



2016/17

Escola Secundária Dr. Joaquim de Carvalho, Figueira da Foz

**Projeto  
de  
Educação para a Saúde  
e  
Educação Sexual  
em meio escolar**





*Projeto  
de  
Educação para a Saúde  
e  
Educação Sexual  
em meio escolar*



## ÍNDICE

|              |  |    |
|--------------|--|----|
| <b>I.</b>    | Introdução.....  | 5  |
| <b>II.</b>   | Enquadramento legal.....   | 6  |
| <b>III.</b>  | Objetivos gerais.....  | 8  |
| <b>IV.</b>   | Áreas de intervenção do PESES.....   | 9  |
| <b>V.</b>    | Intervenientes na implementação do PESES.....                                | 10 |
| <b>VI.</b>   | Conteúdos propostos e atividades a dinamizar.....                            | 11 |
|              | Ensino Básico.....   | 11 |
|              | Ensino Secundário.....   | 20 |
| <b>VII.</b>  | Programa “+ PARTILHA = + TOLERÂNCIA” .....                                   | 26 |
| <b>VIII.</b> | Resumo de Estratégias/Metodologias.....                                      | 33 |
| <b>IX.</b>   | Implementação do “Projeto de Educação Sexual” .....                          | 37 |
| <b>X.</b>    | Referências Bibliográficas.....  | 41 |
| <b>XI.</b>   | Anexos:.....   | 41 |
|              | 1. Grelha - “Proposta do departamento disciplinar”                           |    |
|              | 2. Grelha - “Projeto de Educação Sexual da Turma”                            |    |
|              | 3. Grelha - “Avaliação do Projeto de Educação Sexual “ - 1º, 2º e 3º período |    |



*“Relacionar harmoniosamente o corpo com o espaço, numa perspetiva pessoal e interpessoal promotora da saúde e da qualidade de vida ”*

(10ª Competência Geral definida pelo Ministério da Educação, para o Ensino Básico)

## I. INTRODUÇÃO

“A promoção da educação para a saúde em meio escolar é um processo em permanente desenvolvimento para o qual concorrem os setores da Educação e da Saúde. Este processo contribui para a aquisição de competências das crianças e dos jovens, permitindo-lhes confrontar-se positivamente consigo próprios, construir um projeto de vida e serem capazes de fazer escolhas individuais, conscientes e responsáveis.

A Promoção da Educação para a Saúde na escola tem também como missão criar ambientes facilitadores dessas escolhas e estimular o espírito crítico para o exercício de uma cidadania ativa.” (in *Protocolo entre o Ministério da Educação e o Ministério da saúde, de 7 de Fevereiro de 2006.*)

Tendo em conta o Despacho do Senhor Secretário de Estado da Educação, de 27 de setembro de 2006, e outra legislação de referência, são consideradas áreas prioritárias: Alimentação e Atividade Física; Saúde Oral; Prevenção do consumo de substâncias psicoativas; Sexualidade e afetos; Infecções Sexualmente Transmissíveis; Saúde mental e Violência em meio escolar.

A Educação Sexual, integrada por lei na Educação para a Saúde, obedece ao mesmo conceito de abordagem cuja finalidade é a promoção da saúde física, psicológica e social e tem como principal objetivo ajudar e apoiar os jovens ao longo de todo o seu desenvolvimento físico, emocional, moral e espiritual, proporcionando-lhes um clima de confiança e discernimento que lhes facilite a transição da infância para a adolescência e desta para a idade adulta. Cabe à Escola também promover a saúde. Neste sentido e dando cumprimento ao Despacho nº 25 995 de 2005, foi já criado, na escola, o Gabinete de Informação e Apoio (Lei 60/2009 de 6 de Agosto), “*GUIAA-TE*”, um espaço de privacidade onde o aluno é ouvido, recebe informação disponível e, em caso de necessidade, é encaminhado para um apoio fora da escola.

Para que o desenvolvimento das competências referidas se concretize de forma eficaz, dando respostas adequadas a cada situação específica, torna-se necessário que todas as áreas curriculares e extracurriculares atuem em convergência, num trabalho articulado e que todas as estruturas ligadas à gestão de topo e intermédias reconheçam a importância e o valor do projeto “Educação para a Saúde e Educação Sexual”.

Temos como pressuposto da nossa atuação o reconhecimento de que a Escola, a par com a transmissão dos conteúdos curriculares, deve ajudar na construção da personalidade dos seus alunos e contribuir para o desenvolvimento das suas capacidades de forma a aumentar a sua autoconfiança, permitindo-lhes lidar mais facilmente com a necessidade constante de tomar decisões, fazer opções e escolher caminhos.

Consideramos que a escola tem recursos humanos e materiais que lhe permite desenvolver atividades que contribuam para o bem-estar de uma sociedade através das competências e aprendizagens que pode e deve promover nos jovens. Assim, é de salientar o papel fundamental que o projeto “ Educação para a Saúde e Educação Sexual” pode desempenhar.

É objetivo da escola que este projeto seja implementado de forma equilibrada, no respeito pelas orientações legais e tendo em conta a participação ativa dos estudantes e a opinião e colaboração dos Encarregados de Educação. É ainda seu objetivo contribuir, no âmbito do Projeto Educativo, para formar cidadãos ativos, intervenientes, solidários e respeitadores dos princípios e valores de um estado de direito democrático, através de uma valorização da Educação para a Cidadania, com particular enfoque nos comportamentos saudáveis, na responsabilização e respeito por si e pelos outros.

## **II. ENQUADRAMENTO LEGAL**

O Estado assume a responsabilidade relativamente à Saúde Sexual e Reprodutiva e à Educação Sexual na Constituição da República Portuguesa nº1/97, artº67.

Na Lei 3/84 de Março de 1984, o Estado garante o direito à Educação Sexual como componente do direito fundamental à educação.

A Portaria 52/85, estabelece parcerias entre Centros de Saúde e as Escolas.

Com a Lei 120/99 de Agosto de 1999, são definidos e nomeados os conteúdos de Educação Sexual: Sexualidade Humana; Anatomia e fisiologia do aparelho reprodutor; SIDA e IST; Métodos contraceptivos e planeamento familiar; Relações interpessoais; Partilha de responsabilidades e de igualdade entre os géneros.

O Decreto-Lei nº 259/2000 de 17 de Outubro de 2000 estabelece a regulamentação da Lei 120/99.

Em 2005, com o Despacho nº 19 737/2005 (2ª série) é criado um Grupo de Trabalho de Educação Sexual (GTES) “com o objetivo de estudar e propor os parâmetros gerais dos programas de educação sexual, na perspetiva da promoção da saúde em meio escolar.”

Em 31 de Outubro de 2005, o referido Grupo de Trabalho apresentou um Relatório Preliminar que esteve em discussão pública até 16 de Novembro de 2005.

Em simultâneo, a Ministra da Educação solicitou um parecer ao Conselho Nacional de Educação (CNE) sobre “ O modelo de Educação Sexual nas Escolas, em vigor desde o ano de 2000”.



Na sequência da publicação do relatório do GTES e do relatório do CNE, o Despacho nº 25 995/2005 do Gabinete da Ministra da Educação vem aprovar e reafirmar os princípios orientadores das conclusões desses documentos no que se refere ao modelo de Educação para a Promoção da Saúde.

A 7 de Fevereiro de 2006 é celebrado o Protocolo entre o Ministério da Educação e o Ministério da Saúde, tendo em vista o desenvolvimento de atividades de promoção da educação para a saúde em meio escolar, as opções tomadas pelo Ministério da Educação no sentido da clarificação das políticas educativas de educação sexual e as opções tomadas pelo Ministério da Saúde no sentido da dinamização da promoção da saúde na escola.

O Despacho n.º 25 995/2005 e o Edital da DGIDC de 2 de Fevereiro de 2006, enquadram o desenvolvimento de um processo de implementação de programas e projetos de Educação para a Saúde nas Escolas, nos quais se inclui uma componente de educação sexual. O Despacho n.º 15 987/2006 de 27 de Setembro, assim como os relatórios produzidos pelo Grupo de Trabalho para a Educação Sexual (GTES), vêm reforçar que a Educação Sexual faz parte da componente da Educação para a Saúde. O Relatório final do GTES veio enquadrar a Educação Sexual como uma das quatro componentes prioritárias do Projeto de Educação para a Saúde (PES), que integra para além da área da “Sexualidade e Infeções Sexualmente Transmissíveis”, as questões da “Alimentação e Atividade Física”, dos “Consumos de Substâncias Psicoativas” e da “Violência em meio Escolar”. (GTES, Relatório Final, 2007).

A Lei n.º 60/2009 de 6 de agosto, regulamentada pela Portaria nº 196A/2010 de 9 de abril, estabelece o regime de aplicação da Educação Sexual em meio escolar, tornando-a obrigatória a em contexto de sala de aula, pela necessidade de uma abordagem do tema de uma forma explícita, intencional e pedagogicamente estruturada.

A sua implementação deverá ocorrer numa perspetiva interdisciplinar e da responsabilidade de cada Conselho de Turma. Os conteúdos da Educação Sexual são desenvolvidos no quadro das áreas curriculares não disciplinares e devem respeitar a transversalidade inerente às várias disciplinas, integrando-se igualmente nas áreas curriculares disciplinares (Ponto 3, artigo 2º da Portaria nº 196-A/2010 de 9 de abril).

