YESI

Erasmus+, KA2:
Cooperação para
a inovação e intercâmbio
de boas práticas –
Parcerias estratégicas
na educação escolar

Projeto n.º 2019-1-BG01-KA201-062348

Kit para Professores sobre Educação para a Cidadania.

ESCOLA PRIMARIA

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Manual para professores em educação cívica - escola básica

A publicação é criada no âmbito do projeto europeu "Estudantes jovens abraçam a inclusão social e o envolvimento social" (YESI), que inclui quatro organizações: Fundação Prosveta-Sofia, Instituto Politécnico de Santarém (Portugal), Centro de Educação Não Formal AENAO (Grécia) e Osnovna škola "Hristo Botev" (Сърбия).

O projeto é implementado no âmbito do programa Erasmus de acordo com o Contrato de Subvenção n.º 2019-1-BG01-KA201-062348 com o Centro de Desenvolvimento de Recursos Humanos, a Agência Nacional Erasmus na Bulgária.

Autores:

© Ass. Prof. Doutora Silviya Tsvetanska, Elena Lazarova. (Fundação Prosveta-Sofia)

© Ana Da Silva, Ana Torres, Bento Cavadas, José Maurício Dias (Instituto Politécnico de Santarém)

© Anastasia Timologou (Centro de educação não formal AENAO)

Editor: Ass. Profa. Doutora Silviya Tsvetanska

Coordenador nacional para a organização de pilotagem e validação de recursos de formação na Sérvia:

Katarina Simeonov - Osnovna škola "Hristo Botev" (Sérvia).

A publicação está disponível em http://yesii.eu/en/o1/

As imagens e gráficos utilizados são abertos e licenciados pela Shutterstock, bem como, são também utilizadas imagens originais dos parceiros.

Reprodução autorizada desde que citada a fonte.

Editora: © Fundação Prosveta-Sofia, Sofia, 2022

ISBN 978-954-01-4238-8 (pdf)

Esta publicação reflete apenas a opinião 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

Somos todos únicos, igualmente importantes e temos o direito de viver de acordo com o que acreditamos, com os costumes, práticas e as regras de comportamento estabelecidas em nossa comunidade.
A pandemia Covid-10 e as medidas restritivas sem precedentes e os bloqueios na maioria dos países europeus resultaram no fechamento de muitos negócios e desigualdades sociais ainda maiores. Além disso, a globalização e a migração reuniram pessoas de diferentes origens étnicas, origens religiosas, crenças, tradições e línguas. O mundo em que vivemos atualmente, e o mundo em que nossos filhos viverão, será muito mais diverso considerando o status social, as origens étnicas e as crenças das pessoas. Por outro lado, compartilhar um espaço comum não resulta automaticamente na superação dos limites das comunidades historicamente constituídas; não envolve necessariamente abrir-se à alteridade, tentar entender as diferenças, valorizar a diversidade e construir motivos comuns para o diálogo. Mas vivemos juntos e não devemos apenas tolerar essa diversidade, mas devemos valorizá-la como uma oportunidade pela qual podemos aprender uns com os outros, a fim de construir sociedades mais fortes e dinâmicas. Os direitos humanos, a diversidade, a tolerância e as questões não-violentas tornaram-se ainda mais importantes nos últimos anos, considerando os recentes eventos de pandemias, guerras, ataques terroristas e crise de refugiados.
As crenças, costumes, práticas e regras de comportamento existentes dentro de uma comunidade naturalmente vêm em primeiro lugar e desempenham o papel mais influente na formação da atitude de alguém para a alteridade. No entanto, a escolaridade poderia desempenhar um papel fundamental na superação das atitudes negativas historicamente desenvolvidas para as diferenças humanas, especialmente se falarmos de jovens aprendizes do ensino fundamental. Poderia apoiar as crianças em se tornarem de mente aberta, compassivas e compreensivas as "outras". A realização desse papel sugere que os professores tenham conhecimentos, habilidades e ferramentas que lhes permitam discutir com seus alunos quaisquer questões emergentes sobre noções existentes de diferenças humanas na sociedade e as expectativas sobre o comportamento em relação aos seus portadores, em vez de evitar tais perguntas ou reafirmar como verdadeiras as impressões e expectativas válidas pelo público.

Jovens Aprendizes abraçam inclusão social e envolvimento social O Kit de Ferramentas envolve atividades em três grandes temas: Direitos da Criança – Direitos Humanos, Diversidade e Inclusão Social e Identidade, Cidadania Ativa e Envolvimento Social. Mas qual é o significado de tudo isso?
1. Direitos **da Criança** – **Direitos Humanos:** Por meio deste módulo, os alunos aprenderão sobre direitos da criança e direitos humanos como sendo estabelecidos em documentos internacionais.
De acordo com as Nações Unidas (Direitos Humanos das Nações Unidas), as altas humanas são direitos inerentes a todos os seres humanos, seja qual for a nossa nacionalidade, local de residência, sexo, origem nacional ou étnica, cor, religião, língua ou qualquer outro status. Todos temos o direito igual aos nossos direitos humanos sem discriminação. Todos esses direitos são interrelacionados, interdependentes e indivisíveis.

Em 20 de novembro de 1989, a Assembleia Geral das Nações Unidas aprovou a Convenção sobre os Direitos da Criança, e entrou em vigor em 2 de setembro de 1990. Com este documento, as Nações Unidas proclamaram que a infância tem direito a cuidados especiais e assistência, "a criança, em razão de sua imaturidade física e mental, precisa de proteções e cuidados especiais, incluindo proteção legal adequada, antes e depois do nascimento".

A Convenção sobre os Direitos da Criança consiste em 54 artigos. Os países que assinaram a Convenção concordaram em respeitar e garantir os direitos estabelecidos na Convenção a cada criança dentro de sua jurisdição sem discriminação de qualquer tipo, independentemente da raça, cor, nascimento ou outro status da criança ou de seus pais ou responsável legal.

"O verdadeiro caráter da sociedade é revelado em como trata seus filhos"

Nelson Mandela

2. Diversidade e Inclusão Social – Este módulo ensinará os alunos a valorizar melhor cada membro da sociedade como ser humano, a sentir empatia com todas as crianças, não importa o quão diferentes elas possam ser, e envolvê-las na vida escolar.
O conceito de diversidade abrange aceitação e respeito. Significa entender que cada indivíduo é único e

reconhecer nossas diferenças individuais. A diversidade tem como objetivo reconhecer, respeitar e valorizar as diferenças das pessoas para contribuir e realizar todo o seu potencial, promovendo uma cultura inclusiva para todos.

A diversidade está ao nosso redor; nas escolas, dentro das famílias, ao longo das ruas de nossas cidades e aldeias, em todos os lugares. Particularmente em escolas onde cada vez mais alunos de diversas origens povoam as salas de aula, é essencial fornecer métodos e abordagens ajustáveis às "diferentes". Inúmeros estudos mostram que a diversidade nas escolas precisa ser abordada de forma "Pedagogia Culturalmente Responsiva" (Heraldo V. Richards; Ayanna F. Brown; Timothy B.Forde, 2007), uma vez que os professores educam alunos que variam em cultura, linguagem, habilidades e muitas outras características. Por isso, este kit de ferramentas proporcionará atividades com o objetivo de capacitar e enriquecer os alunos com conhecimentos e habilidades para diversos grupos de pessoas.

"**É hora dos pais ensinarem cedo aos jovens que na diversidade há beleza e força."**
Maya Angelou

3. Identidade, Cidadania Ativa e Envolvimento Social – Este módulo levará os alunos a contribuir mais para a vida da comunidade e se envolver, como participar e contribuir ativamente.

A origem da cidadania pode ser rastreada até a Grécia Antiga, quando os "cidadãos" eram aqueles que tinham o direito legal de participar nos assuntos do Estado. No entanto, nem todos eram cidadãos: escravos, camponeses, mulheres ou estrangeiros residentes eram meramente sujeitos. Para aqueles que tinham o status privilegiado de serem cidadãos, a ideia de "virtude cívica" ou de ser um cidadão "bom" era uma parte importante do conceito, uma vez que a participação não era considerada apenas um direito, mas também, e antes de tudo, um dever. Um cidadão que não cumpria suas responsabilidades era considerado socialmente disruptivo. (Conselho da Europa, 2012)

Termos como "Cidadãos Ativos" e "Cidadania Europeia" são igualmente importantes quando se fala de crianças pequenas que se tornarão cidadãos do futuro. Em 2003, Nelson Mandela disse:

"Uma das maneiras de construir um futuro melhor para nossos filhos é capacitando-os permitindo que eles falem por si mesmos. Claro, nós, como adultos, temos que guiá-los e assumir a responsabilidade final, mas isso é algo bem diferente de patrociná-los. Os direitos das crianças devem, importante, incluir o direito de serem elas mesmas e de falar por si mesmas.."

Nelson Mandela

Instrução aos professores

Caros educadores,

O projeto "Jovens Aprendizes Abraçam a Inclusão Social e o Envolvimento Social" foi desenvolvido como um esforço para apoiar os alunos para que eles respeitem os diferentes, os diversos e os únicos. Trata-se de estudantes de 6 a 11 anos; este é o momento em que eles começam a escola onde eles passam muito tempo, então intervenções como esta podem ter um impacto real.
Sendo educadores você tem a oportunidade de ser flexível, entregar o conhecimento e desempenhar um papel decisivo no desenvolvimento, progresso e conclusão bem sucedida do curso de formação. Os elementos-chave que podem garantir a implementação bem-sucedida dos treinamentos são o seu conhecimento e crença firme nas ideias do projeto, o treinamento presencial especializado que você recebeu, suas habilidades para proporcionar atmosfera emocional positiva na sala de aula durante as sessões de treinamento e durante o ensino diário, promover o respeito mútuo de todos os alunos, incentivando sua participação igualitária e envolvimento como forma de garantir a efetividade do projeto.

Seu principal objetivo é melhorar o desenvolvimento das habilidades e autoestima das crianças, que se originam de suas próprias habilidades pessoais. Dessa forma, você ajudará os alunos a desenvolver uma atitude positiva e comportamento em relação à diversidade de personalidades e ideias no mundo.

No presente curso de formação você será introduzido a novos métodos de ensino e métodos típicos para a educação não formal. Usá-los na aula pode ser estressante no início. As seguintes palavras de conselho podem ajudá-lo significativamente a implementar adequadamente os treinamentos.

- Não use nenhum método de ensino, do qual você mesmo não está pronto para participar.
- Prepare-se cuidadosamente para as sessões de treinamento. Dê instruções claras, considere as dimensões e preveja as possíveis voltas que as atividades e discussões podem tomar, embora não seja possível prever todas as probabilidades.
- Cada inovação abrange uma possível taxa de fracasso. Embora um método bem preparado possa limitar tal probabilidade, você tem que ter em mente que quanto mais métodos você usar, mais fácil será para você implementar métodos a partir da educação não formal.
- Toda vez que você introduz um novo método, você pode aumentar as chances de sucesso se:
    - você introduz o que planejou de uma maneira específica despertando a curiosidade dos alunos.
    - você aceita a maneira como os alunos pensam e funcionam, mesmo que este caminho não seja o que você esperava ou visava. A solução é intervir no comportamento impróprio de um aluno sem rejeitá-lo ao mesmo tempo.
- Considere todos os objetivos que podem ser alcançados ao utilizar uma atividade ou método específico. Por exemplo, um energizador pode ser usado para estimular os alunos, mas ao mesmo tempo também pode gerar os seguintes efeitos positivos:
    - pode melhorar a comunicação das crianças
    - ele pode contribuir para a capacidade dos alunos de assumir suas próprias responsabilidades
    - pode ajudar a criar uma atmosfera agradável na sala de aula.
- Se você aplicou um novo método de ensino pela primeira vez e não teve sucesso, isso não significa que este método não possa ser eficaz no futuro. Pelo contrário, tente aprender o máximo possível com essa experiência para estar melhor preparado da próxima vez.
- Você pode estar intrigado e preocupado com o fato de que o uso de métodos ativos de aprendizagem causa bagunça e você sente que está perdendo o controle da classe. Você deve ter em mente que aplicar novos métodos de ensino pressupõe um tipo diferente de controle. Quando os alunos trabalham com uma variedade de métodos é natural que o professor não esteja continuamente em contato direto com eles. A estratégia de intervenção geral deve ser clara e você deve ser capaz de intervir quando necessário.
- Considere a suficiência do tempo disponibilizado para cada recurso de treinamento, bem como a adequação do espaço que você tem em sala de aula para a aplicação do método específico (tamanho, arranjo de móveis, proximidade com outras salas de aula).
- Por último, mas não menos importante: Relaxe e divirta-se! Afinal, é disso que se trata a Educação Não Formal!

Preparação das aulas para o curso

A sessão Esperanças e Medos e o Contrato do Grupo será realizada no início do ano letivo antes das sessões de formação planeadas que utilizam os recursos no Kit de Ferramentas do Professor.

Esperanças e Medos / Contrato de Grupo

Tópico / Nome da atividade	**Esperanças e Medos / Contrato de Grupo**
Duração	35 min.
Objetivos / Objetivos	• Para esclarecer objetivos e expectativas dos alunos • Para esclarecer as "regras" e os "valores" do grupo • Para criar um ambiente de aprendizagem seguro • Facilitar a comunicação dos participantes em diferentes níveis.
Preparação • **Leitura sugerida, dicas, etc.** • **Materiais**	**Materiais:** • <u>Para esperanças e medos</u> • Post-it observa em duas cores diferentes, ou seja, amarelo e azul (uma para esperanças, uma para medos) • 2 papéis de caixa de grande porte em duas cores diferentes (uma para esperanças, uma para medos) • Marcadores • Fita adesiva para colar caixas na parede • Música Relaxante (opcional) • <u>Para contrato de grupo</u> • Papel de caixa de grande porte ou flipchart • Marcadores • Fita adesiva para grudar na parede • **Dicas** O professor pode pedir aos alunos (antes deste exercício introdutório, durante uma pausa ou aula de Artes) para desenhar nos 2 papéis de caixa algo que simboliza Esperanças (ou seja, uma ilha com mar calmo ao seu redor, uma árvore etc) e Medos (ou seja, 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** O professor cola na parede duas cartolinas 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 seus medos. Cada aluno recebe 2 post-it; um amarelo, um azul. Os alunos são instruídos a escrever as suas expectativas/esperanças sobre o curso de formação no papel amarelo e seus medos no papel azul. Uma vez que todos estão prontos, cada criança cola o seu post-it na respetiva cartolina e volta para o seu lugar. Em primeiro lugar, o professor lê as esperanças (pode categorizá-las se houver semelhanças). Em seguida, lê os medos (que também poderiam ser agrupados).

Por fim, o professor explica aos alunos que suas notas post-it com as esperanças e medos permanecerão na parede até o final do curso de formação. **15'**

Ao final do curso de formação, o professor pede aos alunos que olhem novamente para suas esperanças e medos e reflitam sobre eles. Os medos deles tinham motivos? Havia problemas que tinham sido 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 forma diferente. **10'**

Contrato de Grupo

O professor discute com os alunos que este curso de formação (projeto) vai ajudá-los a aprender mais sobre Direitos Humanos, Diversidade e Inclusão Social, e Cidadania Ativa e Envolvimento Social de uma forma diferente em relação ao que eles estão acostumados. As atividades serão moldadas como jogos e serão muito práticas. Como o grupo estará junto no curso de formação (projeto) por várias semanas ou meses, seria bom estabelecer juntos regras específicas que todos conhecem e respeitam.

O professor orienta a conversa e os alunos se debatem sobre as regras que querem estabelecer, por exemplo: a opinião de todos será respeitada, não haverá julgamento de opiniões, todos respeitarão o silêncio quando necessário, a participação é importante porque as atividades estão ligadas a todos os alunos como membros do grupo (classe), etc. O professor ou um aluno escreve todas as "regras" em um papel de caixa ou um flipchart. Uma vez que a lista esteja pronta, todos os alunos assinam o Contrato de Grupo e ele fica preso na parede até o final do projeto (curso de formação). **15'**

Abertura de uma sessão de formação

Todos sabemos que se você está ansioso para fazer uma atividade e começar a fazê-lo com expectativas positivas, os resultados são muito mais propensos a ser melhores e a intervenção – ser mais eficiente. Os alunos podem vir para a aula com grande interesse, ou não se interessam. Às vezes, o professor pode enfrentar notável resistência se começar diretamente com o tema planejado. Os alunos da turma 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 evocar o interesse dos alunos (como sugerido no kit de ferramentas).
- Use um exercício de relaxamento ou música apropriada quando as crianças estiverem muito inquietas (como sugerido no kit de ferramentas).
- Se os alunos estão enfrentando um problema, então talvez seja melhor lidar com isso no início. Na prática, você pode descobrir que este problema em particular pode cobrir toda a atividade, embora não tenha sido planejada.

Terminar uma sessão de Formação

Ao final de cada sessão deve haver tempo para se conectar e encerrar as questões levantadas, e os alunos devem ter tempo para preparar o tema para a próxima sessão de formação. É importante que nada fique pendurado no ar. Todos os problemas devem ser devidamente resolvidos. 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 pode 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 de Erasmus – é preferível aplicar métodos de ensino não tradicionais, que criam uma atmosfera agradável na classe e transformam o "aprendizado" em uma experiência interessante. Para escolher um método, consideramos os objetivos do recurso. Um método adequado incentiva os alunos a identificar situações na realidade do cotidiano e lhes dá a oportunidade de discutir questões vistas do seu próprio ponto de vista. Para garantir o sucesso do método é necessário prepará-lo da maneira correta.

Este manual é composto por 36 recursos referentes a três grandes temas: Direitos Humanos, Diversidade e Identidade & Cidadania. Cada recurso consiste em duas ferramentas: (a) Ferramenta de Educação Não Formal (NFE) e (b) Ferramenta Digital (DT). A ferramenta NFE descreve o "exercício" (atividade) que deve ser utilizado dentro do grupo. O DT é uma ferramenta extra que é usada para enriquecer a ferramenta NFE. Dependendo da ferramenta utilizada, o DT pode ser usado antes, durante ou após a implementação da atividade. As ferramentas NFE utilizadas são de alguma forma "repetíveis"; a mesma ferramenta (método) pode ser usada em uma variedade de recursos. O mesmo princípio é responsável pelos DT's.

Alguns desses métodos (ferramentas NFE) que são aplicados no projeto específico são descritos abaixo:

1. Trabalho em equipe

Foi estabelecido que o trabalho em equipe em pequenos grupos de 4-6 alunos é um método de trabalho muito eficaz. Em pequenos grupos, os alunos têm a oportunidade de adquirir conhecimento, compreender e aplicar tais conhecimentos, moldando atitudes e fazendo escolhas. Ao discutir, participar e se comunicar no grupo, os alunos podem desenvolver e exercer habilidades adequadas.

Organizar a classe em pequenos grupos pode ser alcançado de diferentes maneiras:

O educador explica uma atividade e os alunos formam pequenos grupos de 4 a 6 pessoas em que praticam tal atividade.

* A atividade pode envolver discussão, criação artística, apresentação, video making, role playing, brainstorming, simulação etc. Todas essas atividades poderiam ser utilizadas através do trabalho em equipe, onde o elemento-chave é o mesmo; trabalhando em pequenos grupos.

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

Os alunos trabalham individualmente e depois discutem suas conclusões em seu grupo.

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

2. Brainstorming

Brainstorming é um método criativo que visa expressar uma variedade de ideias. Pode ser aplicado por várias razões; mais comumente é usado para cobrir o maior número possível de aspectos do tema em discussão.

Brainstorming não significa simplesmente pedir ideias dos outros. Para um brainstorming eficaz, existem algumas regras a serem seguidas:

◗ a questão ou tópico deve ser bem definido

Os membros da equipe devem expressar qualquer ideia cruzando sua mente como uma resposta à pergunta.

◗ Ninguém deve comentar sobre as ideias dos outros. Nós insistimos nisso.

Brainstorming é muito simples de usar. O educador escreve o tema ou pergunta no quadro-negro e explica as regras para a classe estabelecer um prazo, por exemplo, 5 minutos. Os alunos devem começar. O educador escreve as ideias no quadro negro rapidamente. Se houver uma lacuna estabelecida, o educador pode preencher suas ideias. Dependendo das ideias escritas, elas poderiam ser categorizadas, ou seja, algumas ideias poderiam se enquadrar na mesma categoria "major".

O próximo passo é processar as ideias e seguir em frente. Em alguns casos, pode ser necessário pedir aos alunos que especifiquem algumas ideias. Nesta etapa algumas ideias podem ser esclarecidas, avaliadas, escolhidas e ranqueadas. Esse procedimento é necessário para diferenciar as ideias, ou seja, se não houver diferenciação durante a aceitação de 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 levada 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 quente 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 trabalhar em conjunto de forma estruturada. Portanto, o educador tem que explicar em breve a metodologia dos jogos de RPG e, mais adiante, a aula tem que definir algumas regras para os alunos, desempenhando os papéis, e para os alunos, assistindo ao jogo, antes do jogo começar. Em seguida, o tema é definido como uma determinada situação e é descrito com cada detalhe, a fim de ajudar todos os participantes a entendê-lo. Cada cena escolhida não deve durar mais do que alguns minutos.

Os alunos, que não participam ativamente do jogo de RPG, funcionam como observadores e eles são o público. O educador atua como coordenador ou "diretor" e é responsável pelo planejamento, realização e avaliação da 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. Da mesma forma que o role playing, as simulações sempre incluem um elemento de papel. Durante um jogo de simulação, os alunos precisam realizar uma determinada situação baseada em situações da vida real, enquanto no role playing os participantes estão representando e experimentando algum tipo de personagem conhecido na vida cotidiana.

5. Criação artística (desenho, pintura, colagem)

Certas formas de arte são uma abordagem de ensino não formal útil dentro de um grupo. Neste caso, os alunos não apenas discutem ou escrevem sobre as diferentes situações sociais, mas também capturam e expressam essas situações em pinturas e desenhos. Os também podem fazer colagens para se expressar e suas habilidades sem exigir um certo talento ou habilidades especializadas. É importante que os alunos superem seus medos na criação artística. Portanto, deve-se dar um cuidado extra para fazê-los entender que o objetivo de tal exercício não é criar uma obra de arte, mas expressar-se de forma livre.

5. Estudo de caso

Um estudo de caso (UNSW Australia) 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 ou é hipotético

◗ consiste em muitas partes e cada parte geralmente termina com problemas e pontos de discussão. Pode não haver um ponto de corte claro para a situação.

inclui informações suficientes para o leitor tratar problemas e problemas.

◗ é crível para o leitor (o caso contém a configuração, 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 tema descrito.

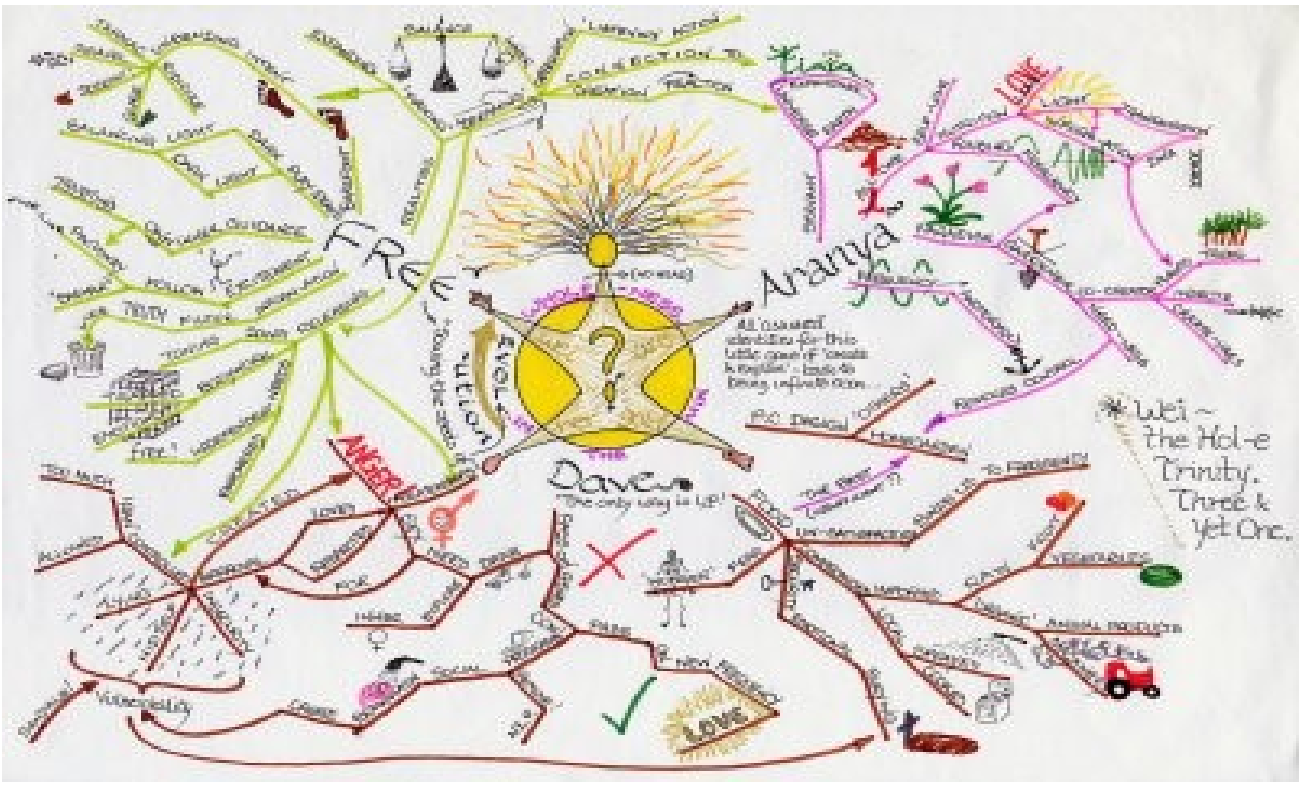
*Todo o material utilizado para fins deste projeto está localizado no site do projeto (http://othernessproject.eu/en/activities_en/). Os educadores e, em alguns casos, os alunos serão instruídos a utilizar o material dado na descrição de cada recurso.

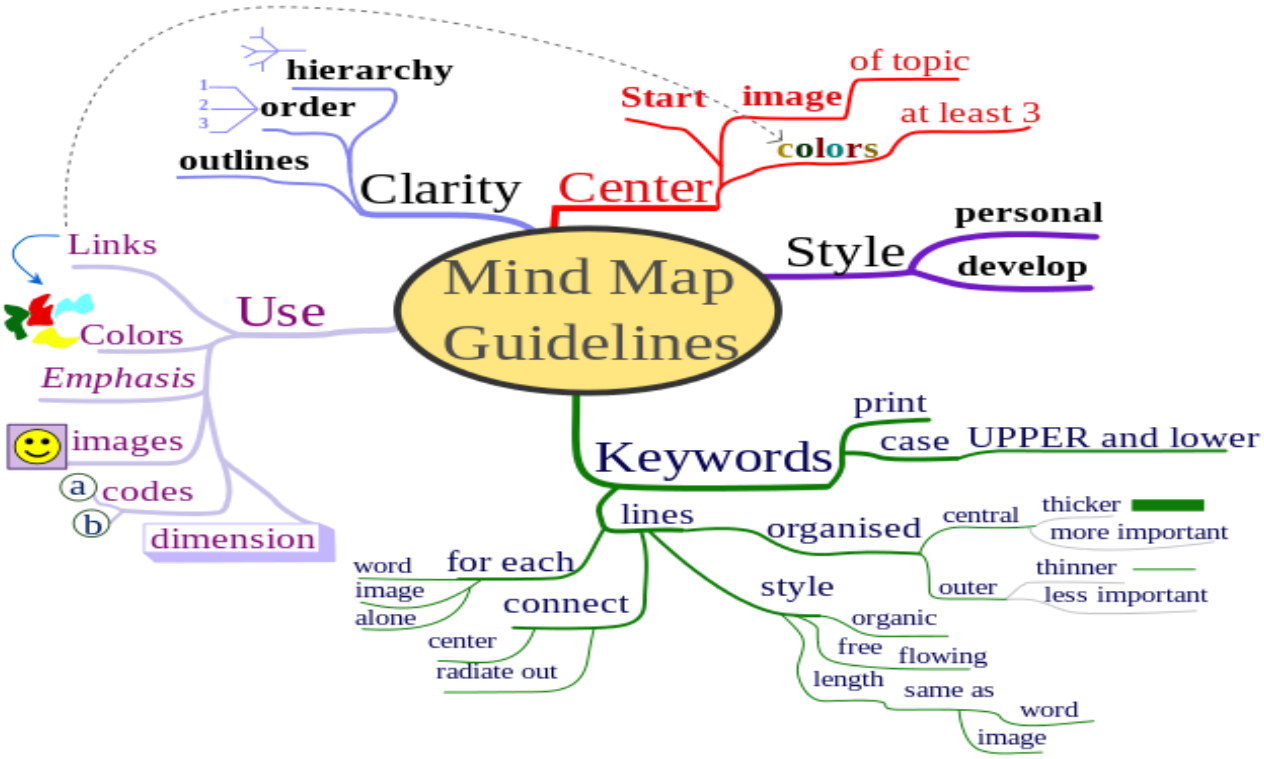
6. Drama guiado

Esta é uma atividade na qual os alunos são apresentados um caso no que diz respeito a configurações gerais e personagens. Eles são guiados através do quadro da trama, recebendo descrições de eventos planejados (reuniões) e de suas tarefas nas respeitadas reuniões (mensagens). Eles devem entrar no lugar dos personagens e, mantendo as informações fornecidas, são livres para decidir sobre a história, ou seja, detalhes da trama, discurso dos personagens, etc. As informações impressas são distribuídas aos alunos imediatamente antes dos eventos; os alunos lêem e planejam suas ações e fala imediatamente, da mesma forma que as técnicas de "speed dating".

