1 como um grupo. Este documento deve ser usado pelo grupo para fornecer argumentos a favor do uso da fonte de energia atribuída na etapa 5. O professor explica o que acontecerá na Etapa 5: Cada grupo terá a palavra para falar em uma reunião do conselho municipal que é sobre fazer investimentos em diferentes tipos de fontes de energia. Os grupos precisam apresentar seu tipo de fonte de energia e seus benefícios, tentando persuadir os outros de que é a que deve ser financiada.

Etapa 5 (22 min.)

Parte 1 (10 min.): Os alunos trabalham dentro de seus grupos ensaiando seus discursos – os argumentos a favor de sua fonte de energia e a maneira como eles irão apresentá-la no plenário. Eles planejam suas apresentações públicas respondendo às perguntas:

- Quem serão os palestrantes?
- O que eles vão dizer?
- O que cada membro do grupo fará durante a apresentação pública para apoiar a equipe?

Parte 2 (12 min)

O professor anuncia: "Estamos participando de uma reunião do conselho municipal que tem como objetivo tomar uma decisão sobre os investimentos prospectivos da nossa cidade em diferentes tipos de fontes de energia. E como essa é uma questão realmente importante para todos os cidadãos, são vocês, todos os cidadãos da nossa cidade, que decidirão qual tipo de energia receberá o financiamento. Agora, vocês ouvirão os diferentes grupos que farão lobby por seu tipo de energia. E então, vocês votarão naquele em que nossa cidade deve investir."

Cada grupo tem 2 minutos para apresentar sua fonte de energia e persuadir os outros a votar nela.

Etapa 6 (5 min. **)**

- Os alunos votam na fonte de energia que receberá o financiamento escrevendo sua escolha em um pedaço de papel.
- O professor coleta os votos, processa-os e anuncia a fonte de energia vencedora que receberá o financiamento.

Etapa 7 (10 min.)
Conclusões
Use as perguntas orientadoras para refletir sobre os resultados da votação:

- Então, em qual fonte de energia nossa cidade investirá? (de acordo com os votos processados)
- É energia *renovável* ou *não renovável* ?
- Quando você votou (na etapa 6), qual foi o fator mais importante que influenciou sua decisão sobre qual fonte de energia votar? O professor coloca as placas do Anexo 3 em diferentes locais da sala de aula. Os alunos são convidados a se levantar, circular pela sala para lê-las e parar naquela que mais influenciou sua decisão na votação. Os alunos têm 1 minuto para fazer sua escolha e 2 minutos para discutir nos grupos por que isso foi mais importante para eles. Depois disso, os grupos compartilham seus pensamentos no plenário.
- Você acha que é importante que as cidades mudem para fontes de energia renováveis? Por quê?

Feedback

Discuta as seguintes questões com os alunos:

- Você gostou do exercício energizante? Você quer usá-lo no futuro em sala de aula?
- As informações nas apresentações sobre as fontes de energia foram suficientes para completar a planilha (Anexo 1)?
- É bom ter a palavra e ter outros ouvindo você e persuadindo-os a votar em sua fonte de energia?
- Foi difícil escolher uma fonte de energia e votar nela?

Você está mais confiante agora para falar sobre as causas das mudanças climáticas?

Adaptações

1. Trabalho do projeto: Os alunos podem preparar modelos 3D de sua cidade fornecidos pela empresa que produz energia a partir de um recurso renovável e exibi-los.
2. Alunos mais novos podem fazer um forno solar ou um modelo de moinho de vento para testar o uso de recursos de energia renovável.
3. Você pode convidar uma pessoa que trabalhe em uma empresa que produz energia a partir de recursos naturais para apresentar o processo de produção de energia para a turma.
4. Cartões de vocabulário de energia renovável (Anexo 2)

É importante que os alunos entendam as vantagens e desvantagens de diferentes fontes de energia, mas também saibam o significado das palavras do glossário relacionadas à energia. Para isso, eles podem jogar um jogo com as cartas do Anexo 2. As cartas na coluna da esquerda leem uma palavra específica do glossário; as cartas da coluna da direita leem a explicação correspondente. Antes da aula, o professor imprime o arquivo, corta as cartas separadamente e as divide em dois pacotes: termos (pacote 1) e explicações (pacote 2). Os alunos são organizados para sentar em um círculo. Dois alunos se voluntariam para ficar no centro e recebem o Pacote 1 (os termos). As cartas do Pacote 2 (as explicações) são distribuídas entre os alunos no círculo. Os dois alunos no meio se revezam para pegar uma carta e ler o termo específico da carta. Os alunos do círculo leem a explicação no cartão que receberam e, se um aluno acha que sua explicação corresponde ao termo que foi lido, ele se levanta, lê a explicação do cartão e mostra para o resto da classe – se todos concordarem que o termo e a explicação combinam, o aluno vai para o meio do círculo para pegar o termo e combiná-lo com a explicação. O jogo continua com o resto dos termos.

5. Trabalho individual ou tarefa de casa: os alunos devem fazer a atividade do Anexo 4 , cujo objetivo é ajudá-los a consolidar seu conhecimento dos termos-chave da lição.

Competências do Professor	Comunicação: Escuta e adaptabilidade - conforme sugerido na seção Adaptações. Gestão de sala de aula: manter um ambiente organizado, manter regras e rotinas, especialmente nas etapas 4 e 5. Adaptabilidade: você pode considerar fazer modificações nas etapas descritas antes da aula, considerando a idade e o potencial dos alunos. A seção Adaptações oferece inúmeras ideias para atividades extras. No entanto, você deve estar preparado para fazer mudanças durante a entrega do tópico. Promover o envolvimento dos alunos: a apresentação do tópico se baseia na participação ativa dos alunos, conforme sugerido nas etapas 4 e 5. A lição fornece ideias para atividades interativas, discussões e projetos. Habilidades técnicas: capacidade dos professores de usar diversas ferramentas e programas técnicos, conforme sugerido nas etapas 1 e 3 e na seção Adaptações.
Recursos Digitais	Energia solar Energia da água Energia eólica Energia do petróleo Energia do gás natural Energia geotérmica Mudanças climáticas - vídeo educativo para crianças Fazendo um forno solar Fazendo um moinho de vento de papel Anexo 1 Anexo 2 Anexo 3 Anexo 4

11



Tópicos de Sensibilização ECO / E.B4 Pegada ambiental e impressão digital ambiental

Desenvolvido por	Prosveta Foundation - Petya Yordanova
Duração	60
Exercícios de Energia	29 - Ginásio do cérebro  1. Peça aos alunos que esfreguem a barriga com a mão esquerda no sentido horário e, ao mesmo tempo, esfreguem o topo da cabeça com a mão direita no sentido anti-horário. 2. Depois de alguns segundos, peça para eles continuarem e começarem a bater o pé direito. 3. Peça aos alunos que fechem os olhos e imaginem que estão comendo sorvete. 4. Peça para eles imaginarem que veem um macaco andando de bicicleta. 5. Por fim, peça para que eles digam "Salve nosso planeta!"
Exercicios de Relax	25 - Flor e vela  Esta é uma técnica simples de relaxamento que estimula a respiração profunda. Finja que você tem uma flor com cheiro agradável em uma mão e uma vela queimando lentamente na outra. • Inspire lentamente pelo nariz enquanto sente o cheiro da flor. • Expire lentamente pela boca enquanto apaga a vela. • Repita algumas vezes.
Objectivos	No final da lição, os alunos deverão ser capazes de: • explorar e compreender os conceitos de pegada ambiental e pegada ambiental • avaliar como suas ações impactam a Terra por meio de discussões em sala de aula e trabalho independente. • identificar maneiras pelas quais os indivíduos podem reduzir seu impacto no meio ambiente.
Preparação	**Materiais:** • lápis para cada aluno – 3 cores diferentes • canetas • revistas e jornais velhos (opcional), cola e tesoura **Equipamento:** • quadro branco ou projetor **Impressões** : Folha de Exercícios 1 , Folha de Exercícios 2, Folha de Exercícios 3 e Folha de Exercícios 4 para cada aluno

Work Flow	**Etapa 1:** (5 min) **Introdução** Faça uma transição suave da atividade energizante para o tópico perguntando quais partes do corpo os alunos usaram na atividade. Enfatize a mão e o pé e sugira os conceitos de pegada ecológica/ambiental e impressão da mão ecológica/ambiental. Pergunte aos alunos se alguém sabe o que eles querem dizer e colete suas respostas. **Etapa 2:** (5 min) **Pegada Ambiental/Ecológica (EA)** Os alunos assistem a um vídeo https://www.youtube.com/watch?v=fACkb2u1ULY explicando o termo pegada ecológica. Os alunos agora podem dar uma explicação mais detalhada para EF. O professor resume e dá a definição: A pegada ambiental é uma maneira de medir quanto dos recursos da Terra usamos. Para medir nossa Pegada Ambiental, avaliamos nossas ações em cada uma das cinco categorias: energia, água, alimentos, resíduos, transporte. Podemos medir o tamanho de nossa Pegada Ambiental somando nossas escolhas e ações em cada uma dessas categorias para aprender quanto da terra da Terra precisamos fornecer para nosso modo de vida. **Etapa 3:** (5 min) **Tempo para ação** Desenhe uma pegada bem grande no quadro. Como classe, faça um brainstorming da pergunta: Quais atividades contribuem para nossa pegada ambiental? Você pode dividir a pegada em cinco áreas principais: Energia, Água, Resíduos, Transporte, Alimentos e registrar as respostas dos alunos no quadro. **Etapa 4** : (20 min) *Trabalho individual: planilha 1* 1. Peça aos seus alunos que escrevam uma definição de pegada ambiental na Planilha 1 . 2. Então, peça para eles representarem graficamente sua pegada pessoal. Eles podem recortar figuras de revistas ou desenhar as atividades que contribuem para sua pegada. Promova uma discussão em sala de aula sobre as atividades que têm maior impacto na pegada ecológica deles. **Etapa 5:** (5 min) ***Impressão Ambiental*** (EH) Explique os conceitos de Environmental Footprint e Environmental Handprint. O Environmental Handprint se baseia no conceito de Environmental Footprint. Mas o foco do handprint é entender como indivíduos e comunidades podem expandir sua capacidade de empreender ações que impactem positivamente nosso planeta. O conceito de pegada ecológica tem diferentes significados, incluindo: • Uma ferramenta de medição para determinar as ações tomadas e os impactos positivos das nossas ações • Um símbolo do nosso compromisso com a ação positiva • Uma maneira de se conectar com uma comunidade de pessoas comprometidas com um futuro sustentável **Etapa 6:** (15 min) - *Trabalho individual: Ficha de trabalho 2* 1. Explique aos alunos que eles trabalharão nas seis áreas de ação positiva: transporte, consumo, água, comida, casa e resíduos. Passando por cada ação, eles têm que colorir com uma cor (por exemplo, verde) as seções da mão que correspondem às coisas que estão fazendo atualmente (ou fizeram), e com uma cor diferente (por exemplo, azul) as seções que correspondem às atividades que se comprometem a realizar no futuro. Como resultado, cada aluno terá uma mão colorida em verde, azul e, possivelmente, seções brancas. A imagem da mão colorida representa a impressão digital ambiental única de cada um. 2. Depois que os alunos tiverem criado suas impressões digitais, discuta quais impactos positivos os alunos já têm e o que eles gostariam de fazer no futuro. 3. Organize as pegadas ambientais como uma exposição na parede. **Etapa 7:** (20 min) **Tempo para ação/Conclusões** Trabalhando em grupos, peça aos alunos que pensem em 5 coisas que a escola pode fazer para reduzir sua pegada ambiental. Em outra atividade, eles podem criar um pôster ou um eco-código descrevendo essas coisas, bem como qual é a pegada ambiental.
Feedback	Os alunos são convidados a preencher o quadro da planilha 4 sobre pegada ambiental e impressão digital.