### **III. OBJETIVOS GERAIS**

Constituem objetivos gerais da Educação para a Saúde e Educação Sexual em meio escolar, os seguintes:

- Sensibilizar a Comunidade Educativa para as questões da saúde física, mental, social e educação sexual, fomentando a sua adesão e o desenvolvimento neste processo;
- Testar um modelo de desenvolvimento de articulação entre a educação sexual, a educação para a saúde e o desenvolvimento pessoal e social, numa lógica de transversalidade, de aproveitamento das áreas curriculares disciplinares;
- Promover a articulação das áreas temáticas das escolas Promotoras de Saúde e as componentes curriculares das várias disciplinas;
- Criar situações potencialmente construtivas no sentido do desenvolvimento de competências capazes de favorecer o equilíbrio e o bem-estar dos jovens e adolescentes;
- Promover a interação
- Promover a auto-responsabilização dos jovens pela sua saúde;
- Contribuir para a formação de cidadãos livres, responsáveis e intervenientes no meio em que vivem;
- Saber entender os sentimentos e desejos do(s) outro(s);
- Saber posicionar-se em situações de conflito/divergências;
- Perceber a importância da família como 1º grupo de pertença do(a) jovem – espaço de afetos, ajuda incondicional mas também, local de crise e de conflitos;
- Sensibilizar para a adoção de hábitos de alimentação saudável;
- Promover comportamentos alimentares adequados;
- Conhecer os riscos de uma alimentação desequilibrada;
- Prevenir doenças de comportamento alimentar;
- Promover a prática de atividade física sistemática, regular e orientada;
- Alertar e promover estilos de vida saudáveis em segurança;
- Valorizar as práticas de higiene pessoal, como um benefício para a saúde própria e coletiva;
- Fortalecer a auto estima e fomentar a comunicação, a compreensão e o respeito pelos outros;
- Reconhecer que a afetividade e a sexualidade têm expressões diferenciadas ao longo da vida;
- Desenvolver competências nos jovens que permitam escolhas informadas e seguras no campo da sexualidade;



- Desenvolver uma consciência crítica face aos comportamentos de risco;
- Melhorar os seus relacionamentos afetivo-sexuais;
- Distinguir entre identidade de género e identidade sexual: consciencializar os alunos para os papéis masculinos e femininos na sociedade – tradição e mudança;
- Contribuir para a tomada de decisões conscientes na área da educação para a saúde - educação sexual;
- Reduzir possíveis consequências negativas dos comportamentos sexuais, tais como a gravidez não planeada e as infeções sexualmente transmissíveis (IST);
- Desenvolver a capacidade de proteção face a todas as formas de exploração e de abuso sexuais. A longo prazo, deve contribuir para a tomada de posições na área da sexualidade, durante toda a vida (GTES, 2005);
- Prevenir situações de violência;
- Conhecer situações de abuso mediático e compreender as suas implicações jurídicas;
- Prevenir situações de *bullying*/Usos e Abusos;
- Promover competências pessoais e sociais;
- Desenvolver uma cultura de afetos e de relações interpessoais;
- Adotar uma atitude de respeito e um comportamento assertivo face à diferença;
- Promover uma sexualidade responsável.

#### **IV. ÁREAS DE INTERVENÇÃO DO PESES**

(Definidas no Despacho do Secretário de estado da Educação, de 27 de setembro de 2006)



1 - Alimentação e Atividade Física.



2 - Consumo de Substâncias Psicoativas.



3 - Sexualidade (Projeto de Educação Sexual)



4 - Infeções Sexualmente Transmissíveis, designadamente VIH – SIDA



5 - Violência em Meio Escolar.

## V. INTERVENIENTES NA IMPLEMENTAÇÃO DO PESES

### • **AGENTES INTERNOS E EXTERNOS – Interação/colaboração:**

- Coordenadores dos Diretores de Turma do 3º Ciclo do Ensino Básico, Secundário e Profissional;
- Departamentos Curriculares e Disciplinares;
- Conselhos de Turma e professores que vão lecionar as disciplinas com conteúdos ajustáveis e incluídas nos Projetos de Educação para a Saúde e Educação Sexual e no PAT;
- Associação de Estudantes;
- Assistentes Operacionais;
- Biblioteca Escolar/BCRE;
- PTE - Plano Tecnológico da Educação;
- IPJ - Instituto Português da Juventude
- Associação de Pais;
- Pais/Encarregados de Educação;
- Programa Nacional de Saúde Escolar;
- Equipa de Saúde da Unidade de Cuidados na Comunidade (UCC) Farol do Mondego;
- Unidade de Saúde Pública -Figueira da Foz;
- CAJ – Centro de Atendimento a Jovens;
- Equipa responsável pelo Programa Nacional de Promoção de Saúde Oral;
- *Lions* Clube da Figueira da Foz;
- Técnicas dos Serviços de Psicologia e Orientação;
- Equipa de Educação Especial;
- Associação ABRAÇO;
- CAT – Tratamento de adições;
- Centro de Recursos para a Inclusão (CRI de Coimbra);
- Faculdade de Psicologia da Universidade de Coimbra;
- Faculdade de Ciências Sociais e Humanas da Universidade de Lisboa;
- Associação Fernão Mendes Pinto;
- Polícia Judiciária de Coimbra;
- Bombeiros Voluntários da Figueira da Foz;
- PSP - Escola Segura - Figueira da Foz;



- Representante do Projeto “*Almofada de Coração*” em Portugal, na qualidade de Interlocutor, Maria de Lurdes de Sousa;
- Plano de Formação da Escola Secundária Dr. Joaquim de Carvalho, Figueira da Foz;
- *Jonhson & Jonhson* – Diário 14-18-(Kit o.b.);
- Projeto Escolas DECOJovem, promovido pela DECO;
- Camara Municipal da Figueira da Foz;
- Serviços de Proteção Civil da Figueira da Foz;
- Direção Geral de Planeamento e Gestão Financeira;
- Empresa Frubaça (Frutas de Alcobaças), Longa vida e outras relacionadas com o comércio de bens alimentícios;
- Outros.

## VI. CONTEÚDOS PROPOSTOS E ATIVIDADES A DINAMIZAR

### ENSINO BÁSICO

#### **7º Ano** (Portaria nº 196-A/2010, art.3º, de 9 de abril)

- Dimensão ética da sexualidade humana:
  - Noção de sexualidade.
  - Mudanças necessárias.
  - Formação da identidade.
  - Afetos: os meus amigos e a minha família.
  - Prevenção dos maus tratos e das aproximações abusivas (Violência/*Bullying*/Internet/Riscos).
- Outra temática:
  - Alimentação e Saúde.

#### **Atividades a dinamizar pelos professores nas disciplinas com conteúdos ajustáveis ao PES, por agentes internos e externos - a desenvolver em pequeno grupo (contexto sala de aula) ou grande grupo (auditório):**

**1 - Atividades a dinamizar pelos professores nas disciplinas com conteúdos ajustáveis ao PES, no âmbito do Projeto Turma em contexto de sala de aula:**

- Aos coordenadores de departamento e de grupo disciplinar serão solicitados os conteúdos programáticos ajustáveis ao PES. Estes serão definidos nas reuniões de planificação no início do ano letivo, sendo esta informação enviada para a equipa PESES que articulará com os Diretores de Turma

e professores do conselho de turma com vista à construção de cada Projeto Turma. Neste projeto constarão as atividades a dinamizar pelo professor da disciplina, no âmbito do desenvolvimento dos seus conteúdos programáticos e em articulação com o Projeto de Turma.

## **2 - Atividades a dinamizar por agentes internos ou externos e a desenvolver em pequeno grupo (contexto sala de aula) ou grande grupo (auditório):**

- **“Rastreo Visual”** – A dinamizar pelo Lions Clube da Figueira da Foz e a realizar por técnicos de saúde.
- **“Tabagismo/alcoolismo”** - Sessões de esclarecimento/sensibilização no âmbito da saúde a dinamizar pela Equipa de Saúde da Unidade de Cuidados na Comunidade (UCC) Farol do Mondego - 5 sessões (1 sessão por turma na disciplina de Educação Para a Cidadania).
- **“Coesão grupal - Atitudes e valores”**- Sessões a dinamizar por técnicos da Associação Fernão Mendes Pinto (AFMP) -10 sessões (2 sessões por turma na disciplina de Educação para a Cidadania).
- **Prevenção de riscos/acidentes- “Jovens em Segurança – medidas de autoproteção para riscos naturais e tecnológicos”** - Sessões de esclarecimento/sensibilização, a dinamizar por técnicos da Proteção Civil – Figueira da Foz – 5 sessões (1 sessão por turma na disciplina de Educação Para a Cidadania).
- **“Violência - Detecção e Intervenção nos Maus Tratos/Abuso Infantil”**- 5 sessões (1 sessão por turma na disciplina de Educação Para a Cidadania) a dinamizar por técnicos da Associação Fernão Mendes Pinto (AFMP).
- **A importância do sono – “Dormir bem para viver melhor”** – Sessões de esclarecimento e sensibilização a dinamizar pela professora da Universidade de Aveiro, Dr.ª Ana Allan Gomes (2 sessões em grande grupo- auditório).
- **Comemoração da Semana da Alimentação Saudável onde estarão integradas:**
  1. Atividade inserida na Comemoração do Dia Mundial da Alimentação no **PROJETO “Pela Sua Saúde - Somos o que comemos”** - Educar para os bons hábitos.... As turmas receberão informação nutricional sobre os alimentos. O objetivo é preparar os alunos com a para selecionarem os alimentos e elaborarem o seu pequeno almoço saudável oferecido pela escola – Esta atividade contar é com a colaboração de uma nutricionista que dinamizará 5 sessões (1 sessão por turma na disciplina de Educação Para a Cidadania).
  2. A colaboração das disciplinas de Educação Visual, Educação para a Cidadania e do departamento de Línguas para pesquisar provérbios, pensamentos, curiosidades, receitas, criando materiais a serem integrados numa exposição relacionada com a temática - Alimentação Saudável.

3. A colaboração com o programa Escolas DECOJovem promovido pela DECO.

Estas atividades estão integradas no programa “+ Partilha = + Tolerância” proposto pela equipa do PESES.

- **Comemoração do Dia internacional da Internet Segura onde estarão integradas:**
  1. **A internet – “Conhecer, refletir e prevenir”** - Sessão de esclarecimento de natureza teórica (aspetos legais) a dinamizar por um inspetor da Polícia Judiciária de Coimbra - (1 sessão em grande grupo- auditório).
  2. **“A Internet que queremos”** - Atividade de natureza prática e interativa, a dinamizar pela equipa do PTE da escola - (2 sessões em grande grupo- auditório).
  
- **“Família e Escola – uma relação de partilha” - estarão integradas as atividades:**
  1. **“Vamos Partilhar Afetos ...porque a escola não tem idade”** - Diálogo Intergeracional – A família vem à escola... pais, avós e outros. A escola abrirá a porta, no espaço da disciplina de Educação para a Cidadania, aos familiares para que juntamente com os alunos se promova um verdadeiro diálogo intergeracional, sejam partilhadas experiências e histórias reais de um passado presente e afetivo.
  2. **“Inclusão ...com coração”** - Oficinas de trabalho – Sessões dinamizadas pela Equipa de Educação Especial com a colaboração de alunos dos 7º e 8ºanos do Ensino Básico.

