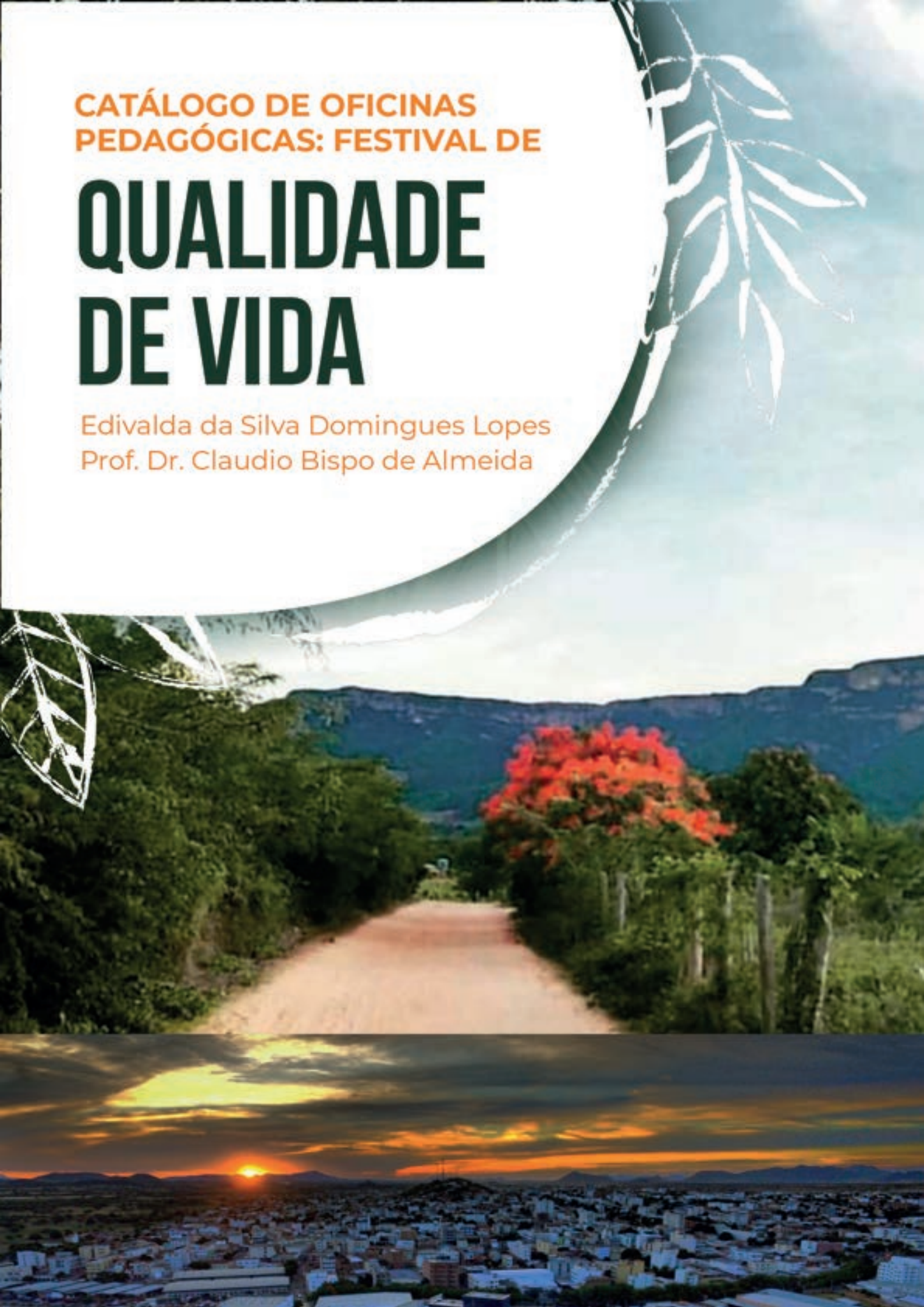


CATÁLOGO DE OFICINAS
PEDAGÓGICAS: FESTIVAL DE

QUALIDADE DE VIDA

Edivalda da Silva Domingues Lopes
Prof. Dr. Claudio Bispo de Almeida



Ficha Catalográfica

L852c

Lopes, Eivalda da Silva Domingues.

Catálogo de oficinas pedagógicas: festival de qualidade de vida. /
Eivalda da Silva Domingues Lopes, 2024.
28f.

Orientador (a): Dr. Cláudio Bispo de Almeida.

Produto Educacional (mestrado) – Universidade do Estado da
Bahia, Programa de Pós-Graduação em Ensino, Linguagem e Sociedade –
PPGELS, Caetité - Ba, 2024.

Inclui referências. F. 27 - 28.

1. Qualidade de vida - Ensino médio - Oficinas. 2. Oficinas
pedagógicas. 3. Prática educativa - Material de apoio. 4. Produto
Educativo. I. Almeida, Cláudio Bispo de. II. Programa de Pós-
Graduação em Ensino, Linguagem e Sociedade – PPGELS. III. T.