Adaptações	*As atividades descritas funcionam melhor com a faixa etária de 9 a 11 anos.* Atividades opcionais desde que sejam necessárias adaptações devido à idade ou capacidade dos alunos: 1. Peça para seus alunos preencherem uma pegada digital: https://www.igazsagosatmenet.hu/en/childrens-ecological-footprint-calculator/ (disponível somente em inglês) 2. A mesma atividade pode ser feita em sala de aula. Os alunos recebem uma cópia do IAC3 Questionnaire e ficam em uma fila. O professor lê uma pergunta de cada vez - os alunos marcam suas respostas no questionário impresso e seguem os passos necessários para frente. Quando todas as perguntas forem lidas, os alunos podem observar onde estão na fila. * Opcional: Os alunos podem somar seus resultados, seja na sala de aula ou em casa com seus pais. O cálculo pode ser feito de duas maneiras. A 1ª opção é calcular os pontos correspondentes que são mostrados ao lado dos passos. O resultado é a pegada ecológica. A 2ª opção é calcular o número de passos e multiplicar por 10 para obter o resultado final que é a pegada ecológica. O professor explica o significado dos números e permite que os alunos comparem seus resultados com a média global. Para resultados, consulte a p. 26 do Manual de Ação contra as Mudanças Climáticas 3. Relacione o conceito de pegada ambiental com o conceito Earth Overshoot Day! Cientistas e alunos mais velhos usam o termo "pegada ambiental" para significar mais do que isso — para eles, uma pegada ambiental é literalmente uma área de terra (em hectares) que é necessária para nos fornecer a maneira como vivemos. Quanto mais recursos da Terra você usa, mais hectares de terra você teoricamente usa. 4. Explorar e comparar as pegadas de diferentes países Folha de trabalho 3 Os alunos mais novos poderiam recortar as impressões das próprias mãos e, sempre que fizessem algo pelo planeta, poderiam colá-las e fazer uma *Árvore de boas ações* .
Competências do Professor	1. Comunicação - escuta e adaptabilidade - o tópico é interessante, mas complicado. Os alunos podem fazer muitas perguntas ou podem ter uma opinião e entendimento diferentes no começo, então o professor tem que estar pronto para se adaptar e atender às necessidades deles. - criatividade - apresentar os materiais e envolver os alunos nas discussões. 2. Pensamento crítico - responder rapidamente às perguntas dos alunos - não há respostas erradas, mas o professor tem que explicar a essência do problema. - editar planos de aula e criar novos usando as notas de adaptação. 3. Paciência - ao revisar os materiais e as informações sobre o tópico com os alunos que têm dificuldades em concluir as tarefas ou que têm uma visão ou opinião diferente. 4. O entusiasmo é de vital importância ao apresentar o tópico. *Caso o professor seja um apoiador apaixonado das ideias ecológicas, as atividades sugeridas e a possível adaptação resultarão na* obtenção de ações positivas e na educação de uma comunidade de amantes da natureza e conservacionistas ativos.
Recursos Digitais	A Pegada Ecológica Explicada https://www.youtube.com/watch?v=fACkb2u1ULY Folha de Exercícios 1 Folha de Exercícios 2 Folha de exercícios 3 Folha de exercícios 4

12



Tópicos de Sensibilização ECO / E.B5 Três áreas da nossa vida

Desenvolvido por	FEE
Duração	80
Exercícios de Energia	 50 - Desperdício zero ou jardinagem Todos os alunos ficam em uma coluna, um atrás do outro. O professor faz uma proposta aos alunos: "Desperdício zero ou jardinagem?". Os alunos que apoiam o movimento "Desperdício zero" vão para a direita, e aqueles que são apaixonados por jardinagem vão para a esquerda. Depois disso, o professor convida um ou dois alunos para explicar por que fizeram essa escolha. Depois que deram suas explicações, todos formam uma coluna novamente. O professor faz a próxima pergunta e os alunos novamente fazem sua escolha e ficam do lado apropriado. Outras opções: Aula de culinária ou de jardinagem? Jardinagem de ervas ou horta de vegetais? Plantar uma árvore ou instalar um alimentador de pássaros? Carro particular ou transporte público? Caminhar pela natureza ou ir de bicicleta? Organizar uma troca de roupas ou montar uma composteira no bairro? Comprar a granel ou comprar em um mercado de produtores locais? Comprar roupas de segunda mão ou comprar roupas novas e sustentáveis?
Exercicios de Relax	 49 - Puxar os dedos Com o dedo indicador da mão direita, comece a puxar da parte inferior do polegar da mão esquerda até a ponta do polegar (paralelamente, a respiração é puxada para dentro), então continue a puxar o dedo para baixo do polegar (exale), continue até que todos os dedos estejam cobertos. Então eles trocam de mãos e puxam o dedo indicador da mão esquerda sobre o dedo da mão direita. Inspire ao puxar (dirigir) o dedo para cima, expire ao puxar para baixo.
Objectivos	Entenda como as três principais áreas – agricultura/alimentação, transporte e consumo de energia – estão afetando as mudanças climáticas. Comprometa-se com o hábito de reduzir o impacto humano nas mudanças climáticas.

Preparação	24 cartões ilustrados com atividades humanas; bilhetes com perguntas para os colegas; informações para estudantes "Como reduzir o impacto nas mudanças climáticas" em cada área - alimentação, energia, transporte. Post-its em 3 cores diferentes Folhas de papel branco A4; caneta ou lápis; lápis de cor; cola;

Work Flow

Etapa 1 (10 minutos)

Comece a aula perguntando aos alunos o que eles sabem sobre as mudanças climáticas.

Explique que a mudança climática é uma mudança drástica de longo prazo nos padrões climáticos médios que definiram os climas locais, regionais e globais da Terra, que afetam toda a Terra e seus habitantes. Explique que vamos apresentar um vídeo sobre a mudança climática e como ela afetou a Terra nos últimos 30 anos.

O professor reproduz o vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=uFIlLDcppwpI .

Depois de assistir ao vídeo, o professor convida os alunos a fazerem a primeira tarefa do livro de exercícios, onde eles devem escrever as mudanças na natureza vistas no vídeo e colorir os processos naturais que podem tê-las causado.

Etapa 2 (5 minutos)

O professor explica que tais transformações são causadas pelas mudanças climáticas. Como todos sabemos, as mudanças climáticas são causadas por atividades humanas. 3 palavras são escritas no quadro: "comida", "transporte", "energia". O professor pode perder algumas letras e pedir aos alunos que adivinhem os nomes no quadro. Depois de concluir a atividade, discuta com a turma como cada uma das palavras ("comida", "transporte", "energia") pode estar relacionada às mudanças climáticas. Peça aos alunos que agrupem exemplos de ações na tarefa 3 em grupos: comida, transporte e energia.

Etapa 3 (6 minutos)

O professor informa à classe que foram colocados 24 cartões imprimíveis de atividades humanas pela sala de aula. Os alunos são solicitados a se movimentar e procurar por esses cartões. O professor explica que se o cartão for encontrado, os alunos têm que analisar os cartões imprimíveis, descrever as atividades humanas e categorizá-las como positivas ou negativas para o planeta. Por fim, os alunos os associam a alimentos, transporte ou energia.

Ao final desta atividade, a turma reuniu e agrupou diferentes causas das mudanças climáticas.

Etapa 3 (15 minutos)

Peça aos alunos que participem de uma atividade chamada “As pessoas falam” para se envolverem em discussões sobre soluções para as mudanças climáticas por meio de perguntas pré-definidas com foco em alimentação, transporte e energia.

O professor pede a cada aluno que desenhe uma folha pré-cortada com perguntas sobre o impacto dos alimentos (anexo 2), transporte e energia no clima e, em seguida, apresenta mais instruções:

a. Em 10 minutos, os alunos fazem suas perguntas a cinco colegas, encorajando respostas pensadas sobre soluções. As respostas são escritas na mesma página onde está a pergunta.

b. Após cinco minutos, os alunos são solicitados a encontrar seu grupo com base no número de grupo fornecido no canto de sua folha de perguntas. Os grupos consistem em alunos que desenharam perguntas relacionadas ao mesmo tópico (transporte, alimentação ou energia) e que têm o mesmo número de grupo (3 grupos por tópico).

c. Em cada grupo, os alunos têm que discutir as respostas e identificar ações que já estão sendo implementadas para minimizar as mudanças climáticas. Essas ações são destacadas em verde. Ações que ainda não estão sendo implementadas são destacadas em vermelho.

Etapa 4 (5 minutos):

Discuta os esforços existentes para combater as mudanças climáticas e identifique áreas para melhoria. Os alunos são solicitados a responder a 3 perguntas com base em sua discussão:

1. Quais atividades humanas causam mudanças climáticas?
2. O que as pessoas fazem para reduzir seu impacto nas mudanças climáticas?
3. O que as pessoas devem fazer mais para reduzir as mudanças climáticas?

	Cada grupo recebe de 3 a 6 post-its em cores diferentes. Em cada um dos post-its, os alunos devem escrever a resposta para as perguntas dadas. Então, todas as respostas são fixadas na parede ou no quadro branco. Etapa 5 (15 minutos) Usando as respostas coletadas dos colegas e as informações adicionais dos materiais fornecidos, cada grupo deve elaborar de 2 a 3 recomendações para a turma/escola ou sociedade. Em uma folha A4, cada grupo terá que criar um pôster mostrando ações que os indivíduos podem tomar em suas vidas diárias para combater as mudanças climáticas. Essas ações devem ser relevantes para o tópico atribuído ao grupo (transporte, energia ou alimentos). Cada grupo deve estar pronto para apresentar seu pôster à turma, destacando as ações recomendadas para proteger a Terra das mudanças climáticas dentro de sua área designada. Etapa 6 (10 minutos): O professor convidará cada grupo a criar uma galeria dos cartazes com sugestões. Em seguida, os grupos irão se revezar pela sala de aula, visitando cada pôster. Cada grupo terá 1 minuto em cada pôster. Eles devem ler as informações e sugestões. Conforme os alunos se revezam pela galeria, eles devem considerar quais recomendações de outros grupos eles podem escolher para implementar em suas próprias vidas. Eles devem escrevê-las dentro da tabela na tarefa 4. Etapa 7 (5 minutos): Construindo um Muro de Compromisso: Após a galeria, cada aluno recebe três pequenas silhuetas (fornecidas no anexo 3). Os alunos terão então que escolher uma das sugestões em cada tópico que eles poderiam implementar em sua vida diária. Então eles visitam os pôsteres escolhidos e anexam suas silhuetas aos hábitos específicos que eles se comprometem a implementar em suas vidas diárias. Isso cria um "muro de compromisso" visual na sala de aula.
Feedback	Bilhetes de saída: Forneça aos alunos post-its ou pequenos pedaços de papel no final da aula. Peça para eles escreverem uma coisa que aprenderam sobre as mudanças climáticas e uma sugestão de melhoria. Esta é uma maneira rápida e fácil de obter feedback imediato.
Adaptações	Caso não haja tempo para apresentar os pôsteres: A1 Os alunos podem apresentar os pôsteres restantes em outras aulas. A2. Os alunos dessa classe recebem 3 silhuetas de pessoas (encontradas no apêndice), que eles devem anexar aos hábitos no pôster que eles poderiam implementar no futuro. Como resultado, essa parede criada serve como uma parede de compromisso em outras salas de aula também.

Competências do Professor	Etapa 1: Introdução às Mudanças Climáticas Comunicação Eficaz: Explique claramente o conceito de mudança climática e suas implicações de longo prazo. Incentive os alunos a analisar as mudanças observadas no vídeo e conectá-las a questões ambientais mais amplas. Etapa 2: Atividades humanas e mudanças climáticas Aprendizagem ativa: facilite uma discussão sobre como alimentos, transporte e energia podem impactar as mudanças climáticas. Etapa 3: Identificação das causas das mudanças climáticas Pensamento crítico: Promova o pensamento crítico pedindo aos alunos que avaliem o impacto de diferentes atividades humanas nas mudanças climáticas. Etapa 4: Atividade "O Povo Fala" Escuta Ativa: Encoraje os alunos a ouvir atentamente as ideias dos colegas e a fornecer feedback construtivo. Promova o trabalho em equipe e a cooperação entre os alunos em seus grupos. Etapa 5: Criação de pôsteres e caminhada pela galeria Criatividade: Incentive os alunos a criar cartazes visualmente atraentes e informativos. Etapa 6: Muro de compromisso Visualização: Use o mural de compromisso para criar uma representação visual do compromisso coletivo da turma em lidar com as mudanças climáticas.
Recursos Digitais	**Vídeo sobre mudanças climáticas:** O vídeo que você mencionou na Etapa 1 pode ser encontrado no YouTube ou em outras plataformas educacionais. **Infográficos sobre mudanças climáticas:** representações visuais de dados e tendências sobre mudanças climáticas podem ser encontradas em vários sites, incluindo agências governamentais, organizações ambientais e instituições educacionais. 24 cartões para imprimir com atividades humanas Cartões para coletar respostas na atividade "As Pessoas Falam" Ficha de trabalho Silhuetas

13



Tópicos de Sensibilização ECO / E.B6 Pesquisa dos hábitos de consumo de eletricidade e recolha de resultados

Desenvolvido por	Foundation for Environmental Education
Duração	80
Exercícios de Energia	12 - Escrever com corpo - Formas geométricas do corpo  *Opção 1* O professor pede que os alunos escrevam seus nomes no ar usando diferentes partes do corpo, por exemplo, usando a mão, a perna, o tornozelo, o nariz, etc. Opcional: Se o tempo permitir, o professor pode pedir para a turma soletrar algumas palavras reproduzindo as letras com seus corpos. Os alunos podem colaborar todos juntos ou podem criar grupos diferentes. *Opção 2* Tarefa: Desenhe uma forma geométrica no ar usando diferentes partes do seu corpo - mãos, pernas, cotovelos, narizes, etc. *Opção 3:* Tarefa: Trabalhem em grupos de 2, 3 ou mais alunos para fazer uma forma geométrica com seus corpos.
Exercicios de Relax	13 - Massagem corporal  Os alunos ficam em círculo: eles precisam seguir todos os movimentos que o professor faz e se massagear. O professor começa a massagear diferentes partes do corpo dele/dela, começando da cabeça até os pés (é melhor se eles tirarem os sapatos). O professor explica como a massagem precisa ser feita, se delicada ou mais energética. *Opcional:* O professor também pode pedir que os alunos massageiem outro colega.
Objectivos	No final da aula os alunos irão: 1. identificar diferentes tipos de geração de eletricidade. 2. entender como as atividades cotidianas usam eletricidade. 3. calcular o consumo de energia de vários dispositivos. 4. desenvolver estratégias para reduzir o consumo de eletricidade em suas vidas diárias.