Estas atividades estão integradas no programa “+ Partilha = + Tolerância” proposto pela equipa do PESES.

#### **Outras atividades onde os alunos poderão estar envolvidos:**

- Participação de alunos nas comemorações temáticas e movimentos solidários, integrados no Programa “+ PARTILHA = + TOLERÂNCIA” proposto pela equipa PESES.
  - **“+ Natal = + Partilha”** Cabazes de Natal - (angariação de bens alimentares e de higiene)
  - **“Páscoa Solidária”** - Cabazes Solidários - (angariação de bens alimentares e de higiene)
  - PROJETO - **“ALMOFADA DE CORAÇÃO”**
  - PROJETO - **“A festa dos Afetos...”** - Dia de S. Valentim
  - PROJETO - **“Saberes e sabores - Origens contadas ...experiências partilhadas”**
  
- Comemoração de outros dias temáticos.
  
- Participação de alguns alunos em peditórios nacionais para angariação de fundos - **“Atividade de Voluntariado”**.

- Participação de alunos em campanhas de divulgação dos projectos dinamizados pelas professoras, Cristina Pico, Lurdes Carvalho, Isabel Martinho e Júlia Seça – *“Oleão”, “O Pilhão vai à escola”, “Missão Power Up” e “Escola Eletrão”*. As atividades têm como objetivos fomentar a interiorização de valores, desenvolver atitudes ecologicamente responsáveis e criar condições ambientais para uma vida saudável e sustentável.

## 8º Ano

- Dimensão ética da sexualidade humana. (Portaria nº 196-A/2010, art.3º, de 9 de abril)
  - Relações Interpessoais:
    - Os adolescentes e os amigos.
    - Amor e amizade.
    - Sentimentos e emoções.
    - Assertividade: aspetos do comportamento (passivo e assertivo).
  - Aspetos dos comportamentos:
    - Tomada de decisões.
    - Resolução de conflitos/divergências.
    - Comunicação e sexualidade.
  - A família:
    - Comunicação pais e filhos.
  - Aproximações abusivas:
    - Prevenção dos maus tratos e das aproximações abusivas (Violência/Bullying/Internet/Riscos).
- Outra temática:
  - Ambiente e Saúde.

### **Atividades a dinamizar pelos professores nas disciplinas com conteúdos ajustáveis ao PES, por agentes internos e externos - a desenvolver em pequeno grupo (contexto sala de aula) ou grande grupo (auditório):**

#### **1 - Atividades a dinamizar pelos professores nas disciplinas com conteúdos ajustáveis ao PES, no âmbito do Projeto Turma em contexto de sala de aula:**

- Aos coordenadores de departamento e de grupo disciplinar serão solicitados os conteúdos programáticos ajustáveis ao PES. Estes serão definidos nas reuniões de planificação no início do ano letivo sendo esta informação enviada para a equipa PESES que articulará com os Diretores de Turma e professores do conselho de turma com vista à construção de cada Projeto Turma.

Neste projeto constarão as atividades a dinamizar pelo professor da disciplina, no âmbito do desenvolvimento dos seus conteúdos programáticos e em articulação com o Projeto de Turma.

## **2 - Atividades a dinamizar por agentes externos ou internos e a desenvolver em pequeno grupo (contexto sala de aula) ou grande grupo (auditório):**

- **“Coesão grupal - Atitudes e valores”**- Sessões a dinamizar por técnicos da Associação Fernão Mendes Pinto (AFMP) – 30 sessões (6 sessões por turma ao longo do ano, na disciplina de Educação para a Cidadania).
- **Segurança sobre rodas - Promoção do uso do capacete - “Prevenção dos acidentes nas crianças e jovens bicicletas-skates-patins. Promoção do uso de capacete”** Sessões a dinamizar pela equipa da Unidade de Saúde Pública – 5 sessões (1 sessão por turma na disciplina de Educação para a Cidadania).
- **“Utilização de Ferramentas da Web 2.0 - As Questões Éticas no Acesso à Informação”**. As temáticas a abordar serão - Plágio, lei dos direitos de autor, propriedade intelectual...”, - 10 sessões (2 sessões por turma na disciplina de Educação para a Cidadania). As sessões são dinamizadas por técnicos da Biblioteca Escolar/BCR. Esta atividade tem como objetivos promover valores de tolerância, respeito, liberdade, solidariedade, responsabilidade, dever, direito, civismo...
- **“Comportamentos Aditivos – Dependência de jogos”** - Sessões de esclarecimento/sensibilização a dinamizar pela Equipa do CRI - 5 sessões (1 sessão de 45 minutos por turma na disciplina de Educação para a Cidadania).
- **“Relações Parentais”** – sessões a dinamizar por Técnica Especializada na aplicação do programa “Anos Incríveis” da Faculdade de Psicologia da Universidade de Coimbra - (1 ou 2 sessões em grande grupo- auditório).
- **Comemoração da Semana da Alimentação Saudável onde estarão integradas:**
  1. A colaboração das disciplinas de Educação Visual, Educação para a Cidadania e do departamento de Línguas para pesquisar provérbios, pensamentos, curiosidades, receitas, criando materiais a serem integrados numa exposição relacionada com a temática - Alimentação Saudável.

2. Participação dos alunos no *Peddy Paper* – “Aromas e Sabores”- 1x90minutos. Atividade a dinamizar pela equipa PESES com a colaboração do/s professor/es que cedem o bloco de 90 minutos.

Estas atividades estão integradas no programa “+ Partilha = + Tolerância” proposto pela equipa do PESES.

- **“Família e Escola – uma relação de partilha”**

**“Inclusão ...com coração”** - Oficinas de trabalho – Sessões dinamizadas pela Equipa de Educação Especial com a colaboração de alunos dos 7º e 8º anos do Ensino Básico.

#### **Outras atividades onde os alunos poderão estar envolvidos:**

- Participação de alunos nas comemorações temáticas e movimentos solidários, integrados no Programa “+ PARTILHA = + TOLERÂNCIA” proposto pela equipa PESES.
  - **“+ Natal = + Partilha”** Cabazes de Natal - (angariação de bens alimentares e de higiene)
  - **“Páscoa Solidária”** - Cabazes Solidários - (angariação de bens alimentares e de higiene)
  - PROJETO - **“ALMOFADA DE CORAÇÃO”**
  - PROJETO - **“A festa dos Afetos...”** - Dia de S. Valentim
  - PROJETO - **“Saberes e sabores - Origens contadas ...experiências partilhadas”**
- Comemoração de outros dias temáticos.
- Participação de alguns alunos em pedidos nacionais para angariação de fundos - **“Atividade de Voluntariado”**.
- Participação de alunos em campanhas de divulgação dos projectos dinamizados pelas professoras, Cristina Pico, Lurdes Carvalho, Isabel Martinho e Júlia Seiça – **“Oleão”, “O Pilhão vai à escola”, “Missão Power Up” e “Escola Eletrão”**. As atividades têm como objetivos fomentar a interiorização de valores, desenvolver atitudes ecologicamente responsáveis e criar condições ambientais para uma vida saudável e sustentável.
- Distribuição de cheques dentista aos alunos contemplados - aplicação do Programa Nacional de Promoção da Saúde Oral – iniciativa do Ministério da Saúde que prevê abranger o segmento populacional das crianças e jovens que frequentam escolas públicas para cuidados preventivos e curativos no âmbito da saúde oral.



## 9º Ano

- Saúde Sexual e Reprodutiva (Portaria nº 196-A/2010, art.3º, de 9 de abril)
  - Fisiologia do sistema reprodutor humano.
  - Ciclo menstrual e ovulatório.
  - Métodos contraceptivos.
  - Principais ISTs em Portugal e métodos de prevenção (inclui HIV e HPV).
  - Gravidez na adolescência.
  - Interrupção voluntária da gravidez (conhecimento das taxas e tendências das IGV, suas sequelas e respetivo significado).
  - Prevenção dos maus tratos e das aproximações abusivas (Violência/Bullying/Internet/Riscos).
  
- Outras temáticas:
  - Nutrição-doenças/distúrbios alimentares (Obesidade, Anorexia, Bulimia, Compulsão Alimentar).
  - Igualdade de género.
  - Prevenção de comportamentos de risco.
  - Ambiente e Saúde.

### **Atividades a dinamizar pelos professores nas disciplinas com conteúdos ajustáveis ao PES, por agentes internos e externos - a desenvolver em pequeno grupo (contexto sala de aula) ou grande grupo (auditório):**

#### **1 - Atividades a dinamizar pelos professores nas disciplinas com conteúdos ajustáveis ao PES, no âmbito do Projeto Turma em contexto de sala de aula:**

- Aos coordenadores de departamento e de grupo disciplinar serão solicitados os conteúdos programáticos ajustáveis ao PES. Estes serão definidos nas reuniões de planificação no início do ano letivo sendo esta informação enviada para a equipa PESES que articulará com os Diretores de Turma e professores do conselho de turma com vista à construção de cada Projeto Turma. Neste projeto constarão as atividades a dinamizar pelo professor da disciplina, no âmbito do desenvolvimento dos seus conteúdos programáticos e em articulação com o Projeto de Turma.

