



SAÚDE E BEM-ESTAR

Olá, professoras e professores do Programa Caminhos para a Cidadania!

O material temático deste mês traz o Objetivo de Desenvolvimento Sustentável 03 para o centro do nosso debate. “Assegurar uma vida saudável e promover o bem-estar para todos, em todas as idades” é o eixo central descrito pelo IPEA (Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada) acerca da frente Saúde e Bem-Estar.



Antes de adentrarmos no resumo das metas referentes a este ODS, gostaríamos de refletir um pouco sobre o conceito de saúde. Para você, educadora e educador, o que é de fato saúde? No portal do MEC (Ministério da Educação) encontramos a seguinte definição: “saúde é o estado de completo bem-estar físico, mental e social e não apenas a ausência de doença.” Você concorda?

Sabemos que o adoecimento físico e mental é uma constante em nossas escolas Brasil afora. O Instituto Semesp, centro de inteligência analítica criado pelo Sindicato das Mantenedoras de Ensino Superior, publicou em maio de 2024, os resultados de sua pesquisa inédita sobre o Perfil e Desafios dos Professores da Educação Básica no Brasil. Os dados mostram que 79,4% dos professores entrevistados já

pensaram em desistir da carreira de docente e que 67,6% se sentem inseguros, desanimados e frustrados. Os principais desafios citados são:



O que este cenário pode revelar sobre a saúde da Educação no Brasil? Os impactos dos números supracitados são vivenciados cotidianamente nas escolas e isso, infelizmente, não é uma novidade. Os adoecimentos são inúmeros e podem ser investigados a fundo no material denominado Trabalho e Saúde dos Professores - Precarização, Adoecimento e Caminhos para a Mudança que deixamos para você em nossas referências. Desta maneira, queremos estimular um olhar para o ODS3 de forma real, sem romantizar os processos de precarização e as realidades tão diversas enfrentadas por nós, profissionais da área.

Resumimos por aqui as principais metas propostas pela ONU (Organização das Nações Unidas):

- 1 Até 2030, enfrentar as mortes evitáveis de recém-nascidos e crianças menores de 5 anos, objetivando reduzir a mortalidade;
- 2 Acabar como problema de saúde pública as epidemias de AIDS, tuberculose, malária, hepatites virais, doenças negligenciadas, doenças transmitidas pela água, arboviroses transmitidas pelo aedes aegypti e outras doenças transmissíveis;
- 3 Reduzir em um terço a mortalidade prematura por doenças não transmissíveis via prevenção e tratamento, promover a saúde mental

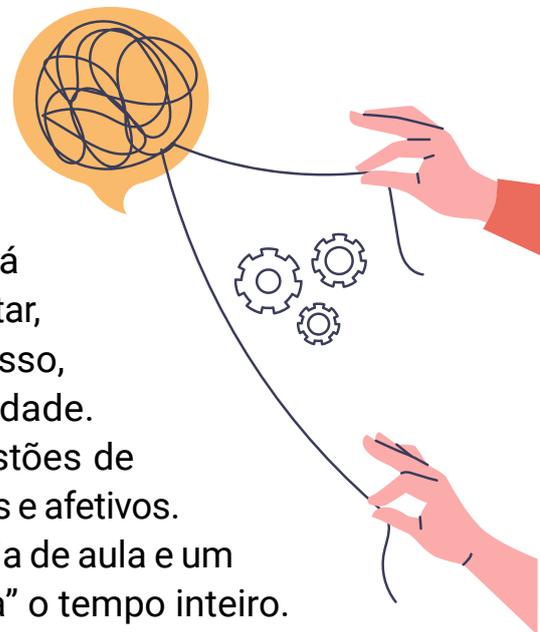
3 SAÚDE E BEM-ESTAR



e o bem-estar, a saúde do trabalhador e da trabalhadora, e prevenir o suicídio, alterando significativamente a tendência de aumento;

- 4 Reforçar a prevenção e o tratamento dos problemas decorrentes do uso de substâncias, incluindo o abuso de drogas entorpecentes e uso nocivo do álcool;
- 5 Reduzir pela metade as mortes e lesões por acidentes no trânsito;
- 6 Acesso universal aos serviços e insumos de saúde sexual e reprodutiva, incluindo o planejamento reprodutivo, à informação e educação, bem como a integração da saúde reprodutiva em estratégias e programas nacionais;
- 7 Assegurar, por meio do Sistema Único de Saúde (SUS), a cobertura universal de saúde, o acesso a serviços essenciais de saúde de qualidade em todos os níveis de atenção e o acesso a medicamentos e vacinas essenciais seguros, eficazes e de qualidade que estejam incorporados ao rol de produtos oferecidos pelo SUS;
- 8 Reduzir substancialmente o número de mortes e doenças por produtos químicos perigosos, contaminação e poluição do ar e água do solo;
- 9 Fortalecer a implementação da Convenção-Quadro para o Controle do Tabaco no Brasil;
- 10 Apoiar a pesquisa e o desenvolvimento de tecnologias e inovações em saúde para as doenças transmissíveis e não transmissíveis, proporcionar o acesso a essas tecnologias e inovações incorporadas ao SUS, incluindo medicamentos e vacinas, a toda a população;
- 11 Aumentar substancialmente o financiamento da saúde e o recrutamento, desenvolvimento, formação e retenção do pessoal de saúde, especialmente nos territórios mais vulneráveis;
- 12 Reforçar as capacidades locais para o alerta precoce, redução e gerenciamento de emergências e riscos nacionais e globais de saúde.