CDD 370.733
370

Catálogo na fonte: Juliana Teixeira de Assunção – CRB 5/1890



UNIVERSIDADE DO ESTADO DA BAHIA - UNEB
DEPARTAMENTO DE CIÊNCIAS HUMANAS - DCH-VI
PROGRAMA DE PÓS GRADUAÇÃO EM ENSINO,
LINGUAGEM E SOCIEDADE - PPGELS

Edivalda da Silva Domingues Lopes

CATÁLOGO DE OFICINAS PEDAGÓGICAS:
FESTIVAL DE

Qualidade de vida

Produto Educacional: Catálogo de oficinas pedagógicas: Festival de Qualidade de vida, resultante da Dissertação intitulada: Qualidade de vida na percepção de estudantes de escolas urbana e rural do Município de Guanambi, Bahia, apresentada ao Programa de Pós Graduação em Ensino, Linguagem e Sociedade (PPGELS), da Universidade do Estado da Bahia (UNEB), como requisito parcial para obtenção do título de Mestra em Educação.

Orientador: Prof. Dr. Claudio Bispo de Almeida
Linha de Pesquisa: Ensino, Sociedade e Ambiente.

Ficha técnica

Origem do produto: Trabalho de dissertação intitulado: Qualidade de vida na percepção de estudantes de Escolas urbana e rural do Município de Guanambi, Bahia

Nível de ensino a que se destina o produto: Educação básica/Ensino Médio

Área de conhecimento: Educação

Público alvo: Professores/Coordenadores pedagógicos e Estudantes do Ensino Médio

Categoria deste produto: Oficinas pedagógicas sobre Qualidade de vida

Finalidade: Promoção de oficinas pedagógicas

Organização do produto: Este produto foi constituído a partir da proposta de quatro oficinas com temas relacionados aos domínios Físicos, Psicológico, Ambiental e Social da qualidade de vida.

Disponibilidade: Irrestrita, mantendo-se o respeito da autoria do produto, não sendo permitido o uso comercial por terceiros.

Divulgação: Por meio digital.

Instituição financiadora: a própria autora – Edivalda da Silva Domingues Lopes

Idioma: Português

Cidade: Caetité

UF: Bahia

Resumo

O produto Educacional intitulado **“Festival de Qualidade de vida”** foi desenvolvido no mestrado profissional do programa de pós graduação em Ensino, Linguagem e Sociedade da Universidade do Estado da Bahia, vinculado à pesquisa que resultou na dissertação intitulada **“Qualidade de vida na percepção de estudantes de escolas urbana e rural do Município de Guanambi, Bahia”**. Foi elaborado com o objetivo de contribuir com a ampliação do conhecimento sobre a temática Qualidade de vida e a produção de material de apoio à prática educativa. Cada oficina teve um eixo temático próprio relacionado aos quatro aspectos da qualidade de vida, presentes no instrumento utilizado, para cada tema foi convidado um colaborador com formação e experiência na área. Foram aplicadas em duas escolas, onde a pesquisa foi realizada, com duração de três horas cada oficina, somando uma carga horária total de vinte e quatro horas. Foram pensadas pelos pesquisadores, que elaboraram um template contendo ementa de cada oficina e entregue a cada colaborador, para que os mesmos pudessem elaborar e aplicar com a abordagem que considerassem mais viável. Para aplicação do produto, houve um contato com a direção das escolas e com os professores das turmas escolhidas, momento em que foi explicado aos docentes e estudantes como seriam desenvolvidas as intervenções, que aconteceram semanalmente em cada escola. A pesquisadora esteve presente durante todas as intervenções, para apoio aos estudantes e colaboradores. O Convite também foi estendido à gestão, coordenação e demais servidores das escolas. As oficinas foram compostas de tema, objetivos, carga horária, conteúdos, metodologia, recursos, avaliação e referências. A proposta contribuiu com a ampliação do conhecimento da temática trabalhada e foi possível perceber que os estudantes da área urbana não tiveram a mesma receptividade que os da área rural, vários desafios foram encontrados e superados para que o projeto pudesse acontecer e no final de cada oficina os estudantes responderam um questionário com quatro perguntas para avaliarem. Este produto pode oportunizar novos olhares e saberes que emergem do cotidiano escolar e poderá ser replicado ou adaptado para outros contextos escolares.

Palavras-chave: *Oficinas – Qualidade de vida – Ensino Médio*

Abstract

The educational product entitled "Festival of Quality of Life" was developed in the professional master's degree of the postgraduate program in Teaching, Language and Society at the State University of Bahia, linked to the research that resulted in the dissertation entitled "Quality of life in the perception of students of urban and rural schools in the Municipality of Guanambi, Bahia". It was prepared with the aim of contributing to the expansion of knowledge on the topic of Quality of Life and the production of material to support educational practice. Each workshop had its own thematic axis related to the four aspects of quality of life, present in the instrument used. For each theme, a collaborator with training and experience in the area was invited. They were applied in two schools, where the research was carried out, with each workshop lasting three hours, totaling a total workload of twenty-four hours. They were designed by the researchers, who created a template containing the menu for each workshop and delivered to each employee, so that they could develop and apply the approach they considered most viable. To apply the product, there was contact with the school management and teachers of the chosen classes, at which time it was explained to teachers and students how the interventions would be developed, which took place weekly in each school. The researcher was present during all interventions, to support students and collaborators. The Invitation was also extended to management, coordination and other school employees. The workshops were composed of theme, objectives, workload, content, methodology, resources, evaluation and references. The proposal contributed to the expansion of knowledge of the topic covered and it was possible to realize that students from the urban area did not have the same receptivity as those from the rural area, several challenges were encountered and overcome so that the project could take place and at the end of each workshop students answered a questionnaire with four questions to evaluate. This product can provide new perspectives and knowledge that emerge from everyday school life and can be replicated or adapted to other school contexts.