## 2 - Atividades a dinamizar por agentes externos ou internos e a desenvolver em pequeno grupo (contexto sala de aula) ou grande grupo (auditório):

- Aplicação do programa **"Eu e os Outros"** – *Será dinamizado* pela equipa de Tratamento e Prevenção da Figueira da Foz - do Centro de Recursos para a Inclusão (CRI de Coimbra) - (a aplicar numa turma do 9º ano do Ensino Básico).
- **Resposta ao questionário sobre a temática "Comportamentos Aditivos e Competências Pessoais e Sociais"** - a aplicar numa turma do 9º ano do Ensino Básico pela equipa de Tratamento e Prevenção da Figueira da Foz - do Centro de Recursos para a Inclusão (CRI de Coimbra).
- **"Comportamentos de risco /Dependências"** - Sessões a dinamizar pela AFMP. 20 sessões (4 sessões em contexto sala de aula, na disciplina de Educação para a Cidadania) sobre a problemática do consumo de substâncias lícitas e ilícitas e prevenção das toxicodependências. A atividade tem como objetivo o desenvolvimento de competências pessoais e sociais e pretendem contribuir para formar jovens e prevenir comportamentos de risco.
- **Aplicação do programa "Semáforo- questões sobre sexualidade"**- Sessões a dinamizar pela Equipa de Saúde da UCC Farol do Mondego. 5 sessões em contexto - espaço de sala de aula - (1 sessão por turma na disciplina de Educação para a Cidadania). Estas sessões procuram proporcionar um espaço de reflexão, partilha e aprendizagem a partir de questões relacionadas com a temática da sexualidade.
- **"Comportamentos de Risco – Sida"** – 2 sessões de sensibilização e prevenção a dinamizar em contexto de grande grupo (auditório), por um técnico da ABRAÇO – Lisboa.
- **"Igualdade de Género"** - 2 sessões de informação e sensibilização a realizar em articulação com a BE - Dinamizadas por um professor da Faculdade de Ciências Sociais e Humanas da Universidade de Lisboa.
- **"Aproximações abusivas veiculadas pelo uso das redes sociais"** (Cyberbullying) - Sessões a dinamizar por agentes da Escola Segura da Polícia de Segurança Pública (PSP) - 5 sessões (1 sessão por turma na disciplina de Educação para a Cidadania).
- **"Suporte Básico de Vida"**- Sessões de formação dinamizadas pela equipa dos Bombeiros Voluntários da Figueira da Foz. 5 sessões (1 sessão por turma âmbito da disciplina de Ciências Naturais).

- **“Educação Ambiental - As condições ambientais são promotoras de Saúde”**- Atividade dinamizada em contexto sala de aula - 5 sessões (1 sessão por turma). A atividade tem como objetivos fomentar a interiorização de valores, desenvolver atitudes ecologicamente responsáveis e criar condições ambientais para uma vida saudável e sustentável.
- **“O corpo é que paga”**- Teatro debate - 1 sessão de sensibilização sobre a problemática dos distúrbios alimentares, a dinamizar em contexto de grande grupo (auditório), pelos atores da Usina do Porto, mediante candidatura a realizar no *site* oficial do IPJ (Instituto Português da Juventude).
- **Comemoração da Semana da Alimentação Saudável**
  - A colaboração das disciplinas de Educação Visual, Educação para a Cidadania e do departamento de Línguas para pesquisar provérbios, pensamentos, curiosidades, receitas, criando materiais a serem integrados numa exposição relacionada com a temática - Alimentação Saudável.

Esta atividade está integrada no programa **“+ Partilha = + Tolerância”** proposto pela equipa do PESES.

- **“Família e Escola – uma relação de partilha”**

**“Inclusão ...com coração”** - Oficinas de trabalho – Sessões dinamizadas pela Equipa de Educação Especial com a colaboração de alunos dos 7º e 8º anos do Ensino Básico.

#### **Outras atividades onde os alunos poderão estar envolvidos:**

- Participação de alunos nas comemorações temáticas e movimentos solidários, integrados no Programa **“+ PARTILHA = + TOLERÂNCIA”** proposto pela equipa PESES.
  - **“+ Natal = + Partilha”** Cabazes de Natal - (angariação de bens alimentares e de higiene)
  - **“Páscoa Solidária”** - Cabazes Solidários - (angariação de bens alimentares e de higiene)
  - PROJETO - **“ALMOFADA DE CORAÇÃO”**
  - PROJETO - **“A festa dos Afetos...”** - Dia de S. Valentim
  - PROJETO - **“Saberes e sabores - Origens contadas ...experiências partilhadas”**
- Comemoração de outros dias temáticos.
- **Jonhson & Jonhson** – Diário 14-18- (Kit o.b.). Inscrição, receção e distribuição de material informativo e de higiene íntima feminino, a todas alunas do 9.ºano.

- Participação de alguns alunos em pedidos nacionais para angariação de fundos - **“Atividade de Voluntariado”**.
- Participação de alunos em campanhas de divulgação dos projectos dinamizados pelas professoras, Cristina Pico, Lurdes Carvalho, Isabel Martinho e Júlia Seiça – **“Oleão”, “O Pilhão vai à escola”, “Missão Power Up” e “Escola Eletrão”**. As atividades têm como objetivos fomentar a interiorização de valores, desenvolver atitudes ecologicamente responsáveis e criar condições ambientais para uma vida saudável e sustentável.

## **ENSINO SECUNDÁRIO** - (Portaria nº 196-A/2010, art.3º, de 9 de abril)

No Ensino Secundário, sempre que os conteúdos programáticos das diferentes áreas curriculares disciplinares se relacionem com os conteúdos mínimos avançados pelos Ministérios da Saúde e da Educação, devem os professores abordar com os alunos as temáticas respetivas sem prejuízo do recurso ao Gabinete de Informação e Apoio ao Aluno - (GUIAA-TE), técnicos convidados ou visitas de estudo.

A Educação Física, conforme recomendação do GTES, é o espaço letivo primordial para se fazer educação para a saúde, uma vez que esta disciplina atravessa todo o ensino secundário.

Na abordagem das temáticas selecionadas em cada turma deve estar sempre presente a compreensão ética da sexualidade humana.

No que à Educação Sexual diz respeito, os objetivos mínimos a atingir devem contemplar os seguintes conteúdos, definidos na Portaria 196-A/2010:

### **Temáticas:**

#### **Compreensão ética da sexualidade humana:**

Sem prejuízo dos conteúdos já enunciados no 3º ciclo, sempre que se entenda necessário, devem retomar-se temas previamente abordados. A abordagem deve ser acompanhada por uma reflexão sobre atitudes e comportamentos dos adolescentes na atualidade. (Portaria nº 196-A/2010, art.3º, de 9 de abril). Temas como género, família, parentalidade, interação no namoro, amizade, enamoramento, respeito, responsabilidade nos comportamentos, interação interpares, comportamentos sexuais virtuais veiculados pela Internet e a condenação de todas as formas de violência sexual, poderão ser abordados.

**Saúde Sexual e Reprodutiva:**

- Compreensão e determinação do ciclo menstrual em geral, com particular atenção à identificação, quando possível, do período ovulatório, em função das características dos ciclos menstruais.
- Doenças e infeções sexualmente transmissíveis (como infeção por VIH e HPV) e suas consequências.
- Prevenção de doenças sexualmente transmissíveis.
- Consequências físicas, psicológicas e sociais da maternidade e da paternidade de gravidez na adolescência e do aborto,
- Prevenção dos maus tratos e das aproximações abusivas.

**Tratamento estatístico dos temas inerentes à sexualidade, por exemplo:**

- Idade de início das relações sexuais, em Portugal e na EU.
- Taxas de gravidez e aborto em Portugal.
- Métodos contraceptivos disponíveis e utilizados; segurança proporcionada por diferentes métodos; motivos que impedem o uso de métodos adequados.

**10º Ano****Atividades a dinamizar pelos professores nas disciplinas com conteúdos ajustáveis ao PES, por agentes internos e externos - a desenvolver em pequeno grupo (contexto sala de aula) ou grande grupo (auditório):****1 - Atividades a dinamizar pelos professores nas disciplinas com conteúdos ajustáveis ao PES, no âmbito do Projeto Turma em contexto de sala de aula:**

- Aos coordenadores de departamento e de grupo disciplinar serão solicitados os conteúdos programáticos ajustáveis ao PES. Estes serão definidos nas reuniões de planificação no início do ano letivo sendo esta informação enviada para a equipa PESES que articulará com os Diretores de Turma e professores do conselho de turma com vista à construção de cada Projeto Turma. Neste projeto constarão as atividades a dinamizar pelo professor da disciplina, no âmbito do desenvolvimento dos seus conteúdos programáticos e em articulação com o Projeto de Turma.

## 2 - Atividades a dinamizar por agentes externos ou internos e a desenvolver em pequeno grupo (contexto sala de aula) ou grande grupo (auditório):

- **“Violência no Namoro”** - Sessões de esclarecimento/sensibilização no âmbito da saúde a dinamizar pela Equipa de Saúde da Unidade de Cuidados na Comunidade (UCC) Farol do Mondego – 8 sessões (1 sessão de 90 minutos por turma).
- **“Comportamentos de Risco em Contexto Recreativo - Substâncias Psicoativas”** - Sessões de esclarecimento/sensibilização a dinamizar pela Equipa do Centro de Apoio à Toxicodependência - 3 sessões por turma a realizar apenas nas turmas onde se sentir necessidade de intervir e mediante solicitação do Diretor de turma.
- **“Comportamentos de Risco/Dependências”** - Sessão a dinamizar pela AFMP - (1 sessão de 90 minutos na turma do Ensino Profissional).

### Outras atividades onde os alunos poderão estar envolvidos:

- Participação de alunos nas comemorações temáticas e movimentos solidários, integrados no Programa **“+ PARTILHA = + TOLERÂNCIA”** proposto pela equipa PESES.
  - **“+ Natal = + Partilha”** Cabazes de Natal - (angariação de bens alimentares e de higiene)
  - **“Páscoa Solidária”** - Cabazes Solidários - (angariação de bens alimentares e de higiene)
  - PROJETO - **“ALMOFADA DE CORAÇÃO”**
  - PROJETO - **“A festa dos Afetos...”** - Dia de S. Valentim
  - PROJETO - **“Saberes e sabores - Origens contadas ...experiências partilhadas”**
- Comemoração de outros dias temáticos.
- **Jonhson & Jonhson** – Diário 14-18- (Kit o.b.). Inscrição, receção e distribuição de material informativo e de higiene íntima feminino, a todas alunas do 10ºano.
- Participação de alunos em campanhas de divulgação dos projectos dinamizados pelas professoras, Cristina Pico, Lurdes Carvalho, Isabel Martinho e Júlia Seiça – **“Oleão”, “O Pilhão vai à escola”, “Missão Power Up” e “Escola Eletrão”**. As atividades têm como objetivos fomentar a interiorização de valores, desenvolver atitudes ecologicamente responsáveis e criar condições ambientais para uma vida saudável e sustentável.