7. Mapa da Mente

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





8. Criação Artística (desenho, pintura, colagem).

Algumas formas de arte são uma abordagem não formal útil para o ensino dentro do grupo. Aqui os alunos não só discutem ou escrevem sobre diferentes situações sociais, mas também capturam e expressam essas situações em desenhos e cartazes. Eles também podem fazer colagens para se expressar e mostrar suas habilidades, sem a necessidade de um talento específico ou habilidades especializadas. É importante que os alunos superem seus medos com a criação artística. É por isso que é preciso um esforço extra para fazer os alunos entenderem que o objetivo de tal exercício não é criar uma obra de arte, mas se expressar livremente.

9. Céu azul pensando

O pensamento do céu azul é um método interativo bem conhecido e amplamente utilizado para gerar ideias. Incentiva os participantes a usar em sua imaginação e ser criativo. Ajuda a obter inúmeras soluções para qualquer problema; por exemplo, 'o que devo fazer nesta situação?' ou 'como podemos superar esse obstáculo?'. Nenhuma avaliação de qualquer tipo é permitida em uma sessão de "pensar". Se você julgar e avaliar as ideias como elas são expressas, as pessoas se concentrarão mais em defender suas ideias do que em pensar em novas e melhores. Todos são encorajados a "pensar" o máximo de ideias possível. 'Selvagem' ou diferente
ideias devem ser encorajados, mesmo que eles possam soar tolo.
Os participantes devem construir ou modificar a ideia dos outros.
Como pensar o céu azul? Sentar os participantes informalmente; Fornecer um flipchart pad ou quadro-negro para registrar ideias; Afirmar o problema ou a questão a ser abordado; Estatal as regras básicas: por exemplo, nenhuma avaliação de ideias é permitida, e nenhum julgamento quanto ao valor; Quanto mais ideias, melhor; se esforçar para
quantidade e construir sobre as ideias dos outros (combinar, modificar, etc.); Peça ideias e grave-as tão rápido quanto elas vêm – não as edite; Incentive novas ideias adicionando suas próprias; Desencorajar risos escárnias, comentários ou ridicularização de quaisquer ideias; Discuta e avalie as ideias geradas.

10. Bola de Neve

A bola de neve permite que os participantes pensem em suas próprias respostas e gradualmente entrem em contato com aqueles ao seu redor para considerar os pensamentos dos outros sobre um assunto.
Como fazer bola de neve? O professor faz uma pergunta e/ou coloca um cenário e dá aos participantes alguns momentos para refletir. O professor pede que os participantes se voltem para a pessoa ao seu lado e discutam seus pensamentos (em pares). Dependendo da atividade, o professor pode pedir aos participantes que priorizem suas ideias, cheguem a um consenso sobre suas prioridades, etc. (permita vários minutos). Em seguida, o professor pede a cada par para recorrer a outro par e discutir seus pensamentos (permitir vários minutos).

USO DE FERRAMENTAS DIGITAIS

As ferramentas digitais que são mostradas neste kit de ferramentas são especificamente escolhidas e projetadas para os propósitos deste projeto. Os planos de aula que descrevem as sessões de treinamento são enriquecidos com um ou vários recursos eletrônicos, o que ajudará os alunos a aprender sobre os respectivos tópicos de forma mais eficiente e divertida. Dependendo da sessão de treinamento, os recursos eletrônicos da Ferramenta Digital podem ser utilizados antes, durante ou após a implementação da atividade (instruções são dadas em cada plano de aula).

Os recursos eletrônicos da Ferramenta Digital são carregados no site do projeto http://yesii.eu/en/o2/ e os alunos podem assistir, jogar, aprender, investigar através do uso de filmes, quizzes/questionários online, jogos interativos, vídeos de desenhos animados de animação, apresentações de prezi/ppt etc.

Avaliação

A avaliação é o processo de estimativa da efetividade de um curso de formação e deve ser parte integrante de cada procedimento de formação e aprendizagem.

A avaliação serve para:

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

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

- Adequação: O curso de formação atende às necessidades, interesses e ansiedades dos alunos?
- Efetividade: Ele atinge o objetivo e os objetivos para os seus objetivos?
- Metodologia: As atividades e métodos sugeridos são os apropriados?
- Coordenação: O coordenador da equipe na escola tem as habilidades para se comunicar e trabalhar em conjunto com os membros da equipe, a fim de facilitar o processo de aprendizagem?

O que deve ser avaliado?

- **Conteúdo**s: Os conteúdos estão estruturados para atender às necessidades, interesses e ansiedades dos alunos e garantir o alcance do objetivo e dos objetivos?.
- **Organização e apresentação**: As atividades descritas no plano de aula são organizadas logicamente e apresentadas claramente utilizando múltiplos métodos e modos que motivam e aumentam a abertura para a diversidade do mundo e promovem as habilidades de envolvimento social dos alunos à medida que se envolvem em atividades práticas e de alto interesse?
- **Design e suporte instrutivo**: O design instrutivo usa estratégias instrucionais baseadas em pesquisa e oferece oportunidades para se envolver em atividades de alto interesse e apropriadas à idade que espelham situações da vida real e fazem conexões globais cruzadas?

- **Equidade e acessibilidade**: As atividades sugeridas e os recursos eletrônicos estão livres de viés na descrição de grupos étnicos, sexo, idade, deficiências, culturas, religião, etc. Eles consideram múltiplos estilos de aprendizagem e as diferenças culturais dos estagiários?

Dentro dos jovens os alunos adotam a avaliação do projeto de inclusão social e envolvimento social (YESI) para examinar o Kit de Ferramentas do Professor (TT) composto pelo Manual do Professor (TM) com os planos de aula e os recursos eletrônicos do Pacote de Recursos de Ferramentas Digitais (DT).

Exercícios de Energia

Exercícios de Energia

1 - Quebrar o círculo

O professor atribui um número aleatoriamente a cada aluno, em função da dimensão do grupo, i. e., para 20 alunos, os números 1-4 funcionam, porque cada grupo tem 5 elementos (os grupos podem ser gerados pelos alunos com o mesmo número, ou seja, todos os alunos a quem foi atribuído o número 1 ou por alunos que têm um número único de 1 a 4; é também divertido fazer os grupos segundo os ingredientes de uma salada grega, onde cada aluno é, por exemplo, "tomate", "pepino", "cebola", "orégãos" etc.).

Depois de formados, os grupos fazem círculos e o professor escolhe aleatoriamente um número (ou ingrediente) para sair do círculo e tentar entrar, enquanto que os elementos que ficam recebem a instrução de não largar as mãos por motivo nenhum.

Pode ser feito mais uma vez, escolhendo outro número para sair.

Exercícios de Energia

2 - Muuu!!!

Através de um papel posto virado para baixo nas secretárias dos alunos, o professor atribui aleatoriamente a cada aluno um animal doméstico (por exemplo, "vaca", "cavalo", "ovelha", "galo" etc.).

Depois de informados do seu papel, é-lhes dito para andarem pela sala comportando-se como o animal que lhes foi atribuído (ou seja, fazendo os ruídos do animal), para que encontrem outros da sua espécie.

Exercícios de Energia

3 - Amiba

O Jogo da Evolução!

Todos começam por ser uma amiba, com o objetivo de evoluir até um ser humano.

Todos os alunos andam pela sala como se fossem uma amiba, e quando encontram outra amiba jogam ao pedra/papel/tesoura.

Quem ganhar evolui e passa a minhoca.

Quando duas minhocas se encontram, jogam novamente ao pedra/papel/tesoura, e quem ganhar passa a ser uma vespa; quem perder, volta a ser uma amiba. O jogo continua até alguém chegar a ser humano.

As fases evolutivas são: amiba, minhoca, vespa, galinha, macaco, humano.

Exercícios de Energia

4 - Corrente humana

Toda a gente está de pé num círculo.
Fecham os olhos e movem-se na direção do centro do círculo, de mãos no ar.

Quando tocarem com as mãos noutra pessoa, dão as mãos e não as largam, constituindo assim um nó.
Então, o facilitador pede aos alunos que abram os olhos e que se tentem "desenlear" (fazer um círculo) sem largarem as mãos.

Exercícios de Energia

5 - Bom dia ou boa noite

Toda a gente anda pela sala e cumprimenta os outros (como se todas as outras pessoas fossem suas amigas próximas), usando palavras e gestos (apertos de mão, beijinhos, abraços).
Depois, repetem o cumprimento em silêncio, apenas com os olhos.

Quando o exercício termina, o professor pergunta aos alunos como é que se sentiram em relação às duas formas de cumprimentar (por exemplo, se foi difícil, como é que conseguiram comunicar etc.).

Exercícios de Energia

6 - Andar sem parar

O professor diz aos alunos para andarem de maneiras diferentes por toda a sala, i.e., como se estivessem muito felizes, como se fossem um elefante, como se tivessem 80 anos, como se estivesse a chover a cântaros, como um bebé etc.

Exercícios de Energia

7 - Olhos nos olhos

Os participantes estão de pé num círculo. Cada pessoa estabelece contato visual com outra pessoa, no outro lado do círculo.

As duas pessoas atravessam o círculo e trocam de posições, mantendo o contacto visual. Podem trocar de posições vários pares ao mesmo tempo, e o grupo deverá garantir que todas as pessoas do círculo participam na troca.

Dica: comece por experimentar este exercício em silêncio e depois trocar cumprimentos no meio do círculo.

Variações: se o professor pensar que, dado o ambiente da turma, alguns alunos poderão ser deixados de fora (i. e., tentam estabelecer contacto visual, mas ninguém responde e ficam sem hipótese de deixar a posição inicial), o moderador pode dividir a turma em 2 grupos e introduzir um elemento de competitividade – depois da atividade, cada grupo será medido pelo "termómetro de espírito de equipa" (que pode ser impresso numa folha A4, onde o professor desenha depois os graus com um marcador).

Quantos mais alunos deixados de fora na atividade de "contato visual", mais baixa a temperatura do grupo marcada no termómetro.

Exercícios de Energia

8 - Encontrar um lugar

Sente os alunos nas cadeiras, em círculo, com um número de cadeiras que seja inferior, por um, ao número de alunos. O aluno sem cadeira senta-se no meio e diz o nome.

Depois, o aluno diz uma característica, uma cor, um tipo de roupa etc. "Toda a gente vestida de cor-de-laranja!".

Todos os participantes que estejam de cor-de-laranja têm de se levantar e encontrar outro lugar, mas não pode ser o lugar imediatamente à sua direita ou esquerda.

O aluno que está no meio corre para um dos lugares, e a pessoa que fica sem lugar passa a ser a pessoa no centro.

9 - Rebentar o balão

Peça a toda a gente que forme um círculo. Diga aos participantes para escreverem uma informação sobre si próprios (por exemplo, "Tenho duas irmãs", "A minha mãe chama-se Samy") num papel; o papel é depois dobrado e inserido num balão insuflado.

Exercícios de Energia

Os balões são atirados para o meio do círculo e as pessoas, à vez, rebentam um balão, leem o papel e tentam adivinhar a quem se aplica a informação.

Os participantes podem circular pela sala fazendo perguntas de resposta "sim/não" aos outros participantes, mas não podem perguntar diretamente a informação escrita no papel, i.e., não podem perguntar "Tens duas irmãs?". Mas podem perguntar "Tens irmãs?", e depois "Tens mais de que uma irmã?", "Tens menos de três irmãs?" etc. O jogo acaba quando todos os autores das informações escritas tiverem sido identificados pelos participantes.

**Nota*: este exercício deverá ser utilizado se houver tempo suficiente.

10 - Jogo da corda

Peça a todos os participantes que se ponham no centro de um espaço desimpedido, sem secretárias, cadeiras etc. Divida a sala de modo a que possam circular com facilidade pela sala, passando de uma metade a outra; pode colocar, por exemplo, uma corda comprida no chão.

Exercícios de Energia

O professor fica numa das extremidades da corda e diz, em voz alta, uma caraterística, uma cor ou uma letra, por exemplo, "Toda a gente que tem olhos azuis!"; "Toda a gente que tem 3 irmãos", "Toda a gente com nome começado por B" etc., e aponta para o lado da sala para onde devem ir os participantes vestidos de cor-de-laranja/com 3 irmãos/nomes com B.

Todos os participantes vestidos de cor-de-laranja/com 3 irmãos/nomes com B passam para o lado indicado; os outros, vão para o outro lado da sala.

As perguntas devem ser construídas de modo a que a turma não fique dividida em grupos com um número relativamente igual de alunos, isto é, um dos grupos deve ser constituído (na maioria dos casos) por um, dois ou poucos alunos.

Balanço: é pedido aos participantes que partilhem o que sentiram quando faziam parte de um grupo grande; quando estavam sozinhos (ou quando eram parte de um grupo muito pequeno); o que sentiram em relação a si próprios (enquanto membros de um grupo grande/pequeno) e o que sentiram em relação ao grupo de que não faziam parte.

11 - Ordem alfabética

Exercícios de Energia

Os alunos fazem um círculo com as cadeiras, descalçam os sapatos e sobem para cima das cadeiras (uma por pessoa - o círculo deverá ser o mais fechado possível).

De pé nas cadeiras e passando de uma para outra sem descerem, os alunos posicionam-se por ordem alfabética, segundo os nomes.

Quando estiverem prontos, o professor verifica se estão pela ordem correta; caso contrário, continuam a mudar de posição, até ficarem pela ordem certa.

Exercícios de Energia

12 - Soletrar com o corpo

O professor pede aos alunos para escreverem o nome no ar usando o corpo, por exemplo, com a mão, a perna, o cotovelo, o nariz.

Opcional: se houver tempo suficiente, o professor pede à turma para soletrar algumas palavras em que os alunos reproduzem as letras com os corpos. Os alunos podem colaborar todos em conjunto ou podem criar diferentes grupos.

Exercícios de Energia

13 - O Simão diz...

O professor diz aos alunos que têm de seguir as instruções dadas depois de ele dizer "O Simão diz...".
Se o professor não começar as instruções por "O Simão diz...", o grupo não deverá seguir as instruções!

O professor começa por dizer algo como "O Simão diz para baterem palmas" enquanto bate palmas.
Os participantes seguem-no.

O professor acelera as ações, dizendo sempre primeiro "O Simão diz". Pouco depois, o professor omite "O Simão diz". Os participantes que, apesar disso, seguirem as instruções, ficam de fora do jogo.

O jogo pode continuar enquanto for divertido.

Exercícios de Energia

14 - Vou viajar

Toda a gente senta-se num círculo.
Comece por dizer: "Vou viajar e levo comigo um abraço", e dê um abraço à pessoa à sua direita.

Essa pessoa tem de dizer "Vou viajar e levo comigo um abraço e uma palmadinha nas costa", e depois dá, à pessoa à sua direita, um abraço e uma palmadinha nas costas.

Cada pessoa repete o que foi dito e acrescenta uma nova ação à lista.
A atividade dá a volta ao círculo, até todos terem tido a oportunidade de participar.

Exercícios de Energia

15 - Ordenar os animais

O professor diz à turma para pensar, em silêncio, num animal.

Depois, pede aos membros do grupo para que se disponham em fila, sem falarem entre si, do animal mais pequeno ao maior. Os membros do grupo apenas podem fazer os gestos e os ruídos do animal.

Depois de terem terminado, o professor pede aos alunos que digam o nome do animal que são, para verificar se a ordem está correta.

Exercícios de Energia

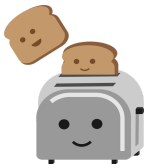
16 - Costas com costas

Cada participante encontra um par de altura e peso semelhantes ao seu. Sentam-se os dois no chão, de costas com costas. Dão os braços.

Têm de se levantar, mas mantendo o contacto das costas e dos braços.

Depois de tentarem uma ou duas vezes com o par, trocam de par. Podem repetir este processo com outros pares mais algumas vezes.

Exercícios de Energia



17 - Torradeira ou Estrela de Rock

O grupo começa por estar num círculo, com uma pessoa no meio. A pessoa que está no centro aponta para outra pessoa no círculo e diz "Torradeira" ou Estrela de rock".

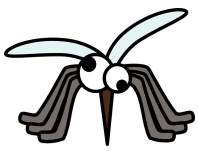
Se a pessoa no centro disser "torradeira", a pessoa para quem apontou tem de se agachar e saltar, dizendo "Manteiga! Estou pronto".

As pessoas de ambos os lados têm de esticar os braços para cima e para a frente, criando uma "torradeira" à volta da pessoa que foi apontada.

Se a pessoa no centro disser "Estrela de rock", a pessoa para quem apontou tem de pôr as mãos à frente da boca, como se estivesse a cantar para um microfone.

As pessoas que ladeiam a que foi apontada afastam-se dela e fingem que estão a tocar guitarra.

Exercícios de Energia



18 - Jogo do mosquito

O grupo está de pé, em círculo, e o facilitador conta uma história sobre uma praga de mosquitos que têm de ser mortos, senão as pessoas apanham malária.

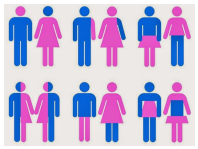
O facilitador põe um mosquito por cima da cabeça de uma pessoa, que tem de se baixar para evitar o mosquito.

As duas pessoas que estão ao lado dessa pessoa têm de bater as palmas por cima da cabeça dela para matar o mosquito, mas o mosquito escapa e continua.

Quando o grupo já está a fazer o jogo rápida e corretamente, o facilitador adiciona mais mosquitos, até que se torne impossível, para o grupo, apanhar todos os mosquitos.

Exercícios de Energia

19 - Agarrar o dedo



As pessoas estão dispostas em círculo, e põem um dedo da mão direita na palma esquerda da pessoa ao seu lado.

Têm de tentar agarrar um dedo antes do seu dedo ser agarrado.

Depois de várias vezes, troca-se; deve-se pôr um dedo da mão esquerda na palma direita da pessoa ao seu lado, e o processo repete-se alguma vezes.

20 - Chefe do clã

Toda a gente está de pé num círculo. Um participante fecha os olhos ou sai da sala.

Essa pessoa tem de adivinhar quem é o chefe do clã.

Exercícios de Energia

Um dos participantes oferece-se para ser o Chefe secreto (silenciosamente, para que quem está a adivinhar não oiça nada).

O chefe começa uma ação, como estalar os dedos, esfregar a barriga ou bater com as mãos nos joelhos, e toda a gente no círculo imita-o.

O "adivinhador" regressa à sala e tenta descobrir quem é o chefe.

À medida que o adivinhador olha à sua volta, o chefe muda de ação, para evitar ser detetado.

21 - Jogo dos nomes com bolas

Exercícios de Energia

Os alunos estão de pé num círculo. O professor dá uma bola a um dos alunos.

O aluno segura na bola, e diz o nome de outro participante e passa-lhe a bola.

Após alguns passes, o professor adiciona mais uma bola ao jogo e, depois, mais uma.

Assim, haverá 2/3/4 bolas no ar ao mesmo tempo, e todos os participantes estarão a dizer o nome uns dos outros.

22 - Nomes e adjetivos

Os participantes estão de pé num círculo; pensam num adjetivo para descrever a sua personalidade ou como se estão a sentir. O adjetivo tem de começar pela mesma letra do seu nome, por exemplo: "Chamo-me Fernanda e estou feliz". Ou: "Chamo-me Eduardo e sou espantoso".

Exercícios de Energia

À medida que os alunos falam, podem também fazer uma mímica ou ação que represente o adjetivo de uma forma significativa. (NB: nas versões traduzidas do MP deverão ser utilizados nomes populares de cada país e adjetivos relevantes nesse idioma).

Variação (se houver tempo suficiente): o jogo também pode ser utilizado como jogo de memória (jogo de concentração), para verificar se o resto do grupo se lembra dos pares nome-adjetivo.

Após várias rondas (cada participante repete o nome e adjetivo, e o professor/orientador do jogo verifica se o grupo se lembra dos pares nomes-adjetivos dizendo o nome de um dos alunos, por exemplo, "Fernanda"; A Fernanda avança para o centro do círculo, e espera-se que o resto do grupo se lembre do adjetivo ligado anteriormente ao nome, dizendo "A Fernanda é feliz".

Se não conseguirem, o participante no círculo (Fernanda) pode fazer mímica novamente para descrever o adjetivo, como dica.

Exercícios de Relax

Exercícios de Relax

1 - Fantasia orientada

Pede-se aos alunos para fecharem os olhos (se for confortável) e, com a orientação do facilitador, imaginarem lentamente uma cena de um acontecimento passado ou futuro.
São usados cada vez mais pormenores para descrever o evento, com todos os sentidos e pensamentos.
Uma sugestão de curto guião poderia ser: Comecem por respirar lenta e profundamente... Imaginem que estão num local onde se sentem relaxados e à vontade... Criem todos os pormenores na vossa mente – o que estão a ver... Como são os sons, o cheiros e as cores desse lugar especial... Há pessoas...?

Rossman, 2016

Exercícios de Relax

2 - Relaxamento muscular progressivo

Para aliviar a tensão da cabeça aos pés, pede-se aos alunos para fecharem os olhos (se for confortável), e se concentrarem em distender e relaxar grupos de músculos durante 2 ou 3 segundos.
O professor guia os alunos; pede-lhes que comecem pelos pés e pelos dedos dos pés, passando depois aos joelhos, coxas, nádegas, peito, braços, mãos, pescoço, maxilar e olhos — respirando sempre de forma profunda e lenta.

Kelly Roper

Exercícios de Relax

3 - Respiração orientada

O professor pede aos alunos para fecharem os olhos (se for confortável), e inspirarem, contando até 4, e expirar, contando também até 4 (sempre pelo nariz, o que acrescenta uma resistência natural à respiração).
A seguir, com uma mão no peito e outra no ventre, os alunos pode inspirar profundamente pelo nariz e expirar pela boca, garantindo assim que o diafragma (e não o peito) se enche com ar suficiente para insuflar os pulmões.

Jordan Shakeshaft

Exercícios de Relax

4 - Visualização com cores/som relaxante

O facilitador pede aos alunos que imaginem uma cor favorita que os faça sentir em paz e seguros.
Os alunos continuam a imaginar que estão a absorver a cor quando inspiram e que a enviam para todo o corpo quando expiram.
O exercício continua até os alunos se sentirem preenchidos pela sua cor especial e relaxante.
O mesmo exercício pode ser feito usando um som ou aroma calmante.
Além disso, o exercício é mais eficiente se for utilizada música relaxante.

Kelly Roper

Exercícios de Relax

5 - Descrever o que sentem/pensam com uma palavra

Pede-se aos alunos para fecharem os olhos (se for confortável) durante um minutos e pensarem numa palavra que descreva os seus sentimentos/pensamentos quando terminaram o recurso.
Depois, os alunos abrem os olhos e, um a um, dizem a palavra à turma.

Exercícios de Relax

6 - Respiração de abelha

O professor diz aos alunos para se colocarem numa posição confortável, para treinarem a respiração de abelha. Têm de imaginar que estão sentados numa folha ou pétala de flor; estão sentados direitos, e a folha ou pétala suporta-os gentilmente.

O professor dá as seguintes instruções:

Inspirem, deixando o ar entrar suavemente pelo nariz e enchendo os pulmões.

Ao expirar, façam um zumbido de abelha.

Vejam durante quanto tempo é que conseguem zumbir.
Vejam até onde vai a vossa abelha, antes de se sentar e descansar novamente.
Bzzz. Bzzz. Bzzz.

Na próxima respiração, vejam se a vossa abelha consegue voar com um zumbido alto e forte.

Na próxima respiração, vejam se a vossa abelha consegue voar com um zumbido suave.

Quando o exercício termina, o professor arranja tempo para uma pequena discussão:

Sentem diferenças entre um zumbido forte e um zumbido suave?
Como é que o vosso corpo se sente?

Opcional (se houver tempo suficiente):
Depois do exercício de respiração, desenhem uma abelha e a folha ou flor ondem imaginaram que estavam "sentados".
Esse desenho pode ser usado como um lembrete do exercício de relaxamento.
Quando olharem para o desenho, façam o exercício de ser uma abelha numa folha e treinem a respiração de abelha.

Exercícios de Relax

7 - Forte como uma árvore

Os alunos espalham-se todos pela sala.
De pés bem assentes no chão, fingem que são árvores, oscilando para trás e para a frente com a brisa.
Os movimentos tornam-se mais fortes, à medida que a tempestade se aproxima.
Os alunos tentam fazer os movimentos mais vigorosos que conseguirem, mas não se devem esquecer de que têm de ter os pés no chão.
O vento abranda lentamente e as árvores podem descansar.

Exercícios de Relax

8 - Estações do ano

Os jogadores sentam-se em círculo, mas não demasiado perto uns dos outros.
Durante as estações do ano, o professor move-se como uma planta.

Inverno: as plantas são pequenas e fracas, e estão caídas, umas com as outras, por terra.

Primavera: graças ao sol mais forte, as plantas crescem lentamente e erguem-se devagar.

Verão: graças ao sol quente, as plantas abrem lentamente os braços, as flores abrem as pétalas e ficam direitas de pé.

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

Exercícios de Relax

9 - Bafo de leão

O Bafo de leão é um exercício divertido de libertação e relaxamento, que conduz a sentimentos mais pacíficos. O formador diz aos alunos que vão fazer um exercício de respiração que se chama *Bafo de leão*, e que serve para nos libertarmos de sentimentos ou pensamentos que já não desejamos ter.

Esta respiração é muito útil para remover essas ideias de nós e empurrá-las para muito longe.

Instruções
Imagina que és um grande leão.

Tens o rugido de um gigante!

Senta-te de joelhos, direito, em cima dos calcanhares, como um leão forte e orgulhoso.

Prepara-te para rugir!

Pensa num sentimento ou pensamento de que gostarias de te libertar.

Cerra os punhos com força e pensa nesse sentimento ou pensamento.
Inspira profundamente e solta o teu rugido, e, ao mesmo tempo, põe a língua de fora, estica os braços e abre as mãos, soltando com o rugido o sentimento ou pensamento, para te libertares dele.

Repetir.

Exercícios de Relax

10 - A cordilheira

Estão todos lado a lado, numa linha, na posição da montanha, com os pés afastados à largura das ancas.
Os pés têm de tocar nos pés da pessoa que está ao nosso lado.
Caminhem (em grupo) pela sala, sem que os pés deixem de tocar nos pés da outra pessoa.
Se o grupo se quebrar, é necessário recomeçar.

Variação: peça aos alunos que andem em bicos de pés.

Exercícios de Relax

11 - Exercício de respiração

O professor pede aos alunos que façam um círculo e os seguintes exercícios, repetindo cada um algumas vezes, de forma alternada. O professor pode também introduzir exercícios novos.

Inspirem e, ao mesmo tempo, levantem os braços acima da cabeça e digam: "Vai subir!".

Expirando, baixem os braços e digam "Vai descer".

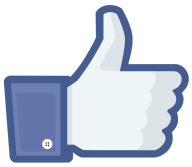
Repetir.

Inspirem rapidamente 3 vezes, e, ao mesmo tempo, torçam o nariz.

Torçam o nariz quando inspirarem. Torçam o nariz quando expirarem.

Ponham a mão à frente do nariz e façam um som tipo silvo ("hiss hiss hiss") quando expiram.

Exercícios de Relax



12 - Costas quentes

Cada aluno tem uma folha de papel colada nas costas, e é dada uma caneta a cada um.
O papel foi preparado previamente.
Cada folha diz:
"Eu gosto de…….".
Está a tocar uma música lenta; os alunos percorrem a sala e escrevem caraterísticas da pessoa de quem gostam no papel.
No fim, os alunos podem ler o papel e levá-lo para casa.

Exercícios de Relax

13 - Massagem corporal

Os alunos estão de pé num círculo; têm de repetir todos os movimentos do professor e fazerem uma massagem a si próprios.

O professor começa por massajar diferentes partes do corpo, começando pela cabeça e descendo até aos pés (será melhor se tirarem os sapatos).

O professor explica como a massagem deve ser feita (de forma delicada ou mais energética).

Opcional: o professor pode pedir também aos alunos que façam a massagem a outro colega.

Exercícios de Relax

14 - Dá-me a tua energia

Os alunos estão de pé num círculo.
O professor começa; finge que está a segurar uma bola com as mãos e que a passa ao aluno à sua direita; esse aluno faz o mesmo, até a bola voltar ao professor.

A bola deverá ser passada com cuidado, como se fosse muito preciosa.

Na segunda volta, o professor passa a bola aos alunos do outro lado do círculo, fazendo um gesto e um ruído.

Os alunos fazem o mesmo, até que toda a gente tenha tocado na bola uma vez, pelo menos.

A bola pode ser passada de qualquer forma (por um pontapé, beijo...), fingindo-se que fica cada vez maior ou mais pequena em função da vontade dos alunos.

Exercícios de Relax

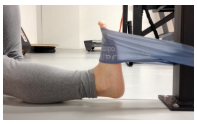
15 - Movimentos de brinquedo

O professor usa uma palava mágica para transformar os alunos em brinquedos de corda.
A um sinal do professor, os brinquedos deslocam-se na sala, como *robots*, para irem para os seus lugares.