Quem somos

Edivalda da Silva Domingues Lopes



Graduada em Educação Física e Filosofia. Especialista em Meio Ambiente e Saúde Pública, Arte e Educação. Mestranda do Programa de Pós Graduação em Ensino, Linguagem e Sociedade- UNEB. Professora do Ensino Médio no Colégio Estadual do Campo de Mutãs.

Prof. Dr. Claudio Bispo de Almeida

Profissional de Educação Física. Mestre em Educação Física. Doutor em Ciências da Saúde. Professor Adjunto da Universidade do Estado da Bahia (UNEB). Professor do Programa de Pós-Graduação em Ensino, Linguagem e Sociedade - UNEB. Líder do Núcleo de Estudo, Pesquisa e Extensão em Lutas, Artes Marciais e Esportes de Combate - UNEB.



Apresentação

Caros(as) docentes,

O presente catálogo de Oficinas originou-se de uma pesquisa de formação continuada vinculada ao Programa de Mestrado Profissional da UNEB Campus VI em Caetité, no Programa de pós-Graduação em Ensino Linguagem e Sociedade (PPGELS) na Linha de Pesquisa 3 – Ensino, Sociedade e Ambiente. Esta proposta visou o desenvolvimento de oficinas pedagógicas com a temática Qualidade de vida (QV) para estudantes do Ensino Médio do Colégio Modelo Luiz Eduardo Magalhães e no Colégio Estadual do Campo de Mutãs, sendo uma escola urbana e outra rural, ambas situadas no Município de Guanambi-BA.

Cada oficina era independente com um eixo temático próprio, relacionado aos quatro aspectos da qualidade de vida, esses aspectos constavam no instrumento utilizado na coleta de dados, o WHOQOL brief proposto pela Organização Mundial da Saúde. Foram convidados quatro colaboradores com formação e experiência na área para elaborar e aplicar as oficinas, que aconteceram semanalmente nas duas instituições. Foram aplicadas com uma metodologia e abordagem de cada ministrante na própria sala de aula e ao final de cada vivência foi realizada uma avaliação escrita contendo quatro perguntas sobre o conteúdo, metodologia e sugestões pelos participantes.

Esta proposta poderá ser desenvolvida com todas as séries do Ensino Médio, em outros contextos, no sentido de difundir tais práticas e servir como repertório para a prática pedagógica voltada para a melhoria da qualidade de vida dos estudantes. Acredita-se que este produto possa servir de inspiração para novos achados em relação a esta temática, bem como contribuir para reflexões críticas dos professores e alunos sobre as problemáticas que envolvem as questões do viver. Não foi concebido como uma fórmula pronta, nem deve ser compreendido como as propostas descritivas presentes na BNCC, livros didáticos, mas pode ser compreendido pelos coordenadores pedagógicos e docentes de todas as áreas do conhecimento, como um estímulo ao formularem suas práticas pedagógicas. Assim, deve-se considerar as realidades, para que o processo de ensino aprendizagem possa contribuir com os aspectos físicos, psicológicos, ambientais e sociais dos estudantes

Trata-se de uma proposta pensada com muito cuidado para contribuir com o planejamento do professor que julgar viável utilizá-la. Para que fique melhor, podem haver alterações ou adaptações no plano, pois são muitas realidades, com diversas possibilidades. Agradeço a quem fizer uso deste material como apoio à prática pedagógica ou mesmo para leitura produção de outros, que considerem a saúde e a qualidade de vida como fatores fundamentais no processo de ensino e aprendizagem.

Dedicatória

Dedico este produto Educacional aos amigos que acreditaram neste projeto, com quem pude contar com a boa vontade e o conhecimento que foi essencial para o êxito,

Claudio Almeida

Fábio Teixeira

Etelvina Queiroz

Marinalva Teixeira



Sumário

11 Introdução

13 Objetivos

14 1ª Oficina

17 2ª Oficina

20 3ª Oficina

23 4ª Oficina

26 Considerações Finais

27 Referências

Introdução

A elaboração do produto pedagógico implica um processo formativo contínuo, no qual a pesquisa é o alicerce (FREIRE et al., 2017). A pesquisa pode apresentar resultados que sugerem a necessidade de intervenções. “Nossa experiência tem reforçado a crença em propostas que emergem das reais necessidades da sala de aula, experimentadas, avaliadas, refletidas e reelaboradas” (TEIXEIRA, 2022, p. 98). Após a realização da pesquisa intitulada “Qualidade de vida e saúde na percepção de estudantes de escolas urbana e rural do município de Guanambi – Bahia”, mestranda e orientador decidem pelo desenvolvimento de um PE no ambiente escolar, com discussão e vivências que contemplem as dimensões da QV: física, psicológica, ambiental e social.

