

# SEMANA DA SAÚDE NA E. B. MEM RAMIRES

20 A 23 DE MARÇO

Nº DA ATIV.	DATA	TEMA	ATIVIDADE
1	20/03/18	ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL	“Todos à mesa” Concurso de mesas. Lanche
2	21/03/18	RASTREIOS	“Vamos fintar a doença”
3	22/03/18	EU E OS OUTROS – Emoções no namoro.	JOGO: o amigo secreto. Palestras/diversos
4	23/03/18	MEXA-SE PELA SUA SAÚDE	CAMINHADA – “Juntos pela saúde”

## CARACTERIZAÇÃO DAS ATIVIDADES

### ATIVIDADE Nº1:

**Nome da atividade:** “Todos à mesa” – Mega lanche

**Tipologia da atividade:** Concurso de mesas

**Critérios a observar:** Qualidade / equilíbrio nutricional dos alimentos apresentados

Criatividade na apresentação das mesas

**Responsável e coordenador da turma:** Diretor de Turma (solicitar a ajuda de algumas mães com disponibilidade)

**Composição do Júri:** a definir

**Destinatários:** Todas as turmas (inscrição prévia)

**Outros agentes envolvidos:** Encarregados de educação, APEEMR, técnicos da dieta mediterrânica.

**Local:** Átrio da escola

### ATIVIDADE Nº2:

**Nome da atividade:** “Vamos fintar a doença”

**Tipologia da atividade:** Rastreios diversos : **Visual** (confirmado). **Oral** (confirmado). **Terapia de Fala** (confirmado). **Psicologia** (confirmado). **Psicomotricidade** (confirmado). **Auditivo** (confirmado) **Eletrocardiograma** (confirmado) **Identificação do grupo sanguíneo** (confirmado). Outros aguardam confirmação.

**Agentes envolvidos:** Entidades da Saúde: UCC, HDS; Óticas; Gabinete de Psicologia

**Atividade de saúde ambiental:** “Dia da árvore” – Plantação de árvores

### **Destinatários:**

- Todos os alunos
- Docentes e Funcionários do Agrupamento
- Pais e Encarregados de Educação

### **ATIVIDADE Nº3:**

**Nome da atividade:** “ Eu e os outros. Emoções no namoro”

**Tipologia da atividade:** Jogo – “O amigo secreto”. Atividade interativa “Olhar para os outros”. Teatro debate. Palestras. Mural “Jardim dos afetos” – Inglês. Venda de bolos e flores com mensagens de afeto. Atividades diversas.

**Destinatários:** Todas as turmas (inscrição prévia)

**Outros agentes envolvidos:** Técnicos. PSP. APAV. CRI. Grupo de Inglês da MR. APEEMR

### **Metodologia para implementar o jogo “O amigo secreto”:**

- Dar a conhecer a todos os alunos as regras do jogo.
- Todos os alunos escrevem uma frase, na aula de Ciências, que configure uma mensagem positiva a ser entregue a alunos/as de outras turmas.
- Todos os alunos devem participar.
- Entrega a frase ao professor de CN que, por sua vez, as reúne no ponto de recolha (Biblioteca).
- No dia e hora indicada, o delegado de turma vai levantar o envelope que se destina à sua turma, entrega ao professor e este distribui.

**Objetivo da atividade:** Utilizar as frases para explorar a temática dos relacionamentos/afetos. Esta atividade pode ser explorada e sumariada como parte integrante das aulas destinadas à temática da “Educação Sexual”.

### **ATIVIDADE Nº4:**

**Nome da atividade:** “Juntos pela Saúde”

**Tipologia da atividade:** Uma caminhada pela cidade privilegiando o centro histórico. Os alunos podem transportar cartazes com frases ou dicas alusivas à saúde, tanto na vertente da atividade física como alimentação ou outras.

**Destinatários:** Todas as turmas (inscrição prévia).

**Outros agentes envolvidos:** Encarregados de Educação, famílias, APEEMR, PSP.