## 11º Ano

### **Atividades a dinamizar pelos professores nas disciplinas com conteúdos ajustáveis ao PES, por agentes internos e externos - a desenvolver em pequeno grupo (contexto sala de aula) ou grande grupo (auditório):**

#### **1 - Atividades a dinamizar pelos professores nas disciplinas com conteúdos ajustáveis ao PES, no âmbito do Projeto Turma em contexto de sala de aula:**

- Aos coordenadores de departamento e de grupo disciplinar serão solicitados os conteúdos programáticos ajustáveis ao PES. Estes serão definidos nas reuniões de planificação no início do ano letivo sendo esta informação enviada para a equipa PESES que articulará com os Diretores de Turma e professores do conselho de turma com vista à construção de cada Projeto Turma. Neste projeto constarão as atividades a dinamizar pelo professor da disciplina, no âmbito do desenvolvimento dos seus conteúdos programáticos e em articulação com o Projeto de Turma.

#### **2 - Atividades a dinamizar por agentes externos ou internos e a desenvolver em pequeno grupo (contexto sala de aula) ou grande grupo (auditório):**

- **“Comportamentos de Risco/Dependências”** - Sessões a dinamizar pela AFMP - (1 sessão de 90 minutos na turma do Ensino Profissional).
- **Segurança sobre rodas - Promoção do uso do capacete - “Prevenção dos acidentes nas crianças e jovens bicicletas - skates – patins promoção do uso de capacete”** - Sessões a dinamizar pela equipa da Unidade de Saúde Pública – 9 sessões - (1 sessão de 90 minutos por turma).
- Participação de alunos no projeto **“+ Natal = Mais Partilha”- “Presépio Vivo”**

Esta atividade está integrada no programa **“+ Partilha = + Tolerância”** proposto pela equipa do PESES.

### Outras atividades onde os alunos poderão estar envolvidos:

- Participação de alunos nas comemorações temáticas e movimentos solidários, integrados no Programa **" + PARTILHA = + TOLERÂNCIA "**:
  - **" + Natal = Mais Partilha "** Cabazes de Natal - (angariação de bens alimentares e de higiene)
  - **"Páscoa Solidária"** - Cabazes Solidários - (angariação de bens alimentares e de higiene)
  - PROJETO - **"ALMOFADA DE CORAÇÃO"**
  - PROJETO - **"A festa dos Afetos..."** - Dia de S. Valentim
  - PROJETO - **"Saberes e sabores - Origens contadas ...experiências partilhadas"**
- Comemoração de outros dias temáticos.
- Participação de alunos em campanhas de divulgação dos projectos dinamizados pelas professoras, Cristina Pico, Lurdes Carvalho, Isabel Martinho e Júlia Seiça – **"Oleão"**, **"O Pilhão vai à escola"**, **"Missão Power Up"** e **"Escola Eletrão"**. As atividades têm como objetivos fomentar a interiorização de valores, desenvolver atitudes ecologicamente responsáveis e criar condições ambientais para uma vida saudável e sustentável.

## 12º Ano

### Atividades a dinamizar pelos professores nas disciplinas com conteúdos ajustáveis ao PES, por agentes internos e externos - a desenvolver em pequeno grupo (contexto sala de aula) ou grande grupo (auditório):

#### 1 - Atividades a dinamizar pelos professores nas disciplinas com conteúdos ajustáveis ao PES, no âmbito do Projeto Turma em contexto de sala de aula:

- Aos coordenadores de departamento e de grupo disciplinar serão solicitados os conteúdos programáticos ajustáveis ao PES. Estes serão definidos nas reuniões de planificação no início do ano letivo sendo esta informação enviada para a equipa PESES que articulará com os Diretores de Turma e professores do conselho de turma com vista à construção de cada Projeto Turma. Neste projeto constarão as atividades a dinamizar pelo professor da disciplina, no âmbito do desenvolvimento dos seus conteúdos programáticos e em articulação com o Projeto de Turma.



## 2 - Atividades a dinamizar por agentes externos ou internos e a desenvolver em pequeno grupo (contexto sala de aula) ou grande grupo (auditório):

- **“Orientação Sexual - Ex-aequo”**- Sessões de esclarecimento/sensibilização no âmbito da saúde a dinamizar pela Equipa de Saúde da Unidade de Cuidados na Comunidade (UCC) Farol do Mondego - (2 sessões de 90 minutos em grande grupo- auditório).
- **“Consequências dos Consumos de Drogas no Desempenho Neurocognitivo”** - sessão de esclarecimento/sensibilização a dinamizar por uma professora de Ciências Biomédicas da Universidade de Coimbra e investigadora do Centro de Investigação da Universidade de Coimbra - (1 sessão a realizar nas turmas de Psicologia e Biologia, em grande grupo - auditório).
- **“Comportamentos de Risco/Dependências”** - Sessão a dinamizar pela AFMP - (1 sessão de 90 minutos na turma do Ensino Profissional).

- **“Álcool - Usos e Abusos”** - Sessões a dinamizar pela AFMP. (2 sessões de 90 minutos por turma).

Prevenir para não remediar...

Porque existe por tradição uma viagem de finalistas dos nossos alunos e porque cabe (também) à escola e ao Projeto de Educação para a Saúde e Educação Sexual a importante missão de prevenção de comportamentos de risco com implicações na saúde dos jovens, realizar-se-ão no auditório da escola, durante as semanas que antecedem a viagem, as primeiras sessões (de noventa minutos) Equipa de Rua da Associação Fernão Mendes Pinto subordinadas ao tema do álcool e riscos associados ao seu consumo. Em cada turma será ainda dinamizada no início do 3º período uma segunda sessão de reflexão sobre as experiências vividas. Através de várias dinâmicas, a moderadora analisa e define os comportamentos relacionados com uso e abuso do álcool que comprometem a saúde dos jovens procurando, desta forma, promover a auto-responsabilização e a tomada de decisões conscientes no que toca à sua saúde, através do desenvolvimento de uma consciência crítica face a este tipo de comportamentos de risco. Se olharmos para as estatísticas os números assombram-nos e não avalizam em favor do trabalho preventivo que pais, educadores e escola (em conjunto) têm que levar a cabo. Os últimos dados da OMS (Organização mundial de saúde) posicionam Portugal na 11ª posição do consumo de álcool *per capita* – portugueses (com mais de 15 anos) consomem em média 13 litros de álcool por ano, o que equivale a 3 bebidas alcoólicas por dia. Portugal é também, numa lista de 29 países da Europa, um dos poucos que tem, autorizada a venda

de álcool a jovens com menos de 18 anos. Urge portanto reavaliar todos os fatores que possam diminuir o consumo de álcool (regras de publicidade, idade mínima para consumo legal de álcool, taxa de alcoolemia, taxas do preço das bebidas...). Convidaremos os pais/encarregados de educação à reflexão e divulgaremos a leitura de um guião elaborado pela dinamizadora das sessões. Divulgaremos ainda, trabalhos sobre a temática – **“Recomendações e Conselhos”**, realizados por alunos em anos anteriores e baseados na experiência da sua viagem.

#### **Outras atividades onde os alunos poderão estar envolvidos:**

- Participação de alunos nas comemorações temáticas e movimentos solidários, integrados no Programa **“+ PARTILHA = + TOLERÂNCIA”** proposto pela equipa PESES.
  - **“+ Natal = Mais Partilha”** Cabazes de Natal - (angariação de bens alimentares e de higiene)
  - **“Páscoa Solidária”** - Cabazes Solidários - (angariação de bens alimentares e de higiene)
  - PROJETO - **“ALMOFADA DE CORAÇÃO”**
  - PROJETO - **“A festa dos Afetos...”** - Dia de S. Valentim
  - PROJETO - **“Saberes e sabores - Origens contadas ...experiências partilhadas”**
- Comemoração de outros dias temáticos.
- Participação dos alunos em campanhas de divulgação do projeto - **“O Pilhão vai à escola”**. A atividade tem como objetivos fomentar a interiorização de valores, desenvolver atitudes ecologicamente responsáveis e criar condições ambientais para uma vida saudável e sustentável.

#### **VII. PROGRAMA DE PROJETOS A DESENVOLVER NO ÂMBITO DO PESES**

Programa de atividades a dinamizar em articulação com agentes internos e externos

#### **“+ PARTILHA = + TOLERÂNCIA”**

- PROJETO - **“Pela sua Saúde - somos o que comemos...”** - Semana da Alimentação
- **“+ Natal = +Partilha”**
- PROJETO - **“A festa dos Afetos...”** - Dia de S. Valentim
- **“Páscoa Solidária”** - Cabazes Solidários - (angariação de bens alimentares e de higiene)

- PROJETO - **“ALMOFADA DE CORAÇÃO”**
- PROJETO - **“Saberes e sabores - Origens contadas ...experiências partilhadas”**
- **“Família e Escola – uma relação de partilha”**

- **1 - PROJETO - “Pela sua Saúde - somos o que comemos...” - Semana da Alimentação**

A escola comemorará a semana da alimentação tendo como objetivo será sensibilizar a comunidade escolar para uma mudança de comportamentos e aquisição de hábitos de alimentação saudáveis. A equipa PESES dinamizará este projeto em articulação com a Biblioteca Escolar/BCRE, com os Grupo disciplinar de Biologia, Informática, com as disciplinas de Educação Visual e o departamento de Línguas para pesquisar provérbios, pensamentos, curiosidades, receitas, criando com os alunos materiais a serem integrados numa exposição relacionada com a temática - Alimentação Saudável. A comemoração da semana da alimentação saudável contará ainda com atividades desenvolvidas no âmbito do projeto DECOJovem promovido pela DECO. Viver bem implica comer bem. **“Somos o que comemos...”**, será o mote para o pequeno almoço saudável oferecido aos alunos do 7º ano de escolaridade na sequência da formação teórica dada por uma nutricionista a estes alunos. Esta refeição terá lugar no bar da escola durante o primeiro turno da manhã e será também uma forma de dar as boas vindas a estes jovens. Todos os alunos da escola terão, também, acesso a estes alimentos no primeiro intervalo da manhã. Além disso, serão distribuídos cestos de maçãs por várias áreas da escola incluindo todos os serviços. A nossa Escola promove assim hábitos de alimentação saudável, criando situações construtivas que auxiliam no desenvolvimento de competências capazes de favorecer o equilíbrio e o bem-estar dos jovens e adolescentes.