Preparação	Tarefa de casa para os alunos: Realizar um estudo de uma semana em casa sobre o tempo de operação e o uso de energia de vários dispositivos elétricos. Materiais: • Projetor e tela • Papel para quadro branco ou gráfico • Marcadores ou canetas • Cadernos de exercícios do aluno com tabelas de registro de dados e espaço para anotações • Lápis de cor ou marcadores (opcional) • Acesso à internet para vídeos (opcional) • Exemplos de pôsteres, apresentações ou infográficos (impressos ou digitais)

Work Flow

Etapa 1 (5 minutos)

Discuta brevemente com os alunos a importância da eletricidade em nossas vidas diárias. Peça para eles nomearem alguns aparelhos ou dispositivos que eles usam que requerem eletricidade.

Introdução em vídeo (opcional - 5 minutos):

Se a Internet estiver disponível, mostre um pequeno videoclipe (2 a 3 minutos) sobre um tipo de geração de eletricidade (por exemplo, energia hidrelétrica, energia eólica).

Discuta brevemente o vídeo e destaque como esse método é usado para criar eletricidade.

Etapa 2 (5 minutos)

Mostre uma imagem no quadro que retrate diferentes tipos de geração de eletricidade (por exemplo, uma usina elétrica, turbinas eólicas, painéis solares).

Discuta estas questões com os alunos:

1. "Quantos tipos de produção de energia você consegue ver na imagem?"
2. "Quais dessas fontes de energia você viu em sua vizinhança? Como você acha que essa forma de produção de energia pode afetar o meio ambiente?"

Etapa 3 (10 minutos)

Jogo “Como uso eletricidade?” e discussão sobre hábitos diários de uso de eletricidade.

Divida os alunos em grupos de 3. Em cada rodada, um aluno começa descrevendo sua rotina do dia anterior (por exemplo, "Acordei às 7h").

Os outros dois alunos escutam atentamente. Quando ouvem algo que envolve o uso de eletricidade, eles gritam "Pare!"

O terceiro aluno registra esta atividade na apostila (por exemplo, "Acordei - acendeu a luz").

Após algumas rodadas, cada grupo cria uma lista de todas as maneiras como a eletricidade foi usada nos cenários.

Depois que cada grupo tiver criado sua lista, peça para que a compartilhem. Como classe, compile uma lista mestre no quadro ou papel de gráfico de todas as maneiras como a eletricidade é usada diariamente.

Discuta se isso parece muito ou pouco consumo de eletricidade.

Pergunte aos alunos: "Vocês poderiam desistir de algo? Por que sim ou por que não? Seria fácil?"

Oriente uma discussão sobre maneiras de reduzir o consumo de eletricidade sem impactar significativamente a vida diária.

Etapa 4 (15 minutos)

Apresentar dados de pesquisa: explique brevemente que os alunos usarão suas pesquisas sobre o tempo de operação de vários dispositivos para calcular o consumo de energia.

Cálculos: oriente os alunos nos seguintes cálculos em suas apostilas:

Tempo de operação por dia: (Tempo de uso diário em horas) x (Número de dias usados por semana)

Consumo diário de eletricidade: (Tempo de operação por dia) x (Potência do dispositivo)

Consumo semanal de eletricidade: (Consumo diário de eletricidade) x (Número de dias usados por semana)

Custo estimado: (Consumo semanal de eletricidade) x (Custo da eletricidade por unidade) [O professor deve fornecer informações atuais sobre o custo da eletricidade ou os alunos devem perguntar aos pais sobre o custo de um quilowatt-hora.]

	Etapa 5 (5 minutos) Trabalho em grupo: divida os alunos em grupos de 3 novamente. Peça aos alunos que façam um brainstorming e anotem 8 sugestões para reduzir o consumo de eletricidade em suas vidas diárias. Incentive-os a considerar estratégias para reduzir o tempo de uso dos aparelhos, usar alternativas de eficiência energética e adotar melhores hábitos. Etapa 6 (25 minutos): Seleção do projeto: os alunos escolhem se desejam criar um pôster, uma apresentação ou um vídeo curto (opcional) para mostrar suas recomendações para reduzir o consumo de eletricidade. Forneça aos alunos acesso aos recursos sugeridos (exemplos de pôsteres, apresentações, infográficos) ou outros recursos on-line apropriados para orientar seu processo criativo. Os alunos trabalham em grupos para criar o formato de mídia escolhido, incorporando suas sugestões e recursos visuais relevantes. Etapa 7 (10 minutos): Cada grupo exibe seu trabalho na parede. Todos os grupos apresentam seus pôsteres em breve. Etapa 8 (5 minutos): Em seus cadernos de exercícios, cada aluno seleciona de 1 a 3 hábitos das sugestões da turma ou das recomendações do grupo que eles podem implementar de forma realista em suas vidas diárias para reduzir o uso de eletricidade. Os alunos podem escrever brevemente uma ou duas frases explicando suas escolhas e por que elas são importantes.
Feedback	Resuma brevemente os pontos principais da lição, incluindo os diferentes tipos de geração de eletricidade, a importância do uso responsável de eletricidade e estratégias para reduzir o consumo. Incentive os alunos a continuar pensando em maneiras de economizar energia além da sala de aula e a compartilhar os hábitos escolhidos com suas famílias.
Adaptações	**A1.** Para alunos avançados, forneça oportunidades adicionais de pesquisa sobre tipos específicos de geração de eletricidade ou o impacto ambiental de diferentes métodos. **A2.** Para alunos com dificuldades, ofereça versões modificadas dos cálculos ou forneça suporte durante atividades em grupo.

Competências do Professor	Etapa 1: Introdução Comunicação Eficaz: Explique claramente a importância da eletricidade e envolva os alunos na discussão. Use vídeos ou imagens para aumentar a compreensão e o interesse. Etapa 2: Análise de imagem Técnicas de questionamento: faça perguntas instigantes para estimular o pensamento crítico e a discussão. Etapa 3: Jogo e discussão Facilitação: oriente o jogo e a discussão, garantindo que todos participem. Etapa 4: Cálculos Habilidades matemáticas: Demonstrar e guiar os alunos pelos cálculos claramente. Auxiliar os alunos a entender e aplicar as fórmulas corretamente. Etapa 5: Trabalho em grupo Criatividade: incentive os alunos a pensar criativamente e a apresentar sugestões inovadoras. Etapa 6: Criação do projeto Feedback: Forneça feedback construtivo e orientação durante o processo de criação. Etapa 7: Apresentações e caminhada pela galeria Oratória: Ajude os alunos a desenvolver confiança na apresentação de seus trabalhos. Incentive os alunos a avaliar e aprender com as apresentações de outros grupos. Etapa 8: Compromisso pessoal Reflexão: Oriente os alunos a refletir sobre suas escolhas e o impacto potencial de suas ações. Ajude os alunos a definir metas realistas e atingíveis para reduzir o consumo de eletricidade.
Recursos Digitais	Como minimizar seu consumo de eletricidade:https://www.elektrum.lv/lv/majai/energoefektivitate/ka-atri-samazinat-energijas-paterinu/

14



Tópicos de Sensibilização ECO / E.C1 Os três R: Reduzir, Reutilizar, Reciclar

Desenvolvido por	Antalya Directorate Of Education
Duração	60
Exercícios de Energia	12 - Escrever com corpo - Formas geométricas do corpo  *Opção 1* O professor pede que os alunos escrevam seus nomes no ar usando diferentes partes do corpo, por exemplo, usando a mão, a perna, o tornozelo, o nariz, etc. Opcional: Se o tempo permitir, o professor pode pedir para a turma soletrar algumas palavras reproduzindo as letras com seus corpos. Os alunos podem colaborar todos juntos ou podem criar grupos diferentes. *Opção 2* Tarefa: Desenhe uma forma geométrica no ar usando diferentes partes do seu corpo - mãos, pernas, cotovelos, narizes, etc. *Opção 3:* Tarefa: Trabalhem em grupos de 2, 3 ou mais alunos para fazer uma forma geométrica com seus corpos.
Exercicios de Relax	13 - Massagem corporal  Os alunos ficam em círculo: eles precisam seguir todos os movimentos que o professor faz e se massagear. O professor começa a massagear diferentes partes do corpo dele/dela, começando da cabeça até os pés (é melhor se eles tirarem os sapatos). O professor explica como a massagem precisa ser feita, se delicada ou mais energética. *Opcional:* O professor também pode pedir que os alunos massageiem outro colega.
Objectivos	- Os alunos serão capazes de dar exemplos de redução, reutilização e reciclagem. - Os alunos serão capazes de explicar os benefícios de reduzir, reutilizar e reciclar. - Os alunos serão capazes de criar de 3 a 6 imagens usando um meio de sua escolha
Preparação	**Materiais:** Materiais recicláveis (papel, plástico, vidro, etc.), Revistas para recortar figuras, Tesoura, cola e papel cartão, Caixas ou recipientes para separar materiais recicláveis -papel, garrafas plásticas, latas de alumínio, potes de vidro, roupas velhas, sacolas de compras reutilizáveis (reutilizáveis) e itens plásticos de uso único, como canudos ou recipientes de isopor **Impressões:** Anexo 2 , Anexo 3

Etapa 1 (10 min): Introdução

1. Apresente o tópico afirmando que a turma aprenderá sobre algo importante para o planeta.
2. Pergunte aos alunos se eles já ouviram falar dos Três Rs: Reduzir, Reutilizar e Reciclar.
3. Explique que essas são maneiras simples de ajudar a cuidar da Terra.
4. Defina cada conceito:
    - Reduzir: Usar menos de algo para gerar menos desperdício.
    - Reutilização: Encontrar novas maneiras de usar as coisas em vez de jogá-las fora.
    - Reciclar: Transformar coisas velhas em coisas novas por meio do processamento.
5. Mostre exemplos visuais do Anexo 1 que ilustram os Três Rs.
6. Discuta cada visual brevemente.
7. Distribua o Anexo 4 aos alunos.
8. Peça aos alunos que recortem cada imagem e a coloquem na categoria apropriada.

Etapa 2 (20 min): Identificando os três Rs

1. Apresente o trabalho em grupo pedindo aos alunos que pensem em maneiras de praticar a redução, a reutilização e a reciclagem em suas vidas diárias.
2. Divida a turma em três grupos e atribua a cada grupo um dos Três Rs.
3. Instrua cada grupo a apresentar exemplos de como eles podem praticar o R atribuído na vida diária.
4. Peça que cada grupo apresente suas ideias para a turma.
5. Distribua o Anexo 2 para cada grupo.
6. Instrua os alunos a completar os exercícios relacionados ao R que lhes foi atribuído.
7. Permita que cada grupo apresente seus exemplos e exercícios concluídos.

Etapa 3 : Jogo de classificação (20 minutos)

Work Flow

1. Apresente o jogo de classificação para testar a compreensão da reciclagem.
2. Explique as regras do jogo de classificação.
3. Forneça uma mistura de materiais recicláveis e não recicláveis aos alunos. aos alunos. Exemplos podem incluir papel, garrafas plásticas, latas de alumínio, potes de vidro (recicláveis), roupas velhas, sacolas de compras reutilizáveis (reutilizáveis) e itens plásticos de uso único, como canudos ou recipientes de isopor (reduzir).
4. Instrua os alunos a trabalharem juntos para separar os materiais nas lixeiras apropriadas (reciclável, reutilizável e reutilizável).
5. Distribua o Anexo 3 para cada grupo para revisão.

Etapa 4: Hora do artesanato (15 min)

1. Apresente a atividade de artesanato em que os alunos criarão cartazes ilustrando os Três Rs.
2. Explique que os alunos podem escolher criar um pôster para cada R (Reduzir, Reutilizar, Reciclar) separadamente ou um único pôster abrangendo todos os três.
3. Instrua os alunos que cada pôster deve explicar visualmente o significado do R escolhido e como ele pode ser aplicado na vida cotidiana.
4. Distribua materiais e dê tempo para que os alunos criem seus cartazes.
5. Peça aos alunos que exponham seus cartazes pela sala.
6. Dê tempo para que os alunos andem e observem o trabalho uns dos outros.