Devem movimentar-se mais depressa no início e, depois, cada vez mais lentamente, porque estão a ficar sem corda.

Alguns deles irão ficar imóveis no meio da sala, e o professor terá de lhes dar corda, para que consigam chegar aos lugares.

Exercícios de Relax	 16 - Passar a cara É como o jogo do telefone, mas em vez de passarem uma palavra ou frase pelo grupo, os participantes passam uma expressão facial. O grupo forma um círculo com toda a gente de olhos fechados, menos a pessoa que será a primeira a passar a "cara". Essa pessoa toca no ombro da pessoa ao seu lado, e esta abre os olhos para receber a cara. Depois, toca no ombro da pessoa ao seu lado, e passa-lhe a cara. Depois de os participantes terem passado a cara, podem continuar de olhos abertos, para verem a cara a deslocar-se pelo grupo. No fim, o "transmissor" original recebe a cara da última pessoa do grupo e mostra a cara original.
Exercícios de Relax	 17 - Massagem circular O grupo forma um círculo e olha numa direção. Cada participante põe as mãos nos ombros da pessoa à sua frente. Depois, cada pessoa massaja os ombros da pessoa que está à sua frente. A pessoa que está a ser massajada pode dar a opinião. Após alguns minutos, o grupo vira-se para o outro lado, para que a pessoa que estava a fazer a massagem seja ela agora massajada.
Exercícios de Relax	 18 - Arranjar espaço Pede-se aos participantes que levantem os braços, com as palmas para cima, imaginando que estão a empurrar o teto; têm de fazer muita força nessa direção, para aumentarem o espaço da sala onde estão. Depois, é-lhes pedido que baixem os braços, com as palmas viradas para baixo, imaginando que estão a empurrar o chão. Para empurrarem as paredes, é-lhes pedido que virem 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.
Exercícios de Relax	 19 - Bola de massagem É dada uma bola a cada participante; seguindo o ritmo de uma música suave, cada participante põe a bola entre as costas e a parede. Os participantes fletem ligeiramente os joelhos, para relaxarem as pernas e posicionarem melhor as costas. Depois, movem o corpo de cima para baixo, e da direita para a esquerda e vice-versa, fazendo a bola mover-se nas costas. Quando fizerem os movimentos com o corpo, irão reparar que há zonas mais tensas (e, por vezes, dolorosas). Quando repararem nisso, devem parar e ficar imóveis, com as costas contra a parede, fazendo a pressão desejada e mantendo a posição durante algum tempo. *Variação*: não usar a parede. Os participantes trabalham aos pares, e um elemento segura numa ou duas bolas com as mãos e massaja o outro, trocando depois.

Exercícios de Relax	 20 - Dar as pernas Os participantes trabalham aos pares. Pode pôr uma música calma e relaxante (ou sons, como água a cair, ondas do mar etc.). Metades dos participantes deitam-se de barriga para cima, de olhos fechados, com a perna esquerda esticada no chão e a direita levantada. Um participante levanta-se e passa uma toalha à volta do calcanhar do pé direito do outro participante, segurando as pontas da toalha; faz movimentos suaves com a toalha (para cima e para baixo, e lateralmente) enquanto a outra pessoa relaxa a perna. Repetem o processo na perna esquerda. Depois trocam de papéis.

Atividades

Direitos Humanos

1

Direitos Humanos - Direitos das Crianças / Os meus direitos humanos são 30!

Desenvolvido por	AENAO
Duração	65
Exercícios de Energia	 8 - Encontrar um lugar Sente os alunos nas cadeiras, em círculo, com um número de cadeiras que seja inferior, por um, ao número de alunos. O aluno sem cadeira senta-se no meio e diz o nome. Depois, o aluno diz uma característica, uma cor, um tipo de roupa etc. "Toda a gente vestida de cor-de-laranja!". Todos os participantes que estejam de cor-de-laranja têm de se levantar e encontrar outro lugar, mas não pode ser o lugar imediatamente à sua direita ou esquerda. O aluno que está no meio corre para um dos lugares, e a pessoa que fica sem lugar passa a ser a pessoa no centro.
Exercícios de Relax	 1 - Fantasia orientada Pede-se aos alunos para fecharem os olhos (se for confortável) e, com a orientação do facilitador, imaginarem lentamente uma cena de um acontecimento passado ou futuro. São usados cada vez mais pormenores para descrever o evento, com todos os sentidos e pensamentos. Uma sugestão de curto guião poderia ser: Comecem por respirar lenta e profundamente... Imaginem que estão num local onde se sentem relaxados e à vontade... Criem todos os pormenores na vossa mente – o que estão a ver... Como são os sons, o cheiros e as cores desse lugar especial... Há pessoas...? Rossman, 2016
Objectivos	• Para aumentar a conscientização de que a diversidade existe e muitas vezes está conectada à discriminação • Para procurar maneiras de não discriminar as pessoas
Preparação	• Materials Computers, quadro-quadro/flipchart, marcadores, Projetor (opcional)

Introdução	As crianças têm o direito de expressar sua opinião. Eles devem se sentir livres para buscar e receber informações quando não os prejudica ou outros. Os adultos devem garantir que a voz da criança seja ouvida quando eles querem compartilhar o que pensam ou precisam. A criança tem o direito de participar de discussão e tomada de decisão sobre elas. A criança pode precisar estar envolvida em situações em que os adultos estão compartilhando informações relevantes para eles.
Metodologia	**NFE Tool (**artistic work) 1. Discussion: Peça aos alunos que compartilhem suas experiências "Você já quis dizer algo, mas os outros não te ouviram? Que perguntas você quer que os adultos lhe peçam sua opinião e ouçam o que você diz? **6** 2. Play o presentação. Primeiro, assista a apresentação inteira. Em seguida, comente sobre os momentos individuais em sua escolha, retornando a fotos específicas que mostram diferentes aspectos dos direitos das crianças, por exemplo: - O direito das crianças de receber informações que se relacionam com elas - sobre como elas serão tratadas, quais diretrizes nutricionais são dadas por especialistas. Explique às crianças que os adultos não devem assustar as crianças com as informações - por exemplo, assustá-las com médicos, exames médicos, dietas, etc., mas explicar a elas o que está acontecendo de forma compreensível. - O direito de escolher seus amigos - O direito das crianças de ter ideias - O direito de expressar uma opinião e compartilhar como eles se sentem **9'** 3. Tenha uma breve discussão sobre o que as crianças querem dizer aos outros se tiverem a oportunidade de serem ouvidas por mais pessoas. **3** 4. Organize os alunos individualmente ou em grupos para fazer seu próprio projeto sobre o tema "Meu Sonho", conforme estabelecido no slide final do presentação. Deixe-os se sentir à vontade para escolher como expressar seu sonho. Eles podem desenhar ou escrever o que sonham e o que gostariam de dizer/ fazer no mundo no futuro. Eles também podem expressar sua ideia com uma dança ou música. Organize apresentações de todos os projetos em sala de aula. **15'**
Reflexão	Para reflexão e um resumo do tema, faça as seguintes perguntas: **5'** - Como você se sentiu quando apresentou seu projeto e compartilhou seu sonho? - É bom ter a palavra e fazer com que outros ouçam você? - Sua voz é ouvida em casa? Relacionado a quais perguntas? - E na escola?
Anotações	
Recursos Digitais	

2

Direitos Humanos - Direitos das Crianças / O meu direito à igualdade

Desenvolvido por	PROSVETA
Duração	60
Exercícios de Energia	 6 - Andar sem parar O professor diz aos alunos para andarem de maneiras diferentes por toda a sala, i.e., como se estivessem muito felizes, como se fossem um elefante, como se tivessem 80 anos, como se estivesse a chover a cântaros, como um bebé etc.
Exercícios de Relax	 1 - Fantasia orientada Pede-se aos alunos para fecharem os olhos (se for confortável) e, com a orientação do facilitador, imaginarem lentamente uma cena de um acontecimento passado ou futuro. São usados cada vez mais pormenores para descrever o evento, com todos os sentidos e pensamentos. Uma sugestão de curto guião poderia ser: Comecem por respirar lenta e profundamente... Imaginem que estão num local onde se sentem relaxados e à vontade... Criem todos os pormenores na vossa mente – o que estão a ver... Como são os sons, o cheiros e as cores desse lugar especial... Há pessoas...? Rossman, 2016
Objectivos	Students will: • reflect on the importance of the right to life, freedom and security; • feel the impact of restrictions on the human right to life, freedom and security.
Preparação	**Suggested reading:** • Convention on the Rights of the Child - art. 6 • Children's rights: a teachers' guide **Necessary equipment:** projector and laptop
Introdução	All children have the right to life. After they are born, adults take care of them to grow. They protect them and help them feel safe and secure. To introduce the topic, use the children's experience, asking them to share situations in which they felt protected; when others helped them to survive or deal with the difficulties in their lives.

Metodologia	**NFE Tool:** game, brainstorming 1. Show the photo of HR2_1 and ask them to name the first thing that comes to mind when they see the photo. Put keywords - associations as written by children, for example, protection, roof, safety .... Considering the personal experiences of students, start a discussion about why it is important to protect our lives and feel protected. **10 '** 2. **Game.** **First round** : Students are asked to stand firmly in a circle next to each other. One student is outside the circle and tries to enter it, but the others will not let him in. **2nd Round** : Another student leaves the circle and tries to persuade students in the circle to let him in. **3rd Round** : A student is in the circle, crouched; all the others are clustered tightly around it. He tries to get up and make others let him have more space around him, but they are too close to him and do not allow him to have more space and move freely. The game can be played multiple times (all rounds) so that more students can feel what it is like to be restricted (threatened) or be part of a large group that restricts someone. The game is a practical way to help students feel what it is like to have their freedom restricted and to feel threatened and insecure. **10 '** 3. Discussion: after the game the students start the reflection through questions asking them to think about how they felt in the different roles; why it is important to respect the right to freedom and the free life of others. **3 '** 4. Video playback (HR2_2). **two'** 5. Based on what you saw in the video, summarize what adults and states do to ensure children's right to life, freedom and safety. **5 '**
Reflexão	Suggested questions to encourage reflection: **5 '** - How did it feel when you were not allowed in the circle? - How did you feel when you had to stop your colleagues from making the circle? - When was it easiest for you - when in or out of the circle?
Anotações	The role-playing game (activity 2) stimulates the understanding of children's right to life, freedom and personal security at a sensory level. HR2_2 https://www.youtube.com/watch?v=qtUdWJZ__ms is a video clip created by the Council of Europe as a Creative Commons Resourse to be used in schools.
Recursos Digitais	In portuguese HR2_2_PT in English yesii.eu/atividades/digital/2/HR2_1-associations.pps of presentation HR2_1 HR2_2 - www.youtube.com/watch?v=qtUdWJZ__ms video

3

Direitos Humanos - Direitos das Crianças / O meu direito à privacidade

Desenvolvido por	PROSVETA
Duração	35
Exercícios de Energia	 1 - Quebrar o círculo O professor atribui um número aleatoriamente a cada aluno, em função da dimensão do grupo, i. e., para 20 alunos, os números 1-4 funcionam, porque cada grupo tem 5 elementos (os grupos podem ser gerados pelos alunos com o mesmo número, ou seja, todos os alunos a quem foi atribuído o número 1 ou por alunos que têm um número único de 1 a 4; é também divertido fazer os grupos segundo os ingredientes de uma salada grega, onde cada aluno é, por exemplo, "tomate", "pepino", "cebola", "orégãos" etc.). Depois de formados, os grupos fazem círculos e o professor escolhe aleatoriamente um número (ou ingrediente) para sair do círculo e tentar entrar, enquanto que os elementos que ficam recebem a instrução de não largar as mãos por motivo nenhum. Pode ser feito mais uma vez, escolhendo outro número para sair.
Exercícios de Relax	 5 - Descrever o que sentem/pensam com uma palavra Pede-se aos alunos para fecharem os olhos (se for confortável) durante um minutos e pensarem numa palavra que descreva os seus sentimentos/pensamentos quando terminaram o recurso. Depois, os alunos abrem os olhos e, um a um, dizem a palavra à turma.
Objectivos	Os alunos se tornarão: • familiarizado com seu direito de opinião e expressão; • cientes de seu direito de solicitar e receber informações de diferentes formas e participar de discussões sobre questões que lhes dizem respeito; • cientes de que eles podem reagir se seu direito for violado.
Preparação	**Leitura sugerida:** • Convenção sobre os Direitos da Criança – art. 13 • Direitos das crianças: um guia de professores • UNICEF: Programa "Participação da Criança e da Juventude" https://www.unicef.org/bulgaria/en/child-and-youth-participation **Equipamento necessário:** projetor e laptop **Materiais necessários:** lápis ou marcadores coloridos, papel de desenho **Recursos digitais:** baixe aressentida pantes da aula
Introdução	As crianças têm o direito de expressar sua opinião. Eles devem se sentir livres para buscar e receber informações quando não os prejudica ou outros. Os adultos devem garantir que a voz da criança seja ouvida quando eles querem compartilhar o que pensam ou precisam. A criança tem o direito de participar de discussão e tomada de decisão sobre elas. A criança pode precisar estar envolvida em situações em que os adultos estão compartilhando informações relevantes para elas.

Metodologia	**Ferramenta NFE (trabalho**artístico) 1. Discussão: Peça aos alunos que compartilhem suas experiências "Você já quis dizer algo, mas os outros não te ouviram? Que perguntas você quer que os adultos lhe peçam sua opinião e ouçam o que você diz? **6'** 2. Toque a apresentação. Primeiro, assista a apresentação inteira. Em seguida, comente sobre os momentos individuais em sua escolha, retornando a fotos específicas que mostram diferentes aspectos dos direitos das crianças, por exemplo: - O direito das crianças de receber informações que se relacionam com elas - sobre como elas serão tratadas, quais diretrizes nutricionais são dadas por especialistas. Explique às crianças que os adultos não devem assustar as crianças com as informações - por exemplo, assustá-las com médicos, exames médicos, dietas, etc., mas explicar a elas o que está acontecendo de forma compreensível. - O direito de escolher seus amigos - O direito das crianças de ter ideias - O direito de expressar uma opinião e compartilhar como eles se sentem **9'** 3. Tenha uma breve discussão sobre o que as crianças querem dizer aos outros se tiverem a oportunidade de serem ouvidas por mais pessoas. **3'** 4. Organizar os alunos individualmente ou em grupos para fazer seu próprio projeto sobre o tema "Meu Sonho", conforme estabelecido no slide final da apresentação. Deixe-os se sentir à vontade para escolher como expressar seu sonho. Eles podem desenhar ou escrever o que sonham e o que gostariam de dizer/ fazer no mundo no futuro. Eles também podem expressar sua ideia com uma dança ou música. Organize apresentações de todos os projetos em sala de aula. **15'**
Reflexão	Para reflexão e um resumo do tema, faça as seguintes perguntas: **5'** - Como se sentiu quando apresentou seu projeto e compartilhou seu sonho? - É bom receber a palavra e fazer com que outros te escutem? Sua voz é ouvida em casa? Relacionado com que perguntas? E na escola?
Anotações	
Recursos Digitais	HR3_1 - yesii.eu/atividades/digital/3/HR3_1_EN.ppsx de apresentação

4

Direitos Humanos - Direitos das Crianças / O meu direito à igualdade

Desenvolvido por	PROSVETA
Duração	35 min.
Exercícios de Energia	 4 - Corrente humana Toda a gente está de pé num círculo. Fecham os olhos e movem-se na direção do centro do círculo, de mãos no ar. Quando tocarem com as mãos noutra pessoa, dão as mãos e não as largam, constituindo assim um nó. Então, o facilitador pede aos alunos que abram os olhos e que se tentem "desenlear" (fazer um círculo) sem largarem as mãos.
Exercícios de Relax	 4 - Visualização com cores/som relaxante O facilitador pede aos alunos que imaginem uma cor favorita que os faça sentir em paz e seguros. Os alunos continuam a imaginar que estão a absorver a cor quando inspiram e que a enviam para todo o corpo quando expiram. O exercício continua até os alunos se sentirem preenchidos pela sua cor especial e relaxante. O mesmo exercício pode ser feito usando um som ou aroma calmante. Além disso, o exercício é mais eficiente se for utilizada música relaxante. Kelly Roper
Objectivos	• Children are aware of their right to choose what to believe; • Children are aware that they are free to express their own religion and beliefs; • Children will realize that they have the right to practice the religion they want without violating the same right as others.
Preparação	**Necessary materials:** markers or colored pencils; old magazine clippings **Necessary equipment:** projector and laptop **Suggested reading:** • Convention on the Rights of the Child - art. 14 • Children's rights: a teachers' guide
Introdução	People are different not only in appearance. They like different things in the world around them, they believe in different things. Children, like adults, have the right to choose what to believe. No one can stop them from participating in different holidays and customs according to their religion. But they must also respect the right of others to believe in something of their choice.

Metodologia	**NFE tools:** discussion, group work, mind map 1. Introduce students to the topic by asking the question "What does it mean to believe in something"? **5 '** 2. Playback of the video in which different people share what they believe. **3 '** 3. Ask students to share what they believe - as well as the participants in the video, without any necessary explanations. If they know people from different religions, they can share what they have noticed - for example, different foods, traditions and customs that people observe when celebrating religious holidays. 5 ' 4. Divide students into 5 groups. Hand out a handout to each group. Let students draw their own mind maps related to freedom of conscience and religion. In the blanks on the mind map they can add words, make small drawings (pictograms), paste clippings from old magazines of their choice. When ready, one student per group must present the results of the group work. **15 '** 5. Discuss with the class what it means to be free to choose what to believe. 2 '
Reflexão	The lesson ends with questions summarizing: **5 '** • How will you feel if someone tells you what you should like? • Can anyone forbid us to believe in something? • Can we tell others what to believe or who they believe and trust?
Anotações	The video https://www.youthforhumanrights.ie/course/lesson/articles-12-18/watch-human-right-18-freedom-of-thought.html was created by the non-governmental organization "United for Human Rights / Youth for International Human Rights "as a resource to be used in Active Citizenship training activities.
Recursos Digitais	HR4_1 video HR4_2_PT

5

Direitos Humanos - Direitos das Crianças / O meu direito à igualdade de género

Desenvolvido por	AENAO
Duração	35
Exercícios de Energia	 16 - Costas com costas Cada participante encontra um par de altura e peso semelhantes ao seu. Sentam-se os dois no chão, de costas com costas. Dão os braços. Têm de se levantar, mas mantendo o contacto das costas e dos braços. Depois de tentarem uma ou duas vezes com o par, trocam de par. Podem repetir este processo com outros pares mais algumas vezes.
Exercícios de Relax	 4 - Visualização com cores/som relaxante O facilitador pede aos alunos que imaginem uma cor favorita que os faça sentir em paz e seguros. Os alunos continuam a imaginar que estão a absorver a cor quando inspiram e que a enviam para todo o corpo quando expiram. O exercício continua até os alunos se sentirem preenchidos pela sua cor especial e relaxante. O mesmo exercício pode ser feito usando um som ou aroma calmante. Além disso, o exercício é mais eficiente se for utilizada música relaxante. Kelly Roper
Objectivos	• Para se conscientizar da privacidade e sua importância • Os alunos podem considerar maneiras de se proteger e sua privacidade.
Preparação	• **Leitura sugerida** PRIVACIDADE ONLINE INFANTIL E LIBERDADE DE EXPRESSÃO, PG8 • **Materiais** HR5_diary impresso

Introdução	De acordo com o artigo 16 da Convenção sobre os Direitos da Criança, o direito à privacidade está relacionado ao eu, à família, ao lar, à correspondência, à honra e à reputação da criança. A criança tem direito à proteção da lei contra tais interferências ou ataques. Existem muitas dimensões de privacidade e como ela pode ser exposta e/ou protegida. Este exercício se concentra na proteção da privacidade online - que é uma questão importante dos últimos anos - e na proteção da privacidade.
Metodologia	**Estudo** de caso de ferramenta nfe, trabalho em equipe Passo de Introdução: Os alunos assistem ao vídeo introdutório dos Direitos das Crianças antes da atividade HR Intro. 1. Professor divide alunos em dois grupos e fornece o estudo de caso HR5 Diary. Ambos os grupos são solicitados a ler o diário de Julia. A professora explica que Julia é uma de suas colegas de classe, ela é sua amiga que todos conhecem muito bem. Claro, agora ela não está presente. O primeiro grupo é designado para respeitar a privacidade de Julia, enquanto o segundo grupo é solicitado a não respeitar sua privacidade. Dica: se os alunos têm dificuldade em entender a diferença entre respeitar e não respeitar a privacidade, então o professor explica brevemente o seguinte: No grupo 1, os alunos que acham o diário respeitam que o que está escrito é privado. No grupo 2, os alunos não se importam em expor Julia a outros colegas de classe, porque não se importam com privacidade. (5') 2. O professor pede aos grupos que pensem em suas ações em relação ao diário de Julia. Assim que decidirem o que fazer, apresentam ao plenário como procederão com o diário de Julia. (10') 3. Após reflexão, professor mostra o vídeo HR5 - Smart Tom e discute com os alunos a importância da privacidade. (5')
Reflexão	Professor pergunta aos alunos no plenário: a. Como era fazer parte do seu grupo? Foi fácil para você agir como se importa ou não se importa com a privacidade da Julia? b. Você acha que privacidade é importante? Porque? (5')
Anotações	*Opcional:* O professor pode reproduzir no final da sessão o seguinte vídeo para alunos mais velhos (ou seja, alunos de 11 a 12 anos) e discutir sobre os riscos de publicar dados pessoais online Incrível leitor de mentes revela seu "presente" (5-10')
Recursos Digitais	

6

Direitos Humanos - Direitos das Crianças / O meu direito à igualdade e nacionalidade

Desenvolvido por	AENAO
Duração	35
Exercícios de Energia	 5 - Bom dia ou boa noite Toda a gente anda pela sala e cumprimenta os outros (como se todas as outras pessoas fossem suas amigas próximas), usando palavras e gestos (apertos de mão, beijinhos, abraços). Depois, repetem o cumprimento em silêncio, apenas com os olhos. Quando o exercício termina, o professor pergunta aos alunos como é que se sentiram em relação às duas formas de cumprimentar (por exemplo, se foi difícil, como é que conseguiram comunicar etc.).
Exercícios de Relax	yesi 8 - Estações do ano Os jogadores sentam-se em círculo, mas não demasiado perto uns dos outros. Durante as estações do ano, o professor move-se como uma planta. Inverno: as plantas são pequenas e fracas, e estão caídas, umas com as outras, por terra. Primavera: graças ao sol mais forte, as plantas crescem lentamente e erguem-se devagar. Verão: graças ao sol quente, as plantas abrem lentamente os braços, as flores abrem as pétalas e ficam direitas de pé. Outono: os raios de sol ficam mais fracos. As plantas começam a murchar, as flores e as folhas começam a cair.
Objectivos	• Para pensar sobre a situação de uma criança refugiada • Para identificar as dificuldades que tal criança se depara • Discutir e propor opções e alternativas para crianças refugiadas a serem integradas; portanto, para se tornar como todos os outros alunos.
Preparação	• **Leitura sugerida** Crianças refugiadas e migrantes na Europa • **Materiais** Quadro branco/quadro-negro, marcadores em cores diferentes, grandes caixas/flipcharts
Introdução	De acordo com o artigo 22 da Convenção sobre os Direitos da Criança, uma criança que é considerada refugiada ou que busca statusde refugiado, acompanhada ou desacompanhada por um pai de outra pessoa, tem o direito de receber proteção adequada e assistência humanitária.

Metodologia	**Brainstorming de ferramentas NFE, trabalho em equipe, criação artística** Passo de Introdução: Os alunos assistem ao vídeo introdutório dos Direitos das Crianças antes da atividade HR_Intro. 1. Os alunos debatem sobre crianças que buscam status de refugiados. O professor pede que eles pensem nas dificuldades que uma criança refugiada enfrenta não só quando vem para um país estrangeiro, mas também quando entra em uma nova escola. (10') * Nota: o professor deve auxiliar os alunos a pensar sobre o seguinte: • situação econômica do refugiado • barreira linguagem • situação psicológica (incluindo a possibilidade negativa de enfrentar se for indesejado) • aparência física • Família • diferenças culturais (hábitos diferentes, mesma ou religião diferente). 2. O professor categoriza os pensamentos escritos em categorias 3-4 - dependendo do que os alunos têm discutido. Exemplos de categorias podem ser cultura, psicologia, aspecto econômico, aparência, etc. O professor divide os alunos no número correspondente de grupos; ou seja, 4 categorias = 4 grupos. (5') 3. Cada grupo faz um cartaz que corresponde à ideia principal da categoria; por exemplo, o grupo que corresponde à categoria de aspecto econômico precisa fazer um cartaz que mostre a atual situação econômica da criança refugiada. (10') 4. Os alunos recolhem seus cartazes e sentam-se juntos em um círculo para que possam discutir e refletir. Após reflexão, professor mostra o vídeo HR6 - Crianças Refugiadas.
Reflexão	Professor pergunta aos alunos no plenário: Você acha que essas fotos representam também todos os alunos desta escola? se não, o que deveria ser diferente? Foi difícil pensar na situação de uma criança refugiada? (10')
Anotações	
Recursos Digitais	HR_Intro HR6 - Crianças Refugiadas

7

Direitos Humanos - Direitos das Crianças / Os direitos das crianças com deficiência

Desenvolvido por	IPSantarém: Bento Cavadas | Ana Torres | Maurício
Duração	35
Exercícios de Energia	 14 - Vou viajar Toda a gente senta-se num círculo. Comece por dizer: "Vou viajar e levo comigo um abraço", e dê um abraço à pessoa à sua direita. Essa pessoa tem de dizer "Vou viajar e levo comigo um abraço e uma palmadinha nas costa", e depois dá, à pessoa à sua direita, um abraço e uma palmadinha nas costas. Cada pessoa repete o que foi dito e acrescenta uma nova ação à lista. A atividade dá a volta ao círculo, até todos terem tido a oportunidade de participar.
Exercícios de Relax	 1 - Fantasia orientada Pede-se aos alunos para fecharem os olhos (se for confortável) e, com a orientação do facilitador, imaginarem lentamente uma cena de um acontecimento passado ou futuro. São usados cada vez mais pormenores para descrever o evento, com todos os sentidos e pensamentos. Uma sugestão de curto guião poderia ser: Comecem por respirar lenta e profundamente... Imaginem que estão num local onde se sentem relaxados e à vontade... Criem todos os pormenores na vossa mente – o que estão a ver... Como são os sons, o cheiros e as cores desse lugar especial... Há pessoas...? Rossman, 2016
Objectivos	**Os alunos aprenderão:** • **uma criança deficiente mental ou física deve desfrutar de uma vida plena** • **uma criança com deficiência mental ou física deve ser incluída nas brincadeiras.**
Preparação	**Recursos pedagógicos sugeridos:** **Recursos ODS para educadores | ODS 10 - Desigualdades reduzidas** **Convenção dos Direitos da Criança (Art. 23)** **UNICEF | Proteção à criança**

Introdução	**Na Convenção dos Direitos da Criança, o artigo 23 diz que o direito de desacretar as crianças teve uma vida plena e grata. Eles têm direito a cuidados especiais e assistência. Os Estados devem fornecer educação, treinamento, serviços de saúde, serviços de reabilitação, preparação para oportunidades de emprego e recreação adequadas para crianças incapacitadas.** **O ODS10 da UNESCO é dedicado à redução das desigualdades.** **Segundo a UNESCO, para alcançar objetivos específicos do ODS10, deve-se explorar o vínculo entre educação e redução das desigualdades. Os alunos devem aprender a expressar opiniões sobre por que uma determinada desigualdade é negativa e desenvolver soluções para reverter esse tipo de situação, respeitando a diversidade e as escolhas dos outros.** **Considere assistir ao vídeo dos Direitos da Criança da UNICEF.**
Metodologia	**Ferramenta NFE : Trabalho em equipa com discussão** 1. **O professor apresenta o tema da deficiência infantil, enfatizando a importância de que todas as crianças devem ter as mesmas oportunidades. 5'** 2. **Organizar a turma em grupos de 2 alunos. 1'** 3. **Assistir ao vídeo Deficiência e Proteção à Criança | UNICEF. O professor deve informar os alunos que devem tomar notas, depois de verem o vídeo, sobre as situações relacionadas com a criança com deficiência, utilizando o documento de Apoio ao HR7. 10'** 4. **Em pares, eles devem confrontar as suas notas e fazer um resumo do filme. 5'** 5. **Para concluírem a atividade devem jogar um jogo disponível em: https://wordwall.net/pt/resource/2866027 4'** **DT: vídeo** **Documento de suporte para HR7** **Jogo**
Reflexão	**O professor deve promover uma discussão com todos os alunos sobre o conteúdo do vídeo. Perguntas a serem feitas:** 1. **Qual é o humor da criança com deficiência no início do filme? Por que ele se sente assim?** 2. **Achas que as crianças com deficiência têm direito de brincar com os outros? Pensa no que poderias fazer para incluir as crianças com deficiência da tua turma nas tuas brincadeiras.** 3. **A escola está preparada para integrar crianças com deficiência (por exemplo, tem rampas para cadeiras de rodas)?**
Anotações	**A Deficiência e a Proteção à Criança | O vídeo da UNICEF não precisa de legendas.**
Recursos Digitais	**Deficiência e Proteção à Criança | Vídeo do UNICEF** **Jogo** **Vídeo dos Direitos da Criança da UNICEF.**