No âmbito deste projeto desenvolver-se-ão as seguintes atividades:

- ✓ Construção de um mural alusivo à temática e exposição de trabalhos de alunos;
- ✓ Formação a alunos pela nutricionista;
- ✓ Oferta de um pequeno-almoço saudável;
- ✓ Distribuição de maçãs pela comunidade escolar;
- ✓ Atividades desenvolvidas no âmbito do projeto DECOJovem promovido pela DECO;
- ✓ Participação de alunos no Peddy Paper – “Aromas e Sabores”;
- ✓ Oferta de *gifts* e distribuição de folhetos informativos;
- ✓ Sensibilização para a temática através da divulgação de informação e imagem digital no ambiente de trabalho dos computadores ligados em rede.

- **2 - PROJETO - “+ Natal = + Partilha”**

A escola comemorará a época natalícia com a colaboração de toda a Comunidade Educativa através da contribuição de bens alimentares para cabazes de natal destinados a famílias socialmente vulneráveis da nossa escola. A equipa PESES dinamizará este projeto em articulação com os SPO's e com a colaboração, para a produção de materiais, de todos os Assistentes Operacionais, da equipa da Unidade de Multideficiência, da Biblioteca Escolar/BCRE, e dos alunos do 11º ano. O objetivo será sensibilizar a comunidade escolar para a importância da partilha e aquisição de comportamentos e hábitos de solidariedade.

No âmbito deste projeto desenvolver-se-ão as seguintes atividades:

- ✓ **“Árvore de Natal”** - Construção de moral (Participação alunos do ensino básico);
- ✓ **“Decoração 3d”** - (Participação dos alunos do ensino básico);
- ✓ Sensibilização para a temática através da divulgação de informação e imagem digital no ambiente de trabalho dos computadores ligados em rede;
- ✓ **“Presépio Vivo”** - (Participação dos alunos do 11ºano);
- ✓ **“Cabazes de Natal”** - Movimento solidário.- (angariação de bens alimentares e de higiene);
- ✓ Compilação de receitas natalícias tradicionais dos países de origem de membros da Comunidade Educativa;
- ✓ Degustação natalícia – gostos partilhados.

- **3 - PROJETO - “Família e Escola – uma relação de partilha”**

No âmbito deste projeto desenvolver-se-ão as seguintes atividades:

- ✓ **Diálogo Intergeracional** – A família vem à escola... pais, avós e outros. A escola abrirá a porta, no espaço da disciplina de Educação para a Cidadania, aos familiares para que juntamente com os alunos se promova um verdadeiro diálogo intergeracional, sejam partilhadas experiências e histórias reais de um passado presente e afetivo.
- ✓ **1 - “Inclusão ...com coração”** - Oficinas de trabalho – sessões a dinamizar pela equipa da Equipa de Educação Especial com a colaboração de alunos do Ensino Básico para a construção de materiais alusivos a datas comemorativas. O objetivo é estabelecer uma relação de partilha entre alunos, professores e comunidade educativa em geral.

## 2 - Comemoração do Dia Internacional da pessoa com deficiência.

### • 4 - PROJETO - “*A festa dos Afetos...*” Dia de S. Valentim

A equipa PESES dinamizará este projeto em articulação com a Associação de Estudantes e a equipa da Biblioteca Escolar/BCRE. O amor celebra-se todos os dias e em particular no dia de S. Valentim. Festejaremos o Dia dos Namorados entre corações, pensamentos de amor e celebraram afetos. O objetivo é sensibilizar a comunidade escolar para a importância da partilha, da tolerância e do respeito pelo “*outro*”. Destacaremos a prevenção contra a violência no namoro, apelando a um amor saudável.

No âmbito deste projeto desenvolver-se-ão as seguintes atividades:

- ✓ Realização de trabalhos integrados em exposição temática;
- ✓ Oferta de *gifts* em forma de coração e outros;
- ✓ Sensibilização para a temática através da divulgação de informação e imagem digital no ambiente de trabalho dos computadores ligados em rede;
- ✓ Distribuição folhetos e de correio temático aos alunos nas várias turmas;
- ✓ Animação musical sobre a temática;
- ✓ Concurso para a melhor da fotografia do melhor “*Par Romântico*”;
- ✓ Animação do evento por um elemento da Associação de Estudantes.

### • 4 - PROJETO - “*Páscoa Solidária*” Cabazes Solidários - (angariação de bens alimentares e de higiene)

A equipa PESES dinamizará este projeto em articulação com os SPO's e com a colaboração da equipa da Unidade de Multideficiência, da Biblioteca Escolar/BCRE, e dos alunos. Este projeto será o mote para apelar mais uma vez à comunidade educativa para a contribuição de bens alimentares para cabazes de bens alimentares e produtos de higiene destinados a famílias de alunos da nossa escola, socialmente vulneráveis. O objetivo, à semelhança do projeto do natal, será sensibilizar a comunidade escolar para a importância da partilha e aquisição de comportamentos hábitos solidários.

No âmbito deste projeto desenvolver-se-ão as seguintes atividades:

- ✓ Construção de materiais através da reciclagem a expor;
- ✓ Construção de um moral sobre a temática – “*...ovos e afetos*”;



- ✓ Sensibilização para a temática através da divulgação de informação e imagem digital no ambiente de trabalho dos computadores ligados em rede;
- ✓ **“Cabazes Solidários”** - Movimento solidário.

- **5 - PROJETO - “ALMOFADA DE CORAÇÃO”**

A Escola Secundária Dr. Joaquim de Carvalho, **envolve-se com o Coração**. O projeto **“Almofada do Coração”** é um projeto internacional iniciado nos Estados Unidos e divulgado por Janet Kramer Mai, especialista em cancro de mama, do Erlanger Breast Resource Center, em Chattanooga, Tennessee. Janet Kramer Mai, após ter passado por uma cirurgia de cancro de mama em 2002, e ter testado o conforto que a Almofada de Coração traz, decidiu que realizaria todos os esforços para que cada paciente dela recebesse uma almofada após a cirurgia. Assim, inspirado neste exemplo, o projeto foi levado para a Dinamarca de onde se espalhou por grande parte da Europa. Hoje a **Almofada de Coração** é usada por milhares de pacientes com diagnóstico de cancro de mama. A almofada é projetada para ser colocada debaixo do braço para: aliviar a dor da incisão cirúrgica; reduzir o inchaço linfático provocado pela cirurgia; diminuir a tensão nos ombros e ser usada debaixo do cinto de segurança do carro para proteger contra eventuais golpes. Depois dos Estados Unidos da América e após passar igualmente por vários países europeus e sul-americanos, o projeto chega a Portugal e rapidamente reúne esforços para criar parcerias e protocolos de colaboração, para que o **“Almofada de Coração”** se torne numa verdadeira causa solidária e de interesse universal. Este projecto já estabeleceu parcerias com diferentes entidades com interesse e responsabilidade social, nomeadamente a Liga Portuguesa Contra o Cancro - Núcleo Regional do Centro, através do Movimento “Vencer e Viver” que mostrou elevado interesse e revelou disponibilidade para rececionar e distribuir as almofadas pela sua área de atuação. Associaram-se já a esta iniciativa solidária, Câmaras Municipais, o Hospital de Pombal, a Fundação Bissaya Barreto (Centro Geriátrico), entre outros. A administração do Hospital Distrital da Figueira da Foz já considerou o projeto pertinente, tendo emitido um parecer favorável para a sua implementação. A divulgação do projeto - **“Almofada de Coração”** catapultou para uma dimensão nacional, através da entrevista dada, pela sua representante em Portugal, para a RTP1. Tendo em conta que o Projeto Educativo da nossa escola tem como objetivo contribuir para a formação de cidadãos ativos, intervenientes, solidários e respeitadores dos princípios e valores, a equipa do PESES os SPO’s através da sua TSSS, reuniram esforços para que a nossa escola se associasse a esta causa solidária, envolvendo toda a comunidade educativa.

Este projeto desenvolver-se-á em 2 fases: (1ª- preparação /divulgação e 2ª- implementação/execução). No ano letivo 2015/2016 foram desenvolvidas as atividades pressupostas na 1ª fase a saber: assinatura do Protocolo de colaboração entre a Escola e a representante, em Portugal, do projeto depois de estabelecidos todos os contatos/reuniões preparatórias entre os vários intervenientes; sensibilização/divulgação do projeto e respetivos objetivos em campanha de sensibilização a toda a Comunidade Educativa; pedido de colaboração - para a doação de materiais e/ou entrega das almofadas já confeccionadas se foi o caso.

A 2.ª Fase terá o seu início no ano letivo de 2016/2017), Ao longo do ano a equipa PESES pretende dar continuidade ao previsto na 1.ª fase no que diz respeito, à divulgação do projeto e respetivos objetivos a toda a Comunidade Educativa e à sensibilização para a colaboração (doação de materiais, pedido de materiais e/ou entrega das almofadas já confeccionadas se foi o caso). Evidencia-se a realização de uma **“Oficina de Trabalho”**, durante uma tarde, aberta à participação de toda a comunidade educativa e sob a orientação da interlocutora Maria de Lurdes Sousa.

- **6 - PROJETO** – Interculturalidades – **“Saberes e sabores - Origens contadas ...experiências partilhadas”** - A equipa PESES dinamizará este projeto em articulação com o grupo disciplinar de Informática, os SPOs, a equipa da Unidade de Multideficiência, a equipa da Biblioteca Escolar/BCRE , e os Assistentes Operacionais e a comunidade educativa em geral. Este projeto contará com a colaboração da comunidade educativa .

No âmbito deste projeto desenvolver-se-ão as seguintes atividades:

- ✓ Realização de trabalhos integrados em exposição temática;
- ✓ Construção de um mural sobre o tema;
- ✓ Sensibilização para a temática através da divulgação de informação e imagem digital no ambiente de trabalho dos computadores ligados em rede;
- ✓ Mostra fotográfica e vídeo **“Partilha de memórias”**;
- ✓ Exposição de artefactos multiculturais;
- ✓ Oferta de *gifts*;
- ✓ Animação musical alusiva à temática;
- ✓ Desfile - **“Trajes interculturais- mascarar etnográficas”**;
- ✓ LANCHE **“Sabores com partilha de Saberes”**.