O modelo de PE adotado para a abordagem dos adolescentes foi por meio de oficinas, tendo em vista que tal modelo apresenta proposta de aprendizagem compartilhada, por meio de dinâmicas e discussões em grupo. As oficinas pedagógicas para (MOITA; ANDRADE, 2006, p. 11). “são situações de ensino e aprendizagem por natureza abertas e dinâmicas, o que se revela essencial no caso da escola pública – instituição que acolhe indivíduos oriundos dos meios populares, cuja cultura precisa ser valorizada para que se entabulem as necessárias articulações entre os saberes populares e os saberes científicos ensinados na escola”. O cenário escolar apresenta-se como um espaço social privilegiado para o desenvolvimento de ações que visem o processo de ensino-aprendizagem com atividades mais dinamizadas, para que os adolescentes, a partir de experiências e expectativas de vida, possam construir o conhecimento, despertando a consciência crítica e o autocuidado, tornando-se capazes de compreender suas escolhas, tomar decisões com autonomia e atuar como protagonistas nas comunidades em que vivem.

A proposta de PE consiste em desenvolver oficinas no âmbito escolar, com o tema transversal QV. “Uma oficina é, pois, uma oportunidade de vivenciar situações concretas e significativas, baseada no tripé: sentir-pensar-agir, com objetivos pedagógicos. Nesse sentido, a metodologia da oficina muda o foco tradicional da aprendizagem...” (PAVIANI; FONTANA, 2009, p. 78). Para o desenvolvimento das mesmas, serão considerados temas relacionados às propostas curriculares das escolas.

Na BNCC do Ensino Médio, as oficinas são apresentadas como situação de trabalho mais colaborativo, espaço de construção coletiva do conhecimento e que favorecem o protagonismo dos estudantes (BRASIL, 2017, p. 472). A oficina é um espaço que leva em consideração os objetivos do ensino, a partir de sentimentos, pensamentos, ações e promove o aprendizado por meio da reflexão, é uma forma de ensinar e aprender, pois sua realização é sempre dinâmica e interativa.

O produto educacional foi elaborado tendo como base os quatro domínios da QV, a partir da pesquisa realizada com estudantes das três séries do Ensino Médio, as intervenções foram realizadas apenas com os estudantes que cursavam a 2ª série, a escolha dessa série se deu pelo fato de estarem na metade do curso. Para a aplicação, foi realizada uma visita às escolas pela pesquisadora, na qual gestores, coordenadores, professores e estudantes foram convidados a participar, momento também que foi explicado como seriam as oficinas, aos docentes que tinham aulas nas turmas participantes, foi solicitada a liberação das mesmas para participação.

O conjunto de oficinas foi intitulado de “Festival de saúde e qualidade de vida”, e aplicado no mês de novembro de 2023, sendo um encontro semanal, cada encontro teve duração de 3 horas, compondo uma carga horária de 24 horas. Os colaboradores possuíam formação em pedagogia, psicologia, Educação Física e História, que ministraram as oficinas com estudantes do Ensino Médio das Instituições pesquisadas: Colégio Modelo Luís Eduardo Magalhães e Colégio Estadual do Campo de Mutãs. Ao final da aplicação de cada oficina, foi solicitada pela pesquisadora que os participantes realizassem uma avaliação escrita composta por quatro perguntas sobre a tema, a metodologia, bem como sugestões. Esses dados ficarão sob a responsabilidade dos pesquisadores, para posterior análise.

Foram realizados quatro encontros: Oficina I: “Estilo de vida e Qualidade de vida”; oficina II: “Convivência com o semiárido e qualidade de vida”; Oficina III: “A Escuta Terapêutica como estratégia de cuidado e intervenção em saúde mental”; oficina IV: “Relações sociais e a qualidade de vida”. A escolha dos eixos temáticos de cada oficina esteve associada aos domínios da qualidade de vida: físico, psicológico, ambiental e social que compõem o WHOQOL-Bref, instrumento utilizado na pesquisa e diante dos resultados, todos os domínios já teriam sido trabalhados nas oficinas.

Objetivos

OBJETIVO GERAL

Desenvolver oficinas pedagógicas para ampliação do conhecimento sobre a temática qualidade de vida e a produção de material de apoio à prática educativa.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Discutir o estilo de vida como elemento da saúde, da qualidade de vida e construção coletiva do EV dos participantes;
- Refletir sobre a relação dos sujeitos com o ambiente a partir da convivência com o semiárido para uma vida mais saudável;
- Realizar um momento de escuta terapêutica por meio do autoconhecimento para compreensão dos sentimentos e emoções;
- Compreender a importância do respeito e interação social como meios para melhoria das relações intrapessoais e interpessoais;
- Colaborar com uma prática pedagógica diversificada que considere a realidade e a qualidade de vida dos estudantes do ensino médio.

Oficina

“Qualidade de Vida,
estilo de vida e saúde”



Porque a felicidade não é um
ponto de chegada, mas sim um

Estilo de Vida
(Federico Moccia)

TÍTULO: “Qualidade de Vida, estilo de vida e saúde”

O Estilo de vida compreende um conjunto de hábitos cotidianos que reflete as atitudes e valores das pessoas. Esses hábitos refletem o modo de viver, de trabalhar e as expectativas que se tem em relação ao mundo e as pessoas. O estilo de vida pode mudar ao longo do tempo, depender das decisões individuais e variar entre pessoas ou populações. Para Nahas (2017), o estilo de vida ativo passou a ser considerado fundamental na promoção da saúde e redução da mortalidade por todas as causas.