Etapa 6 (10 min): Aplicações da vida real

1. Discuta como os alunos podem aplicar os Três Rs em suas vidas diárias.
2. Oriente a discussão com os seguintes pontos:
    - Como podemos reduzir o desperdício em casa e na escola?
    - Quais são algumas maneiras criativas de reutilizar itens em vez de jogá-los fora?
    - Por que a reciclagem é importante e quais itens podemos reciclar?

Etapa 7 (5 min): Conclusão e reflexão

1. Resuma os pontos principais da lição usando o Anexo 1 .
2. Reforce o conceito dos Três Rs: Reduzir, Reutilizar, Reciclar.

Incentive os alunos a compartilhar algo que farão de diferente para ajudar o meio ambiente.

Feedback	• Exemplos de perguntas: -Qual foi sua parte favorita da aula de hoje? -O que você aprendeu de novo sobre redução, reutilização e reciclagem? - Houve alguma coisa que você achou difícil de entender?
Adaptações	**-** Na etapa 4, os alunos que preferirem não desenhar podem usar figuras recortadas de revistas para fazer seus cartazes.
Competências do Professor	*Introdução* : Envolver os alunos com uma introdução cativante e preparar o cenário para o aprendizado sobre os Três Rs. (Etapa 1) *Engajamento* : Capturar o interesse e a atenção dos alunos desde o início da aula. (Etapa 1) Explicando conceitos: Fornecendo definições e explicações claras de Reduzir, Reutilizar e Reciclar usando linguagem e recursos visuais simples. (Etapa 1) Explicação: Garantir que os alunos entendam claramente os significados de Reduzir, Reutilizar e Reciclar. (Etapa 1) Trabalho em grupo: Facilitar discussões e atividades em grupo onde os alunos colaboram para gerar exemplos e ideias. (Etapa 2) *Colaboração* : Incentivar o trabalho em equipe e a aprendizagem cooperativa entre os alunos. (Etapa 2) *Atividade prática* : Conduzir um jogo de classificação com materiais para reforçar a compreensão dos conceitos de reciclagem na prática. (Etapa 3) *Aprendizagem baseada em atividades* : envolver os alunos em atividades práticas para melhorar a compreensão e a aplicação do conhecimento. (Etapa 3) *Reflexão e Aplicação* : Discutir aplicações reais dos Três Rs e encorajar os alunos a refletir sobre suas próprias práticas. Orientar os alunos a pensar criticamente sobre como podem aplicar o que aprenderam em suas vidas diárias. (Etapa 6, Etapa 7)
Recursos Digitais	Anexo 1 Anexo 2 Anexo 3 Anexo 4

15



Tópicos de Sensibilização ECO / E.C2 Sensibilização para a poluição

Desenvolvido por	Antalya Directorate Of Education
Duração	60
Exercícios de Energia	 15 - Ronda de animais O professor diz à classe para pensar silenciosamente em um animal. Então ele/ela diz ao grupo que, sem falar, eles precisam se organizar em uma linha do maior para o menor animal. Os membros do grupo só podem fazer gestos e o barulho de seu animal. Depois que terminarem, o professor pede aos alunos para dizerem o animal que eles deveriam ser para ver se a ordem está correta.
Exercicios de Relax	 18 - Criar espaço Os participantes são solicitados a levantar os braços com as palmas voltadas para cima, imaginando que estão empurrando o teto para cima e são solicitados a fazer muita força nessa direção para aumentar o espaço da sala onde estão. Então, eles são solicitados a virar os braços para baixo com as palmas voltadas para baixo, pensando que estão empurrando o chão para baixo. Eles são solicitados a empurrar as paredes, virando o braço esquerdo e a palma para a parede à sua esquerda e o braço direito e a palma para a parede à sua direita.
Objectivos	-O aluno será capaz de conhecer o significado da poluição e as razões dela -Os alunos poderão conhecer a diferença entre as dicas de prevenção da poluição e como evitá-la
Preparação	**Materiais:** planilhas **Arranjo da sala de aula:** design clássico **Impressões:** Anexo 3 , Anexo 4 , Anexo 5 , Anexo 6

Work Flow

Etapa 1 : Introdução e contribuição do aluno (15 minutos)

- Escreva "Poluição" no quadro e pergunte aos alunos o que eles sabem sobre isso.

-Peça aos alunos que compartilhem o que sabem sobre poluição, mesmo que seja apenas uma palavra ou ideia. Escreva todas as contribuições dos alunos no quadro.

- Resuma as respostas e esclareça o conceito de poluição: Explique que poluição ocorre quando substâncias nocivas ou tóxicas são introduzidas em nosso meio ambiente, causando danos ao ar, à água e ao solo, e afetando a saúde dos organismos vivos, incluindo os humanos.

Etapa 2 (5 min.): Discussão

- Discuta brevemente por que a poluição é um problema e como ela afeta o meio ambiente e os seres vivos.

Etapa 3 (5 min.): Tipos de poluição

- O professor apresenta os diferentes tipos de poluição (ar, água, solo, ruído) usando termos simples. (Consulte o Anexo 1 para recursos visuais).

Etapa 4 (10 min.): **Poluição do ar**

- Instrua os alunos a participar enquanto você explica o termo e as causas relacionadas à poluição do ar.
- Definição: *Poluição do ar é a presença de substâncias nocivas no ar.*
- Peça aos alunos que deem exemplos de poluentes do ar e escrevam suas respostas no quadro.
- Resuma as respostas (e adicione novas, se necessário): Poluentes atmosféricos - gases de escape, fumaça industrial, alguns produtos químicos agrícolas.
- Forneça uma explicação mais aprofundada das causas da poluição do ar - a queima de combustíveis fósseis, atividades industriais e veículos automotores são as principais fontes.
- Envolvimento do aluno (discussão e brainstorming) - O que você acha sobre o uso do carro? Quais são alguns métodos alternativos de transporte? Discuta o uso do transporte público ou andar de bicicleta em vez de dirigir carros?
- Distribua o Anexo 4 , que contém um resumo do tópico, aos alunos.

Etapa 7 (10 min.): **Poluição da água**

- Instrua os alunos a participar enquanto você explica o termo e os motivos relacionados à poluição da água.
- Definição: *Poluição da água é a contaminação de corpos d'água como rios, lagos e oceanos.*
- Brainstorming *: O que pode causar poluição da água?* Escreva as respostas dos alunos no quadro enquanto eles respondem.
- Resuma as respostas (e adicione novas, se necessário): poluentes da água, resíduos industriais, lixo plástico e escoamento agrícola podem poluir a água.
- Forneça uma explicação mais profunda das causas da poluição do ar - *Resíduos industriais são uma das principais fontes. Fábricas frequentemente despejam produtos químicos nocivos em corpos d'água próximos.*
- Envolvimento dos alunos (discussão e brainstorming): *O que você acha que acontece quando esses produtos químicos entram em nosso suprimento de água? "O lixo plástico é prejudicial? Por quê? (o plástico é prejudicial à vida aquática; o plástico pode se decompor em pequenas partículas chamadas microplásticos, que são ingeridas por animais marinhos e podem causar danos sérios.)*
- Distribua o Anexo 3 , que contém um resumo do tópico, aos alunos.

Etapa 6 (10 min.): Poluição do solo

- Instrua os alunos a participar enquanto você explica o termo e os motivos relacionados à poluição do solo.
- Definição: *Poluição do solo refere-se à contaminação do solo com substâncias nocivas.*
- Brainstorming *: O que pode causar poluição do solo?* Escreva as respostas dos alunos no quadro enquanto eles respondem.
- Resuma as respostas (e adicione novas, se necessário): *Resíduos industriais, produtos químicos agrícolas, como pesticidas e fertilizantes, e resíduos domésticos podem contribuir*

para a poluição do solo."

- Forneça uma explicação mais aprofundada sobre as causas da poluição do solo: Os *resíduos industriais geralmente contêm produtos químicos tóxicos que podem infiltrar-se no solo.*
- Envolvimento do aluno (discussão e brainstorming): *O que acontece com plantas e animais quando há toxinas no solo? E os produtos químicos agrícolas? Como os pesticidas e fertilizantes afetam o solo e os organismos que vivem nele? (Os produtos químicos podem matar microrganismos benéficos no solo e dificultar o crescimento das plantas. Eles também podem contaminar os alimentos que comemos.)*
- Distribua o Anexo 6 , que contém um resumo do tópico, aos alunos.

Etapa 7 (10 min.): Poluição sonora

- Instrua os alunos a participar enquanto você explica o termo e os motivos relacionados à poluição da água.
- Definição: *Poluição sonora refere-se a ruídos nocivos ou excessivos que perturbam o ambiente normal.*
- Brainstorming: E *xem plos de poluição sonora.* Escreva as respostas dos alunos no quadro conforme eles respondem. Confirme e adicione exemplos extras, se necessário: *ruído de trânsito, canteiros de obras, música alta e atividades industriais.*
- Brainstorming: *Como o ruído excessivo afeta as pessoas e os animais? (os alunos compartilham experiências pessoais)*
- Discussão: *Como podemos reduzir a poluição sonora em nossas vidas diárias?* Resuma as respostas (e adicione novas ideias, se necessário): *diminuindo o volume da música que ouvimos, usando proteção auricular ou defendendo ruas e locais de trabalho mais silenciosos.*

Etapa 8 (10 min.): Impacto da poluição na nossa saúde e no meio ambiente

- Brainstorming: *Efeitos nocivos da poluição em nosso meio ambiente e saúde.*
- Respostas possíveis: *a poluição do ar pode causar problemas respiratórios, a poluição da água pode contaminar a água potável e a poluição do solo pode afetar a segurança alimentar.*
- Enfatize o papel que os humanos desempenham em causar e mitigar a poluição: *As atividades humanas contribuem para a poluição. Por exemplo, dirigir carros, usar produtos plásticos e descarte inadequado de resíduos. Todas essas ações impactam nosso meio ambiente.*
- Brainstorming: *Quais são algumas maneiras de reduzir nossa contribuição para a poluição? (respostas sugeridas: reduzir o uso do carro, reciclar, usar produtos ecológicos, menos plástico, etc.)*
- Distribua o Anexo 5 , que contém um resumo do tópico, aos alunos.

Etapa 9: Conclusão (5 minutos)

- Resuma a lição com a ajuda do Anexo 2 .
- Reforce a importância de estar ciente da poluição e incentive os alunos a tomar pequenas medidas para reduzi-la.

Feedback	-O professor pede aos alunos que compartilhem seus pensamentos sobre a lição, o que aprenderam e o que acharam interessante ou desafiador. Esse feedback ajuda o professor a entender as perspectivas dos alunos e melhorar as lições futuras.
Adaptações	**Para turmas maiores:** Use atividades em grupo para garantir que todos os alunos estejam engajados e participando. Designe líderes de grupo para facilitar discussões e atividades dentro de grupos menores.

Competências do Professor	*Questionamento* : Fazer perguntas habilmente para estimular o pensamento e a participação do aluno. (Etapa 1, Etapa 4, Etapa 5, Etapa 7, Etapa 8) *Explicação* : Fornecer explicações claras de conceitos usando linguagem simples e exemplos. (Etapa 3, Etapa 6, Etapa 7, Etapa 8, Etapa 9) *Facilitação* : Orientar discussões e atividades para garantir o envolvimento ativo dos alunos. (Etapa 4, Etapa 6, Etapa 7, Etapa 8, Etapa 9) *Recursos visuais* : Usar recursos visuais como gráficos, mapas e diagramas para melhorar a compreensão. (Etapa 5, Etapa 7, Etapa 8, Etapa 9) *Recapitulação e revisão* : resumir os pontos principais e revisar os conceitos para reforçar o aprendizado. (Etapa 6, Etapa 7, Etapa 8, Etapa 9, Etapa 10)
Recursos Digitais	Anexo 1 Anexo 2 Anexo 3 Anexo 4 Anexo 5 Anexo 6

16



Tópicos de Sensibilização ECO / E.C3 Economia circular

Desenvolvido por	Prosveta Foundation - Petya Yordanova
Duração	80

Exercícios de Energia



31 - Corrida pelos recursos

Parte 1

Coloque vários bambolês no chão (aproximadamente um bambolê para cada 3 alunos). Os bambolês representam os recursos naturais disponíveis para todos os habitantes da Terra.

Explique aos alunos que eles representam todos os seres vivos do nosso planeta. Eles podem escolher o que querem representar (um humano, um animal, uma planta). Os alunos começam a andar e quando o professor bate palmas, todos correm para um bambolê para que possam sobreviver (os bambolês são suas casas, com tudo o que precisam para sobreviver). Apenas três alunos podem estar em um bambolê (porque o bambolê fornece recursos para apenas 3 seres vivos).

Como os bambolês são mais do que necessários, espera-se que todos tenham pousado em um. O professor poderia comentar "Todos chegaram em segurança? Nosso planeta é um lugar maravilhoso. Muito espaço e espaço para todos!"