**OUTRAS ATIVIDADES A DESENVOLVER:**

- Inscrição no projeto Johnson & Johnson – Diário 14-18- (Kit o.b.), receção e distribuição de material informativo e de higiene íntima feminino, a todas alunas do 9º e 10º ano;
- Participação no Projeto promovido pela DECO Escolas;
- Programa CUIDA-TE, Programa de Promoção de Estilos de Vida Saudáveis criado através da portaria 655/2008, de 25 de Julho. Candidatura, no âmbito deste programa, à medida de ação 3.
- **“Avaliação dos riscos do ambiente escolar para a saúde, do novo Programa Nacional de Saúde Escolar”** - Calendarização e acompanhamento das Técnicas de Saúde Ambiental à escola, no início do ano letivo, para a avaliação das condições de higiene e segurança e para preenchimento do anexo 3 - Avaliação dos riscos do ambiente escolar para a saúde, do novo Programa Nacional de Saúde Escolar (DGS - Norma nº 015/2015 de 12/08/2015);
- Articulação com a coordenadora do Plano de Formação da Escola Secundária Dr. Joaquim de Carvalho, Figueira da Foz – professora Evangelina Mendes para planificação de formação de curta duração a realizar para diretores de turma. O objetivo é criar condições de intervenção adequadas inerentes ao exercício do cargo (questões de indisciplina, relações interpessoais, identificação de comportamentos de risco, relação escola família entre outros.)
- Colaboração enfermeira especialista Fernanda Vitória, no âmbito do Programa Nacional de Saúde Escolar - Ano letivo de 2016/2017, para emitir cheques dentista, monitorizar a vacinação de docentes e não docentes e monitorizar os acidentes escolares ocorridos -2015/2016);
- Divulgação aos encarregados de educação/pais das “Orientações para utilização do cheque dentista no âmbito da Saúde Escolar”. Distribuição dos cheques dentista aos alunos abrangidos;
- Candidatura do PESES ao “Programa de Apoio à Promoção e Educação para a Saúde (PAPES). O projeto apresentado foi selecionado e a escola elegível para financiamento. Este Programa de Apoio à Promoção e Educação para a Saúde (PAPES), e que visa:
  1. promover a literacia em saúde;
  2. desenvolver atitudes e valores que suportem comportamentos saudáveis;
  3. valorizar comportamentos que conduzam a estilos de vida saudáveis;
  4. criar condições ambientais para uma Escola Promotora de Saúde.



- Dinamização do GUIAA-TE em colaboração com a Dr.ª Helena Cardoso que presta apoio e atendimento ao aluno. Este apoio funcionará no gabinete 4.

### **VIII. RESUMO - ESTRATÉGIAS/METODOLOGIAS**

- Atividades desenvolvidas pelas disciplinas no âmbito do Projeto /Turma.
- Exposições temáticas.
- Comemoração de dias temáticos.
- Realização do *Peddy Paper* - “**Aromas e Sabores**”.
- Participação no Projeto *sopa.com*.
- Participação no Projeto DECOJovem promovido pela DECO.
- Movimentos de voluntariado e solidários.
- Participação nas várias atividades do programa - “**+ PARTILHA = + TOLERÂNCIA**”.
- Participação no projeto - “**Almofada de Coração**”.
- Dinamização de atividades no âmbito do Clube do Desporto Escolar.
- Visionamento e exploração de filmes.
- Aplicação do programa “**Eu e os Outros**”.
- Aplicação do programa “SeguraNet”.
- Atualização de conteúdos sobre o PESES na Intranet e na página digital oficial da escola.
- Divulgação dos eventos no *facebook* e na página digital oficial da escola (separador-PESES).
- Divulgação dos eventos nos órgãos de comunicação social.
- Ações de Formação para a comunidade escolar.
- Realização do Teatro debate “**O corpo é que paga**” - (IPJ).
- Sessões de esclarecimento e sensibilização, para a comunidade escolar e pais/enc. de educação.
- Sessões sobre “**Tabagismo**” - (UCC- Farol do Mondego).
- Sessões sobre “**Coesão Grupal - Educação para os valores**” -( AFMP).
- Sessões sobre “**Internet/Riscos**” - (P J de Coimbra e PTE).
- Sessões sobre “**Violência no Namoro**”.- (UCC- Farol do Mondego).
- Sessões sobre “**Drogas-Comportamentos de risco /Dependências**” (AFMP).
- Sessões sobre “Violência - Deteção e Intervenção nos Maus Tratos/Abuso Infantil”.
- Sessões sobre “Relações Parentais”.

- Sessões de formação sobre “**Suporte Básico de Vida**” - (BV Fig. da Foz).
- Sessões de formação sobre “**Comportamentos de Risco - Sida**” - (ABRAÇO- Lisboa).
- Sessões sobre a sexualidade -Aplicação do programa “**Semáforo- Questões sobre a sexualidade**” - (UCC).
- Sessões sobre orientação sexual - Aplicação do programa “ **Ex-aequo**” - (UCC- Farol do Mondego).
- Sessões sobre “**Aproximações abusivas veiculadas pelos media**” dinamizadas pela Escola Segura - (PSP).
- Sessões sobre “**Jovens em Segurança – medidas de autoproteção**” - (PC Fig. da Foz).
- Sessões sobre “**Álcool / Usos e Abusos**”- (AFMP).
- Sessões sobre prevenção de acidentes nos jovens - “**Promoção do uso do capacete**” - (UCC).
- Sessões sobre “**Consequências dos Consumos de Drogas no Desempenho Neurocognitivo**” - (CIUC).
- Sessões sobre “**Comportamentos Aditivos – Dependência de jogos**” – (CRI).
- Sessões sobre “**Comportamentos de Risco em Contexto Recreativo - Substâncias Psicoativas**” - (CRI)
- Sessões sobre a importância do sono - “**Dormir bem para Viver melhor**” - (Univ. Av.Dr.<sup>a</sup> Ana Allan Gomes).
- Sessões - A **utilização de Ferramentas da Web 2.0 “As Questões Éticas no Acesso à Informação**” - (BE).
- Atividades subordinadas à temática - “Ambiente e relação Vida Saudável”.

Pode recorrer-se a uma larga gama de metodologias ativas e participativas com três objetivos fundamentais:

- Partilha de informação;
- Clarificação e aquisição de valores e atitudes;
- Treino de competências específicas.

Estas metodologias participativas expressam-se na utilização de um conjunto de técnicas, entre as quais destacamos:

**A. Trabalho de pesquisa** (em colaboração com a Biblioteca Escolar)

**B. “Tempestade de ideias”**

Consiste em listar, sem a preocupação de discutir num primeiro momento, todas as sugestões que o grupo ou a turma fazem sobre determinada questão ou problema. A lista deve ser constituída por palavras ou frases simples. Após as sugestões dos alunos deve-se aprofundar a discussão e esclarecer as dúvidas ou opiniões contrárias.



### C. Resolução de problemas

Mediante a utilização de histórias e/ou casos inventados ou reais, incentiva-se a discussão para a resolução de problemas comuns com os quais os alunos podem vir a ser confrontados. Os jornais, as revistas ou as histórias populares podem ser utilizados de formas diferentes:

- pode ser utilizada uma história sem final e, nesse caso, pedir-se-á aos grupos ou à turma que criem um ou vários finais possíveis;
- pode ser utilizada uma história pedindo aos participantes para atribuírem diferentes valores às várias personagens;
- pode-se pedir ao(s) grupo(s) que identifique(m) uma ou várias soluções para cada caso.

### D. Jogos de clarificação de valores

Consiste em promover o debate entre posições diferentes (podendo ou não chegar-se a consenso), através da utilização de pequenas frases que sejam opinativas e polémicas. Pode-se pedir a um dos participantes para assumir a defesa da opinião expressa na frase, a um segundo para a atacar (ainda que essas não sejam as suas posições na realidade) e a um terceiro ainda que observe o debate, para depois o descrever ao grande grupo.

Podem utilizar-se escalas do tipo «concordo totalmente», «concordo em parte» «é-me indiferente» «discordo em parte» e «discordo totalmente», fazendo mover as pessoas na sala para cada uma das posições (que são afixadas nas paredes), ou utilizando as opiniões individuais para o debate em pequenos grupos e, numa fase posterior, em grande grupo.

### E. História valorativa

A história deve ser de compreensão fácil e os personagens devem ter comportamentos claros e diferenciados. Podem ser construídas pelos alunos e podem referir-se ou não a situações reais.

A história é discutida em grupos e cada um deles deve emitir uma apreciação, consensual ou não, sobre o procedimento ético de cada um dos personagens da história.

Cada grupo deve justificar a sua classificação, devendo realizar-se um debate na turma.

### F. Utilização de questionários

Podem ser utilizados para recolher conhecimentos e opiniões sobre os mais diversos temas. Preenchidos os questionários, individualmente ou em grupo, estes podem ser posteriormente discutidos em grande grupo e assim aferir e corrigir os conhecimentos do assunto em questão.

## **G. Dramatização**

Consiste na simulação de pequenos casos ou histórias em que intervêm o número de personagens que se quiser. Funciona bem quando são os próprios alunos, em grupo, a elaborarem o texto dramático. As dramatizações não devem ser longas (cerca de 10 minutos) e devem ser complementadas com debate em pequeno ou em grande grupo. É uma forma particularmente dinâmica de analisar uma situação ou provocar um debate. O *role play* pode ser eficazmente aproveitado no treino de determinadas competências, tais como saber escutar o outro, desenvolver o relacionamento interpessoal ou saber expressar sentimentos.

## **H. Produção de cartazes/ materiais de multimédia**

### **I. Fichas de atividades orientadas**

Facilitam o desenvolvimento dos trabalhos, e devem ser construídas de acordo com os objetivos a alcançar:

- recolha de informação;
- exploração de informação;
- síntese de informação;
- avaliação.

### **J. Realização de sessões de esclarecimento / sensibilização**

Pode ser complementada com um trabalho em grupo, em que são pedidas opiniões, sínteses ou dúvidas que tenham ficado após a sessão ou encaminhamento para o Gabinete de Informação e Apoio ao Aluno (GIAA) / (GUIA-TE na Escola).