O “Perfil do Estilo de Vida Individual (PEVI), advindo do modelo do Pentáculo do Bem-

Estar (PBE), é um instrumento simples e autoadministrado, que foi construído para avaliar o estilo de vida das pessoas por meio de cinco aspectos fundamentais: “Nutrição”, “Atividade Física”, “Comportamento Preventivo”, “Relacionamentos” e “Controle do Stress” (NAHAS, et al. 2000). A partir deste entendimento, faz-se importante esta oficina que identifique o estilo de vida e sua relação com a qualidade de vida, elabora após convite e diálogo com o Professor de Educação Física da Universidade do Estado da Bahia, também docente do PPGELS, Dr. Claudio Bispo de Almeida.

Objetivos

- Analisar como o EV interfere na QV e na saúde;
- Identificar os conceitos de EV, QV, saúde e atividade física;
- Verificar como as mudanças de comportamento contribuem na busca por um EV ativo e da saúde positiva;
- Avaliar o EV individual e sua contribuição para QV e para a saúde

Conteúdos

Atividade física, saúde e qualidade de vida;

Saúde positiva;

Mudanças de comportamento na busca por um estilo de vida (EV) ativo.

Recursos

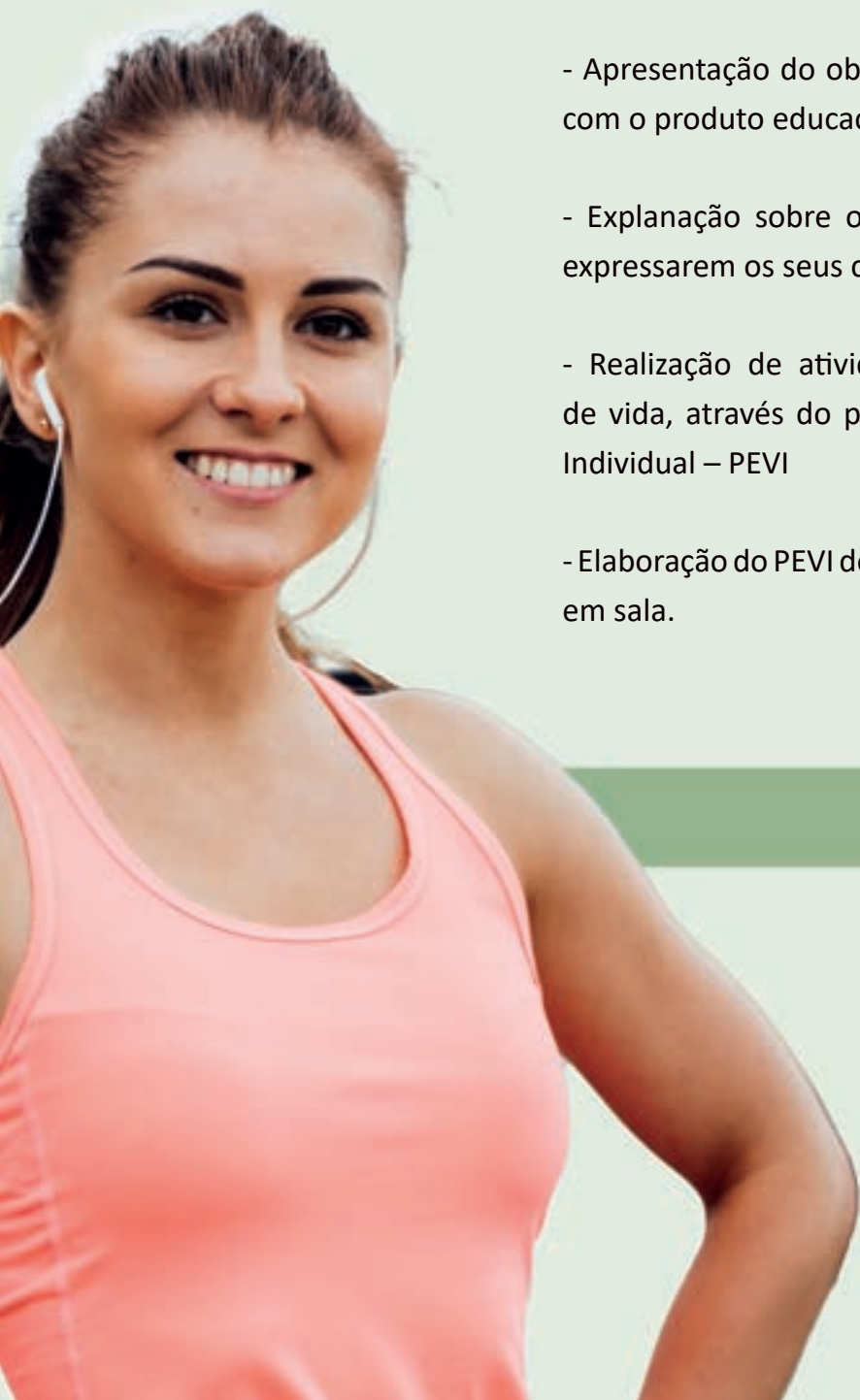
- Computador e Datashow,
- Quadro,
- Cartolinas,
- formulários para preencher o PEVI,
- lápis,
- lápis coloridos,
- fita adesiva.

