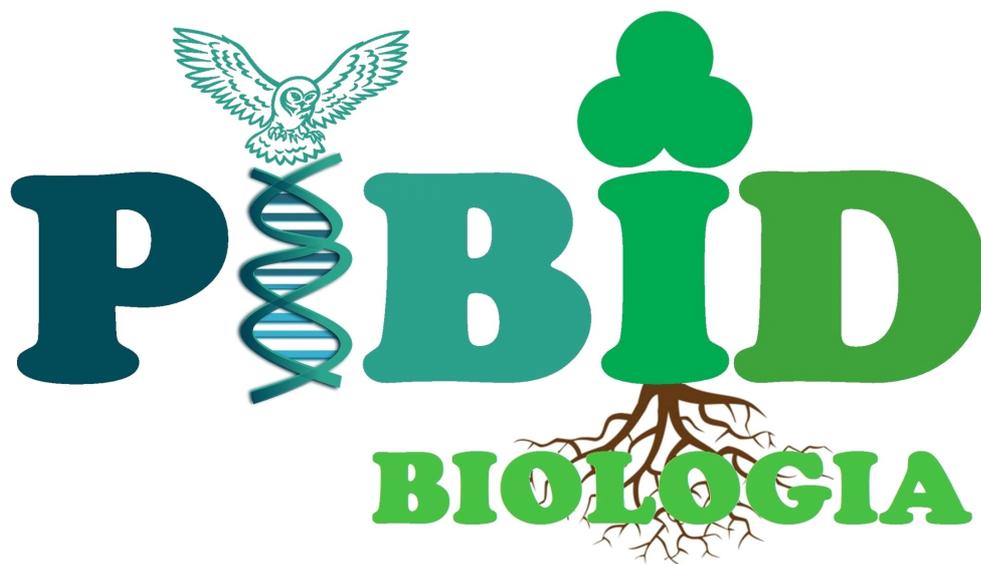


**UNIVERSIDADE FEDERAL DO PAMPA  
CAMPUS SÃO GABRIEL**



**PROJETO  
BONITO É ESTAR BEM**

**E.E.E.M João Pedro Nunes**

**Coordenadores:** Analía del Valle Garnero e Ronaldo Erichsen

**Supervisora:** Jaqueline Miranda Pinto

**Bolsistas-ID:** Alice Lemos Costa

Alexia Menezes

Ana Caroline Gonçalves

Cassiano Rodrigues

Suelen Mattoso

Maria Tereza Iturres

Mireli Fiorenza

Viviane Flores Wallau

**São Gabriel**

**2016**

# INTRODUÇÃO

O tema relacionado ao bem estar e a saúde, apesar de ser bastante amplo, oferece grandes oportunidades de trabalhar com diversos assuntos importantes dentro da escola. Um projeto tão abrangente possibilita ressaltar vários temas, que muitas vezes não tem espaço dentro das disciplinas. O intuito é oferecer maior destaque a temas importantes, mas que ficam em segundo plano devido ao conflito entre a carga horária do professor e quantidade de conteúdo estabelecida no plano de trabalho. Além disso, se quer aumentar as oportunidades de estabelecer novos conhecimentos aos alunos, sanando suas dúvidas e curiosidades em assuntos presentes em seus cotidianos. Deve-se considerar a importância de discutir sobre bem estar que nada mais é do que a situação agradável do corpo ou do espírito proporcionando conforto, tranquilidade (Dicionário de Português Online) e também sobre saúde com os jovens, para que tenham maior entendimento das consequências de ações que não são benéficas ao nosso corpo e saúde. Pode-se orientar os educandos para que se desenvolvam de forma saudável, e também é um meio de conhecermos um pouco mais sobre a qualidade de vida dos nossos alunos, e em caso de resultados negativos orientar para uma melhora nesse aspecto.