### **L. Visionamento de filmes seguido de debate e reflexão**

A construção de guiões de exploração permite uma síntese dos conhecimentos adquiridos e a reflexão crítica sobre o material visionado.

### **M. Músicas, imagens e spots publicitários comentados**

### **N. Outras**

## **IX. IMPLEMENTAÇÃO DO “PROJETO DE EDUCAÇÃO SEXUAL”**

Lei nº 60/2009 de 6 de Agosto; Portaria nº 196-A/2010 de 9 de Abril.

### **1. FINALIDADES**

O conjunto de valores básicos e princípios éticos que orientam o projeto de Educação Sexual é, nos seus aspetos gerais, o mesmo da legislação recentemente aprovada, sendo os seguintes:

- A valorização da sexualidade e afetividade entre as pessoas no desenvolvimento individual, respeitando o pluralismo das conceções existentes na sociedade portuguesa;
- Promoção de competências pessoais e sociais;
- A promoção de uma cultura de afetos e de relações interpessoais;
- Promover a capacidade de proteção face a todas as formas de exploração e de abuso sexuais;
- O respeito pela diferença entre as pessoas e pelas diferentes orientações sexuais;
- A valorização de uma sexualidade responsável e informada;
- A promoção da igualdade entre os sexos;
- O reconhecimento da importância de participação no processo educativo de encarregados de educação, alunos, professores, técnicos de saúde e outros agentes;
- A promoção de estilos de vida saudáveis em segurança;
- A compreensão científica do funcionamento dos mecanismos biológicos reprodutivos;
- A eliminação de comportamentos baseados na discriminação sexual ou na violência em função de sexo ou orientação sexual;
- O reconhecimento da importância de competências nos jovens que permitam escolhas informadas e seguras no campo da sexualidade;

### **2. CARGA HORÁRIA**

De acordo com os limites definidos no artigo 5.º da Lei n.º 60/2009, de 6 de Agosto, a carga horária não pode ser inferior a doze horas para o 3.º ciclo do ensino básico e ensino secundário, distribuídas de forma equilibrada pelos diversos períodos do ano letivo, ficando registada no cronograma do Projeto de Educação Sexual da Turma.

### **3. PROJETO DE EDUCAÇÃO SEXUAL DAS TURMAS**

Em cada turma, o Projeto de Educação Sexual deve integrar o Plano Curricular ou o Plano de Trabalho da Turma, respetivamente, no ensino básico e secundário.

Cabe ao Diretor de Turma ou ao professor responsável pela Educação para a Saúde e Educação Sexual da turma garantir a implementação do referido projeto.

A equipa PESES, em articulação com agentes internos e externos (UCC e outras Instituições), convidou técnicos profissionais que possuam habilitações próprias para formação dos alunos no âmbito deste projeto.

O Conselho de Turma poderá, em articulação com a equipa PESES solicitar a intervenção de agentes externos.

A equipa responsável pela Educação Sexual da turma deverá selecionar e/ou elaborar o material pedagógico que julgar necessário e adaptado ao nível etário dos seus alunos e às características da turma. Este material deverá ser disponibilizado à equipa PESES de forma a ser catalogado/arquivado para partilha, fomentando desta forma o ensino colaborativo.

No referido projeto devem constar os conteúdos de educação sexual (Portaria n.º 196 – A/2010, art.º 3.º), as disciplinas envolvidas e as atividades a implementar.

A Equipa interdisciplinar do PESES apresentará o modelo que serve de referência à elaboração, em cada Conselho de Turma, do Projeto de Educação Sexual da Turma. Depois de preenchido e aprovado em conselho de turma deverá ser entregue à Coordenadora do PESES.

#### **3.1. Projeto de Educação Sexual nas turmas do Ensino Básico**

Para a prossecução das finalidades da educação sexual previstas no artigo 2.º da Lei n.º 60/2009, de 6 de Agosto, a educação sexual é aplicada no ensino básico, no âmbito da educação para a saúde, nas áreas curriculares disciplinares, respeitando a transversalidade inerente às várias disciplinas. Existem conteúdos que serão dinamizados por técnicos profissionais que possuam habilitações próprias para formação dos alunos no âmbito deste projeto. Alguns conteúdos serão integrados na Educação para a Cidadania, que constitui oferta complementar de escola.

#### **3.2. Projeto de Educação Sexual nas turmas do Ensino Secundário**

Para a prossecução das finalidades da educação sexual previstas no artigo 2.º da Lei n.º 60/2009, de 6 de Agosto, a educação sexual é aplicada no ensino secundário, no âmbito da educação para a saúde, nas áreas curriculares disciplinares, respeitando a transversalidade inerente às várias disciplinas. Alguns conteúdos serão dinamizados por técnicos profissionais que possuam habilitações próprias para formação dos alunos no âmbito deste projeto.

#### 4. CONTEÚDOS DE EDUCAÇÃO SEXUAL

As orientações curriculares respeitantes aos conteúdos da educação sexual devem respeitar os objetivos mínimos constantes na Portaria n.º 196 – A/2010, artigo 3º, de 9 de abril.

#### 5. CRONOGRAMA

- Apresentação do projeto PESES aos Diretores de Turma no início do ano letivo.
- Levantamento em reunião de Departamento Disciplinar dos conteúdos programáticos em cada disciplina passíveis de articulação com os conteúdos constantes da Lei 60/2009 e da Portaria 196-A de 2010, das atividades, da calendarização e tempos letivos.

Estes dados são registados em documento próprio (Anexo 1) e enviados à coordenadora da equipa PESES.

- O Conselho de Turma, com base no (anexo 2), procede à construção do projeto de Educação Sexual da Turma e nomeação do professor responsável.
- A planificação do projeto de Educação Sexual da Turma, depois de elaborado e aprovado na reunião de avaliação intercalar do 1º período deve ser de imediato enviado via digital à coordenadora do PESES.
- O projeto de Educação Sexual da turma, depois de aprovado em conselho de turma, carece ainda da assinatura dos representantes dos Pais/Encarregados de educação, que provará que tomaram conhecimento, permitindo assim o início da sua implementação. Depois de assinado deve ser entregue de imediato na direção.
- Após aprovação o Diretor de Turma deve enviar, via digital, o Projeto Turma a todos os professores do conselho de turma para que o possam consultar sempre que necessário.
- Todos os professores intervenientes no projeto devem sumariar as atividades desenvolvidas (por si ou por agentes externos) no documento/grelha, existente no ambiente de trabalho na pasta PESES.

#### 6. AVALIAÇÃO

- **Avaliação intermédia no 1º e 2º períodos**, a partir dos projetos desenvolvidos ao nível das turmas e do eventual impacto das atividades implementadas dentro e fora da escola, relacionados com a Educação para a Saúde e Educação Sexual. Em cada reunião de conselho de turma de final de período, será preenchida na ficha de avaliação, o espaço correspondente à avaliação intercalar dos 1º período e 2º e períodos, onde constarão as disciplinas intervenientes que já realizaram atividades desenvolvidas no âmbito do projeto bem como as disciplinas que cederam espaço e datas para os agentes externos dinamizarem sessões. (Anexo 3). Todas as atividades e sessões devem ser sumariadas - (No âmbito do PESES...)

- **Final do ano letivo**, com o objetivo de se obter uma reflexão sobre o trabalho desenvolvido. O Coordenador do Projeto de turma, ouvidos todos os intervenientes do projeto, fará o balanço global do grau de consecução do projeto e apresentará sugestões para o ano seguinte de acordo com as necessidades sentidas perante a realidade turma. Será concluído o preenchimento da ficha de avaliação (Anexo 3), com os dados do 3º período e da avaliação final.
  
- A avaliação das atividades realizadas é qualitativa e deve ter em consideração:
  - o grau de satisfação dos alunos;
  - atividades previstas e realizadas;
  - atividades não previstas mas realizadas;
  - aspetos positivos;
  - dificuldades encontradas.

## 7. GABINETE DE INFORMAÇÃO E APOIO AO ALUNO - GUIAA-TE

Os alunos do ensino secundário têm também à sua disposição o Gabinete de Informação e Apoio ao Aluno (GUIA-TE), espaço de privacidade onde podem ser escutados, encontrar resposta para as suas dúvidas, receber informação complementar e, caso seja necessário, ser encaminhados para apoio fora da escola. (GTES, Relatório Final, 2007).

A equipa dinamizará GUIAA-TE em colaboração com a Dr.ª Helena Cardoso que presta apoio e atendimento ao aluno uma vez por mês. Este apoio funcionará no gabinete 4.

A definição da sua organização bem como as normas de funcionamento constam em folhetos informativos que serão dados a conhecer à comunidade educativa. Neste espaço, semanalmente, funcionará o **atendimento**, dinamizado pelas enfermeiras da equipa de Saúde Escolar da UCC Farol do Mondego.



## **X. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

Vilar, Duarte, et al. (2010). *Educação Sexual na Escola, Guia para Professores, Formadores e Educadores* (8ª ed.). Lisboa: Texto Editores Lda.

Santos, Clara, & S.C. (2005). *Formação Cívica, um guia prático de aprendizagem* (1ª ed.). Porto: ASA Editores.

Pereira, M. Manuela, & F.F. (2001). *Educação Sexual, Contextos de sexualidade e adolescência* (2ªed.). Porto: ASA Editores.

Dias, A. Maria, et al. (2002) *Educação da sexualidade no dia-a-dia da prática educativa* (1ª ed.). Braga: Edição da Casa do Professor.

Matos, M. Gaspar, & S.D. (2009). *Jovens com Saúde – Diálogo com Uma Geração* (1ª ed). Lisboa: Texto Editores

Grupo de Trabalho de Educação Sexual (GTES). *Relatório Preliminar*. Lisboa, 31 de Outubro de 2005

Grupo de Trabalho de Educação Sexual (GTES). *Relatório Final*. Lisboa, 7 de Setembro de 2007.

Lei nº 60/2009 de 6 de Agosto.

Portaria nº 196-A/2010 de 9 de Abril.

Circular nº 1-DGIDC/2009/1176/NESASE

## **XI. ANEXOS**

Figueira da Foz, 15 de Julho de 2016

A Coordenadora da Educação para a Saúde e Educação Sexual

Madalena Monteiro