Parte 2

Peça aos alunos para saírem dos aros e se espalharem pela sala. Coloque as *cartas de Corrida por Recursos* (Anexo 4) viradas para baixo sobre uma mesa e peça a um dos alunos para pegar uma carta e lê-la em voz alta. Todos os alunos para os quais a afirmação é verdadeira devem levantar as mãos. Cenários possíveis para as próximas etapas

Cenário 1 (todos os cartões verdes) : o cartão diz "Você usa suas próprias sacolas de compras quando vai às compras no supermercado". Os alunos que fazem isso levantam as mãos e o professor os conta. Se o número for maior que 50% dos alunos, nenhuma outra ação se segue, e o professor pede para alguém pegar outro cartão.

Cenário 2 (todos os cartões amarelos): o cartão diz "Você deixa as luzes acesas quando sai da sala". Os alunos que fazem isso levantam as mãos e o professor os conta. Se o número for maior que 50% dos alunos, o professor tira um bambolê porque este é um exemplo de uma ação humana que esgota os recursos naturais ou é ruim para a Terra.

Continue o jogo da mesma forma até que todas as cartas tenham sido lidas, removendo um bambolê a cada vez se mais de 50% dos alunos tiverem levantado as mãos quando as cartas amarelas tiverem sido lidas.

Por fim, o professor bate palmas e os alunos têm que encaixar os bambolês disponíveis. Se o número for o mesmo, está tudo bem, e isso é resultado do comportamento responsável dos alunos. Se o número de bambolês for menor, alguns alunos ficarão do lado de fora porque seus habitats desapareceram devido aos maus hábitos.

Exercicios de Relax	32 - Excelente trabalho  Os alunos formam um círculo. Então todos viram para a direita e com a mão direita dão um tapinha no ombro da criança que está na frente dizendo "Você fez um ótimo trabalho". Então todos os alunos viram para a esquerda e fazem o mesmo com a criança que está na frente deles. Etapa final: os alunos ficam em um círculo, de frente um para o outro. Eles colocam a mão direita no próprio ombro esquerdo, e a mão esquerda no ombro direito; eles dão tapinhas nos ombros dizendo "Fiz um ótimo trabalho".
Objectivos	Por meio de diversos materiais e vídeos, os alunos podem chegar à essência dos conceitos de economia linear e economia circular. Os alunos entenderão a importância do conceito de economia circular para reduzir o desperdício e proteger a natureza.
Preparação	**Equipamento** • 8 bambolês (1 bambolê para cada 3 alunos) • quadro branco ou projetor. • Laptops ou tablets para cada grupo (opcional – para a etapa 3) **Impressões** : • envelopes com palavras recortadas para cada grupo (Anexo 2) • Ficha de trabalho do aluno (Anexo 3) – para cada aluno • Ficha de trabalho de grupo (Anexo 1) – para cada grupo • Anexo 4 (Corrida por cartas de recursos – para o energizador)

Work Flow **Etapa 1 (5 min.):** Brainstorming

Olhe ao seu redor. Estamos cercados por coisas diferentes - os objetos na sala de aula, nossas roupas, os carros que vemos pela janela, o prédio da escola, etc. Todas as coisas que vemos são feitas de materiais diferentes.

Vamos tentar fazer uma lista de todos os materiais que você puder imaginar.

Respostas independentes esperadas ou sugeridas pelo professor: plástico, metal, madeira, vidro, diversas fibras e tecidos, náilon, poliéster, lã, algodão, etc.

Os materiais estão escritos no quadro.

Etapa 2 (15 min.) Trabalho em grupo

1. Peça para cada grupo fazer uma lista das roupas que estão usando e há quanto tempo as usam.
   Depois disso, cada grupo resume suas respostas e as compartilha em plenário. (Anexo 1)
2. Escolha alguns itens das listas de roupas e peça aos alunos para adivinharem de que materiais cada peça de roupa é feita. Aceite todas as respostas e, finalmente, diga aos alunos que todos esses materiais (que usamos para fazer nossas roupas e itens domésticos) vêm do mundo natural. Isso é verdade até mesmo para o plástico, que requer óleo como um de seus principais ingredientes.

Etapa 3: (8 min.)

1. O professor pede que os alunos façam suas suposições (ou descubram na internet) quantos litros de água são necessários para uma camiseta - esta é uma peça de roupa que todos os alunos usam. (A *resposta é 2700 l, mas neste ponto todas as suposições são registradas no quadro ou em um flipchart)*.
2. Os alunos tentam descrever a rota da camiseta para que ela chegue à gaveta onde guardamos nossas roupas. Espera-se que a rota final compreenda os seguintes estágios: Se a camiseta for feita de algodão, esse algodão deve ser cultivado em algum lugar e colhido por um fazendeiro, então fiado em fio para fazer o tecido que mais tarde é usado para fazer a camiseta. Muita água, energia (na forma de luz solar) e nutrientes no solo são necessários para o algodão necessário para a camiseta. Sem mencionar a energia e o trabalho duro das pessoas que cultivaram o algodão e então fizeram o fio, o tecido e finalmente, a camiseta. Muito provavelmente, depois de produzida, a camiseta viajou uma longa distância para chegar à loja onde você a comprou e a trouxe para casa. Esta é a longa rota de uma simples peça de roupa - a camiseta!

Etapa 4: (15 min.) Assistir a um filme

Os alunos assistem aos filmes e formulam definições de economia linear e circular:

Economia circular: o que é e por que é importante https://www.europarl.europa.eu/topics/en/article/20151201STO05603/circular-economy-definition-importance-and-benefits

https://www.youtube.com/watch?v=tCJNikTz1sA (tradução gerada automaticamente disponível em todos os idiomas)

Pegar - Fazer (produzir **) - Usar - Descartar (** jogar fora **)** . Chamamos esse ciclo de **economia linear** .

Pegamos nossos recursos naturais, os transformamos em produtos, usamos os produtos e depois os jogamos fora quando não precisamos mais deles, e eles se tornam lixo.

A economia vem funcionando dessa maneira há muitos e muitos anos — desde a Revolução Industrial, quando as pessoas descobriram como produzir coisas em massa.

Mas agora o ponto de inflexão está sendo alcançado – isso não é mais bom para empresas, pessoas ou o meio ambiente. Essa maneira de fazer as coisas leva a altos níveis de desperdício e poluição que danificam nosso planeta e nossa saúde.

É hora de um novo sistema. Você se lembra de como essa nova organização de produzir e usar coisas é chamada? Sim, essa é a economia circular.

Etapa 5: (10 min.) Trabalho em grupo

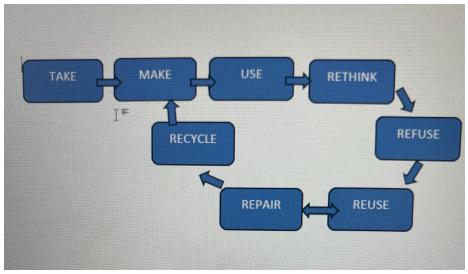
Cada equipe recebe um envelope com as seguintes palavras (Anexo 2) TAKE x2, MAKE x2, USE x2, DISPOSE, RUSE, REFUSE, REPAIR, RETHINK, RECICLE que foram cortadas separadamente. Cada grupo tem que organizar as palavras em 2 diagramas explicando (1) a economia linear e (2) a circular. O professor deve fixar a atenção dos alunos nas novas palavras não mencionadas no vídeo ou nas tarefas anteriores. Uma discussão pode ser iniciada sobre como os alunos entendem o significado das palavras *rethink* e *refuse* relacionadas ao consumo.

Os alunos concluem a tarefa e apresentam o resultado.

Arranjo esperado das palavras fornecidas:

Ciclo de economia linear : TOMAR (matérias-primas) - FAZER (produzir itens) - USAR - DESCARTAR.

Ciclo da economia circular : PEGAR (matérias-primas) - FAZER (produzir itens) - USAR - REPENSAR (se você precisa comprar um novo item) - RECUSAR (para comprar um novo item) - REPARAR (é necessário para usar o item novamente) - REUTILIZAR (o item) - RECICLAR (se possível)



Etapa 6: (12 min) Trabalho individual na planilha do aluno (Anexo 3). A planilha fornece um modelo que os alunos podem usar para apresentar os estágios do ciclo de vida de uma camiseta. Instrua-os a cortar as imagens separadamente e colocá-las no diagrama (modelo) para apresentar o ciclo de economia linear da produção e do uso de uma camiseta de algodão.
O mesmo modelo deve ser usado para apresentar as etapas que ilustram o ciclo de economia circular de uma camiseta.

Disposição esperada das imagens fornecidas (considerando os números nas caixas de modelo):

Economia linear:

1. Matéria-prima (algodão)
2. Produto de tecidos de algodão
3. Camiseta feita em fábrica
4. Produto de camiseta vendido em lojas
5. Produto usado e jogado no lixo
6. Aterro sanitário

Economia circular

1. Matéria-prima (algodão)
2. Produto de tecidos de algodão
3. Camiseta feita em fábrica
4. Produto de camiseta vendido em lojas

7. Produto utilizado e destinado à reciclagem

Etapa 7: (5 min) Tempo para verificar o que os alunos aprenderam na lição.

O professor poderá escolher uma das formas indicadas para efetuar login na plataforma Wordwall.

- Faça login com o código QR
- ou use o link http://wordwall.net/resource/75893461

	Os alunos devem ler o texto e preencher as lacunas com as palavras coloridas.
Feedback	1. Que coisas novas você aprendeu hoje? 2. Você acha difícil implementar o conceito de economia circular na sua vida cotidiana? 3. Você mudará algo na sua vida diária depois da lição de hoje? O quê?
Adaptações	Atividades de acompanhamento: 1. Os alunos pesquisam e apresentam fatos interessantes sobre a economia circular. Eles podem apresentar suas descobertas em outra aula (reproduzir os vídeos que encontraram, ou contar aos colegas o que aprenderam, ou fazer um desenho ou pôster e levar para a sala de aula) 2. Os alunos mais novos podem organizar uma oficina demonstrando na prática o modelo de economia circular remodelando e dando uma segunda vida aos objetos. Aqui estão algumas ideias: - Transformando uma camiseta em uma bolsa: https://climatekids.nasa.gov/tshirt-bag/ - Segunda vida dos plásticos: https://www.countryliving.com/uk/create/craft/a19861275/how-to-recycle-plastic-alternative-creative-ways/
Competências do Professor	1. Gestão de sala de aula - estabelecendo expectativas claras, mantendo a disciplina e promovendo comportamentos positivos 2. Comunicação - escuta e adaptabilidade - o tópico é interessante, mas complicado. Os alunos podem fazer muitas perguntas ou podem ter uma opinião e entendimento diferentes no começo, então o professor tem que estar pronto para se adaptar e atender às necessidades deles. - criatividade - apresentar os materiais e envolver os alunos nas discussões. 3. Pensamento crítico - responder rapidamente às perguntas dos alunos - não há respostas erradas, mas o professor tem que explicar a essência do problema. - editar planos de aula e criar novos usando as notas de adaptação. 4. Paciência - ao revisar os materiais e as informações sobre o tópico com os alunos que têm dificuldades em concluir as tarefas ou que têm uma visão ou opinião diferente.
Recursos Digitais	Economia circular Economia circular explicada para crianças Anexo 1 : Folha de trabalho do grupo (Etapa 2) Anexo 2 : Palavras (Etapa 5) Anexo 3 : Folha de trabalho do aluno (Etapa 6) Anexo 4 : Cartas de Corrida por Recursos (Energizer)

17



Tópicos de Sensibilização ECO / E.C4 Purificação da água (abordagem experimental)

Desenvolvido por	Prosveta Foundation - Petya Yordanova
Duração	60
Exercícios de Energia	 35 - Água - Terra - Ar Os alunos ficam em um círculo, como mostrado na foto. Quando ouvem a palavra **Água** , eles têm que dar 2 pulos para frente sem quebrar o círculo; **Terra** é para dar 1 pulo para trás e **Ar** significa dar uma volta completa (360º). Os alunos completam as ações várias vezes ouvindo o professor.
Exercicios de Relax	 6 - Respiração das abelhas O professor instrui os alunos a ficarem em uma posição confortável para praticar a respiração das abelhas. Eles têm que imaginar que estão sentados em uma folha ou pétala de flor, sentar-se ereto e permitir que a folha ou pétala os apoie gentilmente. O professor dá aos alunos as seguintes instruções: Inspire, permitindo que o ar entre suavemente pelo nariz, enchendo seus pulmões. Ao expirar, zumba como uma abelha. Veja quanto tempo seu zumba pode durar. Veja quão longe sua abelha vai voar antes de sentar e descansar novamente. Zumbido. Zumbido. Zumbido. Na próxima respiração, veja se sua abelha consegue voar com um zumbido alto e forte. Na próxima respiração, veja se sua abelha consegue voar com um zumbido suave. Quando o exercício termina, o professor dá tempo para uma breve discussão: A sensação é diferente com um zumbido forte ou suave? Como seu corpo se sente? *Opcional (use se o tempo permitir):* Após a prática de respiração, desenhe uma imagem de uma abelha e a folha ou flor na qual você estava "sentado" em sua imaginação. Esta imagem pode ser usada como um lembrete de prática de relaxamento. Quando você vir a imagem, pratique ser como uma abelha em uma folha e pratique uma respiração de abelha.
Objectivos	No final da aula, os alunos irão: • estar ciente da influência dos seres humanos na natureza (terra e água) - conexão com a pegada ambiental; • conhecer melhor quais ações podem implementar para proteger a água - conexão com a pegada ambiental; • saber avaliar suas ações; • ter melhor conhecimento e habilidades sobre diferentes maneiras de purificar água; • adquirir habilidades básicas sobre como fazer experimentos; • desenvolver habilidades para observar, tomar notas e tirar conclusões.