8

Direitos Humanos - Direitos das Crianças / O meu direito à opinião e expressão

Desenvolvido por	AENAO
Duração	35
Exercícios de Energia	12 - Soletrar com o corpo O professor pede aos alunos para escreverem o nome no ar usando o corpo, por exemplo, com a mão, a perna, o cotovelo, o nariz. *Opcional*: se houver tempo suficiente, o professor pede à turma para soletrar algumas palavras em que os alunos reproduzem as letras com os corpos. Os alunos podem colaborar todos em conjunto ou podem criar diferentes grupos.
Exercícios de Relax	2 - Relaxamento muscular progressivo Para aliviar a tensão da cabeça aos pés, pede-se aos alunos para fecharem os olhos (se for confortável), e se concentrarem em distender e relaxar grupos de músculos durante 2 ou 3 segundos. O professor guia os alunos; pede-lhes que comecem pelos pés e pelos dedos dos pés, passando depois aos joelhos, coxas, nádegas, peito, braços, mãos, pescoço, maxilar e olhos — respirando sempre de forma profunda e lenta. Kelly Roper
Objectivos	• Conscientizar que a saúde é um direito humano fundamental. • Conscientize-se por que o acesso à assistência social e à saúde é muito importante para todos.
Preparação	• **Leitura sugerida** O Direito à Saúde • **Materiais** Estudo de caso impresso HR8 The história de Daisy

Introdução	A saúde é o estado de bem-estar físico, mental e social e não significa apenas ausência de doença ou doença. O direito à saúde está intimamente ligado a outros direitos humanos fundamentais, principalmente o acesso à água potável e à higiene adequada. O direito à saúde inclui o acesso aos serviços de saúde. De acordo com os artigos 24 e 26 da Convenção sobre os Direitos da Criança, toda criança tem o direito deacessar serviços de saúde e se beneficiar da seguridade social - incluindo a previdência social.
Metodologia	Estudo de Caso **de Ferramenta NFE**, Trabalho em Equipe Passo de Introdução: Os alunos assistem ao vídeo introdutório dos Direitos das Crianças antes da atividade HR Intro. 1. Professor divide alunos em dois grupos e fornece o Estudo de Caso HR8_The História de Daisy. Ambos os grupos são solicitados a ler o estudo de caso e continuar a história. Grupo 1: Daisy tem acesso à assistência social e saúde. O que pode ser feito? Grupo 2: Daisy não tem acesso à assistência social e à saúde. Há alternativas? (5') 2. A professora pede aos alunos que pensem sobre Daisy e o que aconteceria com sua condição de saúde, dependendo do grupo que eles são. Uma vez que eles decidem, eles precisam apresentar seus pensamentos no plenário. (10') 3. Após reflexão, professor mostra o vídeo HR8 - Homem-Aranha e discute com os alunos a importância do acesso à assistência social e à saúde. (5')
Reflexão	Professor pergunta aos alunos no plenário: a. O que você acha do direito à assistência social e à saúde? É importante? b. Foi difícil encontrar alternativas para alguém como Daisy que não tem acesso à assistência social e saúde? (5')
Anotações	-
Recursos Digitais	

9

Direitos Humanos - Direitos das Crianças / O meu direito à liberdade

Desenvolvido por	IPSantarém: Bento Cavadas | Ana Torres | Maurício
Duração	35
Exercícios de Energia	12 - Soletrar com o corpo O professor pede aos alunos para escreverem o nome no ar usando o corpo, por exemplo, com a mão, a perna, o cotovelo, o nariz. *Opcional*: se houver tempo suficiente, o professor pede à turma para soletrar algumas palavras em que os alunos reproduzem as letras com os corpos. Os alunos podem colaborar todos em conjunto ou podem criar diferentes grupos.
Exercícios de Relax	5 - Descrever o que sentem/pensam com uma palavra Pede-se aos alunos para fecharem os olhos (se for confortável) durante um minutos e pensarem numa palavra que descreva os seus sentimentos/pensamentos quando terminaram o recurso. Depois, os alunos abrem os olhos e, um a um, dizem a palavra à turma.
Objectivos	**Os alunos aprenderão:** • **que a educação é um direito humano fundamental e uma base para garantir a realização de outros direitos.** • **existem desigualdades relativas à educação no mundo.**
Preparação	**Recursos pedagógicos sugeridos:** **Recursos ODS para educadores | ODS4 - Educação de qualidade** **https://en.unesco.org/themes/education/sdgs/material/04** **Convenção dos Direitos da Criança** **https://www.ohchr.org/en/professionalinterest/pages/crc.aspx**
Introdução	**Na Convenção dos Direitos da Criança, a palavra "educação" e palavras derivadas ocorrem várias vezes. A palavra "ensinar" ocorre apenas duas vezes. É importante distinguir o ensino e a educação porque os seres humanos podem aprender sem serem ensinados. Os artigos 28 e 29 dessa Convenção têm como foco proporcionar igualdade de oportunidades na educação para todos e no desenvolvimento global da criança, no que diz respeito aos pais e contexto das crianças. O ODS 4 da UNESCO é dedicado à Educação de Qualidade e tem como objetivo garantir a educação para todos. De acordo com o ODS4, os objetivos específicos da UNESCO "incluem oferecer mais oportunidades de formação técnica e profissional para jovens e adultos para que possam obter melhores empregos; acabar com a desigualdade nas oportunidades educacionais entre homens e mulheres; proporcionar a educação correta para crianças com deficiência, indígenas e vítimas de conflitos; melhorar as instalações escolares para proporcionar um ambiente seguro e positivo para todos; aumentando o número de professores treinados e qualificados e promovendo a educação para o desenvolvimento sustentável".** **Considere assistir ao vídeo dos Direitos da Criança da UNICEF**

	Ferramenta NFE : Trabalho em equipe com discussão
Metodologia	1. **O professor apresenta o tema da educação como um direito humano para todos, enfatizando a importância de uma educação de qualidade. 5'** 2. **Organize a aula em pares de alunos. 5'** 3. **Assista ao vídeo 2 meninas 2 vidas, passadas em Joanesburgo, África do Sul. Antes de assistir ao vídeo, a professora deve informar aos alunos que as meninas nasceram no mesmo dia e devem tomar notas, após assistir ao vídeo, sobre as diferentes oportunidades de educação das duas meninas envolvidas usando o documento de Apoio ao HR9. 10'** 4. **Em pares, eles devem confrontar suas notas e fazer um currículo comum do filme. 5'** **Dt:** **Vídeo** **Documento de suporte para HR9** **Jogo**
Reflexão	**Os professores devem promover uma discussão com todos os alunos sobre o conteúdo do vídeo. Perguntas a serem feitas:** 1. **Você pode distinguir se uma garota vai ter mais acesso à educação do que a outra, no início do vídeo?** 2. **Qual é o primeiro indicador de que uma garota terá mais oportunidades de educação do que a outra?** 3. **Que atividades eles fazem durante o dia?** 4. **Quando as garotas voltam para casa depois de um dia de trabalho, o que elas fazem?** 5. **Qual garota teve um filho primeiro?** 6. **Quando as duas garotas se encontram, quais eram seus pensamentos?** 7. **Qual garota parece viver uma vida mais feliz?** 8. **Por que a educação fez a diferença na vida das meninas?** **10'**
Anotações	**O vídeo de duas meninas 2 vidas não precisa de legendas.**
Recursos Digitais	**2 meninas 2 vidas vídeo** **Jogo** **Vídeo dos Direitos da Criança da UNICEF.**

10

Direitos Humanos - Direitos das Crianças / O meu direito ao descanso, ao lazer e a brincar

Desenvolvido por	IPSantarém: Ana Da Silva | Ana Torres | Maurício D
Duração	35
Exercícios de Energia	 4 - Corrente humana Toda a gente está de pé num círculo. Fecham os olhos e movem-se na direção do centro do círculo, de mãos no ar. Quando tocarem com as mãos noutra pessoa, dão as mãos e não as largam, constituindo assim um nó. Então, o facilitador pede aos alunos que abram os olhos e que se tentem "desenlear" (fazer um círculo) sem largarem as mãos.
Exercícios de Relax	 13 - Massagem corporal Os alunos estão de pé num círculo; têm de repetir todos os movimentos do professor e fazerem uma massagem a si próprios. O professor começa por massajar diferentes partes do corpo, começando pela cabeça e descendo até aos pés (será melhor se tirarem os sapatos). O professor explica como a massagem deve ser feita (de forma delicada ou mais energética). *Opcional*: o professor pode pedir também aos alunos que façam a massagem a outro colega.
Objectivos	1. **Distinguir descanso, lazer, jogo, competição e jogos de cooperação;** 2. **Jogo de cooperação experimento 1 e 1 jogo de competição;** 3. **Reflita sobre esses dois tipos de jogos, qual desses dois tipos preferimos e por quê.**
Preparação	**Material: uma corda grande e resistente** **Filme sobre jogos de corda: https://www.youtube.com/watch?v=RSdVBXdVI98&t=90s** **Jogo de competição: Sea, Earth, Fire (filme cf. no minuto 0:22)** **Jogo de cooperação: Pego dentro da corda (Veja filme em 1:13 minutos).**
Introdução	**Crianças e jovens têm pouco tempo para brincar, dadas as demandas de horários e tarefas escolares, e todos os tipos de atividades pós-escola. No entanto, a importância do jogo em seu desenvolvimento social, emocional e cognitivo é inegável.** **Brincar pode ser divertido e agradável em muitos aspectos, mas também são um meio privilegiado de conhecer e refletir sobre diferentes formas culturais, explorar o mundo e conhecer melhor a si mesmo.** **Os jogos tradicionais representam e estão associados às culturas locais. No entanto, existem padrões lúdicos universais, os mesmos jogos tradicionais sendo encontrados em várias regiões, países e cantos do mundo, embora possa haver diferenças nas designações, regras e formas de jogar.**

Metodologia	**Ferramenta NFE (Brainstorming e jogos)** 1. **Sart com um brainstorming visando definir descanso, lazer, jogo, jogo, competição e cooperação, e escrever em um flipchart pad, placa ou arquivo, as ideias organizadas abaixo de cada termo. 7'** 2. **Convide os participantes para jogar os 2 tipos de jogos descritos abaixo: 1 jogo de competição - Mar, Terra, Fogo; e 1 jogo de cooperação-Pego dentro da corda.** **Jogo de competição: Mar, Terra, Fogo 5'** **A corda deve estar empoleirada no chão na fila. Jogue este jogo durante 5 minutos (dentro ou fora).** **Os jogadores se alinham ao longo desta linha sem pisar nela. No início do jogo, indique qual lado da linha é o Mar e qual é a Terra. O facilitador ou participante lidera o grupo. O líder dirá em voz alta a palavra "Mar", "Terra" ou "Fogo". Se o líder diz Mar, os participantes devem saltar com os dois pés para o lado correspondente ao Mar. Se o líder diz terra, eles devem saltar para o lado correspondente à Terra. Se o líder diz Fogo, os participantes devem ter um pé em cada lado da corda. Os comandos do líder não seguem nenhuma sequência. O mesmo comando pode ser dado várias vezes seguidas. O líder tenta enganar os jogadores dizendo várias vezes o mesmo comando, dizendo comandos muito diferentes muito rapidamente, movendo-se para o lado oposto do lado onde os participantes devem saltar, etc.** **Sempre que um jogador comete um erro, pulando no caminho errado, ou ficando do mesmo lado, em vez de pular, deixa o jogo.** **Normalmente, o jogo termina quando apenas um participante permanece no jogo, quem será o vencedor. Na atividade específica, os vencedores são os participantes que ainda estão no jogo ao final de 5'.** **Jogo de cooperação: Pego dentro da corda 5'** **Jogue este jogo durante 5 minutos, dentro ou fora de casa. Se você jogar ao ar livre, você deve desenhar um perímetro no chão que os jogadores não serão autorizados a atravessar. Se for jogado dentro de casa, a sala deve ter espaço suficiente para os participantes correrem.** **4 participantes ficam no interior da corda e esticam a corda no nível da cintura, puxando para os lados opostos para que ela não caia. Eles devem manter a corda esticada. O resto dos participantes estão do lado de fora e tentarão não ficar presos dentro da corda.** **Segurando a corda em suas mãos, eles tentarão coordenar seus movimentos a fim de tentar pegar o resto dos participantes, levantando a corda para prendê-los dentro da corda.** **3. Depois de experimentar ambos os jogos, os participantes respondem a um jogo de correspondência digital com definições de descanso, lazer, jogo, jogo de competição e jogo de cooperação. 5'**
Reflexão	**Pergunte aos participantes se eles já haviam jogado esses jogos e se eles acham que tanto a cooperação quanto a competição podem contribuir para descanso, lazer e brincadeira, de acordo com as ideias coletadas no brainstorming inicial. 5'**
Anotações	
Recursos Digitais	Filme com jogos de corda Jogo digital

11

Direitos Humanos - Direitos das Crianças / O meu direito à familia

Desenvolvido por	PROSVETA
Duração	55
Exercícios de Energia	 2 - Muuu!!! Através de um papel posto virado para baixo nas secretárias dos alunos, o professor atribui aleatoriamente a cada aluno um animal doméstico (por exemplo, "vaca", "cavalo", "ovelha", "galo" etc.). Depois de informados do seu papel, é-lhes dito para andarem pela sala comportando-se como o animal que lhes foi atribuído (ou seja, fazendo os ruídos do animal), para que encontrem outros da sua espécie.
Exercícios de Relax	 15 - Movimentos de brinquedo O professor usa uma palava mágica para transformar os alunos em brinquedos de corda. A um sinal do professor, os brinquedos deslocam-se na sala, como *robots*, para irem para os seus lugares. Devem movimentar-se mais depressa no início e, depois, cada vez mais lentamente, porque estão a ficar sem corda. Alguns deles irão ficar imóveis no meio da sala, e o professor terá de lhes dar corda, para que consigam chegar aos lugares.
Objectivos	- As crianças estarão cientes de seu direito de estar protegidas da exploração socioeconômica e do trabalho que represente um risco; - As crianças aprenderão a distinguir atividades de trabalho adequadas do trabalho que possam prejudicá-las; - As crianças começarão a pensar sobre seu direito de se opor se forem forçadas a fazer algo que as prejudique.
Preparação	**Leitura sugerida:** • Convenção sobre os Direitos da Criança – art. 32 • Direitos das crianças: um guia de professores • UNICEF: Programa "Participação da Criança e da Juventude" https://www.unicef.org/bulgaria/en/child-and-youth-participation **Equipamento necessário:** projetor e laptop **Materiais necessários:** cartões de votação impressos HR11_2,tesoura para os alunos cortá-los por conta própria. **Recursos digitais:** HR11_1, HR11_3 **Preparação**: Imprima as carteirinhas de votação de HR11_2 para cada aluno. Você também pode fazer o exercício dividindo as crianças em grupos. Dê a cada grupo um conjunto de duas cartas.

Introdução	Todas as pessoas trabalham. As crianças também trabalham - estudam, ajudam seus pais na família e isso é muito útil para elas. No entanto, às vezes acontece que as crianças são forçadas a fazer trabalho duro que pode causar danos a elas. Estados e adultos protegem as crianças e não permitem que sejam induzidos a fazer algo perigoso para elas. As crianças também têm o direito de se recusar a fazer trabalhos duros e prejudiciais.
Metodologia	**Ferramentas NFE:** Brainstorming, discussão **1.** Reprodução do vídeo (HR11_3) e comente brevemente por que o "empregador" do leão muda sua atitude - O leão tem direito a boas condições de trabalho no circo? (Ferramenta NFE: discussão) **5'** **2**. Peça aos alunos que pensem nas diferentes activiidades que as crianças fazem. Isso é trabalho? (Ferramenta NFE: brainstorming) Regissão suas respostas em um gráfico ou no quadro na sala de aula. Depois disso, deixe-os pensar e sugerir como você pode agrupar as atividades que as crianças fazem. Exemplos: Um. Atividades na escola - estudar, arrumar a sala de aula, etc. B. Atividades em casa – tarefas domésticas; cuidando de um animal de estimação; C. Trabalhando com adultos - no jardim; relacionados aos cuidados com a pecuária, etc. **5'** **3.** Discuta com os alunos : Quando é útil trabalhar e que tipo de trabalho pode prejudicar as crianças? Aceite todas as ideias. Que todos tenham um exemplo ou opinião. **5'** **4.** Use as fotos no vídeo(HR11_1). Em primeiro lugar, mostre fotos dos slides 2, 3 e 4. Você verá exemplos de diferentes atividades que as crianças fazem. Estados e adultos garantem que as crianças estejam protegidas do trabalho que possa prejudicá-las, e que sejam pagas de forma justa. Como você explica isso, deixe deslizar 5 ficar na tela. Explique que as crianças têm o direito de se recusar a fazer um trabalho que é prejudicial para elas, e ter alguém para protegê-las se forem forçadas a trabalhar: mostrar slide 6. Dê um exemplo com slide 7 - um trabalho que temos o direito de recusar; e slide 8 - um trabalho em que as crianças são boas. Explique que √ e x são as marcas que indicam se as imagens mostram trabalhos aceitáveis (√) ou não (x). Os sinais são mostrados no slide 9. **12'** **5.** Distribua os dois cartões de votação de HR11_2 para os alunos para que eles tenham seus cartões no papel. Mostre-lhes, um após o outro, as fotos dos slides 10, 11, 12 e 13 de HR11_1, e peça aos alunos que peguem um dos cartões de votação para indicar se o que eles vêem na foto é um trabalho útil ou que pode causar danos às crianças. **3'**
Reflexão	Faça as seguintes perguntas e incentive as crianças a compartilhar: **5'** 1. Se você ver outras crianças fazendo trabalho duro, o que você vai pensar? 2. O que você vai fazer se você foi forçado a fazer um trabalho duro ou perigoso? 3. A quem você pode pedir ajuda se o trabalho que você tem que fazer faz você se sentir mal?
Anotações	
Recursos Digitais	http://yesii.eu/atividades/digital/11/HR11_1.ppsx de vídeo HR11_1 HR11_2 - cartões de votação yesii.eu/atividades/pdf/11_HR11_2-handout.pdf HR11_3 - yesii.eu/atividades/videos/11_HR11_3.mp4 de vídeo

12

Direitos Humanos - Direitos das Crianças / O meu direito à assistência social e à saúde

Desenvolvido por	IPSantarém - Bento Cavadas | Ana Torres | Maurício
Duração	35
Exercícios de Energia	 16 - Costas com costas Cada participante encontra um par de altura e peso semelhantes ao seu. Sentam-se os dois no chão, de costas com costas. Dão os braços. Têm de se levantar, mas mantendo o contacto das costas e dos braços. Depois de tentarem uma ou duas vezes com o par, trocam de par. Podem repetir este processo com outros pares mais algumas vezes.
Exercícios de Relax	 5 - Descrever o que sentem/pensam com uma palavra Pede-se aos alunos para fecharem os olhos (se for confortável) durante um minutos e pensarem numa palavra que descreva os seus sentimentos/pensamentos quando terminaram o recurso. Depois, os alunos abrem os olhos e, um a um, dizem a palavra à turma.
Objectivos	Os alunos aprenderão: • **o significado da justiça e da injustiça.** • **Distinguindo a justiça da injustiça**
Preparação	**Leitura sugerida:** https://www.wvi.org/child-rights-and-equity/article/understanding-how-children-experience-injustice **Vídeo sugerido:** https://www.youtube.com/watch?v=r6H1wfU0vkc **Legislação sobre desigualdades no acesso à saúde** https://ec.europa.eu/social/BlobServlet?docId=20339&langId=en
Introdução	**O ODS16 da UNESCO se dedica a promover sociedades pacíficas e inclusivas para o desenvolvimento sustentável, proporcionar acesso à justiça para todos e construir instituições eficazes, responsáveis e inclusivas em todos os níveis** **Segundo a UNESCO, no ensino fundamental, as crianças estão expostas à vasta diversidade de identidades religiosas e étnicas, os alunos entendem a necessidade de respeito mútuo e compreensão em nível global. Para alcançar o ODS16, as crianças têm que aprender a diferenciar a justiça da injustiça.**

Metodologia	**Ferramenta NFE (Role play)** **Veja o vídeo https://www.youtube.com/watch?v=r6H1wfU0vkc** 1. **Os professores colocam uma corda no meio da classe e a dividem em dois grupos; 5'** 2. **Posteriormente, os professores devem dar um adesivo com uma bactéria prejudicial a cada criança colocada no corpo de outras crianças; 5' utilizando o documento de suporte para HR12.** 3. **Em uma terceira etapa, os professores devem dar medicamentos (comprimidos) para ambos os grupos. No entanto, o professor vai dar mais comprimidos para um grupo do que para outro. Cada comprimido só tem a capacidade de curar uma criança. 5'** 4. **O professor pergunta às crianças que experimentaram justiça ou injustiça. 5'** 5. **Crianças jogam o jogo "Injusto" 10'**
Reflexão	**Os professores devem confrontar os filhos de ambos os grupos sobre seu sentimento de justiça sobre a situação que viveram. Eles experimentaram justiça ou injustiça? Porque? 10'**
Anotações	
Recursos Digitais	**Documento de suporte para HR12** **Jogo injusto**

Diversidade

1

Diversidade e Inclusão Social / O que é a diversidade? (Todos diferentes todos iguais)

Desenvolvido por	AENAO
Duração	35
Exercícios de Energia	12 - Soletrar com o corpo O professor pede aos alunos para escreverem o nome no ar usando o corpo, por exemplo, com a mão, a perna, o cotovelo, o nariz. *Opcional*: se houver tempo suficiente, o professor pede à turma para soletrar algumas palavras em que os alunos reproduzem as letras com os corpos. Os alunos podem colaborar todos em conjunto ou podem criar diferentes grupos.
Exercícios de Relax	16 - Passar a cara É como o jogo do telefone, mas em vez de passarem uma palavra ou frase pelo grupo, os participantes passam uma expressão facial. O grupo forma um círculo com toda a gente de olhos fechados, menos a pessoa que será a primeira a passar a "cara". Essa pessoa toca no ombro da pessoa ao seu lado, e esta abre os olhos para receber a cara. Depois, toca no ombro da pessoa ao seu lado, e passa-lhe a cara. Depois de os participantes terem passado a cara, podem continuar de olhos abertos, para verem a cara a deslocar-se pelo grupo. No fim, o "transmissor" original recebe a cara da última pessoa do grupo e mostra a cara original.
Objectivos	• Para conscientizar sobre as semelhanças / diferenças do corpo humano • Para descobrir diferentes habilidades dependendo de diferentes corpos.
Preparação	• **Materiais** Papéis grandes (ou seja, flipcharts presos com fita adesiva ou aderência azul), marcadores, jornais, revistas, tesouras, cola. Opcional: peças antigas de tecido/botões, fios • **Dicas** Colagens podem ficar presas na parede da classe ou em outro lugar da escola.
Introdução	*Nós não envergonhamos flores por serem muito grandes ou muito pequenas, muito curtas ou muito altas, muito rosas ou muito vermelhas, nós apenas as abraçamos por sua beleza única... Por que não começamos a fazer isso com nós mesmos?* Desconhecido

Metodologia	**Ferramenta NFE** Criação artística (colagem, desenho), trabalho em equipe, discussão. Ferramenta NFE inspirada em Compasito, "Um Corpo de Conhecimento", pp 53-55 Etapa de Introdução: Os alunos assistem ao vídeo introdutório de Diversidade e Inclusão Social antes da atividade DSI_Intro. 1. Os alunos são divididos em grupos de 5 a 6 e sorteam um corpo por grupo. Cada corpo deve ser feito desenhando uma parte específica, ou seja, um aluno se deita e o grupo desenha sua cabeça, então outro aluno se deita e o grupo desenha seus braços, etc. Esse processo se repete até que todos os alunos tenham caído e uma parte do corpo seja desenhada. Quando todos os corpos são desenhados, eles colocam as partes e as habilidades/habilidades sobre eles. Dica: Habilidades/habilidades podem incluir o que uma pessoa pode fazer com uma parte específica do corpo. ou seja, uma pessoa tem uma voz bonita e usa a boca para cantar (para que os alunos possam desenhar/enfiar uma nota musical na boca), uma pessoa pode jogar futebol e usa pernas para jogar o esporte (para que os alunos possam desenhar/enfiar uma bola de futebol na perna), etc. Habilidades/habilidades podem ser colocadas/desenhadas/presas usando os materiais. (15') 2. Cada grupo apresenta sua colagem com as diferentes partes e diferentes habilidades/habilidades. (5') Opcional: Se houver tempo, o professor pode iniciar uma conversa; eles discutem todos juntos sobre como eles podem usar essas habilidades e habilidades mostradas nos desenhos de acordo com a diferença/diversidade corporal de todos. Se algo era diferente em seu corpo, como eles poderiam se adaptar para ter as habilidades/habilidades mostradas nos desenhos? (10' 3. Após reflexão, professor mostra DSI1 - Preocupações cotidianas
Reflexão	Professor pergunta aos alunos no plenário: (a) Foi fácil encontrar coisas que você é capaz de fazer? (b) Há grandes diferenças entre as colagens? (c) Você acha que todos podem ter as mesmas habilidades/habilidades? Porque? (5')
Anotações	Professor e Alunos podem assistir ao vídeo a seguir (opcional) em casa - ou se houver tempo suficiente após o término da atividade: Ian - Um filme para deficiência, não discriminação e integração
Recursos Digitais	DSI_Intro DSI1 - Preocupações cotidianas

2

Diversidade e Inclusão Social / Preconceitos e esterótipos

Desenvolvido por	PROSVETA
Duração	35
Exercícios de Energia	 13 - O Simão diz... O professor diz aos alunos que têm de seguir as instruções dadas depois de ele dizer "O Simão diz...". Se o professor não começar as instruções por "O Simão diz...", o grupo não deverá seguir as instruções! O professor começa por dizer algo como "O Simão diz para baterem palmas" enquanto bate palmas. Os participantes seguem-no. O professor acelera as ações, dizendo sempre primeiro "O Simão diz". Pouco depois, o professor omite "O Simão diz". Os participantes que, apesar disso, seguirem as instruções, ficam de fora do jogo. O jogo pode continuar enquanto for divertido.
Exercícios de Relax	 12 - Costas quentes Cada aluno tem uma folha de papel colada nas costas, e é dada uma caneta a cada um. O papel foi preparado previamente. Cada folha diz: "Eu gosto de……..". Está a tocar uma música lenta; os alunos percorrem a sala e escrevem caraterísticas da pessoa de quem gostam no papel. No fim, os alunos podem ler o papel e levá-lo para casa.
Objectivos	• Compreender a ideia de diferença em termos dos diferentes países em que as pessoas vivem; • Compreender a diferença demonstrando as diferentes línguas utilizadas por pessoas em diferentes países; • Mostrando que pessoas diferentes usam a linguagem de forma diferente; • Aceitação das várias maneiras pelas quais as pessoas se expressam através da linguagem das palavras e da linguagem corporal.
Preparação	**Equipamento necessário:** laptop, alto-falantes **Ferramenta digital:** Apresentação DSI2_1 e DSI2_2 de videoclipes
Introdução	Há pessoas diferentes ao redor do mundo. Eles vivem em diferentes países - grandes e pequenos; com montanhas e mares. Em alguns deles é muito frio e em outros - é mais quente. Isso torna o mundo muito interessante. As pessoas adoram viajar para conhecer novos países. Pessoas ao redor do mundo falam línguas diferentes. Além das palavras, também dizemos coisas diferentes com nossos movimentos corporais. Pessoas diferentes usam a língua de forma diferente - algumas pessoas falam muito, outras não são tão falantes. Através da linguagem fazemos amigos e nos damos bem com os outros.