Metodologia

- Apresentação do objeto de estudo da pesquisa e sua relação com o produto educacional;
- Explicação sobre o tema da oficina, sensibilizando-os para expressarem os seus conhecimentos e percepções;
- Realização de atividade prática de autoavaliação do estilo de vida, através do preenchimento do perfil de estilo de vida Individual – PEVI
- Elaboração do PEVI do grupo em cartolina e exposição dialogada em sala.

Avaliação

Interpretação do PEVI e sua contribuição para a QV e para a saúde



Oficina

“Convivência com o semiárido e Qualidade de Vida”



O melhor da poesia cantada no mundo,
o melhor da beleza pura de um luar,
onde a natureza respira fundo, no chão do

Sertão, do meu lugar

(Flávio José)

TÍTULO: “Convivência com o semiárido e Qualidade de Vida”

A realidade do semiárido brasileiro e as proposições têm como referência imagens historicamente construídas sobre um espaço-problema, terra das secas, região de fome e da miséria, explicação do atraso econômico e das disparidades regionais. Reconhecer o semiárido e suas potencialidades, as relações saudáveis do homem com a natureza e as possibilidades de uma vida com qualidade neste tipo climático foi o que nos levou a uma interação dialógica com o professor Mestre em História da Educação básica do campo e colaborador desta oficina, Fábio dos Santos Teixeira.

Objetivos

- Provocar nos estudantes uma reflexão sobre a relação dos sujeitos com o ambiente, a QV e a formação de suas identidades.
- Identificar os recursos naturais, culturais e históricos que possibilitaram e possibilitam a sobrevivência e convivência no SAB.
- Refletir sobre a relação entre a convivência com o semiárido e a QV.
- Pensar o lugar da juventude na construção dos sentidos socioculturais e históricos do SAB.

Conteúdos

O semiárido, suas características próprias, limites e possibilidades;

Relação entre os seres humanos e o ambiente;

O uso indiscriminado dos recursos naturais;

A convivência com o ambiente para melhoria da QV.

Recursos

- Imagens
- Músicas
- Objetos característicos do semiárido
- contos.

Metodologia

- Realização de roda de conversa e análise de fontes patrimoniais identitárias do semiárido.
- Apresentação de objetos e imagens que despertam memórias afetivas dos participantes.
- Provocação para imersão no universo cultural do semiárido através da construção de memórias.
- Exposição participada sobre o ambiente, a saúde e a QV.

Avaliação

Autoavaliação dos participantes, através de expressões orais, participação e envolvimento nas atividades.

Oficina

A Escuta Terapêutica como estratégia de cuidado e intervenção em saúde mental



A tarefa de viver é dura, mas

fascinante

(Ariano Suassuna)

TÍTULO: “A Escuta Terapêutica como estratégia de cuidado e intervenção em saúde mental”

Em tempos de angústia e solidão em meio a multidões, um papel e uma caneta podem transformar as nossas vidas. Essa prática diminui o estresse, melhora o poder de concentração e aumenta a capacidade de memorização. Assim, pode constituir-se em uma saída emergencial para entendermos o incessante barulho interno vivido pela humanidade. Segundo orientação atual do Ministério da Saúde, o trabalho em Saúde Mental deve se pautar pela criação de vínculos entre profissional e sujeito, proporcionando abertura para escuta, ao modo que os sujeitos possam expor as suas necessidades

e transforme pensamentos, sentimentos e ideias em significados e depois em palavras. Por conseguinte, aprenderemos a reconhecer, acolher, explorar e aprofundar a nossa relação com sentimentos e emoções, visto que, a palavra terapêutica, poderá dar voz às emoções mais íntimas, aumentando a percepção de si e exercitando o autoconhecimento. Dessa forma, entenderemos a que ponto coisas simples são capazes de nos fazer descobrir nossas próprias singularidades. Nesse contexto convidamos a coordenadora pedagógica na rede estadual da Bahia e também psicóloga Dra. Marinalva Souza Teixeira Silva.

Objetivos

- Criar um espaço de escuta terapêutica para que os estudantes possam exercitar suas habilidades cotidianas de autoconhecimento, afim de, alcançar o desejo de sentirem-se melhor, mais valorizados, com liberdade de fazer suas tarefas e escolhas no dia a dia.
- Escutar o que o outro pensa, sente e quer transmitir;
- Aumentar a aprendizagem sobre si;
- Fortalecer os laços entre as pessoas.

Conteúdos

Autoconhecimento e saúde mental;

Condições emocionais/mentais, como ansiedade, depressão, suicídio, automutilação;

Consciência corporal;

O ambiente escolar como espaço para o desenvolvimento físico, cognitivo, emocional e de bem-estar.

Recursos

- Data show,
- Canetas
- Lápis
- Folha de ofício
- Borrachas
- Um pacote de bombom.