Preparação

Materiais

- *Estação 1* – 4 potes vazios (um para cada grupo), água limpa, papel, embalagens, alimentos, objetos de plástico
- *Estação 2* – 4 conjuntos (para cada grupo) – uma bandeja vazia ou uma tigela, água limpa, pimenta-do-reino, sabão líquido
- *Estação 3* – dispositivos digitais para os alunos jogarem o jogo individualmente ou em pares
- Estação 4 - 4 conjuntos de 2 copos, água barrenta, papel toalha ou guardanapos

Arranjo da sala de aula – a classe é dividida em 4 grupos. Há 4 Estações para experimentação. Durante a aula, os grupos se revezam, para que façam todos os experimentos. É recomendado que os experimentos nas 4 estações sejam facilitados por um adulto.

Impressões

- Imprimir Apêndice A : imagens provocativas da natureza
- 4 cópias (uma para cada grupo) do Apêndice 1 (Estação de Trabalho 1)
- 4 cópias do Apêndice 2 (Planilha Estação 2)
- 4 cópias do Apêndice 3 (Planilha Estação 3)
- 4 cópias do Apêndice 4 (Planilha Estação 4)
- uma cópia do Apêndice 5 : Carta SOS
- cópias do Apêndice 6 (Folha de Trabalho do Aluno) para cada aluno.

Work Flow

Etapa 1 (8 min.): *Introdução*

Despertar a atenção e o interesse dos alunos pelo assunto por meio de imagens e perguntas provocativas – Apêndice A
O professor cola em uma parede imagens de exposição que mostram o resultado das atividades humanas na água como um recurso - seca/enchentes, desperdício/economia de água, plantas secas/vivas, água suja/limpa. Pontos de discussão:

- O que essas imagens representam?
- Quais são as mensagens das fotos?
- Por que existem tantas contradições em relação à água?
- Liste alguns poluentes da água.

O objetivo é deixar os alunos intrigados pelo tema da aula e motivá-los a participar ativamente.

Passo 2 (7 min.) *Carta SOS*
O professor anuncia que a turma recebeu uma carta SOS! Ele/ela a lê (Apêndice 5) para os alunos e pergunta se eles estão dispostos a ajudar!
Etapa 3: (60 min.) *Realização de experimentos* .

O professor pergunta aos alunos quais são os principais poluentes da água. (*Conexão com a aula Conscientização sobre poluição)*

As atividades descritas estão relacionadas à poluição e purificação da água.
A classe é dividida em 4 grupos. São organizadas 4 estações e cada grupo tem que passar por cada estação e fazer o experimento descrito por 15 minutos.

Estação 1: *Poluentes da água*
Diferentes tipos de resíduos são colocados em um jarro de água: papel, comida, embalagem, etc. Os alunos podem ver que a água está limpa e não tem cor nem cheiro. Eles discutem o que observam e um aluno preenche a primeira parte da tabela do Apêndice 1. Então, o jarro é fechado firmemente com uma tampa e deixado por vários dias. *Para um resultado mais rápido, os alunos podem ser organizados para fazer esta etapa alguns dias antes da aula.*
Depois de vários dias, os alunos abrem o frasco e registram suas observações na tabela: data, cor e cheiro da água. *Observações esperadas* : a água não está mais limpa, a cor ficou turva e cheira mal.

Conclusão **:** O lixo polui a água.

Moral : Por meio do experimento, os alunos serão convencidos de que a água deve ser mantida limpa.

Estação 2: *Poluição e purificação da água*

- Os alunos do segundo grupo participam de um experimento científico que demonstra a poluição e a purificação da água. A equipe recebe uma bandeja e despeja água e adiciona pimenta. Esta é uma maneira de visualizar a poluição da água. As crianças são instruídas a molhar os dedos e discutir se gostam da sujeira deixada em suas mãos.
- Depois disso, eles fazem o mesmo, mas primeiro mergulham um dedo no sabão líquido e depois na água com a pimenta. Eles compartilham suas observações.

Observações esperadas: O sabão empurra a pimenta-do-reino para longe do dedo, ela recua.

Conclusão: O sabão mantém a sujeira longe das suas mãos.

A ação dos agentes de limpeza é demonstrada.

As observações são registradas no Apêndice 2 .

Estação 3: *Jogo de limpeza da praia* .

Os alunos jogam o jogo separando o lixo e jogando-o no recipiente apropriado para reciclagem. Os alunos recebem as instruções (Apêndice 3) e jogam o jogo.
Estação 4: *Filtragem de água*

O quarto experimento está relacionado à filtragem de água. É um experimento com dois copos e papel-toalha. Água barrenta é despejada em um dos copos. Os dois copos são

	conectados com papel-toalha enrolado. Depois de um tempo, a água purificada (devido ao papel-toalha) flui para o segundo copo. O professor pode mostrar os resultados do mesmo experimento que ele conduziu anteriormente para que os resultados possam ser observados rapidamente. As crianças compartilham suas impressões. Os alunos preenchem suas observações no Apêndice 4 : *Observação 1:* Depois de um tempo, a água começa a fluir do copo A para o copo B. *Observação 2:* A água no copo B não está mais turva! Ela foi purificada com a ajuda da toalha de papel. **Etapa 4: (5 min.)** *Conclusões* O professor escreve as seguintes questões para discussão no quadro: ◦ **Como a poluição da água pode ser controlada?** O professor registra todas as sugestões dos alunos no quadro. Após discuti-las, os alunos são instruídos a fazer as tarefas do Apêndice 6. Ao combinar as duas partes de uma declaração, eles aprenderão mais maneiras de controlar a poluição da água. **Por que devemos manter a água limpa?** Os alunos fazem um brainstorming sobre o tópico. O professor registra todas as sugestões e adiciona algumas informações importantes: - A água potável é escassa na natureza, por isso deve ser usada com responsabilidade e moderação. - Manter a água limpa é importante para nossa saúde e para todos os seres vivos. - Uma boa hidratação favorece o bom funcionamento de todos os órgãos do corpo humano. - Um copo de água nos ajuda a focar e ficar mais concentrados. - Beber água regula a temperatura do corpo e auxilia na digestão **.**
Feedback	Perguntas para discussão: 1. Qual foi a parte mais interessante da aula? 2. Qual foi a parte mais difícil da aula? 3. Como você se sentiu trabalhando nos grupos de hoje? 4. O que você gostaria de mudar ou adicionar nesta lição?
Adaptações	Os alunos mais novos só podem fazer o experimento da Estação 4, então todos podem participar ativamente. Conscientes da Pegada Ambiental, os alunos podem calcular sua Pegada Hídrica https://watercalculator.org/
Competências do Professor	*Gestão de sala de aula* - estabelecendo expectativas claras, mantendo a disciplina e promovendo comportamentos positivos *Comunicação* - escuta e adaptabilidade - o tópico é interessante, mas complicado. Os alunos podem fazer muitas perguntas ou podem ter uma opinião e entendimento diferentes no começo, então o professor tem que estar pronto para se adaptar e atender às necessidades deles. - criatividade - apresentar os materiais e envolver os alunos nas discussões. *Pensamento crítico* - responder rapidamente às perguntas dos alunos - não há respostas erradas, mas o professor tem que explicar a essência do problema. - editar planos de aula e criar novos usando as notas de adaptação. *Flexibilidade* – os experimentos podem levar mais ou menos tempo e o professor tem que ser flexível com a nova organização da rotação. *Construção de confiança* – por meio do trabalho prático, o professor pode construir confiança e encorajar os alunos. *Facilitação* **-** Orientar discussões e atividades para garantir o envolvimento ativo dos alunos.

Recursos Digitais	Jogo interativo: Estação 3
	Pegada Hídrica
	Apêndice A
	Apêndice 1
	Apêndice 2
	Apêndice 3
	Apêndice 4
	Apêndice 5
	Apêndice 6

eco-civic awareness project

18



Tópicos de Sensibilização ECO / E.C5 Consumo responsável

Desenvolvido por	Prosveta Foundation - Petya Yordanova
Duração	60
Exercícios de Energia	34 - Soletrar a palavra  Peça para oito pessoas da primeira fila irem para a frente da sala e formarem uma fila reta de frente para o resto da turma. Distribua os cartões com letras – ESRRCEUO (RECURSOS), um para cada participante. Peça para cada pessoa segurar seu cartão com letras acima da cabeça, para que a classe possa vê-lo facilmente, mas o portador não saiba qual letra ele/ela está segurando Explique que as letras formam uma palavra de 8 letras. Peça aos alunos da plateia para darem instruções aos portadores das letras para reorganizá-las na ordem correta para soletrar a palavra corretamente. (Exemplos: Anya, (que está segurando a letra E) vá para o final da fileira; Peter, (que está segurando a letra R) vá para a fonte da fileira, etc.) Quando a palavra estiver escrita corretamente, peça para todos lerem em voz alta.
Exercicios de Relax	 33 - Relaxamento das cores Os alunos são instruídos a deitar ou sentar em uma posição relaxada e imaginar cores diferentes em diferentes partes do corpo. • Imagine que suas pernas estão cheias da cor vermelha – o vermelho das papoulas • Imagine que sua barriga está cheia da cor amarela – a cor do sol • Imagine que seu peito está cheio de verde – a cor das folhas novas e frescas • Imagine que sua garganta está cheia de azul – a cor do céu • Imagine que sua cabeça está cheia da cor roxa – o roxo aveludado do céu noturno Agora deixe todo o seu corpo se sentir feliz, em paz e relaxado.
Objectivos	No final da aula os alunos irão: • Entenda o conceito de consumo responsável. • Identificar comportamentos que favorecem o consumo responsável. • Aumentar a conscientização sobre a importância do consumo responsável. • Entenda os problemas relacionados à produção de óleo de palma. • Sugira uma maneira de como eles podem ajudar a resolver o problema do óleo de palma.
Preparação	**Materiais –** cartas ESR RCEUO impressas em papel A4 **Equipamento –** quadro branco ou projetor **Impressões** Apêndice 1 – para cada aluno Apêndice 2 – para cada aluno Apêndice 3 – para cada aluno

Work Flow **Etapa 1** (10 min.): *Introdução*

- Explique aos alunos o que são recursos naturais e que os seres humanos dependem deles para produzir as coisas que usamos em nossa vida cotidiana.
- Organize uma atividade de brainstorming "Os recursos naturais da Terra"; registre todas as respostas no quadro; adicione alguns exemplos, se necessário (por exemplo, uma planta em vaso, pedras, solo) para ajudar os alunos a pensar em todos eles.
- Peça aos alunos que dêem exemplos de produtos para os quais precisamos de alguns dos recursos listados:
  energia solar
  florestas – madeira, papel, goma de mascar
  animais – lã, leite, carne
  água – energia da turbina, a importância da água para todos e tudo, a água escondida nos alimentos, no corpo, nas roupas.
- Forneça algumas informações atualizadas sobre consumo e recursos: Mais de 80% dos recursos do planeta estão sendo consumidos por apenas 20% da população que vive em países industrializados. Estamos usando rapidamente todos os recursos que o planeta tem a oferecer. A lacuna está aumentando entre aqueles que têm e aqueles que não têm. Se todos os seres humanos adotassem os estilos de vida da população que vive em países industrializados, precisaríamos de mais três planetas do mesmo tamanho para atender às nossas necessidades.

No início do século XXI, o triste estado da situação mundial clama por todos nós.

- Você consegue pensar em coisas que poderíamos mudar em nosso modo de vida para agirmos como cidadãos responsáveis?

Etapa 2 (12 min.)

- Os alunos devem realizar a tarefa A (Apêndice 1): ler atentamente o texto que dá exemplos de consumo responsável e comentar ou fazer perguntas sobre algumas das ações.
- Os alunos realizam a tarefa B (Apêndice 1)
- Como acompanhamento, a turma discute ações extras de consumo responsável que não estão listadas na tarefa A. Caso o professor considere que a idade e as habilidades dos alunos são adequadas, a turma pode falar sobre as ações (da tarefa A) que reduzem a poluição ambiental e como?
- Como uma conexão interdisciplinar, peça aos alunos para encontrarem a única frase negativa "Eu não uso coisas que contenham óleo de palma." e digam se eles sabem algo sobre óleo de palma. Se eles não sabem nada – tudo bem. Apenas diga a eles que eles vão aprender alguns segredos terríveis relacionados à produção de óleo de palma e seu uso assistindo a um vídeo.