Metodologia	**Ferramentas NFE:** Brainstorming, trabalhe em pares 1. Use a apresentação (DSI2_1) (slides 1,2 e 3) para mostrar as diferenças entre os países - em tamanho, natureza, etc. **5'** 2. Que os alunos listem todos os diferentes países que possam pensar ou ter visitado (ferramenta NFE – brainstorming). **3'** 3. Mostre slide 5 da apresentação e peça aos alunos que compartilhem se sabem alguma coisa sobre esses países. Pergunte-lhes que língua é falada neles, na opinião deles. (Ferramenta NFE – brainstorming) **5'** 4. Reprodução do vídeo da apresentação DSI2_1 (embutido no slide 6). Os alunos ouvirão como as pessoas dizem "Olá" em diferentes idiomas. Isso lhes dará uma ideia de outras línguas com as que eles não estão familiarizados. **5'** 5. Pergunte aos alunos se eles podem dizer "Olá" em qualquer outro idioma além de sua língua materna, ou você pode reproduzir o vídeo DSI2_1 novamente. Escolha um idioma que os alunos não estudam na escola e aprenda a dizer "Olá" neste idioma – tocando o vídeo ou com o apoio de um dos alunos da turma. **10'** 6. Reprodução do vídeo da apresentação DSI2_1 (embutido no slide 8) para mostrar aos alunos que alguns gestos e combinações de som são internacionais; eles são os mesmos nos diferentes países e podem ser facilmente compreendidos em todas as línguas - por exemplo, "Silêncio". **1'** 7. Reprodução do vídeo "Coisas incríveis acontecem"(DSI2_2). Os alunos entenderão melhor que as pessoas são diferentes e usam a linguagem de forma diferente. O vídeo vai ajudá-los a aceitar as diferentes maneiras pelas quais os outros se expressam e sentem empatia. **3'**
Reflexão	Discuta com seus alunos as seguintes perguntas: **3'** • Conhece pessoas que são taciturnas ou falam menos que outras? Isso te impede de ser amigo deles? • Como podemos nos entender quando não sabemos a língua que outras pessoas falam? • Podemos dizer algo aos outros sem sons ou palavras, apenas com nossas mãos ou nossos olhos?
Anotações	A versão modificada dos vídeos CC tem sido usada na apresentação DSI2_1. www.youtube.com/watch?v=9DdkqOHDiLE https://www.youtube.com/watch?v=ckIqE33RBtw
Recursos Digitais	DSI2_1 -.....de apresentação DSI2_2 - vídeo https://youtu.be/wsrlBoyzLMY

3

Diversidade e Inclusão Social / Identidade e diversidade (EU-Outros)

Desenvolvido por	IPSantarém: Ana Da Silva | Ana Torres | Maurício D
Duração	35
Exercícios de Energia	12 - Soletrar com o corpo O professor pede aos alunos para escreverem o nome no ar usando o corpo, por exemplo, com a mão, a perna, o cotovelo, o nariz. *Opcional*: se houver tempo suficiente, o professor pede à turma para soletrar algumas palavras em que os alunos reproduzem as letras com os corpos. Os alunos podem colaborar todos em conjunto ou podem criar diferentes grupos.
Exercícios de Relax	 1 - Fantasia orientada Pede-se aos alunos para fecharem os olhos (se for confortável) e, com a orientação do facilitador, imaginarem lentamente uma cena de um acontecimento passado ou futuro. São usados cada vez mais pormenores para descrever o evento, com todos os sentidos e pensamentos. Uma sugestão de curto guião poderia ser: Comecem por respirar lenta e profundamente... Imaginem que estão num local onde se sentem relaxados e à vontade... Criem todos os pormenores na vossa mente – o que estão a ver... Como são os sons, o cheiros e as cores desse lugar especial... Há pessoas...? Rossman, 2016
Objectivos	• Conheça canções de ninar de países parceiros do projeto Yesi; • Reconheça que as canções de ninar são uma prática cultural comum nos países parceiros yesi e em muitas outras partes do mundo; • Identifique diferentes aspectos culturais específicos para cada canção de ninar de cada país.
Preparação	Explore Lullabies of the World Project: um projeto de animação russo sobre as canções de ninar de diferentes nações. O projeto criou cerca de uma dúzia de desenhos musicais com uma canção de ninar em línguas nativas e enredo baseado no conteúdo das músicas. Lullaby Português (3:06 min) https://www.youtube.com/watch?v=w5rb3xEVa4U&list=PL1JPCVROsLh4E7zmzUGvuTDFikc_Lbsfl&index=21 Lullaby Grego (3:10 min) https://www.youtube.com/watch?v=sAGpmSFobjY&list=PL1JPCVROsLh4E7zmzUGvuTDFikc_Lbsfl&index=20 Lullaby búlgara (3:09 min) https://www.youtube.com/watch?v=ERcyvABn2zs&list=PL1JPCVROsLh4E7zmzUGvuTDFikc_Lbsfl&index=42 Canção de ninar sérvia (2:22) Parece que este projeto não incluía uma canção de ninar sérvia. A canção de ninar sérvia sugerida é a seguinte: https://www.youtube.com/watch?v=G3fdqj1P3Ns

Introdução	Canções de ninar são canções que muitas vezes são acompanhadas por gestos e movimentos de equilíbrio, por isso têm características melódicas e performáticas. Através de canções de ninar, o patrimônio cultural de uma civilização ou de um ou mais grupos étnicos é transmitido de geração em geração: música, canto, gesto, poesia, conteúdos e significados das letras, linguagem, imagens sobre formas de viver e pensar. Essas canções podem ter um impacto muito forte nas crianças, não apenas no seu bem-estar psicológico e físico, mas também na iniciação de toda uma cultura e sentimento de pertencimento a essa cultura. Embora essas canções se destinem a acalmar as crianças e fazê-las dormir, elas às vezes contêm referências a elementos angustiantes, como uma besta ou um monstro, mas a voz de canto é sempre reconfortante e protetora, a fim de manter as bestas e monstros longe das crianças, para protegê-las do que pode causar medo, que também é um elemento de uma cultura.
Metodologia	Ferramenta NFE (estudo de caso de canções de ninar e mapa da mente) 1. Pergunte às crianças se elas conhecem canções de ninar, músicas que alguém usa ou costumava cantar para elas dormirem. Se algum participante disser que sim, use esse exemplo para explicar o que é uma canção de ninar. Se não, use um exemplo bem conhecido do seu país para explicar que o uso de canções de ninar nas rotinas de sono das crianças existe em muitos países. Essas canções fortalecem a relação precoce entre a criança e a mãe, o pai e/ou outros educadores, e muitas vezes são transmitidas de geração em geração. Rotinas de fazer as crianças dormirem fazem parte da cultura e etnia do povo: quem faz as crianças dormirem, onde elas dormem, como elas usam canções de ninar (ou não), quem as canta (mãe, pai, avós?) , etc. Canções de ninar transmitem música, canto, gesto, letras, linguagem, imagens sobre formas de viver e pensar, e algumas canções de ninar também nos contam sobre os medos das crianças. Nem todas as etnias têm medo das mesmas coisas e cada uma tem seus monstros e figuras protetoras. Portanto, não devemos nos surpreender com essas diferenças, mas tentar entendê-las e conviver com a diversidade de culturas que existem em nosso país e em outros países mais ou menos distantes. (5 minutos) 2. Convide as crianças a assistir 2 filmes com canções de ninar de países parceiros yesi. Ao mostrar a localização dos 4 países no mapa-múndi, deixe os participantes escolherem 2 países e lembrá-los de prestar atenção às diferenças entre as duas músicas e imagens do filme. Dependendo do grupo, se demorar muito tempo para o grupo escolher, o facilitador pode escolher, mas mostrar os países no mapa (3 minutos). 3. Projeto de vídeo os 2 filmes (7 minutos) 4. Projete a roda aleatória (recurso digital abaixo), usando-a para pedir aos participantes que digam (oralmente) as diferenças entre as duas canções de ninar e as imagens associadas a eles nos filmes. (8 minutos). A análise dessas diferentes formas artísticas, os modos de vida das pessoas, os lugares onde vivem, etc., é uma forma concreta de entender o valor da diversidade cultural/étnica. Nem todos os campos têm que ser preenchidos. Depende das canções de ninar específicas e do que os participantes identificaram. Se não há nada a dizer em uma categoria, gire a roda novamente.
Reflexão	O facilitador pode fazer aos participantes as seguintes perguntas: • Que aspectos das 2 músicas e filmes mais te surpreenderam e por quê? • Gostaria de saber o link das outras duas canções de ninar? Porque? (5 minutos)
Anotações	Como sugestão de atividade após a atividade, você pode compartilhar com os participantes o link de todas as canções de ninar e sugerir que eles brinquem com a roda aleatória. Ou usá-lo para outros jogos que eles podem inventar a si mesmos.
Recursos Digitais	Roda aleatória para identificar diferenças culturais/étnicas das canções de ninar: **https://wordwall.net/pt/resource/2995586**

4

Diversidade e Inclusão Social / Diversidade Religiosa

Desenvolvido por	IPSantarém: Ana Torres | Maurício D
Duração	35
Exercícios de Energia	20 - Chefe do clã Toda a gente está de pé num círculo. Um participante fecha os olhos ou sai da sala. Essa pessoa tem de adivinhar quem é o chefe do clã. Um dos participantes oferece-se para ser o Chefe secreto (silenciosamente, para que quem está a adivinhar não oiça nada). O chefe começa uma ação, como estalar os dedos, esfregar a barriga ou bater com as mãos nos joelhos, e toda a gente no círculo imita-o. O "adivinhador" regressa à sala e tenta descobrir quem é o chefe. À medida que o adivinhador olha à sua volta, o chefe muda de ação, para evitar ser detetado.
Exercícios de Relax	14 - Dá-me a tua energia Os alunos estão de pé num círculo. O professor começa; finge que está a segurar uma bola com as mãos e que a passa ao aluno à sua direita; esse aluno faz o mesmo, até a bola voltar ao professor. A bola deverá ser passada com cuidado, como se fosse muito preciosa. Na segunda volta, o professor passa a bola aos alunos do outro lado do círculo, fazendo um gesto e um ruído. Os alunos fazem o mesmo, até que toda a gente tenha tocado na bola uma vez, pelo menos. A bola pode ser passada de qualquer forma (por um pontapé, beijo...), fingindo-se que fica cada vez maior ou mais pequena em função da vontade dos alunos.
Objectivos	• **Descubra a diversidade de religiões que existem no mundo;** • **Analise as diferenças e semelhanças entre as religiões.**

Preparação	**Sugestões de leitura** **Declaração sobre a Eliminação de Todas as Formas de Intolerância e discriminação Com base na religião ou crença, artigos 1-3 e 6: https://www.un.org/en/universal-declaration-human-rights/index.html** **Convenção Europeia sobre Direitos Humanos, artigos 9 https://www.echr.coe.int/documents/convention_por.pdf (Europa, 2016)** **Dicionário de Religião Arda: http://www.thearda.com/learningcenter/religiondictionary.asp (ARDA, 2016)** **Apresentação: https://docs.google.com/presentation/d/1HLGH48MtWW5if02F69y87UxmLJNawkGJ-vpFli0dAV8/edit?usp=sharing**
Introdução	**A diversidade religiosa é representada pela grande variedade de religiões presentes em todo o mundo.** **Nessa perspectiva, milhões de pessoas adoram diferentes deuses (com diferentes ensinamentos morais), o que representa a manifestação da liberdade de expressão religiosa.** **Na prática, a diversidade religiosa é vista quando encontramos diferentes templos religiosos (com crenças diferentes) em uma determinada cidade**
Metodologia	**Gamificação de ferramentas NFE** 1. **O facilitador pede aos alunos que conectem imagens com diferentes religiões no jogo como forma de descobrir o que sabem sobre as religiões. 5'** 2. **O facilitador mostra a apresentação com a definição das religiões para os alunos. 10'** 3. **Após a apresentação, os alunos serão convidados a conectar informações com as religiões em outro jogo. 5'**
Reflexão	**O professor pergunta aos alunos:** • **conheciam todas as religiões que foram referidas na apresentação?** • **qual é a vossa opinião sobre as religiões referidas?** • **conhecem alguém de outras religiões? Se sim, quais são essas religiões?** • **conhecem os costumes/características de outras religiões?** • **já pensaram em mudar de religião? Se sim, por quê?** • **acham importante abordar este tema no contexto escolar? 7'**
Anotações	
Recursos Digitais	**1 jogo** **Apresentação** **2 jogos**

5

Diversidade e Inclusão Social / Como combater o racismo

Desenvolvido por	AENAO
Duração	35
Exercícios de Energia	 3 - Amiba O Jogo da Evolução! Todos começam por ser uma amiba, com o objetivo de evoluir até um ser humano. Todos os alunos andam pela sala como se fossem uma amiba, e quando encontram outra amiba jogam ao pedra/papel/tesoura. Quem ganhar evolui e passa a minhoca. Quando duas minhocas se encontram, jogam novamente ao pedra/papel/tesoura, e quem ganhar passa a ser uma vespa; quem perder, volta a ser uma amiba. O jogo continua até alguém chegar a ser humano. As fases evolutivas são: amiba, minhoca, vespa, galinha, macaco, humano.
Exercícios de Relax	 5 - Descrever o que sentem/pensam com uma palavra Pede-se aos alunos para fecharem os olhos (se for confortável) durante um minutos e pensarem numa palavra que descreva os seus sentimentos/pensamentos quando terminaram o recurso. Depois, os alunos abrem os olhos e, um a um, dizem a palavra à turma.
Objectivos	• Reconheça semelhanças e diferenças entre os dois sexos • Investigar como essas diversas características podem levar a semelhanças e/ou diferenças entre os gêneros.
Preparação	• **Leitura sugerida** Gênero - OMS • **Materiais** Grandes papéis de caixa/papéis flipchart, marcadores
Introdução	A diversidade de gênero é uma representação equitativa ou justa de pessoas de diferentes gêneros. A diversidade de gênero está frequentemente relacionada à equidade de gênero, uma vez que esta última se refere à justiça na distribuição de benefícios e responsabilidades entre mulheres e homens. *É hora de todos vermos o gênero como um espectro em vez de dois conjuntos de ideais opostos.* Emma Watson

Metodologia	**Ferramenta NFE** Trabalho em equipe, criação artística Etapa de Introdução: Os alunos assistem ao vídeo introdutório de Diversidade e Inclusão Social antes da atividade DSI Intro. 1. Professor divide alunos em 2 grupos; meninos e meninas. Se os grupos forem muito grandes, o professor pode dividi-los em menores (ou seja, um grupo de 20 alunos pode ser dividido em 4 grupos menores; 2 grupos de meninas, 2 grupos de meninos). Cada grupo recebe a mesma tarefa; eles precisam desenhar em uma grande folha de caixa uma pessoa de seu gênero (ou seja, grupo de meninos desenhar um homem, grupo de meninas desenhar uma mulher). Os alunos são encorajados a desenhar essa pessoa o mais detalhada possível. (10') 2. Uma vez que seus desenhos estejam prontos, o professor pede aos alunos que pensem em suas habilidades e profissões. Alguns exemplos podem ser: • Um homem forte e corajoso o suficiente para ser bombeiro? E quanto a uma mulher? ela poderia ser uma bombeiro também? • Uma mulher ou um homem poderia ser carinhoso e sensível para se tornar uma enfermeira? Os alunos precisam escrever essas habilidades em seus desenhos. (10') * O professor neste momento não deve encorajar os alunos a levar a uma certa direção em relação às habilidades de um homem ou de uma mulher. 3. Uma vez que os cartazes estão prontos, os grupos trocam, de modo que o grupo de meninos tem o cartaz do grupo de meninas e vise versa. Cada grupo observa e comenta seu cartaz no plenário (por exemplo, as meninas concordam com o pôster dos meninos? Uma mulher poderia ser uma forte candidata às habilidades mostradas no pôster dos meninos?) (5') 4. Após reflexão, os alunos podem fazer o jogo DSI5 - Re-arranjos. O jogo pode ser feito em sala de aula (mostrado pelo professor em um projetor, ou pode ser feito individualmente por cada aluno). (10') Para mais explicações, veja "Notas" abaixo.
Reflexão	Professor pergunta aos alunos no plenário: a Você encontrou semelhanças dentro dos dois sexos? (b) Você encontrou diferenças entre os dois sexos? (c) Poderia ser superada uma diferença para que se torne uma semelhança? (5')

Na etapa 4 da metodologia, o professor deve aconselhar os alunos que qualquer característica que eles escolheram está bem. O professor também deve mencionar que os alunos podem tentar imaginar a história em segundo plano e devem explicar como todas as características correspondem a quase todas as pessoas retratadas. Alguns exemplos são:

- o homem chorando (que retrata um momento específico em sua vida) é atlético porque pratica futebol 3 vezes por semana,
- a garçonete é muito inteligente e pode fazer matemática complicada sem caneta e papel - ela encontrou uma maneira inteligente de fornecer um serviço melhor,
- uma mãe poderia ser trabalhadora, profissional, educada, atlética, inteligente, etc. enquanto era uma mãe carinhosa também.

Anotações

O objetivo é dar narrativas alternativas aos papéis de gênero pré-existentes.

O professor também poderia se envolver em uma breve conversa no plenário, perguntando: "Havia uma característica que você achava que combinava com muitas pessoas ou uma característica que você achava difícil de combinar com uma pessoa? Ou havia uma pessoa que você achou difícil de combinar com uma característica?

Como conclusão, o professor poderia enfatizar aos alunos que eles poderiam ser qualquer coisa, não importa seu gênero ou papel de gênero pré-definido.

Recursos Digitais	DSI Intro DSI5 - Re-arranjos

6

Diversidade e Inclusão Social / Incapacidade

Desenvolvido por	IPSantarém - Bento Cavadas | Ana Torres | Maurício
Duração	35
Exercícios de Energia	 2 - Muuu!!! Através de um papel posto virado para baixo nas secretárias dos alunos, o professor atribui aleatoriamente a cada aluno um animal doméstico (por exemplo, "vaca", "cavalo", "ovelha", "galo" etc.). Depois de informados do seu papel, é-lhes dito para andarem pela sala comportando-se como o animal que lhes foi atribuído (ou seja, fazendo os ruídos do animal), para que encontrem outros da sua espécie.
Exercícios de Relax	 5 - Descrever o que sentem/pensam com uma palavra Pede-se aos alunos para fecharem os olhos (se for confortável) durante um minutos e pensarem numa palavra que descreva os seus sentimentos/pensamentos quando terminaram o recurso. Depois, os alunos abrem os olhos e, um a um, dizem a palavra à turma.
Objectivos	**Os alunos aprenderão:** • **a importância de cada criança ter a oportunidade de frequentar a escola;** • **que a diversidade de gênero, raça, idade, religião, tec. na escola é uma oportunidade de compartilhar e aprender sobre diferentes experiências de vida.**
Preparação	**Leitura sugerida:** **UNESCO ODS4-Garantir educação inclusiva e equitativa de qualidade e promover oportunidades de aprendizagem ao longo da vida para todos** **https://sustainabledevelopment.un.org/sdg4** **UNICEF - Educação de Qualidade para todos** **https://www.unicef.org/publications/files/pub_qualityeducation_en.pdf** **Articula sugerido:** **https://www.insider.com/school-classrooms-around-the-world-2017...**
Introdução	**Na Convenção dos Direitos da Criança, oartigo 38 reconhece o direito da criança à educação. Com os mesmos objetivos, o ODS4 da UNESCO pretende, até 2030, garantir que todas as meninas e meninos completem o ensino fundamental e médio gratuito, equitativo e de qualidade, levando a resultados relevantes e eficazes de aprendizagem. O ODS4 da UNESCO aborda a diversidade na escola com o objetivo, até 2030, de eliminar as disparidades de gênero na educação e garantir o acesso igualitário a todos os níveis de escolaridade e formação profissional para os vulneráveis, incluindo pessoas com deficiência, indígenas e crianças em situação de vulnerabilidade.**

Metodologia	**Ferramenta NFE (Brainstorming, trabalho tema)** 1. **O professor deve dividir a classe em pequenos grupos de três ou quatro alunos com gênero, raça, religião, etc. 5'** 2. **Em cada grupo, os alunos têm que olhar para as fotos da aula neste documento de suporte D6 e jogar o jogo 10'** **O professor deve perguntar a cada grupo quais conclusões eles alcançaram e discutir o que eles têm em comum e o que eles têm de diferentes. 5'**
Reflexão	**O professor reflete com os garanhões sobre:** 1. **Por que é tão importante ter diversidade de crianças diferentes na escola?** 2. **O que podemos aprender um com o outro?**
Anotações	
Recursos Digitais	**Documento de suporte D6** **Jogo**

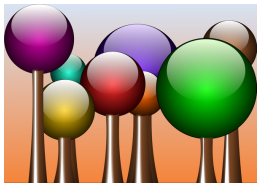
7

Diversidade e Inclusão Social / Diversidade na escola: Bullying

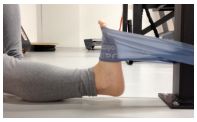
Desenvolvido por	PROSVETA
Duração	35
Exercícios de Energia	 16 - Costas com costas Cada participante encontra um par de altura e peso semelhantes ao seu. Sentam-se os dois no chão, de costas com costas. Dão os braços. Têm de se levantar, mas mantendo o contacto das costas e dos braços. Depois de tentarem uma ou duas vezes com o par, trocam de par. Podem repetir este processo com outros pares mais algumas vezes.
Exercícios de Relax	 10 - A cordilheira Estão todos lado a lado, numa linha, na posição da montanha, com os pés afastados à largura das ancas. Os pés têm de tocar nos pés da pessoa que está ao nosso lado. Caminhem (em grupo) pela sala, sem que os pés deixem de tocar nos pés da outra pessoa. Se o grupo se quebrar, é necessário recomeçar. *Variação*: peça aos alunos que andem em bicos de pés.
Objectivos	• Show different aspects of differences during different ages of a person's life and growth; • Be aware that differences between generations have advantages and can be useful; • Understand the value of communication between people of different generations.
Preparação	**Preparation** : ◦ Handout DSI7_2 - printed for each small group of 3 students **Necessary equipment:** laptop and projector **Ferramenta digital:** DSI7_1 de vídeo
Introdução	As pessoas diferem não apenas na aparência, origem, caráter e qualidades, mas também na idade. Comunicar-se com pessoas de diferentes idades às vezes pode ser difícil para nós, porque cada geração tem suas próprias formas preferidas de expressar e receber informações. Por outro lado, a comunicação intergeracional tem muitos benefícios - compartilhamos experiências, as crianças podem aprender coisas interessantes sobre o passado, e os adultos podem dominar tecnologias modernas com o apoio de seus filhos e netos.

Metodologia	**Ferramentas NFE:** discussão, role play, trabalho em equipe 1. Peça aos alunos para trazer fotos quando eram pequenos. Colocá-los no tópico fazendo perguntas relacionadas a eles no passado e no futuro: Olhe para as fotos quando você era pequeno. O que mudou desde aquela época? Que mudanças acontecem conosco quando crescemos? Agora, imagine que você tem 30 anos. Como você vai se parecer? **3'** 2. Use o vídeo para mostrar e comentar sobre as diferenças entre as pessoas que consideram a idade. **3'** 3. Dividir a classe em 3 grupos: grupo A – alunos; grupo B – pais; grupo C – avós. Distribua a apostila para cada grupo.Complete o passo 1 da apostila. **3'** 4. Faça pequenos grupos de 3 com um representante dos grupos A, B e C em cada pequeno grupo. Distribua a apostila para cada pequeno grupo. Os pequenos grupos têm a tarefa de tocar um pequeno esboço apresentando um diálogo entre os representantes das diferentes gerações em uma família. Siga os dois passos da apostila para planejar os diálogos e fazer com que os grupos joguem seus esboços na frente da classe. (**Ferramenta NFE** – Role play). **15'** 5. Depois de assistir a todos os esboços, discuta como uma classe as ideias que surgiram: ***5'*** • O que as crianças podem ensinar aos adultos? • O que os adultos podem ensinar às crianças? • How do adults prefer to communicate? • How do children prefer to communicate? • How can family members get along better?
Reflexão	Discuss the following questions to help students understand the topic: ***5 '*** • What do you find most interesting to talk to adults? • How do you prefer to communicate with your friends - over the phone, through messages, to talk to each other when you are together or something else? • Why is it important for us to communicate not only with peers, but also with older people?
Anotações	At the discretion of the teacher and the size of the group, activity 4 can be carried out by discussions in pairs or in small groups instead of the suggested role play.
Recursos Digitais	DSI7_1 - ?? of video DSI7_2 - ??? of alms

8



Diversidade e Inclusão Social / Homem e Mulher

Desenvolvido por	AENAO
Duração	35
Exercícios de Energia	 2 - Muuu!!! Através de um papel posto virado para baixo nas secretárias dos alunos, o professor atribui aleatoriamente a cada aluno um animal doméstico (por exemplo, "vaca", "cavalo", "ovelha", "galo" etc.). Depois de informados do seu papel, é-lhes dito para andarem pela sala comportando-se como o animal que lhes foi atribuído (ou seja, fazendo os ruídos do animal), para que encontrem outros da sua espécie.
Exercícios de Relax	 20 - Dar as pernas Os participantes trabalham aos pares. Pode pôr uma música calma e relaxante (ou sons, como água a cair, ondas do mar etc.). Metades dos participantes deitam-se de barriga para cima, de olhos fechados, com a perna esquerda esticada no chão e a direita levantada. Um participante levanta-se e passa uma toalha à volta do calcanhar do pé direito do outro participante, segurando as pontas da toalha; faz movimentos suaves com a toalha (para cima e para baixo, e lateralmente) enquanto a outra pessoa relaxa a perna. Repetem o processo na perna esquerda. Depois trocam de papéis.
Objectivos	• Para se conscientizar do termo estereótipo. • Para se familiarizar com diferentes exemplos de estereótipos e com a opção sem preconceitos desses exemplos.

Preparação	• **Leitura sugerida** Desenvolvimento e formação de estereótipos, pgs 548-549 Estereótipo definido • **Materiais** Versão impressa de DSI8_Cards • **Dicas** As cartas dadas em DSI8_Cards são divididas em 3 conjuntos da seguinte forma: • O primeiro conjunto de cartas inclui uma palavra ou frase (slides nº 2, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 23, 26) • O segundo conjunto de cartas inclui a descrição das palavras/frases com o estereótipo. Estas são as cartas que são mostradas logo após os slides do primeiro conjunto: (slides nº 3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24, 27) • O terceiro conjunto de cartas inclui a descrição do primeiro conjunto sem o estereótipo - é a opção alternativa da definição que permite que os alunos pensem sobre as palavras/frases dadas livres de estereótipos. Estas são as cartas restantes (slides nº 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22, 25, 28).
Introdução	Por definição, um estereótipo é uma ideia ou crença que muitas pessoas têm sobre uma coisa ou grupo de pessoas. Essa ideia ou crença baseia-se em como eles olham para o exterior, o que pode ser falso ou apenas parcialmente verdadeiro. Os tipos de estereótipos na sociedade incluem gênero, raça, religião, cultura, idade e profissão.