Metodologia

A opção de trabalhar com a abordagem qualitativa, nos auxiliou a extrair das narrativas dos usuários, dados de caráter subjetivo que não seriam obtidos com o emprego de outra abordagem. Esta interlocução teórica, nos ajuda a perceber melhor que os usuários utilizam um pouco de teoria para caber na vida. Caracteriza-se como uma abordagem de escuta operativa e focal, desenvolvida em um encontro com duração de 3 horas, com conteúdos emergentes da escuta. Com base nisso, serão realizadas atividades dirigidas, técnicas e exercícios com as abordagens Vivencial e Construcionista, visando experiências do autoconhecimento por meio do reconhecimento, compreensão e expressão das suas vivências e sonhos, dentre outros.

Os estudantes tiveram acesso a exercícios terapêuticos e leituras complementares, tudo isso envolto em gentileza, consciência, respeito, empatia e sensibilidade. Desse modo, o conteúdo programático pôde sofrer alterações, mediante necessidades sinalizadas pelos estudantes no desenvolvimento do processo terapêutico.

Avaliação

Os estudantes foram convidados a fornecer um retorno sobre sua experiência. Isso foi feito a partir das seguintes perguntas: O que ouviu? Sentiu-se rejeitado (a) ou acolhido (a)? O que aprendeu com a oficina? As questões serão realizadas individualmente, deixando a critério de cada um, a escolha de compartilhar com o grupo seus sentimentos e aprendizagens. Dessa forma, podemos pensar as oficinas como lócus da apropriação, ressignificação e transformação subjetiva, que operam de acordo com cada individualidade, sem garantia de um mesmo funcionamento para todos.



Oficina 4

“Relações sociais e Qualidade de Vida”



“A alegria não chega apenas no encontro do achado, mas faz parte do processo da busca. E ensinar e aprender não podem dar-se fora da procura, fora da

boniteza e da alegria”

(Paulo Freire)

TÍTULO: “Relações sociais e Qualidade de Vida”

As relações sociais são necessárias para a sobrevivência, um fator protetor da saúde física e emocional e atitudes essenciais para uma comunicação saudável são relevantes para uma saúde mais positiva e longevidade. É fundamental aprender a lidar com o amor, a perda, a dor, alegria e outras emoções pois as relações intrapessoais e interpessoais fatores que poderão contribuir para a melhoria da QV. Nesse sentido, para refletir com os estudantes sobre a importância da comunicação não violenta e relações saudáveis foi convidada a professora que desenvolve um trabalho com jovens preparando-os para o Enem e vestibular, mestra em Educação Etelvina Queiroz dos Santos.

Objetivos

- Proporcionar aos estudantes a oportunidade de refletir sobre o impacto das relações sociais em sua QV e desenvolver habilidades para melhorar essas relações a partir dos ensinamentos do livro As cinco feridas emocionais.
- Refletir sobre a qualidade de vida dos estudantes a partir dos ensinamentos do livro: As 5 feridas emocionais de injustiça;
- Apresentar maneiras de lidar com as feridas, para conviver melhor em sociedade;
- Mostrar que falar ainda é a melhor solução para se ter uma melhor QV.

Conteúdos

As relações sociais como necessidade básica humana;

Atitudes essenciais para uma comunicação saudável;

A importância de aprender a lidar com os sentimentos e emoções;

As cinco feridas emocionais.

Recursos

- Data show,
- 1 caixa de palito de dente
- Lápis
- Folha de ofício
- um pacote de balões
- 1 bombom ou bis para cada aluno

Metodologia

A metodologia foi participativa e orientada para a ação, incentivando a troca de experiências e a aplicação prática dos conceitos abordados.

- Iniciamos com uma dinâmica a fim de realizar a interação do grupo, logo após fizemos apresentação Teórica: Introdução aos conceitos-chave relacionados a relações sociais, qualidade de vida e bem-estar.

- Discussão de pesquisas e evidências que demonstram a influência das relações sociais na QV.

- Apresentação dos ensinamentos do livro “as cinco feridas emocionais” e o impacto nas relações sociais e QV.

- Compartilhamento de experiências: os participantes serão encorajados a compartilhar suas experiências e desafios relacionados às relações sociais.

- Desenvolvimento de Habilidades Sociais:

- Apresentação de estratégias e técnicas para melhorar a qualidade das interações sociais, como escuta ativa, comunicação não violenta e construção de empatia.

- Prática dessas habilidades por meio de atividades de encenações e simulações.

Avaliação

Após a conclusão da oficina, os participantes foram convidados a fornecer um retorno sobre sua experiência. Isso foi feito por meio de questionários de avaliação. O objetivo foi entender como os participantes perceberam a oficina, incluindo sua relevância, qualidade e eficácia.

Considerações Finais

A proposta de intervenção/produto educacional, a partir da pesquisa aplicada, foi realizada seguindo uma proposição interdisciplinar, cada uma com eixo próprio de acordo com quatro facetas que compõem a temática QV, essa proposta contribuiu para ampliação do conhecimento sobre a temática trabalhada. Foram experienciadas em duas escolas de ensino médio, uma urbana e outra rural do Município de Guanambi, lócus de pesquisa e da intervenção. A concepção deste produto educacional corrobora com a proposta de buscar atender as necessidades específicas do contexto pesquisado e assim contribuir com o processo que emerge da necessidade dos próprios sujeitos.