Etapa 3: (15 min.)

- Os alunos assistem a um curta de animação https://www.youtube.com/watch?v=SGf-oN7ygow sobre as consequências da produção e do uso do óleo de palma e discutem sobre ele.
- Depois de assistir ao filme, os alunos compartilham suas impressões e possivelmente assistem a outro filme ou participam da discussão. https://www.youtube.com/watch?v=0o6WHN4NDTk&t=60s
- Quando o(s) filme(s) termina(m), o professor facilita uma discussão. Ele pergunta aos alunos o que eles aprenderam sobre o óleo de palma. Perguntas sugeridas:
- Para que é usado o óleo de palma?
- Quais problemas o óleo de palma causa?
- Por que usamos óleo de plantas que não são produzidas em nosso país?
- Você, pessoalmente, pode fazer algo para neutralizar o impacto devastador da produção de óleo de palma? O quê?

Etapa 4: (13 min.)

Explique a conexão entre as causas e as sequências fornecendo exemplos da vida cotidiana dos alunos, por exemplo, Você foi reprovado no exame porque não estudou o suficiente, ou Seu pai estava cansado porque trabalhou muitas horas. Depois de certificar-se de que eles entenderam o significado, proponha o jogo "Elos de corrente" no qual os alunos têm que classificar as informações que aprenderam.

	Distribua o Apêndice 2 aos alunos, peça que recortem as imagens e as coloquem no esquema fornecido na ordem correta para representar a produção de óleo de palma, considerando a conexão entre uma causa "e sua(s) sequência(s). No final, o professor e os alunos discutem a disposição das imagens. Arranjos esperados ou as fotos fornecidas: 1. Procurando matérias-primas baratas para produção de alimentos. 2. Florestas estão sendo destruídas e queimadas, terras estão sendo desmatadas para grandes plantações de palmeiras. 3. Produção comercial em massa de óleo de palma. 4. Perda de biodiversidade. 5. Aumento dos gases de efeito estufa e aquecimento global. 6. A vida de 100 milhões de indonésios depende da produção. **Etapa 5:** (10 min.) *Conclusão s* Os alunos recebem o Apêndice 3 com a pergunta: *Qual é a conexão entre os objetos nas três imagens – um orangotango, Nutella e as florestas tropicais?* Resposta correta: Nutella contém óleo de palma. O óleo de palma é produzido a partir das sementes das palmeiras. Mas elas são plantadas em espaços cobertos com floresta tropical que são cortados ou queimados para dar espaço livre para as palmeiras. Os orangotangos vivem nas florestas tropicais e perdem seu habitat e alimento, e se tornam espécies ameaçadas de extinção. **Etapa 5:** (20 min.) *Criação do pôster – preparação e instruções* O professor pede aos alunos que se lembrem do(s) vídeo(s) e de suas ideias sobre o que eles, pessoalmente, poderiam fazer sobre o tópico do óleo de palma. Considerando as ações sugeridas, os alunos são solicitados a criar um pôster destinado a informar os outros sobre as consequências da produção de óleo de palma, sobre como as pessoas podem evitar usá-lo e como podem descobrir se o óleo de palma é usado na produção de um produto. É bom se o professor falar sobre as regras básicas da criação de pôsteres antes de começar a trabalhar neles (por exemplo, não muito texto, belas imagens, mensagem clara, forneça também as razões para as ações sugeridas). Como tarefa de casa, os alunos devem encontrar fotos e trazê-las para a escola durante uma semana para que possam criar seus pôsteres. Os cartazes podem ser exibidos na escola, usados no futuro ou podem ser impressos e distribuídos em lojas locais, etc.
Feedback	1. Que novas informações você aprendeu? 2. O que você gostaria que fosse alterado ou adicionado nesta lição? 3. Como você se sente no final da aula? Vá para um dos 4 cantos correspondentes ao seu humor: • *Feliz* • *Não estou feliz* • *Enriquecido com novos conhecimentos* • *Difícil dizer.*
Adaptações	Os alunos mais velhos estão familiarizados com o ODS 12 – Produção e consumo responsáveis: https://www.youtube.com/watch?v=dn-hLQk49eA&ab_channel=SmileandLearn-English Os alunos podem gravar um vídeo sobre sua responsabilidade ligada ao uso do óleo de palma: eles podem incluir informações sobre o perigo para a floresta tropical e seus habitantes. Como inspiração, eles podem assistir a um vídeo criado por crianças .

Competências do Professor	*Gestão de sala de aula* - estabelecendo expectativas claras, manter a disciplina e promover comportamentos positivos *Comunicação* - escuta e adaptabilidade atendendo às necessidades dos alunos. - criatividade - apresentar os materiais e envolver os alunos discussões. *Pensamento crítico* - responder rapidamente às perguntas dos alunos - editar planos de aula e criar novos usando a adaptação notas. *Facilitação* **-** Orientar discussões e atividades para garantir uma participação ativa engajamento dos alunos.
Recursos Digitais	O segredo do óleo de palma/Vídeo educativo para crianças https://www.youtube.com/watch?v=SGf-oN7ygow Proteja o Paraíso: Uma Animação sobre o Óleo de Palma – Greenpeace internacional https://www.youtube.com/watch?v=0o6WHN4NDTk&t=60s&ab_channel=GreenpeaceInternational ODS 12 – Produção e consumo responsáveis: https://www.youtube.com/watch?v=dn-hLQk49eA&ab_channel=SmileandLearn-English Apêndice 1 Apêndice 2 Apêndice 3

19



Tópicos de Sensibilização ECO / E.C6 Poluição física e biológica

Desenvolvido por	Foundation for Environmental Education
Duração	80
Exercícios de Energia	12 - Escrever com corpo - Formas geométricas do corpo  *Opção 1* O professor pede que os alunos escrevam seus nomes no ar usando diferentes partes do corpo, por exemplo, usando a mão, a perna, o tornozelo, o nariz, etc. Opcional: Se o tempo permitir, o professor pode pedir para a turma soletrar algumas palavras reproduzindo as letras com seus corpos. Os alunos podem colaborar todos juntos ou podem criar grupos diferentes. *Opção 2* Tarefa: Desenhe uma forma geométrica no ar usando diferentes partes do seu corpo - mãos, pernas, cotovelos, narizes, etc. *Opção 3:* Tarefa: Trabalhem em grupos de 2, 3 ou mais alunos para fazer uma forma geométrica com seus corpos.
Exercicios de Relax	13 - Massagem corporal  Os alunos ficam em círculo: eles precisam seguir todos os movimentos que o professor faz e se massagear. O professor começa a massagear diferentes partes do corpo dele/dela, começando da cabeça até os pés (é melhor se eles tirarem os sapatos). O professor explica como a massagem precisa ser feita, se delicada ou mais energética. *Opcional:* O professor também pode pedir que os alunos massageiem outro colega.
Objectivos	a. Defina diferentes tipos de poluição (sonora, luminosa e térmica). b. Identificar as causas e efeitos da poluição. c. Sugira soluções potenciais para reduzir a poluição. d. Aplicar seus conhecimentos para criar um plano pessoal para promover um ambiente de aprendizagem pacífico.

Preparação	Materiais de apresentação: • Uma foto de uma área poluída - você pode escolher qualquer uma que seja mais adequada para sua turma! • Apresentar os principais conceitos de poluição física: poluição sonora, luminosa e térmica (energética). Materiais: • quadro branco; • papel quadriculado ou slides de apresentação. Rotação da estação: • Vídeos curtos (3-5 minutos) sobre cada tipo de poluição (sonora, luminosa, térmica); • Laptops/tablets ou um projetor com uma tela para cada estação; • Impressões de planilhas com perguntas de múltipla escolha ou de resposta curta para cada tipo de poluição; • Temporizador; Questionário: • Questionário Jeopardy na apresentação PP; • Laptop, projetor e tela. Criação de minilivro: • Materiais do livro: Folha A4 para cada aluno; • Materiais de decoração: giz de cera, marcadores, lápis de cor, adesivos; • Instruções: como criar o minilivro.

Work Flow

Etapa 1 (5 minutos)

Comece andando pela sala de aula e perguntando: "Você consegue identificar algo ao nosso redor que pode estar dificultando o aprendizado? Quais causas você consegue nomear?" (Aguarde as respostas dos alunos)

Explique: "Esses itens perdidos estão causando uma bagunça, dificultando o foco. Esse tipo de desordem em nosso ambiente é chamado de poluição."

Peça aos alunos que fechem os olhos e levantem as mãos bem alto. Pergunte a eles: "O que vocês conseguem sentir? Que sons vocês conseguem ouvir?" (Aguarde as respostas dos alunos)

Explique: "Podemos experimentar coisas mesmo sem vê-las, como sons e sentimentos. Semelhante à nossa sala de aula bagunçada, pode haver poluição invisível na natureza que ainda perturba o meio ambiente."

Mostre uma imagem de um ambiente poluído e pergunte: "Como você acha que esse tipo de confusão pode afetar o mundo ao nosso redor?" (Aguarde as respostas dos alunos)

Explique: "Assim como a desordem na sala de aula atrapalha nosso aprendizado, a poluição na natureza pode prejudicar plantas, animais e até nós mesmos."

Etapa 2 (1 minuto)

Apresente os conceitos-chave da classe: Diga a eles que hoje embarcaremos em uma jornada para aprender sobre vários tipos de poluição que não são visíveis – poluição sonora, luminosa e térmica. Exploraremos o que as causa e como elas impactam nosso meio ambiente.

Etapa 3 (30 minutos)

Atividade de rotação de estações para explorar os tipos de poluição.

Divida os alunos em grupos de 3-4 alunos. Coloque o vídeo correspondente e um dispositivo para visualizá-lo em cada estação. Distribua uma opção para visualizar pacotes de planilhas para cada grupo contendo todos os três (Luz, Som, Calor). Instrua os alunos a passarem um tempo designado (por exemplo, 5-7 minutos) em cada estação, seguindo estas etapas:

a. Assista aos vídeos sobre o tipo específico de poluição.

Poluição sonora

Poluição luminosa

Poluição térmica

b. Preencha a planilha correspondente ao tipo de poluição que acabaram de observar no vídeo.

c. Após cada intervalo de tempo, faça com que os grupos girem no sentido horário para a próxima estação.

d. Após completar todas as estações, reúna a turma para uma discussão. Reveja brevemente os pontos-chave de cada vídeo e peça aos alunos que compartilhem suas descobertas nas planilhas.

Etapa 4 (10 minutos)

Facilite uma discussão em classe sobre os diferentes tipos de poluição. Incentive os alunos a:

a. Identificar problemas comuns para cada um dos tipos de poluição (por exemplo, fontes, impactos, soluções).

b. Discuta as respostas com a turma!

Enquanto os alunos discutem, peça para eles fazerem anotações em seus cadernos de exercícios usando um formato de mapa mental. Esta ferramenta visual pode ajudá-los a organizar conceitos-chave e conexões aprendidas sobre diferentes tipos de poluição.

	Etapa 5 (10 minutos) Os alunos permanecem em seus grupos anteriores. Os alunos devem encontrar um lugar na sala de aula onde possam ver a tela do projetor. Questionário sobre poluição física (usando o questionário Jeopardy): O teste inclui 5 perguntas em cada uma das 3 categorias: "poluição sonora", "poluição luminosa" e "poluição térmica". Cada pergunta recebe um valor de ponto com base na dificuldade (por exemplo, fácil = 10 pontos, médio = 20 pontos, difícil = 30 pontos). Perguntas e respostas estão disponíveis no anexo 1. O jogo começa com uma equipe escolhendo uma pergunta de qualquer categoria e respondendo em 30 segundos. Respostas corretas rendem pontos para a equipe. Se uma equipe responder incorretamente, nenhum ponto é concedido, e a próxima equipe pode escolher uma pergunta. O jogo pode ser jogado por 4-5 rodadas, dependendo do número de alunos e do tempo restante. Etapa 6 (20 min) Criando um minilivro dobrável . Os alunos criarão um "mini livro Paz e sossego" pessoal com 7 recomendações sobre como promover um ambiente de aprendizagem pacífico, silencioso e saudável na escola. Isso os ajudará a pensar em como se concentrar nos estudos e aproveitar mais o dia escolar. Os alunos devem criar um espaço designado no canto de cada página (por exemplo, um quadrado, uma estrela, um rosto sorridente) onde os alunos podem marcar seu progresso indicando quais recomendações seguiram ao longo do dia, da semana ou do mês.
Feedback	Esses mini-livros podem ser um trampolim para a ação dos alunos! Os alunos podem usá-los para: Promova a conscientização: eles podem visitar outras salas de aula e compartilhar seus conhecimentos sobre a poluição invisível e as medidas que podemos tomar para reduzi-la. Inspire ação: os alunos podem apresentar suas ideias e mini livros para outras turmas, incentivando-os a criar seus compromissos para um ambiente de aprendizagem tranquilo. Promova a liderança estudantil: os alunos podem assumir a responsabilidade pelo seu aprendizado compartilhando seus minilivros como presentes ou iniciando uma iniciativa em toda a escola para criar livros semelhantes sobre diferentes questões ambientais. Ela capacita os alunos a usar suas criações como ferramentas para espalhar a conscientização, inspirar ações e promover a liderança estudantil.
Adaptações	**A1.** Você pode criar o livro em outras aulas, para não precisar criá-lo na sala de aula. **A2.** Você pode ajustar o número de recomendações no mini-livro de 7 a 5. **A3.** Você pode modificar o conteúdo do livro para focar em comportamentos específicos não apenas dentro, mas também fora e no ambiente escolar.