Metodologia	**Ferramenta NFE** Jogo, trabalho em equipe Etapa de Introdução: Os alunos assistem ao vídeo introdutório de Diversidade e Inclusão Social antes da atividade DSI_Intro. 1. Professor introduz o termo estereótipo e explica brevemente como isso está relacionado com a sociedade (5') 2. Os alunos estão divididos em 3 grupos. Cada grupo recebe um conjunto de cartas de DSI8_Cards (Ver dicas): • O Grupo A recebe o primeiro conjunto de cartas com a palavra ou frase. • O Grupo B recebe o segundo conjunto de cartas com a descrição COM o estereótipo. • O Grupo C recebe o terceiro conjunto de cartas com a descrição SEM o estereótipo. (5') 3. Grupos jogam um de cada vez. O Grupo A pode começar, depois o grupo B, depois o grupo C. O Grupo A mostra um cartão. Os grupos B e C precisam discutir juntos em suas próprias equipes e revelar seu cartão que corresponde ao cartão que o grupo A mostrou. Claro, o professor é quem permite que cada grupo fale. Por exemplo, se o Grupo A mostrar a placa com a palavra BALLET (que é dada no slide 2), o Grupo B precisa encontrar a descrição no slide 3 e o Grupo C precisa encontrar a descrição no slide 4. Então, na segunda rodada, o Grupo B pode começar o jogo mostrando um cartão (por exemplo, cartão nº 6). Então agora os grupos A e C precisam encontrar as cartas 5 e 7, respectivamente. Então, na próxima rodada, o grupo C pode começar o jogo mostrando uma carta. Grupos que encontram uma carta ganham 1 ponto, enquanto os grupos que não encontram um cartão não ganham nenhum ponto. (10') 4. Quando o jogo termina, os grupos podem discutir com o professor as descrições das palavras/frases com e sem os estereótipos. Se possível, os alunos podem compartilhar seus próprios exemplos relacionados às palavras/frases e à descrição correspondente. (10') Após reflexão, professor mostra o DSI8 - Walter, o Lobo.
Reflexão	Professor pergunta aos alunos no plenário: a Foi fácil relacionar palavras/frases com as descrições? (b) Era mais fácil identificar a descrição quando há um estereótipo ou não? (5')
Anotações	
Recursos Digitais	DSI_Intro DSI8_Cards DSI8 - Walter, o Lobo

9

Diversidade e Inclusão Social / Orientação sexual

Desenvolvido por	IPSantarém: Ana da Silva | Bento Cavadas | Ana Torre
Duração	35
Exercícios de Energia	 16 - Costas com costas Cada participante encontra um par de altura e peso semelhantes ao seu. Sentam-se os dois no chão, de costas com costas. Dão os braços. Têm de se levantar, mas mantendo o contacto das costas e dos braços. Depois de tentarem uma ou duas vezes com o par, trocam de par. Podem repetir este processo com outros pares mais algumas vezes.
Exercícios de Relax	 11 - Exercício de respiração O professor pede aos alunos que façam um círculo e os seguintes exercícios, repetindo cada um algumas vezes, de forma alternada. O professor pode também introduzir exercícios novos. Inspirem e, ao mesmo tempo, levantem os braços acima da cabeça e digam: "Vai subir!". Expirando, baixem os braços e digam "Vai descer". Repetir. Inspirem rapidamente 3 vezes, e, ao mesmo tempo, torçam o nariz. Torçam o nariz quando inspirarem. Torçam o nariz quando expirarem. Ponham a mão à frente do nariz e façam um som tipo silvo ("hiss hiss hiss") quando expiram.
Objectivos	1. Refletir sobre o que é uma habilidade e uma deficiência; 2. Experiência de deficiência; 3. Experimente como somos capazes de fazer as coisas apesar de nossas limitações.
Preparação	1. **papel com palavra: "vendado"** 2. **papel com a frase: "assista e ajude quando solicitado"** 3. **5 artigos identificando um elemento de uma cidade: um carro, uma casa, uma árvore, uma pessoa e uma ponte.** see documento 4. Legos • **Vendas**

Introdução	Todos nós temos um papel a desempenhar na construção de uma comunidade inclusiva. A inclusão é o direito de todos os indivíduos participarem, de forma consciente e responsável, na sociedade da qual fazem parte, e serem aceitos e respeitados no que os diferencia dos outros.
Metodologia	Ferramenta NFE: Role play 1. **O facilitador começa mostrando o vídeo e pergunta aos participantes sobre sua percepção da história. 5'** 2. **O facilitador divide a classe em dois grupos. Metade dos participantes recebe notas de papel "vendadas" (eles vão pisar no lugar de pessoas cegas), e a outra metade recebe notas de "relógio e ajuda quando solicitado" – este é o grupo dos Ajudantes. 3'** 3. **O facilitador divide os participantes em 5 novos grupos. Metade dos alunos de cada grupo são cegos, e o resto são Ajudantes. Após a formação dos grupos, eles recebem uma impressão de um elemento de uma cidade: um carro, uma casa, uma árvore, uma pessoa e uma ponte. see documento 3'** 4. **Os Ajudantes ajudam os alunos que vão pisar no lugar de pessoas cegas para colocar suas vendas. A tarefa de cada grupo é construir o elemento a partir da impressão que eles receberam com as peças lego. São apenas os alunos 'cegos' que podem fazer a construção. Os Ajudantes podem apoiar quando forem solicitados a ajudar. Os Ajudantes não podem tocar nas peças de Lego; eles apoiam os alunos cegos apenas através de instruções de fala. 12'** 5. **Os grupos montam suas construções em um grande espaço vazio (uma mesa ou no chão) – esta é a cidade que eles construíram juntos. 2'**
Reflexão	O facilitador pergunta aos participantes: 1. Aqueles com a venda em - como você se sentiu sem ser capaz de ver o que você estava fazendo? 2. Aqueles que estavam ajudando - como você se sentiu? 3. Gostou do objeto construído? 4. Os objetos juntos fazem uma cidade, você está satisfeito com a cidade que construiu?
Anotações	
Recursos Digitais	vídeo

10

Diversidade e Inclusão Social / Intolerância e discriminação

Desenvolvido por	PROSVETA
Duração	35
Exercícios de Energia	 15 - Ordenar os animais O professor diz à turma para pensar, em silêncio, num animal. Depois, pede aos membros do grupo para que se disponham em fila, sem falarem entre si, do animal mais pequeno ao maior. Os membros do grupo apenas podem fazer os gestos e os ruídos do animal. Depois de terem terminado, o professor pede aos alunos que digam o nome do animal que são, para verificar se a ordem está correta.
Exercícios de Relax	 10 - A cordilheira Estão todos lado a lado, numa linha, na posição da montanha, com os pés afastados à largura das ancas. Os pés têm de tocar nos pés da pessoa que está ao nosso lado. Caminhem (em grupo) pela sala, sem que os pés deixem de tocar nos pés da outra pessoa. Se o grupo se quebrar, é necessário recomeçar. *Variação*: peça aos alunos que andem em bicos de pés.
Objectivos	Os alunos irão: • Aprofunde-se no tema da inclusão social; • Pense na inclusão em sua pequena comunidade; • Chegar à conclusão de que a inclusão social é benéfica para todos; • Aprenda a planejar ações para criar um ambiente inclusivo em sua sala de aula e escola.
Preparação	**Materiais**: papelão grande ou papel flipchart, pontas de feltro e lápis colorido – para os cartazes na atividade 3
Introdução	Geralmente pensamos que não é nossa responsabilidade e muitas vezes culpamos os outros quando vemos crianças que são infelizes, não estão envolvidas na vida da comunidade ou mesmo deprimidas. Consideramos que não podemos fazer nada sobre isso porque isso é a vida, e esta é a sociedade. Mas nós somos SOCIEDADE, podemos fazer a diferença com nossas ações. Talvez não seja uma grande diferença, mas nossos pequenos passos podem fazer alguém feliz; eles podem mudar vidas.

Metodologia	**Ferramenta NFE:** trabalho em equipe, discussão, trabalho artístico. 1. Os alunos são convidados a imaginar sua sala de aula dos sonhos em que todos estão incluídos. Eles estão divididos em 3 grupos com a tarefa de pensar em mudar os seguintes aspectos da vida escolar/de classe para que todos os alunos sejam incluídos socialmente: ***5'*** ◦ Grupo 1: o ambiente, por exemplo, pode ser mudado no pátio da escola, no prédio da escola, na sala de aula para que todos os alunos sejam incluídos? Talvez algumas mudanças por causa de alunos com deficiência, ou porque há alunos gostam de jogar jogos específicos, mas eles não estão disponíveis/possíveis de jogar por causa da restrição do ambiente, etc. ◦ Grupo 2: novas atividades de classe, por exemplo, organizar diferentes jogos durante os intervalos para que todos estejam envolvidos (jogos para alunos que gostam de atividades físicas e jogos relacionados à fala), ou ter uma equipe de apoio durante os intervalos com a tarefa de garantir que todos os alunos estejam felizes e tenham alguém com quem conversar ou brincar, etc. ◦ Grupo 3: pense no que faz você (e outros alunos) infelizes e excluídos e apresentar ideias de como isso poderia ser mudado, por exemplo, fazer uma lista de regras para todos manterem e fazer com que todos os alunos coloquem seus nomes como confirmação de que manterão as regras, ou iniciarão uma campanha /semana de "bondade", na qual os alunos prestam atenção especial à maneira como se comportam com seus colegas de classe e garantem que ninguém fique para trás, etc. 2. Cada grupo planeja o que eles, pessoalmente, poderiam fazer para que esse sonho se realizasse. ***5'*** 3. Cada grupo é fornecido com papel de papelão grande ou papel flipchart e marcadores para apresentar suas ideias da atividade 2 em um pôster, ou eles poderiam optar por apresentar suas ideias oralmente – para falar sobre elas, ou agi-las. **10'** 4. Os grupos apresentam os resultados de seu trabalho colaborativo ao plenário. **10'**
Reflexão	Como final de curso, os alunos poderiam discutir para implementar algumas das ideias apresentadas pelos grupos 1, 2 1 e 3 para ter uma sala de aula mais inclusiva. Se eles concordarem que algumas das sugestões são boas e realistas para a implementação, eles poderiam planejar as etapas práticas, configurar o tempo, etc. ***5'***
Anotações	
Recursos Digitais	

10

Diversidade e Inclusão Social / Social inclusion: My Dream Classroom

Desenvolvido por	PROSVETA
Duração	35
Exercícios de Energia	 15 - Ordenar os animais O professor diz à turma para pensar, em silêncio, num animal. Depois, pede aos membros do grupo para que se disponham em fila, sem falarem entre si, do animal mais pequeno ao maior. Os membros do grupo apenas podem fazer os gestos e os ruídos do animal. Depois de terem terminado, o professor pede aos alunos que digam o nome do animal que são, para verificar se a ordem está correta.
Exercícios de Relax	 10 - A cordilheira Estão todos lado a lado, numa linha, na posição da montanha, com os pés afastados à largura das ancas. Os pés têm de tocar nos pés da pessoa que está ao nosso lado. Caminhem (em grupo) pela sala, sem que os pés deixem de tocar nos pés da outra pessoa. Se o grupo se quebrar, é necessário recomeçar. *Variação*: peça aos alunos que andem em bicos de pés.
Objectivos	Os alunos irão: • Aprofunde-se no tema da inclusão social; • Pense na inclusão em sua pequena comunidade; • Chegar à conclusão de que a inclusão social é benéfica para todos; • Aprenda a planejar ações para criar um ambiente inclusivo em sua sala de aula e escola.
Preparação	**Materiais**: papelão grande ou papel flipchart, pontas de feltro e lápis colorido – para os cartazes na atividade 3
Introdução	Geralmente pensamos que não é nossa responsabilidade e muitas vezes culpamos os outros quando vemos crianças que são infelizes, não estão envolvidas na vida da comunidade ou mesmo deprimidas. Consideramos que não podemos fazer nada sobre isso porque isso é a vida, e esta é a sociedade. Mas nós somos SOCIEDADE, podemos fazer a diferença com nossas ações. Talvez não seja uma grande diferença, mas nossos pequenos passos podem fazer alguém feliz; eles podem mudar vidas.

Metodologia	**Ferramenta NFE:** trabalho em equipe, discussão, trabalho artístico. 1. Os alunos são convidados a imaginar sua sala de aula dos sonhos em que todos estão incluídos. Eles estão divididos em 3 grupos com a tarefa de pensar em mudar os seguintes aspectos da vida escolar/de classe para que todos os alunos sejam incluídos socialmente: ***5'*** ◦ Grupo 1: o ambiente, por exemplo, pode ser mudado no pátio da escola, no prédio da escola, na sala de aula para que todos os alunos sejam incluídos? Talvez algumas mudanças por causa de alunos com deficiência, ou porque há alunos gostam de jogar jogos específicos, mas eles não estão disponíveis/possíveis de jogar por causa da restrição do ambiente, etc. ◦ Grupo 2: novas atividades de classe, por exemplo, organizar diferentes jogos durante os intervalos para que todos estejam envolvidos (jogos para alunos que gostam de atividades físicas e jogos relacionados à fala), ou ter uma equipe de apoio durante os intervalos com a tarefa de garantir que todos os alunos estejam felizes e tenham alguém com quem conversar ou brincar, etc. ◦ Grupo 3: pense no que faz você (e outros alunos) infelizes e excluídos e apresentar ideias de como isso poderia ser mudado, por exemplo, fazer uma lista de regras para todos manterem e fazer com que todos os alunos coloquem seus nomes como confirmação de que manterão as regras, ou iniciarão uma campanha /semana de "bondade", na qual os alunos prestam atenção especial à maneira como se comportam com seus colegas de classe e garantem que ninguém fique para trás, etc. 2. Cada grupo planeja o que eles, pessoalmente, poderiam fazer para que esse sonho se realizasse. ***5'*** 3. Cada grupo é fornecido com papel de papelão grande ou papel flipchart e marcadores para apresentar suas ideias da atividade 2 em um pôster, ou eles poderiam optar por apresentar suas ideias oralmente – para falar sobre elas, ou agi-las. **10'** 4. Os grupos apresentam os resultados de seu trabalho colaborativo ao plenário. **10'**
Reflexão	Como final de curso, os alunos poderiam discutir para implementar algumas das ideias apresentadas pelos grupos 1, 2 1 e 3 para ter uma sala de aula mais inclusiva. Se eles concordarem que algumas das sugestões são boas e realistas para a implementação, eles poderiam planejar as etapas práticas, configurar o tempo, etc. ***5'***
Anotações	
Recursos Digitais	

11

Diversidade e Inclusão Social / Jovem - Idoso

Desenvolvido por	PROSVETA
Duração	35
Exercícios de Energia	 1 - Quebrar o círculo O professor atribui um número aleatoriamente a cada aluno, em função da dimensão do grupo, i. e., para 20 alunos, os números 1-4 funcionam, porque cada grupo tem 5 elementos (os grupos podem ser gerados pelos alunos com o mesmo número, ou seja, todos os alunos a quem foi atribuído o número 1 ou por alunos que têm um número único de 1 a 4; é também divertido fazer os grupos segundo os ingredientes de uma salada grega, onde cada aluno é, por exemplo, "tomate", "pepino", "cebola", "orégãos" etc.). Depois de formados, os grupos fazem círculos e o professor escolhe aleatoriamente um número (ou ingrediente) para sair do círculo e tentar entrar, enquanto que os elementos que ficam recebem a instrução de não largar as mãos por motivo nenhum. Pode ser feito mais uma vez, escolhendo outro número para sair.
Exercícios de Relax	 5 - Descrever o que sentem/pensam com uma palavra Pede-se aos alunos para fecharem os olhos (se for confortável) durante um minutos e pensarem numa palavra que descreva os seus sentimentos/pensamentos quando terminaram o recurso. Depois, os alunos abrem os olhos e, um a um, dizem a palavra à turma.
Objectivos	Os alunos irão: • Saiba o que é bullying; • Aprenda a distinguir os 4 tipos básicos de bullying; • Conheça-se melhor e construa sua autoestima; • Conheça uma estratégia simples de 4 passos para combater o bullying.
Preparação	**Preparação**: apostila de impressão DSI11_2 para cada aluno: • Na apostila 2.1 há dois grandes corações. Eles têm que ser cortados com antecedência e colados juntos. Depois disso, uma longa corda deve ser colada ao coração de dois lados para que fique vagamente nas costas dos alunos (veja ilustração na planilha); • As apostilas 2.2, 2.3 e 2.4 devem ser impressas e entregues aos alunos da atividade 2. **Equipamento**: laptop e projetor para atividade 1 (DSI11_1)
Introdução	O bullying é um grande problema que afeta crianças e adultos, sim, adultos também. Muitos de nós tivemos que lidar com valentões em algum momento da vida, talvez quando crianças ou talvez na idade adulta. Mas embora o bullying seja comum, ninguém precisa aturar o comportamento de um valentão. Tomar o poder de um valentão nem sempre é fácil, mas há maneiras sábias de lidar com eles.

Metodologia	Ferramentas nfe: discussão (ato 1), trabalho artístico/drama (ato 2, etapas 2, 3) 1. Os alunos entram no tema do bullying assistindo à apresentação (DSI11_1) e discutem os diferentes tipos de bullying. **5'** 2. Como neutralizar o bullying em 4 passos: **Passo 1: Autoestima 10'** Se você foi intimidado, lembre-se que isso não é sua culpa! Há muitas razões pelas quais os valentões fazem o que fazem; mas eles têm pouco a ver com você e muito a ver com os problemas pessoais dos valentões. Então, não comece a se ver através dos olhos dos valentões. Este não é o seu retrato verdadeiro. *Atividade 2.1.1*. Os alunos recebem cópias do grande coração da apostila 2.1. e encontrar o lado intitulado ME-ME. Instrua-os a escrever todas as grandes qualidades que as tornam únicas – talvez tenham boas notas em Matemática ou PE, ou toquem um instrumento musical, ou contem histórias interessantes para a avó e a façam rir, etc. *Atividade 2.1.2*. Quando eles estão prontos com o lado ME-ME, eles penduram os corações de costas para baixo (o lado ME-ME enfrenta suas costas) e começam a andar em volta da sala de aula. Sempre que se encontram com alguém, eles escrevem uma boa qualidade da pessoa em seu coração (lado OUTROS-ME) e continuam andando por aí. *Atividade 2.1.3.* Embrulho: Os alunos leem o lado dos outros-me de seus corações. Todas as qualidades dos dois lados – isso é quem eles realmente são. Da próxima vez que um valentão os faz sentir miseráveis, eles podem se lembrar desta incrível coleção de traços positivos e talentos. **Passo 2: Equipe de backup 5'** Os alunos recebem uma cópia impressa da apostila 2.2. e são instruídos a mantê-la e pensar em casa. Na aula você lê e age um enredo ilustrando a etapa (os alunos são divididos em grupos de 4 e são solicitados a elaborar uma trama simples ilustrando os possíveis benefícios (ou desvantagens) da etapa 2. **Passo 3: Ignorar e sair da situação 5'** Da mesma forma, os alunos recebem uma cópia impressa da apostila 2.3; eles mantêm como alimento para o pensamento em casa. Na aula você lê o passo 3 e os alunos (nos mesmos grupos da etapa 2) agem como um enredo ilustrando-o. **Passo 4: Fale com alguém. 5'** Os alunos recebem uma cópia impressa da apostila 2.4. e guardam para que possam pensar em casa. Na aula você lê o passo 4 juntos e discute coisas práticas como desajustadas, por exemplo, o nome do orientador na escola e como os alunos podem entrar em contato com ela; outros professores da escola que podem ajudar; a linha direta nacional que eles podem chamar, etc.
Reflexão	Reflexão guiada – atividades e perguntas sugeridas: **5'** • Como se sentiu durante o treinamento? Os alunos vão a um dos espaços marcados com o sentimento que representa melhor sua emoção geral em relação à atividade de treinamento como um todo: 1. Interessado; 2. Conteúdo; 3. Confuso; 4. Surpreso; 5. Animado; 6. Feliz; 7. Envergonhado; 8. Nervoso. Quando os alunos se dividem nos grupos, eles compartilham em seu grupo por que escolheram esse sentimento. Depois disso, um representante do grupo relata aos outros grupos o motivo pelo qual os alunos de seu grupo escolheram o sentimento correspondente. (Flashcards com emoções: apostila 2.5) • Que coisas novas você aprendeu? (relacionado ao bullying ou não) • Como você pode fazer uso do que aprendeu no treinamento?
Anotações	
Recursos Digitais	DSI11_1 - yesii.eu/atividades/digital/27/DSI11_1.ppsx de apresentação Apostilas 2.1, 2.2, 2.3, 2.4, 2.5 yesii.eu/atividades/pdf/27_DSI11_2_handouts 2.1_2.2.2.3_2.4_2.5.pdf

12

Diversidade e Inclusão Social / Religião

Desenvolvido por	AENAO
Duração	35
Exercícios de Energia	 14 - Vou viajar Toda a gente senta-se num círculo. Comece por dizer: "Vou viajar e levo comigo um abraço", e dê um abraço à pessoa à sua direita. Essa pessoa tem de dizer "Vou viajar e levo comigo um abraço e uma palmadinha nas costa", e depois dá, à pessoa à sua direita, um abraço e uma palmadinha nas costas. Cada pessoa repete o que foi dito e acrescenta uma nova ação à lista. A atividade dá a volta ao círculo, até todos terem tido a oportunidade de participar.
Exercícios de Relax	 7 - Forte como uma árvore Os alunos espalham-se todos pela sala. De pés bem assentes no chão, fingem que são árvores, oscilando para trás e para a frente com a brisa. Os movimentos tornam-se mais fortes, à medida que a tempestade se aproxima. Os alunos tentam fazer os movimentos mais vigorosos que conseguirem, mas não se devem esquecer de que têm de ter os pés no chão. O vento abranda lentamente e as árvores podem descansar.
Objectivos	• Para se conscientizar de diferentes tipos de pessoas. • Perceber que a diversidade existe em todos os lugares, mesmo em nossa sala de aula. • Para refletir sobre nossas reações em relação a uma nova pessoa.
Preparação	• **Leitura sugerida** Educação Inclusiva - COE • **Materiais** Estudos de Caso Impressos em DSI12_Case Study_1,2,3,4
Introdução	*"Não há nada mais desigual do que o tratamento igualitário da desigualdade"* Aristóteles

Metodologia	**Ferramenta NFE** Estudo de Caso, Discussão em plenário, Discussão em grupos Etapa de Introdução: Os alunos assistem ao vídeo introdutório de Diversidade e Inclusão Social antes da atividade DSI_Intro. 1. Professor divide alunos em 4 grupos. Cada membro do grupo deve ser entregue individualmente o respectivo Estudo de Caso que é ministrado no DSI12_Case Study_1,2,3,4. Todos os alunos precisam ler atentamente seu próprio Estudo de Caso e pensar sobre a pergunta feita. (5') 2. Os alunos - um por um - apresentam ao plenário sua decisão. Todos os alunos precisam falar nesta fase sobre sua decisão. (5') 3. Os alunos discutem em seus grupos suas próprias decisões. O professor agora apresenta uma nova pergunta para todos eles: "Por que você fez essa escolha?" . Os alunos precisam incluir todas as decisões; se há alunos que responderam "SIM" à questão do Estudo de Caso, eles precisam justificar sua resposta. Da mesma forma, se há alunos que responderam "NÃO" à questão do Estudo de Caso, eles também precisam justificar sua resposta. (5') 4. Os grupos apresentam agora ao plenário os resultados de sua discussão. Cada grupo apresenta todas as decisões e as razões correspondentes. (5') Após reflexão professor mostra DSI12 - Salada de Frutas.
Reflexão	Professor pergunta aos alunos no plenário: a Foi fácil para você decidir sobre a questão dada no Estudo de Caso? (b) Você decidiria algo diferente, agora que está ciente das decisões de seus colegas de classe?
Anotações	Professor e Alunos podem assistir aos seguintes vídeos (opcional) em casa - ou se houver tempo suficiente após o término da atividade: Ian - Um filme para deficiência, não discriminação e integração Birds - Um filme para diversidade e bullying
Recursos Digitais	DSI_Intro DSI12_Case Study_1,2,3,4 DSI12 - Salada de Frutas

Identidade e Cidadania Ativa

1

Identidade e Cidadania Ativa e Envolvimento Social / As minhas identidades – eu enquanto pessoa e cidadão

Desenvolvido por	PROSVETA
Duração	30

9 - Rebentar o balão

Peça a toda a gente que forme um círculo. Diga aos participantes para escreverem uma informação sobre si próprios (por exemplo, "Tenho duas irmãs", "A minha mãe chama-se Samy") num papel; o papel é depois dobrado e inserido num balão insuflado.

Exercícios de Energia

Os balões são atirados para o meio do círculo e as pessoas, à vez, rebentam um balão, leem o papel e tentam adivinhar a quem se aplica a informação.

Os participantes podem circular pela sala fazendo perguntas de resposta "sim/não" aos outros participantes, mas não podem perguntar diretamente a informação escrita no papel, i.e., não podem perguntar "Tens duas irmãs?". Mas podem perguntar "Tens irmãs?", e depois "Tens mais de que uma irmã?", "Tens menos de três irmãs?" etc. O jogo acaba quando todos os autores das informações escritas tiverem sido identificados pelos participantes.

**Nota*: este exercício deverá ser utilizado se houver tempo suficiente.

Exercícios de Relax

5 - Descrever o que sentem/pensam com uma palavra

Pede-se aos alunos para fecharem os olhos (se for confortável) durante um minutos e pensarem numa palavra que descreva os seus sentimentos/pensamentos quando terminaram o recurso.
Depois, os alunos abrem os olhos e, um a um, dizem a palavra à turma.

Objectivos

- Para entender a ideia de identidade.
- Entender a diferença entre identidade pessoal (características que o tornam diferente dos outros) e identidade social (as características que você compartilha com outras pessoas como parte da sociedade).
- Para entender a variedade de fatores que constroem a identidade.
- Para saber mais sobre sua própria identidade.
- Encontrar colegas com interesses/características semelhantes.
- Aceitar a identidade dos outros.

Preparação

Preparação:

- Imprima os pôsteres IAC1_1 em papel tamanho A4 e coloque-os nas paredes da sala de aula.

Materiais necessários: fita adesiva

Equipamento necessário: laptop, projetor, alto-falantes

Introdução

A identidade de uma pessoa é composta por um "**eu**" e um '**nós**'. O 'Eu' encontra-se no amor, no trabalho e no prazer, mas também se localiza dentro de alguma identidade de grupo significativa - uma tribo, uma comunidade, um "nós".

Os alunos assistem ao vídeo introdutório do módulo "Cidadania Ativa e Envolvimento Social".

Metodologia	1. Adivinha as características verdadeiras/falsas da minha identidade (ferramenta NFE: jogo). Cada aluno tem 3 características de sua identidade – 2 delas devem ser verdadeiras, e uma delas deve ser falsa. Os alunos vêm para a frente e dizem à classe as três características de identidade que eles inventaram sobre si mesmos. A classe é adivinhar quais dois estão corretos e qual deles está errado. **5'** 2. Quem sou eu? Os cartazes impressos IAC1_1 em papel tamanho A4 estão presos nas paredes da sala de aula. Os alunos andam por aí e sempre que vêem uma característica que consideram que se aplica a eles, escrevem seu nome no cartaz. **5'** 3. Depois disso, o professor vai a um dos cartazes, lê a característica em voz alta e todos os alunos que consideram isso se aplicam a eles (mesmo que não tenham colocado seus nomes no cartaz), se unem para a frente. O processo se repete com todas as características. (Ferramenta NFE – jogo) **10'** 4. Os alunos são informados de que eles têm que fazer uma tarefa apresentando sua identidade. Eles assistem ao vídeo IAC1_2 o que sugere uma possível maneira de completar a tarefa. **5'** 5. A etapa final da sessão de treinamento é alguns dias depois, quando os alunos apresentam seu trabalho.
Reflexão	Reflexão guiada: **5'** • O que aprendeu sobre sua identidade em comparação com as identidades de seus colegas? • Você acha que algumas características de identidade são mais importantes que outras? Porque? • Você quer ser quem você é e que os outros respeitem sua identidade? Mudaria algo em si mesmo se pudesse? • Você acha que todo mundo tem o direito de ter suas características de identidade respeitadas? Porque? Exceções?
Anotações	A atividade 3 é sobre fazer com que os alunos entendam que todos nós vivemos na sociedade, em uma comunidade – a classe, a escola, o bairro. Somos todos diferentes e isso é fantástico, mas compartilhamos algumas características com outras pessoas. Todos pertencem a um grupo considerando uma ou mais características. Quaisquer que sejam suas características de likes/antiaáticos/ inatos, você sempre encontrará alguém que tenha interesses ou características semelhantes. Atividade 5 • deve ser feito como tarefa de casa ou durante aulas extracurriculares. • se o professor não puder alocar tempo para que todos os alunos apresentem suas atribuições, a atividade poderá ser dividida em várias partes tendo apenas um ou um par de alunos presentes por vez. • durante as apresentações o público é solicitado a observar atentamente e identificar (se esse é o caso) características que compartilham com o apresentador. Após cada apresentação, os outros alunos relatam seus achados (ou colocam as mãos para cima para indicar que compartilham uma característica com o apresentador). Caso ninguém compartilhe nada com um aluno, o professor explica que esse aluno específico é único, para que não se sinta isolado.
Recursos Digitais	IAC1_1 - yesii.eu/atividades/pdf/33_IAC1_1.pdf de pôsteres IAC1_2 - vídeo yesii.eu/atividades/digital/33/IAC1_2_My identidades.ppsx

2

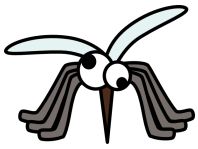
Identidade e Cidadania Ativa e Envolvimento Social / A escola enquanto espaço para uma cidania ativa

Desenvolvido por	IPSantarém: Ana Da Silva | Ana Torres | Bento Cavadas
Duração	35
Exercícios de Energia	 16 - Costas com costas Cada participante encontra um par de altura e peso semelhantes ao seu. Sentam-se os dois no chão, de costas com costas. Dão os braços. Têm de se levantar, mas mantendo o contacto das costas e dos braços. Depois de tentarem uma ou duas vezes com o par, trocam de par. Podem repetir este processo com outros pares mais algumas vezes.
Exercícios de Relax	 2 - Relaxamento muscular progressivo Para aliviar a tensão da cabeça aos pés, pede-se aos alunos para fecharem os olhos (se for confortável), e se concentrarem em distender e relaxar grupos de músculos durante 2 ou 3 segundos. O professor guia os alunos; pede-lhes que comecem pelos pés e pelos dedos dos pés, passando depois aos joelhos, coxas, nádegas, peito, braços, mãos, pescoço, maxilar e olhos — respirando sempre de forma profunda e lenta. Kelly Roper
Objectivos	**Os alunos aprenderão:** • **a importância de serem cidadãos ativos.** • **o significado dos objetivos de desenvolvimento sustentável.**
Preparação	**Leitura sugerida:** Julho Livre de Plástico – Faça parte da solução **Minhas escolhas de desafio ficando** https://www.plasticfreejuly.org/wp-content/uploads/2019/06/Plastic-Free-July_Action-Picker_Getting-started.pdf **Mudança do Mar (2015). Alfabetização oceânica. Programa-Quadro Horizon 2020 da União Europeia para pesquisa e inovação (H2020-BG-2014-1). Disponível em** http://seachangeproject.eu/seachange-about-2/ocean-literacy **ODS 14 |** https://sustainabledevelopment.un.org/sdg14 **Documentário Midway Movie |** https://vimeo.com/30919668 **Materiais:** **Papéis flipchart** **Crions**
Introdução	**Para serem cidadãos ativos, os alunos devem estar engajados em ações coletivas para contribuir para resolver um problema local ou global. É muito importante para eles agirem sobre o problema. Com esse objetivo, sua participação deve ser valorizada em todas as fases da ação coletiva.**

Metodologia	**Ferramenta NFE (Trabalho tema e criação artística)** 1. **O professor deve fazer uma pequena apresentação sobre poluição plástica e sua problemática, envolvendo os alunos através do jogo IAC2 - Meus choises podem fazer a diferença. 5'** 2. **em um segundo momento, os alunos devem elaborar, em grupos, um cartaz sobre o que cada um de nós pode fazer para parar a poluição plástica. Cada grupo criará um design diferente com base nos seguintes exemplos:** 1. **Não use canudos** 2. **Não use sacos plásticos preferindo usar sacos reutilizáveis** 3. **Não use garrafas de água descartáveis, preferindo usar uma garrafa reutilizável** 4. **Evite copos de plástico, talheres e pratos** 5. **Evite produtos embrulhados em plástico 18'** **Depois de todos os cartazes estarem prontos, os alunos devem postá-los em locais públicos da escola. O objetivo é alertar outras crianças sobre o que podem fazer para reduzir a poluição plástica.**
Reflexão	**Os professores devem perguntar às crianças como elas podem contribuir individualmente para diminuir o lixo plástico e alertar outras pessoas a fazer o mesmo.**
Anotações	
Recursos Digitais	**IAC2Game - Meus choises podem fazer a diferença**

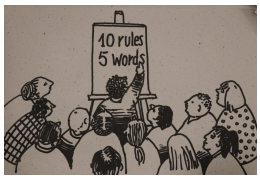
3

Identidade e Cidadania Ativa e Envolvimento Social / Eu enquanto cidadão da comunidade local

Desenvolvido por	AENAO
Duração	35
Exercícios de Energia	 18 - Jogo do mosquito O grupo está de pé, em círculo, e o facilitador conta uma história sobre uma praga de mosquitos que têm de ser mortos, senão as pessoas apanham malária. O facilitador põe um mosquito por cima da cabeça de uma pessoa, que tem de se baixar para evitar o mosquito. As duas pessoas que estão ao lado dessa pessoa têm de bater as palmas por cima da cabeça dela para matar o mosquito, mas o mosquito escapa e continua. Quando o grupo já está a fazer o jogo rápida e corretamente, o facilitador adiciona mais mosquitos, até que se torne impossível, para o grupo, apanhar todos os mosquitos.
Exercícios de Relax	yesi 8 - Estações do ano Os jogadores sentam-se em círculo, mas não demasiado perto uns dos outros. Durante as estações do ano, o professor move-se como uma planta. Inverno: as plantas são pequenas e fracas, e estão caídas, umas com as outras, por terra. Primavera: graças ao sol mais forte, as plantas crescem lentamente e erguem-se devagar. Verão: graças ao sol quente, as plantas abrem lentamente os braços, as flores abrem as pétalas e ficam direitas de pé. Outono: os raios de sol ficam mais fracos. As plantas começam a murchar, as flores e as folhas começam a cair.
Objectivos	• Para se familiarizar com a pegada ecológica • Para conscientizar sobre formas de proteger o meio ambiente.
Preparação	• **Leitura sugerida** Pegada Ecológica A pegada ecológica explicada • **Materiais** Projetor de vídeo, caneta e cópia de IAC3_Questionnaire para cada aluno • **Dicas** - Quando os alunos respondem ao questionário, é de preferência usar um espaço ao ar livre ou um grande espaço interno. - Se necessário, o professor pode auxiliar os alunos enquanto respondem ao questionário.