Sabe-se que o que se aplica em uma escola, não necessariamente será bem sucedida em outra, neste caso, a aplicação deste produto não foi bem sucedido na escola da área urbana, mas teve maior receptividade na escola da área rural. Nestes casos, fomos instigados a nos ajudarmos mutuamente, pesquisadora e colaboradores. Nesse percurso, permeado por desafios, o principal está relacionado a situação de adolescentes, como a falta de limites, desinteresse e atos indisciplinados. Cada instituição sofre interferências peculiares, o que acarretaria uma atitude específica.

Em análise de maneira expositiva realizada pelos estudantes pôde-se observar que destacaram a aprendizagem sobre a temática, em muitos pontos, desconhecida para eles, a abordagem utilizada como inovadora, com situações concretas, o trabalho com foco na vida do estudante e não distanciado como aparecem nos livros didáticos. A reflexão sobre os aspectos modificáveis do estilo de vida para uma saúde mais positiva, além do estímulo à percepção da própria posição na vida foram fatores destacados pelos discentes. Nesse contexto, espero que este produto possa contribuir com uma prática pedagógica mais dinamizada, fortalecendo as aprendizagens na Educação Básica.

REFERÊNCIAS

AMARANTE, P. **Saúde Mental e Atenção Psicossocial**. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2007.

A identidade cultural na pós-modernidade. 11. ed. Tradução Tomaz Tadeu da Silva e Guacira Lopes Louro. Rio de Janeiro: DP&A, 2006.

BARRETO, Adalberto De Paula. **Terapia comunitária: passo a passo**. Fortaleza: LCR, 2008.

BOURBEAU, Lise. **As cinco feridas emocionais: Como superar os sentimentos que impedem a sua felicidade**. GMT Editores Ltda; Editora Sextante, 2020.

Brasil. Ministério da Saúde. **Secretaria de Atenção Primária à Saúde**. Departamento de Promoção da Saúde. Guia de Atividade Física para a População Brasileira [recurso eletrônico] / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção Primária à Saúde, Departamento de Promoção da Saúde. – Brasília: Ministério da Saúde, 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS: atitude de ampliação de acesso**. Brasília: Ministério da Saúde, 2018.

BRASIL. **Base Nacional Comum Curricular**. Brasília: MEC, 2017. Disponível em: http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNC_C_20dez_site.pdf. Acesso em: 22 dez. 2022.

FREIRE, G. G. et al. Produtos Educacionais do Mestrado em Ensino da UTFPR – Londrina: estudo preliminar das contribuições. **Polyphonia**, v. 28, n. 2, jul./dez. 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.5216/rp.v28i2.52761>. Acesso em: 5 jan. 2023.

FORQUIN, J.C. **Saberes escolares, imperativos didáticos e dinâmicas sociais**. Teoria & Educação, Porto Alegre, n. 5, p. 28-49, 1992.

HALBWACHS, M. **A memória coletiva**. Tradução Beatriz Sidou. São Paulo: Centauro, 2006.

HALL, S. **Quem precisa da identidade?** In: SILVA, Tomaz Tadeu (Org. e Tradução.). *Identidade e diferença: a perspectiva dos estudos culturais*. Petrópolis: Vozes, 2000. p. 103-133.

JAMESON, F. **Tendências culturais contemporâneas**. In: Conferência do evento Fronteiras do pensamento 2011. Disponível em: <http://migre.me/q1xxn>.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **A Política do Ministério da Saúde para a Atenção Integral a Usuários de**

Álcool e Outras Drogas. Série B: Textos Básicos de Saúde. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2004.

MOITA, F. M. G. S. C; ANDRADE, F. C. B. **O saber de mão em mão: a oficina pedagógica como dispositivo para a formação docente e a construção do conhecimento na escola pública.** REUNIÃO ANUAL DA ANPED, v. 29, p.16, 2006. Acesso em 01/01/2024

NAHAS, M.V. et al. **Estilo de vida e comportamentos de risco de jovens catarinenses: Projeto COMPAC 2.** Florianópolis: NUPAF/UFSC, 2012.

NAHAS, M. V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo.** 6ªed. ver. e atual. -Londrina: Midiograf.

NORA, Pierre. **Entre Memória e História: a problemática dos lugares.** Projeto História, São Paulo, PUC-SP, dez. 1993, n. 10, p. 9.

PAVIANI, N.M.S.; FONTANA, N.M. **Oficinas pedagógicas: relato de uma experiência.** Conjectura: Filosofia e Educação (UCB), v.14, p.77-88, 2009.

RIZZATTI, I. M.; et. al. Os produtos e processos educacionais dos programas de pós-graduação profissionais: proposições de um grupo de colaboradores. **Actio: Docência em Ciências**, v. 5, n. 2, p. 1-8, ago. 2020. Universidade Tecnológica Federal do Paraná (UTFPR). Disponível em: <http://dx.doi.org/10.3895/actio.v5n2.12657>. Acesso em: 10 jan. 2023.

TEIXEIRA, F.S. Formação Continuada de Professores de História Versus Expectativa dos Docentes que Atuam no Ensino Médio. Dissertação de Mestrado. **ProfHistória-UESB.** Vitória da Conquista, 2022.