Competências do Professor	Etapa 1: Introdução Construindo conhecimento prévio: O professor fornece uma breve visão geral da poluição para estabelecer uma base para o aprendizado posterior. Etapa 2: Rotação da estação Habilidade: Organização e Gestão: O professor organiza e gerencia efetivamente a atividade de rodízio de estações para garantir transições suaves e envolvimento dos alunos. Etapa 3: Discussão em classe Pensamento crítico: O professor promove o pensamento crítico orientando os alunos a analisar as informações e tirar conclusões. Etapa 4: Questionário Design de Avaliação: O professor cria um questionário bem elaborado que avalia com precisão a compreensão dos alunos sobre os conceitos-chave. O professor fornece feedback sobre os resultados do questionário e reforça os pontos-chave conforme necessário. Etapa 5: Criação do Mini-Livro Reflexão e definição de metas: O professor orienta os alunos a refletir sobre sua aprendizagem e a definir metas pessoais para promover um ambiente pacífico.
Recursos Digitais	**Instruções sobre como criar um mini livro:** Criando um mini livro dobrável . **Questionário Jeopardy:** https://docs.google.com/presentation/d/1hWiYg0B_3XX-fkfW8r6Aag49oLGlSwNV/edit?usp=sharing&ouid=114846665326389019381&rtpof=true&sd=true **Vídeos sobre diferentes tipos de poluição:** 1. Poluição sonora 2. Poluição luminosa 3. Poluição térmica

20



Tópicos de Sensibilização ECO / E.C7 Alerta aéreo: poluição e qualidade do ar

Desenvolvido por	IPSantarem - Bento Cavadas e Nelson Mestrinho
Duração	80
Exercícios de Energia	12 - Escrever com corpo - Formas geométricas do corpo  *Opção 1* O professor pede que os alunos escrevam seus nomes no ar usando diferentes partes do corpo, por exemplo, usando a mão, a perna, o tornozelo, o nariz, etc. Opcional: Se o tempo permitir, o professor pode pedir para a turma soletrar algumas palavras reproduzindo as letras com seus corpos. Os alunos podem colaborar todos juntos ou podem criar grupos diferentes. *Opção 2* Tarefa: Desenhe uma forma geométrica no ar usando diferentes partes do seu corpo - mãos, pernas, cotovelos, narizes, etc. *Opção 3:* Tarefa: Trabalhem em grupos de 2, 3 ou mais alunos para fazer uma forma geométrica com seus corpos.
Exercicios de Relax	13 - Massagem corporal  Os alunos ficam em círculo: eles precisam seguir todos os movimentos que o professor faz e se massagear. O professor começa a massagear diferentes partes do corpo dele/dela, começando da cabeça até os pés (é melhor se eles tirarem os sapatos). O professor explica como a massagem precisa ser feita, se delicada ou mais energética. *Opcional:* O professor também pode pedir que os alunos massageiem outro colega.
Objectivos	No final da lição, os alunos deverão ser capazes de: • Entenda o que é poluição do ar. • Reconhecer as principais fontes de poluição do ar. • Conheça os efeitos da poluição do ar na saúde e no meio ambiente. • Conheça o Índice de Qualidade do Ar (IQA). • Identifique maneiras de reduzir a poluição do ar e melhorar a qualidade do ar. • Desenvolver comportamentos positivos em relação à proteção do ar.

Preparação	Preparação • Leitura extra: Programa Ambiental ONU. Nota de Ação sobre Poluição – Dados que você precisa saber. https://www.unep.org/interactives/air-pollution-note/ Agência Europeia do Ambiente. Visualizador da qualidade do ar da cidade europeia. https://www.eea.europa.eu/themes/air/urban-air-quality/european-city-air-quality-viewer NASA. Crianças do Clima. https://climatekids.nasa.gov/air-pollution/ • Materiais - Encha os balões azul e cinza antes do energizador • Equipamento - Computador com acesso à internet • Arranjo da sala de aula – O espaço da sala de aula deve ser organizado para o trabalho em grupo • Impressões - Folhas de exercícios
Work Flow	Etapa 1 (20 min.): A poluição do ar. 1. Assista ao vídeo "Poluição do Ar para Crianças | Aprenda sobre as Causas e Efeitos da Poluição do Ar; https://www.youtube.com/watch?v=Yjtgu2CxtEk (7min)", e em pequenos grupos, elaborem um mapa mental que responda à seguinte pergunta: O que é poluição do ar? Neste mapa mental, os alunos devem: • Descreva as causas da poluição do ar. • Descreva os efeitos da poluição do ar. • Descreva as soluções para reduzir a poluição do ar. Etapa 2 (30 min.): O que faz com que uma área tenha má qualidade do ar? 1. Em pequenos grupos, os alunos devem usar o simulador Air Pollution (Créditos: LabxChange; Figura 1) para explorar e descobrir a conexão entre clima, geografia e qualidade do ar. Os alunos também podem explorar o impacto humano na qualidade do ar alterando o número de carros e usinas de energia na região, com e sem dispositivos de controle de poluição. 2. Os alunos devem preencher a Planilha 1 - Simulador - O que faz com que uma área tenha má qualidade do ar? Etapa 3 (10 min.): Ação individual e coletiva Promover a reflexão em grupo sobre formas pelas quais a sociedade pode agir para reduzir a poluição do ar: • Como podemos ajudar a reduzir a poluição do ar? Cada grupo deve criar um slogan digital para ser exibido em áreas estratégicas da escola para conscientizar sobre a adoção de hábitos mais sustentáveis relacionados à poluição do ar. 60 milhas

Feedback	Peça aos alunos que dêem feedback sobre os seguintes elementos: • Você achou as planilhas e os materiais suficientes para fazer a atividade? • O que você achou sobre quanto tempo a atividade levou? Deveria ser mais longo ou mais curto? • A linguagem era fácil de entender ou difícil? • O que você aprendeu com essa atividade? 10 milhas
Adaptações	A implementação deste plano de aula se beneficiará do uso de um quadro interativo.
Competências do Professor	• **Alfabetização Ambiental** : Entendendo a poluição do ar, suas causas, efeitos e soluções. Os professores precisam comunicar conceitos ambientais complexos de uma maneira apropriada para a idade, ajudando os alunos a entender a importância da qualidade do ar e da poluição. • **Facilitação de Aprendizagem Interativa** : Orientar atividades dinâmicas, como o exercício do balão, para tornar questões ambientais abstratas mais tangíveis e relacionáveis. Facilitar discussões e reflexões para garantir que os alunos possam conectar atividades práticas com problemas ambientais do mundo real. • **Alfabetização digital** : usar tecnologia de forma eficaz, como simuladores e ferramentas digitais, para explorar conceitos como clima, geografia e poluição. Os professores devem se sentir confortáveis usando esses recursos para melhorar a compreensão e encorajar o engajamento dos alunos. • **Colaboração e Gestão de Grupo** : Organizar os alunos em grupos de trabalho para atividades como mapeamento mental, exercícios de simulação e criação de slogans. Incentivar o trabalho em equipe, garantindo que cada aluno participe e contribua para os esforços do grupo. • **Comunicação Criativa** : Incentivar os alunos a pensar de forma crítica e criativa, especialmente ao criar slogans ou campanhas. Isso envolve orientar os alunos a usar sua imaginação para expressar ideias ambientais de forma clara e eficaz, promovendo a conscientização sobre práticas sustentáveis.
Recursos Digitais	• Vídeo Poluição do Ar para Crianças | Aprenda sobre as Causas e Efeitos da Poluição do Ar (Créditos: Learn Bright) • Simulador Lab Interativo: Poluição do Ar (Créditos: LabxChange) • Sons da floresta | Ambiente da floresta, Canto dos pássaros: https://www.youtube.com/watch?v=xNN7iTA57jM • Vídeo "Mercy Mercy Me (The Ecology)" 1971 (Créditos: Marvin Gaye) https://www.youtube.com/watch?v=VgJlp-uDlwA).

Indice	Page
Créditos	3
Agradecimentos	4
Prefácio	5
Introdução	6
Instruções para os professores	7
Iniciar e terminar uma actividade	8
Educação não formal	11
Utilização de ferramentas digitais	17
Avaliação	18
Competências profissionais dos professores	19
Bibliografia	20
Exercícios de Energia	21
Exercicios de Relax	27
1 - Tópicos de Sensibilização Cívica / C.A1 Direito de aprender	35
2 - Tópicos de Sensibilização Cívica / C.A2 Direito de brincar	36
3 - Tópicos de Sensibilização Cívica / C.A3 Direito de liberdade de expressão	37
4 - Tópicos de Sensibilização Cívica / C.A4 Direito à privacidade e à proteção da honra e reputação	38
5 - Tópicos de Sensibilização Cívica / C.A5 Direito à educação	39
6 - Tópicos de Sensibilização Cívica / C.A6 Direito à privacidade	40
7 - Tópicos de Sensibilização Cívica / C.B1 - Direitos e obrigações. Os meus direitos não são ilimitados	41
8 - Tópicos de Sensibilização Cívica / C.B2 - Direitos das crianças com deficiência	42
9 - Tópicos de Sensibilização Cívica / C.C1 A bondade é fixe	43
10 - Tópicos de Sensibilização Cívica / C.C2 Projectos realizados pelos alunos	44
11 - Tópicos de Sensibilização Cívica / C.C3 Família/escola/ambiente como um todo.	45
12 - Tópicos de Sensibilização Cívica / C.C4 Posso fazer parte de uma mudança para melhor.	46
13 - Tópicos de Sensibilização Cívica / C.C5 Como estabelecer a cooperação fora da escola.	47
14 - Tópicos de Sensibilização Cívica / C.C6 Porque é que a mudança é importante para mim?	48
15 - Tópicos de Sensibilização Cívica / C.D1 O meu eu único: Celebrar o que me torna especial	49
16 - Tópicos de Sensibilização Cívica / C.D2 A minha identidade	50
17 - Tópicos de Sensibilização Cívica / C.E1 A nossa sala de aula colorida: Abraçar a diversidade na amizade	51
18 - Tópicos de Sensibilização Cívica / C. E2 A minha turma de sonho	52
19 - Tópicos de Sensibilização Cívica / C.E3 Diversidade do corpo	53
20 - Tópicos de Sensibilização Cívica / C.E4 Diversidade religiosa	54
1 - Tópicos de Sensibilização ECO / E.A1 Explorar a biodiversidade na natureza: biocubo	56
2 - Tópicos de Sensibilização ECO / E.A2 Ameaças à biodiversidade: Proteger as abelhas!	57
3 - Tópicos de Sensibilização ECO / E.A3 Os caracóis e o impacto humano	58
4 - Tópicos de Sensibilização ECO / E.A4 Os meus primeiros conceitos de evolução	59

5 - Tópicos de Sensibilização ECO / E.A5 Proteção da vida selvagem	60
6 - Tópicos de Sensibilização ECO / E.A6 Habitats naturais e ecossistemas	61
7 - Tópicos de Sensibilização ECO / E.A7 O que é a biodiversidade e como afecta a nossa vida?	62
8 - Tópicos de Sensibilização ECO / E.B1 Ar e clima	63
9 - Tópicos de Sensibilização ECO / E.B2 Fontes de energia renováveis	64
10 - Tópicos de Sensibilização ECO / E.B3 Eficiência energética e alterações climáticas	65
11 - Tópicos de Sensibilização ECO / E.B4 Pegada ambiental e impressão digital ambiental	66
12 - Tópicos de Sensibilização ECO / E.B5 Três áreas da nossa vida	67
13 - Tópicos de Sensibilização ECO / E.B6 Pesquisa dos hábitos de consumo de eletricidade e recolha de resultados	68
14 - Tópicos de Sensibilização ECO / E.C1 Os três R: Reduzir, Reutilizar, Reciclar	69
15 - Tópicos de Sensibilização ECO / E.C2 Sensibilização para a poluição	70
16 - Tópicos de Sensibilização ECO / E.C3 Economia circular	71
17 - Tópicos de Sensibilização ECO / E.C4 Purificação da água (abordagem experimental)	72
18 - Tópicos de Sensibilização ECO / E.C5 Consumo responsável	73
19 - Tópicos de Sensibilização ECO / E.C6 Poluição física e biológica	74
20 - Tópicos de Sensibilização ECO / E.C7 Alerta aéreo: poluição e qualidade do ar	75
Bibliography	76