Introdução	*"Simplicidade significa escolher formas de viver que toquem a Terra mais levemente e que reduzam nossa pegada ecológica."* Duane Elgin "*A maior ameaça ao nosso planeta é a crença de que outra pessoa irá salvá-lo.*" Robert Swan
Metodologia	**Ferramenta NFE** Questionário - adaptado e modificado de Handbood para Ação contra Mudanças Climáticas, pg 26-28 Etapa de Introdução: Os alunos assistem ao vídeo introdutório de Identidade e Cidadania Ativa antes da atividade IAC_Intro. 1. O professor primeiro mostra IAC3_Environment e explica aos alunos o que é uma pegada ecológica. Também precisa se concentrar no fato de que os alunos não devem se sentir culpados, mas de perceber quais áreas podem melhorar. Para cada pergunta, os alunos devem considerar por si mesmos qual resposta dar. Se eles não tiverem certeza de qual resposta dar, devem perguntar ao professor, ou estimar, ou então tomar a resposta média. (10') 2. 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 e tomam os passos necessários. (10') 3. Quando todas as perguntas são lidas, os alunos podem observar onde estão. Eles se reúnem em um grupo. (5') * Opcional: Os alunos podem resumir seus resultados, seja em sala de aula ou em casa com seus pais. O cálculo pode ser feito de duas maneiras. 1ª opção é calcular os pontos correspondentes que são mostrados ao lado das etapas. O resultado é a pegada ecológica. A 2ª opção é calcular o número de etapas e multiplicar por 10 para obter o resultado final que é a pegada ecológica. O professor explica quais são os números e permite que os alunos comparem seus resultados com a média global. Para obter resultados, consulte gentilmente pg 26 do Handbood for Action against Climate Change 4. Professor mostra IAC3 - Dicas e discutir brevemente as formas de se tornar mais ecológico.
Reflexão	Professor pergunta aos alunos no plenário: a Foi confuso calcular sua pegada? (b) Como você se sentiu quando estava dando o número máximo de passos? (c) Como se sentiu quando descobriu sobre sua pegada ecológica pessoal? (d) Você acha que há coisas que podem mudar em sua vida diária a fim de reduzir sua pegada? (10')
Anotações	-
Recursos Digitais	IAC_Intro IAC3_Questionnaire IAC3_Environment IAC3 - Dicas

4



Identidade e Cidadania Ativa e Envolvimento Social / Cidadania Ativa no Combate à Violência

Desenvolvido por	IPSantarém: Ana da Silva
Duração	35
Exercícios de Energia	 16 - Costas com costas Cada participante encontra um par de altura e peso semelhantes ao seu. Sentam-se os dois no chão, de costas com costas. Dão os braços. Têm de se levantar, mas mantendo o contacto das costas e dos braços. Depois de tentarem uma ou duas vezes com o par, trocam de par. Podem repetir este processo com outros pares mais algumas vezes.
Exercícios de Relax	 5 - Descrever o que sentem/pensam com uma palavra Pede-se aos alunos para fecharem os olhos (se for confortável) durante um minutos e pensarem numa palavra que descreva os seus sentimentos/pensamentos quando terminaram o recurso. Depois, os alunos abrem os olhos e, um a um, dizem a palavra à turma.
Objectivos	• **Definir violência;** • **Identificar situações de violência na escola;** • **Escreva 10 regras e 5 palavras para combater ativamente a violência na escola.**
Preparação	**Existem alguns filmes/desenhos animados que podem ajudar o facilitador a prepará-lo para esta atividade.** **https://youtu.be/xfNMG4c_1Qs** **https://www.youtube.com/watch?v=pzKXRuKNd8Q** **https://www.youtube.com/watch?v=UAwqkIzKK08** **https://www.youtube.com/watch?v=u03EHVf-7vI** **https://www.youtube.com/watch?v=YyDJafzuUK4&t=170s**
Introdução	Os alunos assistem ao vídeo introdutório do módulo "Cidadania Acive e Envolvimento Social". **A violência não resolve nada, porém, atualmente, assiste-se todos os dias, de formas diferentes, muitas vezes sem perceber, por isso é importante estar consciente e ativo. Muitas vezes acontece na escola, muitas vezes no parque da escola, na hora do almoço, na entrada da escola, etc.** **As crianças são capazes de causar dor, com e sem consciência do ato e sem se colocarem no lugar dos outros.** **As consequências negativas que o comportamento violento pode ter no desenvolvimento físico e psicológico das crianças envolvidas devem ser discutidas, bem como estratégias para prevenir ou parar a violência.**

Metodologia	**Ferramenta NFE (Método de pensamento do céu azul, trabalho em pares)** 1. **Mostre aos participantes o infográfico digital com definição de violência. 3'** 2. **Use o método de pensamento do céu azul para gerar ideias para definir as consequências da violência: sente os participantes informalmente em um semi-círculo em torno de uma plataforma de flipchart ou quadro branco para registrar ideias. Incentivar o maior número possível de ideias, trabalhando para desenvolver as ideias dos outros e desencorajar julgamentos e risos escárnias. 5'** 3. **Pergunte se (e por que) palavras e coisas que as crianças dizem umas às outras podem ser consideradas violência. Discutir as ideias geradas pelo grupo. 5'** 4. **Convide os participantes a trabalhar em pares e anotar 2 regras para reconhecer e prevenir ou parar ativamente a violência na escola. 3'.** 5. **Em seguida, convide cada par a ler em voz alta 1 regra e registrá-los todos na almofada de flipchart ou quadro na frente dos participantes (você pode sublinhar palavras-chave). Se a regra de um par de participantes for semelhante a outra já registrada, peça-lhes para ler sua segunda regra. Tire uma foto do conjunto de regras para compartilhá-lo com o grupo. 10'**
Reflexão	**Pergunte aos participantes** • **para dizer se eles vão respeitar essas regras.** • **escolher 5 palavras importantes/-chave que possam resumir essas regras e ajudar a reconhecer a violência e fazer algo para pará-la e/ou preveni-la. 3'**
Anotações	
Recursos Digitais	Infográfico digital com definição de violência

5

Identidade e Cidadania Ativa e Envolvimento Social / Cidadania ativa e o estado de direito

Desenvolvido por	IPSantarém: Ana Da Silva | Ana Torres | Maurício D
Duração	35
Exercícios de Energia	 7 - Olhos nos olhos Os participantes estão de pé num círculo. Cada pessoa estabelece contato visual com outra pessoa, no outro lado do círculo. As duas pessoas atravessam o círculo e trocam de posições, mantendo o contacto visual. Podem trocar de posições vários pares ao mesmo tempo, e o grupo deverá garantir que todas as pessoas do círculo participam na troca. *Dica*: comece por experimentar este exercício em silêncio e depois trocar cumprimentos no meio do círculo. *Variações*: se o professor pensar que, dado o ambiente da turma, alguns alunos poderão ser deixados de fora (i. e., tentam estabelecer contacto visual, mas ninguém responde e ficam sem hipótese de deixar a posição inicial), o moderador pode dividir a turma em 2 grupos e introduzir um elemento de competitividade – depois da atividade, cada grupo será medido pelo "termómetro de espírito de equipa" (que pode ser impresso numa folha A4, onde o professor desenha depois os graus com um marcador). Quantos mais alunos deixados de fora na atividade de "contato visual", mais baixa a temperatura do grupo marcada no termómetro.
Exercícios de Relax	 17 - Massagem circular O grupo forma um círculo e olha numa direção. Cada participante põe as mãos nos ombros da pessoa à sua frente. Depois, cada pessoa massaja os ombros da pessoa que está à sua frente. A pessoa que está a ser massajada pode dar a opinião. Após alguns minutos, o grupo vira-se para o outro lado, para que a pessoa que estava a fazer a massagem seja ela agora massajada.
Objectivos	• **Introduzir a relação entre necessidade e proteção;** • **Identificar e analisar diferentes necessidades de proteção;** • **Conscientizar sobre a importância de cuidar das necessidades dos outros;** • **Aprenda sobre diferentes formas de agir para proteger as pessoas.**
Preparação	**Documentos que podem ajudar a aprofundar o dever de proteger as pessoas** **https://europa.eu/european-union/topics/human-rights_en** **https://www.coe.int/en/web/european-social-charter** **https://eur-lex.europa.eu/eli/dir/2012/29/oj/eng**

Introdução	Os alunos assistem ao vídeo introdutório do módulo "Cidadania Acive e Envolvimento Social". **Quando crescemos, é importante perceber que todos têm o direito de estar protegidos e ver suas necessidades atendidas e que isso muitas vezes envolve estar mais atento às necessidades das pessoas ao nosso redor, descentralizando-nos de nossas próprias necessidades, vendo o mundo de forma cada vez mais complexa e integrada. É importante refletir sobre diferentes situações em que as pessoas precisam ser protegidas e o que pode ser feito nessas situações. 3'**
Metodologia	**Ferramenta NFE - (Trabalho tema e Criação Artística)** 1. **Facilitador mostra o vídeo e organiza um brainstorming sobre o que é proteger uma pessoa. 3'** 2. **Em seguida, manuseia uma folha de papel e uma caneta para cada participante e pede que fechem os olhos e pensem, individualmente, sobre uma situação em que se sentiram protegidos. 3'** 3. **Após 2 ou 3 minutos, diz-lhes que podem abrir os olhos e ter 5 minutos para fazer um desenho rápido (esboço) da situação e escrever abaixo do desenho uma frase que resume a situação. Se necessário, é possível explicar que podem ser situações que envolveram um grande perigo, mas também podem ser situações mais simples como, por exemplo, "Eu estava com fome porque perdi o dinheiro que tinha para comprar um lanche no bar da escola e meu professor me deu um cereal e uma barra de frutas". 5'** 4. **Os participantes são convidados a colocar seus papéis na parede ou colocá-los no chão alinhados contra uma parede e todos têm 2 minutos para olhar para eles. 3'** 5. **Então, segue uma conversa sobre qual era a necessidade da pessoa, quem oferecia proteção e o que foi feito para proteger. 5"** 6. **Um voluntário ou o facilitador podem escrever em um quadro como o abaixo e preenchê-lo enquanto a conversa está ocorrendo:** **Qual era a necessidade? Quem ofereceu proteção? O que foi feito para proteger?**
Reflexão	**Facilitador pode fazer as seguintes perguntas ao grupo: 5'** • **Foi difícil pensar em uma situação em que você se sentiu protegido?** • **O que podemos fazer quando fazemos para "ver" as necessidades do outro?** • **O que podemos fazer quando não sabemos como proteger alguém necessitado?**
Anotações	
Recursos Digitais	**vídeo**

6

Identidade e Cidadania Ativa e Envolvimento Social / AC in respecting and protecting animals (part 1)

Desenvolvido por	PROSVETA
Duração	35
Exercícios de Energia	 15 - Ordenar os animais O professor diz à turma para pensar, em silêncio, num animal. Depois, pede aos membros do grupo para que se disponham em fila, sem falarem entre si, do animal mais pequeno ao maior. Os membros do grupo apenas podem fazer os gestos e os ruídos do animal. Depois de terem terminado, o professor pede aos alunos que digam o nome do animal que são, para verificar se a ordem está correta.
Exercícios de Relax	 6 - Respiração de abelha O professor diz aos alunos para se colocarem numa posição confortável, para treinarem a respiração de abelha. Têm de imaginar que estão sentados numa folha ou pétala de flor; estão sentados direitos, e a folha ou pétala suporta-os gentilmente. O professor dá as seguintes instruções: Inspirem, deixando o ar entrar suavemente pelo nariz e enchendo os pulmões. Ao expirar, façam um zumbido de abelha. Vejam durante quanto tempo é que conseguem zumbir. Vejam até onde vai a vossa abelha, antes de se sentar e descansar novamente. Bzzz. Bzzz. Bzzz. Na próxima respiração, vejam se a vossa abelha consegue voar com um zumbido alto e forte. Na próxima respiração, vejam se a vossa abelha consegue voar com um zumbido suave. Quando o exercício termina, o professor arranja tempo para uma pequena discussão: Sentem diferenças entre um zumbido forte e um zumbido suave? Como é que o vosso corpo se sente? *Opcional (se houver tempo suficiente):* Depois do exercício de respiração, desenhem uma abelha e a folha ou flor ondem imaginaram que estavam "sentados". Esse desenho pode ser usado como um lembrete do exercício de relaxamento. Quando olharem para o desenho, façam o exercício de ser uma abelha numa folha e treinem a respiração de abelha.
Objectivos	Ensinar as crianças a cuidar e respeitar a vida **animal** permite que elas saibam a **importância** de serem **gentis** com todas as criaturas, sejam elas grandes ou pequenas. Aprender bondade aos **animais** desde cedo pode beneficiar as crianças, pois as ajuda a se tornarem indivíduos melhores e mais compassivos à medida que crescem.

Preparação	1. Identifique um parque próximo ou um local ao ar livre de fácil acesso onde os alunos possam observar a vida animal (aves, insetos, etc.) 2. Imprima a tabela de observação AC6.1_1 para cada grupo/aluno. 3. Assista ao vídeo AC6.1_2 para ter a ideia da atividade de atuação na seção de reflexão. 4. Planeje a visita ao local de observação ao ar livre com o apoio necessário dos pais, autoridades escolares, permissões, etc. 5. Traga lápis de desenho para cada grupo/aluno ou peça aos alunos que tragam os seus próprios.
Introdução	A compaixão pelos animais está intimamente associada à bondade do caráter, e pode ser confiantemente afirmado que aquele que é cruel com os animais não pode ser um bom homem. Arthur Schopenhauer Os alunos assistem ao vídeo introdutório do módulo "Cidadania Acive e Envolvimento Social".
Metodologia	Organize uma caminhada de observação ao ar livre (para um parque local/arquivos/floresta) com o objetivo de ensinar os alunos a observar os animais em seu ambiente natural sem perturbá-los. Parte de ensinar efetivamente os alunos a respeitar os animais é fazê-los aprender a observar os animais em seu ambiente natural. Isso significa simplesmente olhar para eles e tomar nota de seu comportamento ou aparência sem perturbá-los ou assustá-los. Peça-lhes para observar sem tocar. Os alunos podiam tomar notas de como os animais estão se comportando, tirar fotos/vídeos com seus celulares, desenhar o que eles vêem, etc. Materiais visuais gravados também podem ser usados em aulas de Estudos da Natureza ou quaisquer outras atividades curriculares. Observações sugeridas: • Pássaros que muitas vezes gostam de beber de lagoas ou paredes ao ar livre ou bebedouros autônomos. Se você vir um pássaro parando em uma fonte para beber água, ensine os alunos a não afastá-los. • Veja as borboletas pousarem em arbustos próximos e desenhá-las/ tirar fotos ou tomar notas de seu comportamento. • Procure embaixo de pedras para encontrar insetos ou centopeias e tomar notas/ fotos/ fazer desenhos. • Procure esquilos nas árvores e tome notas de seu comportamento. Os alunos trabalham individualmente ou em pares e acompanham suas perdas obesas na tabela de observação fornecida IAC6.1_1 (a ser impressa antecipadamente).
Reflexão	Os alunos relatam suas observações com fatos das mesas de observação, compartilham fotos, fotos e vídeos que tiraram ou espelham o comportamento dos animais observados. Este último é algo que as crianças adoram fazer (por exemplo, pisar no lugar dos pardais de AC6.1_2)
Anotações	Tempo: **Atividades ao ar livre**: 35 min. **Reflexão**: 10 min. (poderia ser feito ao ar livre ou dentro de casa na sala de aula) A atividade deve ser feita ao ar livre durante uma viagem escolar ou uma excursão especialmente organizada. A duração geral vai variar dependendo da distância até o site que você visitar. Uma vez lá, a duração da atividade é de 35 minutos. **Acompanhamento**: Os alunos podem lançar um projeto DIY de fazer alimentador de água de aves a partir de uma garrafa de plástico (tutorial: AC6.1_3)
Recursos Digitais	AC6.1_1 - tabela de observação yesii.eu/atividades/pdf/38_AC6.1_1 Mesa de Observação.pdf AC6.1_2 - vídeo yesii.eu/atividades/videos/38_IAC6.1_2 EN.mp4 AC6.2_3 - vídeo yesii.eu/atividades/digital/38/IAC6.1_3 EN.mp4

6 Identidade e Cidadania Ativa e Envolvimento Social / AC in respecting and protecting animals (part 2)

Desenvolvido por	PROSVETA
Duração	35
Exercícios de Energia	 15 - Ordenar os animais O professor diz à turma para pensar, em silêncio, num animal. Depois, pede aos membros do grupo para que se disponham em fila, sem falarem entre si, do animal mais pequeno ao maior. Os membros do grupo apenas podem fazer os gestos e os ruídos do animal. Depois de terem terminado, o professor pede aos alunos que digam o nome do animal que são, para verificar se a ordem está correta.
Exercícios de Relax	 6 - Respiração de abelha O professor diz aos alunos para se colocarem numa posição confortável, para treinarem a respiração de abelha. Têm de imaginar que estão sentados numa folha ou pétala de flor; estão sentados direitos, e a folha ou pétala suporta-os gentilmente. O professor dá as seguintes instruções: Inspirem, deixando o ar entrar suavemente pelo nariz e enchendo os pulmões. Ao expirar, façam um zumbido de abelha. Vejam durante quanto tempo é que conseguem zumbir. Vejam até onde vai a vossa abelha, antes de se sentar e descansar novamente. Bzzz. Bzzz. Bzzz. Na próxima respiração, vejam se a vossa abelha consegue voar com um zumbido alto e forte. Na próxima respiração, vejam se a vossa abelha consegue voar com um zumbido suave. Quando o exercício termina, o professor arranja tempo para uma pequena discussão: Sentem diferenças entre um zumbido forte e um zumbido suave? Como é que o vosso corpo se sente? *Opcional (se houver tempo suficiente):* Depois do exercício de respiração, desenhem uma abelha e a folha ou flor ondem imaginaram que estavam "sentados". Esse desenho pode ser usado como um lembrete do exercício de relaxamento. Quando olharem para o desenho, façam o exercício de ser uma abelha numa folha e treinem a respiração de abelha.
Objectivos	Ensinar as crianças a cuidar e respeitar a vida **animal** permite que elas saibam a **importância** de serem **gentis** com todas as criaturas, sejam elas grandes ou pequenas. Aprender bondade aos **animais** desde cedo pode beneficiar as crianças, pois as ajuda a se tornarem indivíduos melhores e mais compassivos à medida que crescem.

Preparação	1. Identifique um parque próximo ou um local ao ar livre de fácil acesso onde os alunos possam observar a vida animal (aves, insetos, etc.) 2. Imprima a tabela de observação AC6.1_1 para cada grupo/aluno. 3. Assista ao vídeo AC6.1_2 para ter a ideia da atividade de atuação na seção de reflexão. 4. Planeje a visita ao local de observação ao ar livre com o apoio necessário dos pais, autoridades escolares, permissões, etc. 5. Traga lápis de desenho para cada grupo/aluno ou peça aos alunos que tragam os seus próprios.
Introdução	A compaixão pelos animais está intimamente associada à bondade do caráter, e pode ser confiantemente afirmado que aquele que é cruel com os animais não pode ser um bom homem. Arthur Schopenhauer Os alunos assistem ao vídeo introdutório do módulo "Cidadania Acive e Envolvimento Social".
Metodologia	Organize uma caminhada de observação ao ar livre (para um parque local/arquivos/floresta) com o objetivo de ensinar os alunos a observar os animais em seu ambiente natural sem perturbá-los. Parte de ensinar efetivamente os alunos a respeitar os animais é fazê-los aprender a observar os animais em seu ambiente natural. Isso significa simplesmente olhar para eles e tomar nota de seu comportamento ou aparência sem perturbá-los ou assustá-los. Peça-lhes para observar sem tocar. Os alunos podiam tomar notas de como os animais estão se comportando, tirar fotos/vídeos com seus celulares, desenhar o que eles vêem, etc. Materiais visuais gravados também podem ser usados em aulas de Estudos da Natureza ou quaisquer outras atividades curriculares. Observações sugeridas: • Pássaros que muitas vezes gostam de beber de lagoas ou paredes ao ar livre ou bebedouros autônomos. Se você vir um pássaro parando em uma fonte para beber água, ensine os alunos a não afastá-los. • Veja as borboletas pousarem em arbustos próximos e desenhá-las/ tirar fotos ou tomar notas de seu comportamento. • Procure embaixo de pedras para encontrar insetos ou centopeias e tomar notas/ fotos/ fazer desenhos. • Procure esquilos nas árvores e tome notas de seu comportamento. Os alunos trabalham individualmente ou em pares e acompanham suas perdas obesas na tabela de observação fornecida IAC6.1_1 (a ser impressa antecipadamente).
Reflexão	Os alunos relatam suas observações com fatos das mesas de observação, compartilham fotos, fotos e vídeos que tiraram ou espelham o comportamento dos animais observados. Este último é algo que as crianças adoram fazer (por exemplo, pisar no lugar dos pardais de AC6.1_2)
Anotações	Tempo: **Atividades ao ar livre**: 35 min. **Reflexão**: 10 min. (poderia ser feito ao ar livre ou dentro de casa na sala de aula) A atividade deve ser feita ao ar livre durante uma viagem escolar ou uma excursão especialmente organizada. A duração geral vai variar dependendo da distância até o site que você visitar. Uma vez lá, a duração da atividade é de 35 minutos. **Acompanhamento**: Os alunos podem lançar um projeto DIY de fazer alimentador de água de aves a partir de uma garrafa de plástico (tutorial: AC6.1_3)
Recursos Digitais	AC6.1_1 - tabela de observação yesii.eu/atividades/pdf/38_AC6.1_1 Mesa de Observação.pdf AC6.1_2 - vídeo yesii.eu/atividades/videos/38_IAC6.1_2 EN.mp4 AC6.2_3 - vídeo yesii.eu/atividades/digital/38/IAC6.1_3 EN.mp4

7

Identidade e Cidadania Ativa e Envolvimento Social / Organização de campanhas para a participação democrática

Desenvolvido por	PROSVETA
Duração	35
Exercícios de Energia	 21 - Jogo dos nomes com bolas Os alunos estão de pé num círculo. O professor dá uma bola a um dos alunos. O aluno segura na bola, e diz o nome de outro participante e passa-lhe a bola. Após alguns passes, o professor adiciona mais uma bola ao jogo e, depois, mais uma. Assim, haverá 2/3/4 bolas no ar ao mesmo tempo, e todos os participantes estarão a dizer o nome uns dos outros.
Exercícios de Relax	 3 - Respiração orientada O professor pede aos alunos para fecharem os olhos (se for confortável), e inspirarem, contando até 4, e expirar, contando também até 4 (sempre pelo nariz, o que acrescenta uma resistência natural à respiração). A seguir, com uma mão no peito e outra no ventre, os alunos pode inspirar profundamente pelo nariz e expirar pela boca, garantindo assim que o diafragma (e não o peito) se enche com ar suficiente para insuflar os pulmões. Jordan Shakeshaft
Objectivos	Os alunos irão: • Saiba mais sobre os valores europeus; • Pense sobre seus próprios valores e compare-os com os valores de outros alunos; • Desenvolva suas habilidades de raciocínio.
Preparação	**Equipamento**: laptop e projetor para IAC7_1; **Preparação** - entregas impressas: • IAC7_2 – uma cópia/aluno; • flashcards com emoções: IAC7_3 – um conjunto para a classe.
Introdução	*Valores são os fundamentos da sociedade. Eles influenciam significativamente nossas ações e escolhas. Eles são a base da vida cotidiana.* Os alunos assistem ao vídeo introdutório do módulo "Cidadania Acive e Envolvimento Social".
Metodologia	1. Os alunos assistem à apresentação e discutem o que os valores apresentados significam para eles usando exemplos do seu cotidiano na escola ou em casa. (**Ferramenta NFE** – brainstorming, discussão) **10'** 2. Os alunos são convidados a escrever uma lista das coisas que amam (na tabela fornecida IAC7_2). Isso vai ajudá-los a entrar em contato com seus valores. 2.1. Em primeiro lugar, os alunos preenchem apenas a coluna esquerda com suas respostas. **5'**

As respostas variam, mas você pode ver uma tabela pré-preenchida com alguns exemplos abaixo:

Que tipo de livros você gosta de ler?

Resposta	Com que valor está a resposta?
Contos de fadas	
Enciclopédias	
Livros sobre animais	

Que assuntos você gosta na escola?

Resposta	Com que valor está a resposta?
Estudos da natureza	
Pe	
Literatura	
Línguas estrangeiras	

O que te motiva?

Resposta	Com que valor está a resposta?
Jogando basquete/futebol etc. (esportes em equipe)	
Treinamento para competições de natação	
Desenhando e fazendo coisas	
Lendo livros	
Assistindo desenhos animados (TÍTULO)	

2.2. Os alunos são convidados a pensar por que amam todas essas coisas. Isso ligará as coisas que eles gostam aos seus valores.

Os alunos devem preencher a coluna certa com suas respostas escolhendo a partir da lista não exclusiva de valores (fornecidos em IAC7_2) .

10'

A resposta vai variar, mas aqui está uma tabela pré-preenchida com possíveis exemplos:

Que tipo de livros você gosta de ler?

Resposta	Com que valor está a resposta?
Contos de fadas	Bravura, honestidade
Enciclopédias	Curiosidade
Livros sobre animais	Amor, empatia

Que assuntos você gosta na escola?

Resposta	Com que valor está a resposta?
Estudos da natureza	Curiosidade, exploração
Pe	Seguindo regras, competindo
Literatura	Beleza

Línguas estrangeiras	Mente aberta, aprendendo sobre outras culturas

O que te motiva?

Resposta	Com que valor está a resposta?
Jogando basquete/futebol etc. (esportes em equipe)	Trabalho em equipe e cooperação
Treinamento para competições de natação	Perfeição
Desenhando e fazendo coisas	Criatividade
Lendo livros	Curiosidade, compaixão
Assistindo título de desenhos animados	Dependendo do conteúdo, mas possivelmente bravura, amor, beleza, lealdade

Essa atividade é uma forma de apoiar os alunos a identificar quais são seus valores fundamentais e aprender que eles fazem parte de sua vida cotidiana.