Para você que já teve a oportunidade de acessar os nossos outros materiais temáticos, vai perceber que o ODS3 passeia por todos os outros demais ODS's que já trabalhamos por aqui. Quando falamos de saúde e bem-estar, falamos sobre sustentabilidade, qualidade de vida, acesso, oportunidade, igualdade, trabalho, alimentação, dignidade. O convite é para que você acesse nossas outras sugestões de atividades como costura de cotidianos mais leves, criativos e afetivos. São muitas as possibilidades de desdobramentos em sala de aula e um dos cuidados que precisamos ter é não “inventar a roda” o tempo inteiro.



Se temos o privilégio de ter acesso a conteúdos de qualidade, que possamos utilizar sem a cobrança de ter sempre uma atividade inédita para aumentar o engajamento dos nossos alunos. Professores, não se esqueçam: vocês não estão sozinhos. Não hesite em procurar ajuda em casos de necessidade, insegurança, delicadezas. Se observar, reservar um tempo para respirar, conversar com colegas, procurar ajuda profissional. Para falar sobre saúde e bem-estar no ambiente escolar, tenha responsabilidade e respeito com você. Depois construa coletivamente, com estudantes e demais profissionais, possibilidades de que a escola seja mais acolhedora para todas e todos!



Em nossas sequências didáticas sugeridas para o mês escolhemos dois recortes distintos:

1º e 2º anos - Habilidades socioemocionais

3º, 4º e 5º anos - Qualidade dos espaços de convivência

Um abraço e conte conosco!

Referências:



Perfil e Desafios dos Professores da Educação Básica no Brasil - Agência Brasil

<https://agenciabrasil.ebc.com.br/educacao/noticia/2024-05/oito-em-cada-dez-professores-ja-pensaram-em-desistir-da-carreira#:~:text=Segundo%20os%20dados%20da%20pesquisa,que%20tamb%C3%A9m%20n%C3%A3o%20foi%20identificado>

Materiais para ODS3 nas escolas - Unesco

<https://unesdoc.unesco.org/search/N-EXPLORE-ad18f2d0-c266-4664-9ed1-1b05f6bb51f2>

Trabalho e Saúde dos Professores - Precarização, Adoecimento e Caminhos para a Mudança - Fundação Jorge Duprat Figueiredo de Segurança e Medicina do Trabalho (Fundacentro)

http://arquivosbiblioteca.fundacentro.gov.br/exlibris/aleph/a23_1/apache_media/HNR4SCAXA4Q6G9GXGF8T9NVHST234.pdf

Materiais temáticos - Caminhos para a cidadania

<https://www.caminhosparaacidania.com.br/area-do-professor/materiais-pedagogicos?categoria=100015>

Saúde mental do professor - Vivescer

<https://vivescer.org.br/saude-mental-do-professor/#:~:text=%E2%80%9CMas%20%C3%A9%20bom%20lembrar%20que,a%20psic%C3%B3loga%20escolar%20Pricila%20Tobias.>

Playlist do autocuidado - Spotify

<https://open.spotify.com/playlist/7KKdj8BH5lyNWjATZoI1KP?si=2155a1869a6f445c>

Para dar nome às coisas - Podcast

<https://apoia.se/paradarnomeascoisas>

Meditação na escola - Nova Escola

https://novaescola.org.br/conteudo/8780/mais-zen-antes-de-comecar-a-aula?gad_source=1&gclid=Cj0KCQjw7Py4BhCbARIsAMMx-_Ipa0Ydz_mvzzMBoBKZvw8wdThuXVeboPZt3uq16Pp7jxMWcr3SrwgaAnLmEALw_wcB

SEQUÊNCIA DIDÁTICA 1

Cinema Emoções

Atividade 1º e 2º anos



Esta sequência didática busca estimular a reflexão e a sensibilização dos alunos sobre o universo das emoções e da importância de verbalizar os sentimentos. Uma aula focada no cuidado com a saúde mental dos participantes tendo o audiovisual como artefato mediador.