Uma rotina agitada afeta diretamente ao bem o estresse, a má alimentação, poucas horas de sono, são fatores que acarretam em consequências preocupantes para a saúde. Esse assunto vem gerando muitas pesquisas e estudos atualmente, principalmente porque não há muita preocupação com saúde e qualidade de vida, apesar de se ter informação, não há conscientização. Portanto, esse tema está frequentemente em jornais, programas de televisão, artigos científicos, sites da internet, sempre em destaque na mídia. É uma matéria acessível aos alunos, entender, pesquisar, estudar, ou seja, trabalhar com esses assuntos, porque faz parte do cotidiano e desperta interesse e curiosidades dos discentes, o que facilita a aprendizagem.

## OBJETIVOS

### OBJETIVO GERAL

O projeto tem por finalidade estabelecer um vínculo entre a qualidade e os hábitos de vida dos alunos, relacionando a atitudes do seu dia a dia com as consequências destas para a saúde física e mental, e também a relação com o meio ambiente.

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Fornecer maior conhecimento sobre como adquirir uma boa saúde e bem estar.

Entender o que podemos mudar em nosso dia a dia para obter resultados positivos, a partir de medidas preventivas e cuidados desenvolvidos, assim como entender qual o nível da qualidade de vida dos nossos jovens.

Proporcionar uma interação e entendimento maior de assuntos atuais, que sejam relacionados ao bem estar e que proporcionem conhecimento.

Mostrar a importância de tratar sobre assuntos relacionados ao bem estar em nas nossas vidas.

Fazer com que os alunos entendam que certas atitudes/ações geram consequências negativas.

Tornar o conhecimento adquirido pelos alunos em uma ferramenta de incentivo e conscientização a comunidade interna e externa ao ambiente escolar.

## **MATERIAL E MÉTODOS**

Os materiais utilizados poderão variar de acordo com cada assunto abordado dentro do projeto: desde produções com materiais recicláveis, para desenvolvimento de trabalhos mais dinâmicos, até produções textuais e pesquisas na internet sobre determinados assuntos.

Em relação aos métodos pedagógicos para atingir os objetivos poderão ser ministradas palestras/aulas expositivo-dialogadas, desenvolvimento de jogos didáticos, debates, desenvolvimento de pesquisas com os alunos ou comunidade escolar, confecção de cartazes, momento para discutir sobre dúvidas e assuntos do interesse dos próprios alunos, aulas práticas em laboratório, atividades no pátio da escola, questionários a serem aplicados fora da escola podendo ser com amigos, familiares, comunidade vizinha dependendo da situação, exibição de vídeos, entre outros métodos que adaptem-se a necessidade do tema abordado. Sendo todas as atividades desenvolvidas deverão ser compatíveis com a necessidade e/ou a aprovação da supervisão, que fará a revisão antes da aplicação das intervenções.

A desenvolveremos trabalhos/atividades com alunos tanto do ensino médio como também do ensino fundamental onde se pode tratar sobre doenças, alimentação, seres vivos patogênicos, cuidados com meio ambiente, hábitos de vida saudáveis, métodos corretos de higiene entre tantos outros assuntos que podem ser agregados ao projeto. Dessa forma seria um momento para discutir assuntos diversos que relacionem-se o bem estar com o que os alunos presenciam e vivenciam em seu cotidianos. Assim, eles poderão sanar suas dúvidas ou construir novos conhecimentos, importante para manterem uma saúde tanto física como mental.

## **RESULTADOS**

Apresentar o relato das atividades desenvolvidas com os resultados e as fotografias e demais produções.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Apresentar a importância de ter desenvolvido as atividades, as impressões do grupo, o que foi utilizado como aprendizagem para os participantes das atividades.

## **REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

VELLOSO, J.S. et al. Promoção da saúde por meio de atividades educativas sobre hábitos de sono. 20 de abril de 2015. São Paulo, p.257-271  
[//michaelis.uol.com.br/moderno/portugues/index.php?lingua=portugues-portugues&palavra=bem-estar](http://michaelis.uol.com.br/moderno/portugues/index.php?lingua=portugues-portugues&palavra=bem-estar)