Reflexão	Reflexão guiada: **10'** Os flashcards impressos com emoções (IAC7_3) são colocados em volta da sala de aula. O professor pergunta aos alunos: 1. Como se sentiu durante o treinamento? Os alunos vão a um dos espaços marcados com o sentimento que representa sua emoção geral em relação à atividade de treinamento como um todo: 1. Interessado; 2. Conteúdo; 3. Confuso; 4. Surpreso; 5. Animado; 6. Feliz; 7. Envergonhado; 8. Nervoso. Quando os alunos se dividem nos grupos, eles compartilham no grupo por que escolheram esse sentimento. Depois disso, um representante do grupo relata aos outros grupos o motivo pelo qual os alunos de seu grupo escolheram o sentimento correspondente.
Anotações	
Recursos Digitais	IAC7_1 - yesii.eu/atividades/digital/39/IAC7_1.ppsx de vídeo IAC7_2 - yesii.eu/atividades/pdf/39_IAC7_2.pdf de esmola IAC7_3 - flashcards com emoções yesii.eu/atividades/pdf/39_IAC7_3.pdf

8

Identidade e Cidadania Ativa e Envolvimento Social / Organizar campanhas de proteção ambiental

Desenvolvido por	AENAO
Duração	35
Exercícios de Energia	 15 - Ordenar os animais O professor diz à turma para pensar, em silêncio, num animal. Depois, pede aos membros do grupo para que se disponham em fila, sem falarem entre si, do animal mais pequeno ao maior. Os membros do grupo apenas podem fazer os gestos e os ruídos do animal. Depois de terem terminado, o professor pede aos alunos que digam o nome do animal que são, para verificar se a ordem está correta.
Exercícios de Relax	 7 - Forte como uma árvore Os alunos espalham-se todos pela sala. De pés bem assentes no chão, fingem que são árvores, oscilando para trás e para a frente com a brisa. Os movimentos tornam-se mais fortes, à medida que a tempestade se aproxima. Os alunos tentam fazer os movimentos mais vigorosos que conseguirem, mas não se devem esquecer de que têm de ter os pés no chão. O vento abranda lentamente e as árvores podem descansar.
Objectivos	• Para se familiarizar com aspectos da vida saudável • Para estar ciente por que a vida saudável é importante
Preparação	• **Materiais** Marcadores em cores diferentes, folhas grandes (ou A4) de papel. • **Dicas** *Opcional:* O professor pode pedir aos alunos (logo após a reflexão) que realmente apliquem alguns dos aspectos da vida saudável por uma semana (por exemplo, reduzir o tempo de TV, dar uma volta com seus pais, estudar na hora para que eles reduzam seu estresse, preparem seu próprio café da manhã, vão dormir cedo, etc). Eles podem discutir os benefícios na semana seguinte.
Introdução	*Cuide do seu corpo. É o único lugar que você tem que viver.* Jim Rohn

Metodologia	**Ferramenta NFE** Brainstorming, trabalho em equipe, criação artística Etapa de Introdução: Os alunos assistem ao vídeo introdutório de Identidade e Cidadania Ativa antes da atividade IAC_Intro. 1. Os alunos assistem IAC8 – Healthy Oliver (2') 2. O professor pede aos alunos que pensem em três grandes pilares da vida saudável: a) Nutrição b) Exercício c) Saúde mental (por exemplo, não se estressar ao estudar para um exame) Seu brainstorming vai concluir em maneiras de ajudar Oliver para que ele se sinta melhor e seja saudável (5') 3. O professor divide os alunos em 3 grupos de acordo com os 3 principais pilares mencionados acima. Grupo A. Nutrição Grupo B. Exercício Grupo C. Saúde mental 4. Cada grupo cria um pôster que mostra o modelo saudável do grupo (10') 5. Os grupos apresentam os cartazes. Esses modelos podem proporcionar uma vida saudável para Oliver (e, portanto, eles mesmos)? (5')
Reflexão	Professor pergunta aos alunos no plenário: a Foi difícil identificar os aspectos da vida saudável? (b) Você acha que será capaz de aplicar alguns desses aspectos (se você ainda não está fazendo isso)? Se sim, quais? (5')
Anotações	-
Recursos Digitais	IAC_Intro IAC8 - Oliver Saudável

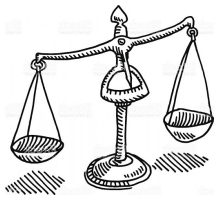
9 Identidade e Cidadania Ativa e Envolvimento Social / Organizar campanhas de apoio às pessoas necessitadas

Desenvolvido por	AENAO
Duração	35
Exercícios de Energia	 1 - Quebrar o círculo O professor atribui um número aleatoriamente a cada aluno, em função da dimensão do grupo, i. e., para 20 alunos, os números 1-4 funcionam, porque cada grupo tem 5 elementos (os grupos podem ser gerados pelos alunos com o mesmo número, ou seja, todos os alunos a quem foi atribuído o número 1 ou por alunos que têm um número único de 1 a 4; é também divertido fazer os grupos segundo os ingredientes de uma salada grega, onde cada aluno é, por exemplo, "tomate", "pepino", "cebola", "orégãos" etc.). Depois de formados, os grupos fazem círculos e o professor escolhe aleatoriamente um número (ou ingrediente) para sair do círculo e tentar entrar, enquanto que os elementos que ficam recebem a instrução de não largar as mãos por motivo nenhum. Pode ser feito mais uma vez, escolhendo outro número para sair.
Exercícios de Relax	 17 - Massagem circular O grupo forma um círculo e olha numa direção. Cada participante põe as mãos nos ombros da pessoa à sua frente. Depois, cada pessoa massaja os ombros da pessoa que está à sua frente. A pessoa que está a ser massajada pode dar a opinião. Após alguns minutos, o grupo vira-se para o outro lado, para que a pessoa que estava a fazer a massagem seja ela agora massajada.
Objectivos	• Entenda o conceito de voluntariado e sua importância • Relacionar cidadania ativa e voluntariado
Preparação	• **Leitura sugerida** Voluntariado, pg 4-5 Histórias de voluntários • **Materiais** Quadro branco/flipchart, marcadores, IAC9_Plan impressos
Introdução	O termo "voluntariado" é usado para descrever uma atividade altruísta onde um indivíduo ou grupo presta serviços a outro indivíduo ou grupo sem ganho financeiro ou social. *"Voluntários não são pagos - não porque são inúteis, mas porque são inestimáveis."* (Citação de um voluntário)

Metodologia	**Ferramenta NFE** Brainstorming, Discussão em grupos, trabalho em equipe Etapa de Introdução: Os alunos assistem ao vídeo introdutório de Identidade e Cidadania Ativa antes da atividade IAC_Intro. 1. Os alunos passam pelo IAC9_-_V_para_Voluntário. Professor explica o conceito de voluntariado. (5') 2. O professor pede aos alunos que pensem sobre suas habilidades (por exemplo, alguém poderia ter uma voz bonita ou poderia tocar piano, alguém poderia ser bom em desenhar ou dançar, etc). Os alunos debatem essas habilidades. (5') 3. Os alunos são divididos em 3-4 grupos de acordo com seu brainstorming. Por exemplo, aqueles que são bons em esportes poderiam formar um grupo, aqueles que são bons em desenhar poderiam formar outro grupo, etc. Se há uma grande desigualdade no número de alunos por grupo, de modo que um grupo poderia ser muito grande em comparação com outros, então o professor pode: • pedir aos alunos do grande grupo para pensar em outra habilidade que eles têm, OR • dividir os alunos do grande grupo em dois menores. (5') * Professor garante que todos os alunos são membros de um grupo. 4. Quando os grupos são formados, o professor dá a cada grupo IAC9_Plan e pede aos alunos que formem um plano sobre como eles podem se voluntariar e oferecer para ensinar alunos de outros grupos. Os grupos discutem sobre isso, focando na solução (por exemplo, o que um aluno pode oferecer aos outros, quanto tempo precisa para fornecer essa forma de "treinamento", etc). Os grupos escrevem suas propostas em um IAC9_Planimpresso. (10') 5. Os alunos apresentam suas propostas no plenário (5') 6. O professor incentiva os alunos a realmente se voluntariarem e prestarem seus serviços aos colegas de classe. Pede aos alunos que se voluntariem e informem seus colegas sobre quando e como eles podem ensinar suas habilidades (por exemplo, John que é bom em desenhar voluntários para ensinar seus colegas a desenhar na quarta-feira - este serviço pode ter uma duração de 1 hora, etc). Os alunos podem escrever com seu nome no IAC9_Plan seu serviço de voluntariado. (5') Nota: O professor deve estar disponível para se voluntariar e auxiliar os grupos a prestarem seus serviços. Eles atribuem um período de 2 a 3 semanas como seu "período de voluntariado".
Reflexão	Professor pergunta aos alunos no plenário: a Foi difícil pensar em suas habilidades? (b) Você já pensou em oferecer algo como voluntário? (c) Você acha que o voluntariado é importante na sociedade? * *Opcional:* se houver ofertas na etapa 6 e os alunos realmente se voluntariarem durante o "período de voluntariado", o professor poderá ter uma conversa novamente ao final desse período. Pode perguntar aos alunos o seguinte: (d) Como se sentiu ao se voluntariar? (e) Para aqueles que foram "treinados" dos outros: como você se sentiu quando lhe ensinaram uma habilidade que você não conhecia antes? (10')

Anotações	Para parceiros: Histórias de Voluntários estão disponíveis em muitos idiomas. Encontre seu próprio idioma usando o link correspondente no site ou você pode encontrar histórias semelhantes em seu próprio país para compartilhar com os professores. Professor e Alunos podem assistir ao vídeo a seguir (opcional) em casa - ou se houver tempo suficiente após o término da atividade: Pip - Um filme para voluntariar e ajudar os outros
Recursos Digitais	IAC_Intro IAC9_Plan IAC9 - V para Voluntário

10



Identidade e Cidadania Ativa e Envolvimento Social / Como construir uma escola de sonho

Desenvolvido por	AENAO
Duração	35
Exercícios de Energia	 13 - O Simão diz... O professor diz aos alunos que têm de seguir as instruções dadas depois de ele dizer "O Simão diz...". Se o professor não começar as instruções por "O Simão diz...", o grupo não deverá seguir as instruções! O professor começa por dizer algo como "O Simão diz para baterem palmas" enquanto bate palmas. Os participantes seguem-no. O professor acelera as ações, dizendo sempre primeiro "O Simão diz". Pouco depois, o professor omite "O Simão diz". Os participantes que, apesar disso, seguirem as instruções, ficam de fora do jogo. O jogo pode continuar enquanto for divertido.
Exercícios de Relax	 14 - Dá-me a tua energia Os alunos estão de pé num círculo. O professor começa; finge que está a segurar uma bola com as mãos e que a passa ao aluno à sua direita; esse aluno faz o mesmo, até a bola voltar ao professor. A bola deverá ser passada com cuidado, como se fosse muito preciosa. Na segunda volta, o professor passa a bola aos alunos do outro lado do círculo, fazendo um gesto e um ruído. Os alunos fazem o mesmo, até que toda a gente tenha tocado na bola uma vez, pelo menos. A bola pode ser passada de qualquer forma (por um pontapé, beijo...), fingindo-se que fica cada vez maior ou mais pequena em função da vontade dos alunos.
Objectivos	• Familiarizar-se com o conceito de estado (lei e o processo democrático de votação) • Preocupe-se com elementos de uma regra - no que diz respeito à formação, votação e aplicação dela.
Preparação	• **Leitura sugerida** Democracia Estado de Direito e Democracia • **Materiais** Quadro/flipchart, marcadores, cópias impressas de IAC10_A e IAC10_B.

Introdução	*"A democracia é quando os indigentes, e não os homens de propriedade, são os governantes."* Aristóteles *"Como os héteros não precisam de regras, então a lei não precisa de justiça."* Epictetus
Metodologia	**Ferramenta NFE** Brainstorming, Simulação Etapa de Introdução: Os alunos assistem ao vídeo introdutório de Identidade e Cidadania Ativa antes da atividade IAC_Intro. 1. Professor mostra IAC10 - Aristóteles Falando e introduz o conceito de direito e democracia. (5') 2. Os alunos debatem sobre um problema/problema que há em sua sala de aula ou escola. Exemplos podem ser: não ficar quieto quando o professor apresenta a aula, não comer refeições saudáveis na escola, comportamento travesso durante os intervalos, a escola não tem dinheiro suficiente para comprar novos computadores, renovar livros na biblioteca da escola, etc. (5') 3. O professor (e os alunos) decidem em qual problema/problema eles precisam se concentrar. Uma vez que eles decidem, os alunos são divididos em 3 grupos. Todos os grupos estão preparando a nova regra (lei), utilizando a Planilha IAC10_A. (15') • Grupo A. Este grupo se concentrará nas seções 10.1 e 10.2 da planilha. • Grupo B. Este grupo se concentrará nas seções 10.3 e 10.4 da planilha. • Grupo C. Este grupo se concentrará nas seções 10.5 e 10.6 da planilha. 4. Uma vez que a regra esteja pronta, os grupos a lêem no plenário. Em seguida, o professor inicia a votação - todos os alunos precisam votar se concordam ou não com essa regra, mostrando ao plenário a imagem correspondente de IAC10_B. O professor deve destacar que o processo de votação é essencial na democracia, o resultado, no entanto, pode ser qualquer coisa (positiva ou negativa). (5') Após reflexão, os alunos fazem o IAC10 - Quiz. (5')
Reflexão	Professor pergunta aos alunos no plenário: a Foi difícil ou fácil preparar uma nova regra? b No caso de uma votação positiva (o que significa que a regra será aplicada como definida), você acha que deve haver consequências para aqueles que desobedecem? (c) Em caso de votação negativa, por que acha que isso aconteceu? Você acha que o resultado poderia ser diferente se a regra fosse diferente? Se sim, de que maneira? (5')
Anotações	-
Recursos Digitais	IAC_Intro IAC10_A IAC10_B IAC10 - Aristóteles Falando IAC10 - Quiz

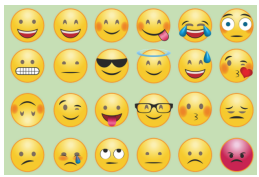
11

Identidade e Cidadania Ativa e Envolvimento Social / Organizar campanhas de combate à violência

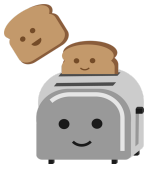
Desenvolvido por	PROSVETA
Duração	35
Exercícios de Energia	 4 - Corrente humana Toda a gente está de pé num círculo. Fecham os olhos e movem-se na direção do centro do círculo, de mãos no ar. Quando tocarem com as mãos noutra pessoa, dão as mãos e não as largam, constituindo assim um nó. Então, o facilitador pede aos alunos que abram os olhos e que se tentem "desenlear" (fazer um círculo) sem largarem as mãos.
Exercícios de Relax	 1 - Fantasia orientada Pede-se aos alunos para fecharem os olhos (se for confortável) e, com a orientação do facilitador, imaginarem lentamente uma cena de um acontecimento passado ou futuro. São usados cada vez mais pormenores para descrever o evento, com todos os sentidos e pensamentos. Uma sugestão de curto guião poderia ser: Comecem por respirar lenta e profundamente... Imaginem que estão num local onde se sentem relaxados e à vontade... Criem todos os pormenores na vossa mente – o que estão a ver... Como são os sons, o cheiros e as cores desse lugar especial... Há pessoas...? Rossman, 2016
Objectivos	Os alunos irão: • Conheça suas responsabilidades e deveres com outras pessoas; • Conheça seus direitos e limitações aos seus direitos resultantes dos direitos de outras pessoas; • Melhorar suas habilidades analíticas; • Melhore suas habilidades de apresentação.
Preparação	1. **Equipamento necessário:** laptop e projetor para jogar os recursos digitais IAC11_1 e IAC11_2 para toda a classe, ou ter laptops para cada grupo (atividades 1 e 3.1) 2. **Materiais necessários:** • flip chart ou white board (para o professor na atividade 2.2); • folhas de papel e canetas (para os alunos na atividade 2.1); • corda (ou fita adesiva colorida) e – sinais (impressos ou desenhados) em folhas de papel A4 (para a seção de reflexão).
Introdução	Todos nós temos direitos, e todos queremos que os outros respeitem nossos direitos. Isso resulta em algumas obrigações que temos, e algumas limitações aos nossos direitos. Os alunos assistem ao vídeo introdutório do módulo "Cidadania Acive e Envolvimento Social".

Metodologia	1. Introdução em nossos direitos. Todos nós temos direitos e todos queremos viver em um lugar onde todos respeitem nossos direitos. Os alunos jogam o jogo e tentam combinar as imagens com os direitos correspondentes. Eles podem fazer isso juntos como uma atividade de classe, discutir as situações e as possíveis respostas. Outra opção é fazer com que cada aluno (ou faça grupos de 2 ou 3) jogue o jogo em um dispositivo pessoal e responda as perguntas individualmente (DT IAC11_1). **5'** 2. Regras de sala de aula que farão todos se sentirem bem na escola. **10** 2.1. Os alunos trabalham em casais e cada casal vem com 5 coisas que são as mais importantes para fazê-los se sentir bem na escola, por exemplo, 1. Para fazer parte dos jogos; 2. Não ser ridicularizado se eu cometer um erro quando o professor faz uma pergunta; 3. Eu não quero que ninguém toque nas coisas que eu coloquei na mesa durante os intervalos; 4. Eu não quero que ninguém me machuque; 5. Quero que todos os alunos sejam gentis uns com os outros. Os casais escrevem o resultado de seu trabalho em um papel, mas não escrevem seus nomes, e dão os trabalhos ao professor (**ferramenta NFE**: blue skies thinking). 2.2. O professor resume todos os desejos (agrupando os semelhantes) e anota a lista final de regras no quadro ou um gráfico flip. 3. "The Missing Mobile": estudo de caso. 3.1. Os alunos são divididos em grupos de cerca de 4 pessoas. Cada grupo precisa de um laptop para reproduzir o estudo de caso interativo(IAC11_2). Os membros do grupo discutem as opções a cada etapa e escolhem uma após chegar a um acordo. Após terminarem o jogo, eles discutem as possíveis desvantagens e vantagens de suas escolhas (como sugerido no recurso). **10'** 3.2. No plenário, os grupos apresentam suas histórias com base nas escolhas que fizeram a cada etapa. Eles falam sobre as vantagens (e/ou desvantagens). Após a apresentação de todas as histórias, a turma vota pela melhor maneira de se comportar nesta situação. **5'**
Reflexão	O professor coloca uma corda longa (ou fita adesiva colorida) no chão com uma placa em uma extremidade, e uma placa na outra explicando que o sinal significa SIM, e a placa significa NÃO. As posições entre os sinais indicam o respectivo nível de aprovação/desaprovação. Para resumir a formação, o professor pede aos alunos que se levantem e respondam às seguintes perguntas indo aos ou - sinais. Se houver tempo suficiente, os alunos poderiam comentar por que escolheram a respectiva posição ao longo da corda. **5'** 1. Você gostou da atividade 1 (adivinhando seu jogo de direitos)? 2. Você gostou de atividade 2.1? 3. Gostou da atividade 3? 4. Você acha que as regras criadas na atividade 2.2 serão úteis para você se sentir melhor na escola?
Anotações	Atividade 3.1: se não for possível ter um computador/laptop para cada grupo, a atividade pode ser feita como uma atividade de classe inteira – reproduzindo a apresentação muitas vezes, escolhendo diferentes opções para cada etapa (como sugerido pelos alunos).
Recursos Digitais	IAC11_1 - Https://wordwall.net/resource/1930515 de jogos interativos IAC11_2 - yesii.eu/atividades/digital/43/IAC11_2.ppsx de estudo de caso interativo

12



Identidade e Cidadania Ativa e Envolvimento Social / Consumidores ativos

Desenvolvido por	IPSantarém: Ana Da Silva | Ana Torres | Maurício D
Duração	35
Exercícios de Energia	17 - Torradeira ou Estrela de Rock  O grupo começa por estar num círculo, com uma pessoa no meio. A pessoa que está no centro aponta para outra pessoa no círculo e diz "Torradeira" ou Estrela de rock". Se a pessoa no centro disser "torradeira", a pessoa para quem apontou tem de se agachar e saltar, dizendo "Manteiga! Estou pronto". As pessoas de ambos os lados têm de esticar os braços para cima e para a frente, criando uma "torradeira" à volta da pessoa que foi apontada. Se a pessoa no centro disser "Estrela de rock", a pessoa para quem apontou tem de pôr as mãos à frente da boca, como se estivesse a cantar para um microfone. As pessoas que ladeiam a que foi apontada afastam-se dela e fingem que estão a tocar guitarra.
Exercícios de Relax	13 - Massagem corporal Os alunos estão de pé num círculo; têm de repetir todos os movimentos do professor e fazerem uma massagem a si próprios. O professor começa por massajar diferentes partes do corpo, começando pela cabeça e descendo até aos pés (será melhor se tirarem os sapatos). O professor explica como a massagem deve ser feita (de forma delicada ou mais energética). *Opcional*: o professor pode pedir também aos alunos que façam a massagem a outro colega.
Objectivos	**Identificar humores positivos e negativos (estado de espírito, o que sentimos em cada momento);** **Refletir sobre o poder de mudar seu próprio humor negativo e o humor de outras pessoas em positivos;** **Refrescar a consciência de que os humores positivos são fundamentais para o bem-estar de todos e para mudar as dificuldades e problemas em desafios.**
Preparação	**Este autor pode ajudar a refletir sobre esta atividade:** **https://www.theemotionmachine.com/how-to-use-the-power-of-emotional-contagion-to-change-your-mood/**
Introdução	**Os humores nos levam a agir de determinadas formas, podendo abrir ou fechar oportunidades para uma vida melhor (relacionamentos com outras pessoas, desempenho escolar, emprego, saúde, etc.). Ser um cidadão ativo para a mudança significa fazer as coisas e coordenar nossas ações para alcançar determinados objetivos para um maior bem-estar: o nosso e os outros. Por isso, é importante pensar que somos capazes de transformar nosso humor quando não nos sentimos bem e temos empatia de fazer conexão com os outros para entender e ajudar a transformar seu humor, tentando ver as coisas de uma perspectiva positiva ou pelo menos menos negativa.**

Metodologia	**NFE Tool Roll Play** 1. **Peça aos participantes para jogar o Jogo e para anotar alguns dos humores positivos e negativos. 5'** 2. **Organize os participantes em pares e diga-lhes que uma pessoa tem que simular um humor negativo (estado de espírito) que está no jogo, e o outro deve adivinhar que humor é e, em seguida, tentar mudar esse humor negativo em um positivo falando ou se comunicando por gestos ou olhares, etc. Então eles trocam de papéis. 18'**
Reflexão	**Que estratégias você usou para estimular a mudança de humor?** **Você acha que os humores negativos muitas vezes nos bloqueiam?** **Como os humores negativos podem afetar a nós e ao nosso meio ambiente?** **Você pode lembrar aos participantes que muitas vezes nosso humor (negativo ou positivo) é contagioso: quando estou desconfiado inspiro desconfiança em outras pessoas e quando estou confiante inspiro confiança ao meu redor. É por isso que é tão importante desenvolver o poder de mudar nossos humores e entender o humor do outro, porque não só o humor negativo de uma pessoa condiciona suas ações, mas também pode afetar o humor e as ações de todos ao seu redor. 5'**
Anotações	**Em vez de grupos de dois participantes, é possível fazer grupos de três e um deles está filmando os outros dois. Todos os papéis de troca. Os filmes podem ser exibidos mais tarde ou publicados em uma plataforma online.**
Recursos Digitais	**Jogue o Jogo** **Humores positivos: confiança, esperança, aceitação, insight, resolução, serenidade, ambição** **Humores negativos: desconfiança, desesperança, resignação, ressentimento, agonia, arrogância, confusão**

Bibliografia

AENAO - O Projeto Violeta. (N.D.). Recuperado de http://aenao.org/wordpress/wp-content/uploads/2013/10/V-Package1.pdf

Conselho da Europa. (2012). Conselho da Europa. Recuperado da Bússola: Manual de Educação em Direitos Humanos com Jovens: http://www.coe.int/web/compass/home

Cross - Comunicação Cultural: Muitas Faces da Diversidade. (N.D.). Recuperado de https://www.youtube.com/watch?v=MisplEvcl9c

Dolci Amico; Amico Fausto. (N.D.). Recuperado de http://danilodolci.org/media/English.pdf
Justiça e Consumidores da UE. (N.D.). Recuperado de 5 Direitos do Consumidor que você deve saber: https://www.youtube.com/watch?v=SaRKSdeHsjw

Comissão Europeia. (N.D.). Comissão Europeia. Recuperado de 5 direitos dos principais consumidores: http://ec.europa.eu/justice/newsroom/consumer-marketing/events/140317_en.htm

Instituto Europeu de Governança Corporativa. (N.D.). Debate de estilo da Oxford Union. Recuperado de http://www.ecgi.org/conferences/fese_efmc2005/ou_rules.htm

FS2C Da Escola para a Comunidade. (N.D.). Crianças e Estudantes como Agentes de Mudança Social . Recuperado de http://cesie.org/media/handbook-fs2c-en.pdf

Heraldo V. Richards; Ayanna F. Brown; Timothy B.Forde. (2007, jan/feb). Abordando a Diversidade nas Escolas: Pedagogia Culturalmente Responsiva. Ensino de Crianças Excepcionais, p. 64.

Caixa de ferramentas de identidade e diversidade. (N.D.). Juventude salto. Recuperado de https://www.salto-youth.net/tools/toolbox/tool/identity-and-diversity-tool-box.1365

Jogo intercultural (Rafa Rafa). (N.D.). Juventude salto. Recuperado de https://www.salto-youth.net/tools/toolbox/tool/intercultural-game-rafa-rafa.1502/

Jigsaw dos Direitos Humanos. (N.D.). Juventude salto. Recuperado de https://www.salto-youth.net/tools/toolbox/tool/jigsaw-of-human-rights.281/

Jordan Shakeshaft. (N.D.). grandeista. Recuperado de http://greatist.com/happiness/breathing-exercises-relax

Kelly Roper. (N.D.). Recuperado de http://stress.lovetoknow.com/Top_Ten_Relaxation_Techniques_Children

Instituto de Treinamento e Desenvolvimento millenium. (N.D.). Juventude salto. Recuperado de https://www.salto-youth.net/downloads/toolbox_tool_download-file-1327/SimGame 3 - HOWGH.pdf

Mente Maple. (N.D.). Recuperado de http://www.mindmaple.com/downloads/Windows/
Nancy Flowers. (2009). Conselho da Europa, Compasito. Recuperado de http://www.eycb.coe.int/compasito/

Nansy Spetsioti. (N.D.). Youtube. Recuperado de https://www.youtube.com/watch?v=dfccrwUlROU

Indice	Page
Créditos	3
Agradecimentos	4
Prefácio	5
Introdução	6
Instruções para os professores	7
Iniciar e terminar uma actividade	8
Educação não formal	9
Utilização de ferramentas digitais	14
Avaliação	15
Exercícios de Energia	16
Exercícios de Relax	23
1 - Direitos Humanos - Direitos das Crianças / Os meus direitos humanos são 30!	32
2 - Direitos Humanos - Direitos das Crianças / O meu direito à igualdade	33
3 - Direitos Humanos - Direitos das Crianças / O meu direito à privacidade	34
4 - Direitos Humanos - Direitos das Crianças / O meu direito à igualdade	35
5 - Direitos Humanos - Direitos das Crianças / O meu direito à igualdade de género	36
6 - Direitos Humanos - Direitos das Crianças / O meu direito à igualdade e nacionalidade	37
7 - Direitos Humanos - Direitos das Crianças / Os direitos das crianças com deficiência	38
8 - Direitos Humanos - Direitos das Crianças / O meu direito à opinião e expressão	39
9 - Direitos Humanos - Direitos das Crianças / O meu direito à liberdade	40
10 - Direitos Humanos - Direitos das Crianças / O meu direito ao descanso, ao lazer e a brincar	41
11 - Direitos Humanos - Direitos das Crianças / O meu direito à familia	42
12 - Direitos Humanos - Direitos das Crianças / O meu direito à assistência social e à saúde	43
1 - Diversidade e Inclusão Social / O que é a diversidade? (Todos diferentes todos iguais)	45
2 - Diversidade e Inclusão Social / Preconceitos e esterótipos	46
3 - Diversidade e Inclusão Social / Identidade e diversidade (EU-Outros)	47
4 - Diversidade e Inclusão Social / Diversidade Religiosa	48
5 - Diversidade e Inclusão Social / Como combater o racismo	49
6 - Diversidade e Inclusão Social / Incapacidade	50
7 - Diversidade e Inclusão Social / Diversidade na escola: Bullying	51
8 - Diversidade e Inclusão Social / Homem e Mulher	52
9 - Diversidade e Inclusão Social / Orientação sexual	53
10 - Diversidade e Inclusão Social / Intolerância e discriminação	54
10 - Diversidade e Inclusão Social / Social inclusion: My Dream Classroom	55
11 - Diversidade e Inclusão Social / Jovem - Idoso	56
12 - Diversidade e Inclusão Social / Religião	57
1 - Identidade e Cidadania Ativa e Envolvimento Social / As minhas identidades – eu enquanto pessoa e cidadão	59

2 - Identidade e Cidadania Ativa e Envolvimento Social / A escola enquanto espaço para uma cidania ativa	60
3 - Identidade e Cidadania Ativa e Envolvimento Social / Eu enquanto cidadão da comunidade local	61
4 - Identidade e Cidadania Ativa e Envolvimento Social / Cidadania Ativa no Combate à Violência	62
5 - Identidade e Cidadania Ativa e Envolvimento Social / Cidadania ativa e o estado de direito	63
6 - Identidade e Cidadania Ativa e Envolvimento Social / AC in respecting and protecting animals (part 1)	64
6 - Identidade e Cidadania Ativa e Envolvimento Social / AC in respecting and protecting animals (part 2)	65
7 - Identidade e Cidadania Ativa e Envolvimento Social / Organização de campanhas para a participação democrática	66
8 - Identidade e Cidadania Ativa e Envolvimento Social / Organizar campanhas de proteção ambiental	67
9 - Identidade e Cidadania Ativa e Envolvimento Social / Organizar campanhas de apoio às pessoas necessitadas	68
10 - Identidade e Cidadania Ativa e Envolvimento Social / Como construir uma escola de sonho	69
11 - Identidade e Cidadania Ativa e Envolvimento Social / Organizar campanhas de combate à violência	70
12 - Identidade e Cidadania Ativa e Envolvimento Social / Consumidores ativos	71
Bibliography	72