Objetivos de aprendizagem:

- Estimular o pensamento crítico;
- Transformar conceitos em possíveis práticas;
- Propor aulas dinâmicas e criativas;
- Conscientizar sobre a importância da escuta ativa;
- Falar sobre emoções e as habilidades socioemocionais;
- Estimular redes de apoio entre os alunos para que a empatia, respeito, cuidado possam ser observados no cotidiano escolar;
- Trabalhar a Agenda 2030 com ênfase no Objetivo de Desenvolvimento Sustentável 03: "Saúde e bem-estar".



Público:

- Crianças de Ensino Fundamental – Anos Iniciais, para 1º e 2º anos;
- EJA.



Materiais:

- Um espaço confortável e criativo para que os participantes possam assistir o filme sugerido para esta aula confortavelmente;
- Substitua as carteiras por tapetinhos, puffs, outras cadeiras mais confortáveis caso você tenha essa possibilidade. Caso sua realidade seja outra, o interessante é apenas estruturar o ambiente de maneira diferente do habitual;
- Estrutura para recurso audiovisual (televisão, projeção, computadores etc.);
- Se tiver condições de preparar uma pipoca para os alunos, pode ser um diferencial para esta aula.

CONEXÃO COM A BNCC:



Aa Português

(EF05LP03), (EF05LP12), (EF05LP11), (EF35LP10).



Arte

(EF15AR01), (EF15AR04).



Educação Física

(EF35EF01), (EF35EF03).



Ciências

(EF05CI09).



PASSO A PASSO

Passo 1

Acolhimento e problematização

Não conte para os alunos na aula anterior que eles terão essa experimentação diferente. Receba a turma como se eles tivessem entrado numa sala de cinema. Dê as boas-vindas, brinque com a ideia da sala se transformar num outro lugar, peça para se sentirem à vontade naquele espaço. Quando todas as pessoas estiverem acomodadas, passe para a próxima etapa.



Passo 2

Pesquisa e ação

Conduza um processo de relaxamento com as pessoas presentes para estimular a atenção, o corpo e a respiração. Peça que se percebam, se há algum incômodo físico, se estão bem, como se sentem. Após essa escuta de percepção, conte um pouco sua ideia para essa aula. A proposta é que seja um dia de aprendizado mediado por um filme. Não se trata apenas de lazer, fruição ou uma aula apenas sem sentido. O filme é para ser experienciado. Assistido com atenção. Que ali é um ambiente seguro para que eles possam perceber as sensações que o filme provoca. A ideia é que vocês possam comentar o filme depois.



Filmes sugeridos:

Sobre respeito às diferenças:
[*O Menino Monstro*](#)



Sobre mudanças e emoções:
[*Divertidamente*](#)

Sobre introversão e imaginação:
[*Menina espoleta e os super-heróis secretos*](#)



Esta aula é para ser desdobrada em momentos distintos. Talvez não dê tempo de conversar sobre o filme no mesmo dia da exibição. A sugestão é que você possa fazer uma roda de conversas sobre as sensações que o filme trouxe para as pessoas participantes. Que elas possam verbalizar quais personagens se identificaram mais e o porquê. Nesta conversa, é importante dizer que todos nós apresentamos sentimentos diversos e que é natural sentir, falar, trocar com



colegas, pedir ajuda. Apresente o núcleo psicopedagógico da sua escola, não como lugar de punição e sim, de acolhimento. Fale do cuidado com a saúde em todas as suas esferas! Ouça, troque e compartilhe as impressões do filme ampliando a discussão. Trilha sonora, cores, roteiro, ritmo, narrativa, tudo isso são pontos que podem gerar boas discussões.





Referências para esta aula

-  Desenvolvimento sustentável e saúde mental - GPTW
<https://gptw.com.br/conteudo/artigos/ods3-saude-mental/>
-  Futuro mais saudável e inclusivo - Instituto do bem do estar
<https://www.bemdoestar.org/artigos/saude-mental-e-os-objetivos-de-desenvolvimento-sustentavel-os-desafios-de-um-futuro-mais-saudavel-e-inclusivo>
-  Divertida Mente em sala de aula - FR Mídia
<https://frmidia.com.br/como-usar-o-filme-divertida-mente-em-sala-de-aula/#:~:text=Introdu%C3%A7%C3%A3o%20ao%20Filme%3A%20Explique%20aos,influenciam%20as%20a%C3%A7%C3%B5es%20dos%20personagens>
-  A importância do Audiovisual como Ferramenta de Ensino - TV UESC
<https://youtu.be/r6HZLrAEwQc?si=0s2WQAaXWkYBCsl4>
-  ODS3 para as crianças - Unesco
https://youtu.be/_6rZTmmonqA?si=dnUkDG_FrXlz7Lxx



Professoras e Professores,

Compartilhem conosco fotos e vídeos das atividades realizadas pelos alunos para inserirmos no site.

Enviem para: equipe.pedagogica@grupoccr.com.br

E não se esqueçam do Termo de Uso da Imagem, o qual se encontra [aqui](#).