

Instituição Proponente



Instituição de Acolhimento



Instituições Participantes



Instituto Politécnico de Viseu

Escola Superior de Saúde

Unidade de Investigação em Ciências da Saúde e da Educação (UniCiSE)

Projeto MaiSaúdeMental

Monitorização e Avaliação dos Indicadores de Saúde Mental das Crianças e Adolescentes:
da Investigação à Prática

(Referência: Centro – 01-0145-FEDER-023293)

Atividade Dia do Nariz Vermelho Dia da Criança



O responsável da atividade

Maria Odete Pereira Amaral



Instituto Politécnico de Viseu
Escola Superior de Saúde
Unidade de Investigação em Ciências da Saúde e da Educação (UniCiSE)

Projeto MaiSaúdeMental

Monitorização e Avaliação dos Indicadores de Saúde Mental das Crianças e Adolescentes:
da Investigação à Prática

(Referência: Centro – 01-0145-FEDER-023293)

Atividade Dia do Nariz Vermelho

Descrição das Atividades

No dia 1 de junho de 2018 inserido no projeto MaiSaúdeMental participámos no dia do Nariz Vermelho 2018 - dia da criança.

A comemoração do Dia do Nariz Vermelho 2018 teve o foco na área da saúde com a dinamização de atividades que contribuam para o Bem-Estar das Crianças no contexto global da Promoção da Saúde Mental e Prevenção da Violência.

Assim, desenvolvemos atividades com crianças do pré-escolar e 1º Ciclo da Escola Básica Aquilino Ribeiro que pertence ao Agrupamento de Escolas Infante D. Henrique de Viseu, parceiro do Projeto MaiSaúdeMental da ESSV (conforme cartaz em anexo).

Público alvo: 70 crianças do Pré-escolar e 218 crianças do 1º ciclo da Escola Aquilino Ribeiro.

Plano do dia 1 de junho

8:00-9:00 horas – Final da preparação dos materiais e locais exteriores na Escola Aquilino Ribeiro para a dinamização das atividades.

9:00-10:00h – Apresentação e explicação, em cada turma (num total de 12 turmas), das atividades a desenvolver no dia da criança (Anexo 1).

10:00-10:20h – Hora do lanche da manhã para todas as crianças.



10:30–12:00 h – Desenvolvimento de jogos tradicionais.

12:00–13:00 h – Jogos de eliminatórias (jogo andebol, futebol, mata e voleibol). A importância do jogo em equipas e saber ganhar e perder.

Dinamização de jogos tradicionais com as crianças (jogo do elástico, jogo da corrida a três pés, jogo do limbo, jogo da colher de pau e o jogo da corrida com bolas de trapos, jogo do lenço, ...) utilizados para reflexão sobre a importância de ser feliz, dos sentimentos, das atividades em grupo, para um bem-estar.

Recorremos aos jogos tradicionais como ferramenta educacional e aproveitando a ALEGRIA como Estratégia para a Promoção da Saúde.

13:00 – 14:00 h – Hora do almoço.

14:00 – 14:25 h - Hora de preparação das atividades da tarde.

14:30 – 15:15 h – Reflexão, em cada sala de aula, na e sobre as actividades e desenvolvimento de atividades

Reflexão na e sobre as atividades, atitudes, comportamentos e emoções sentidas pelas crianças no período da manhã. A importância dos jogos em equipa valorizando o lado construtivo do humor, aprendendo a lidar com os elogios, críticas e 'aceitar perder é fundamental para o bem-estar'. Promover a saúde com alegria fortalece o exercício da cidadania e o riso é um elemento que pode e deve ser incorporado como ferramenta de Promoção da Saúde.

Em cada sala de aula, depois da reflexão, promovemos a atividade dos potes das emoções; da corda das emoções (esta apenas com os alunos do 4º ano) e a atividade dos elogios.

15:25 horas – Afixação das cordas das emoções no exterior da Escola Aquilino Ribeiro.

Entrega de um certificado (Anexo 2) de participação a todos os alunos e de um balão vermelho.



Estas atividades foram desenvolvidas com a colaboração de *estudantes do 32.º CE Turma A*, conforme tabela anexa.

| Nome dos estudantes | |
|---|---|
| 1. Alexandre José Diogo Nogueira | 35. Rúben Filipe Barbedo Ribeiro |
| 2. Alison Mélanie da Silva | 36. Rúben José Figueiredo Dias |
| 3. Ana Filipa Rodrigues Pereira | 37. Sandra Isabel Carvalho Sobreira |
| 4. Ana Flávia Toipa da Silva Ferreira | 38. Sibila Vanessa da Silva Almeida Gonçalves |
| 5. Ana Raquel Rodrigues Rocha | 39. Susana Isabel Soares Pereira |
| 6. Carolina Ribeiro Gonçalves | 40. Tiago Rafael Fernandes Soares |
| 7. Carolina Rodrigues Santos Capela | 41. Vânia Fernandes Monteiro |
| 8. Daniela Mendes Pina Lopes | 42. Juliana Silveira Maurício |
| 9. Débora Raquel Amaral Cabral | 43. Inês Lopes Pádua |
| 10. Diana Filipa Sousa Pinto Caessa | |
| 11. Diana Isabel da Rocha Oliveira | |
| 12. Elisabete Lourenço Ferreira | |
| 13. Eunice José Carvalho Nogueira de Seixas | |
| 14. Inês João Rodrigues Trigo | |
| 15. Inês Óscar Fragoso Alves | |
| 16. Joana Filipa Pinto Rocha | |
| 17. Joana Rafaela Magalhães Coutinho Ferreira | |
| 18. Joana Rita Lopes Ferreira | |
| 19. Leonor Seixas da Silva | |
| 20. Licínia Patrícia Sequeira Duarte | |
| 21. Mafalda Sofia Rodrigues Mendes | |
| 22. Maria Catarina Santos Silva | |
| 23. Maria Elisabete da Silva Gomes | |
| 24. Maria Teresa Sá de Andrade Moura Pega | |
| 25. Mariana Correia Gonçalves | |
| 26. Mariana Francisco Soares Correia | |
| 27. Mariana Rafaela de Jesus Matos Correia | |
| 28. Melissa Alexandra dos Santos Figueiredo | |
| 29. Nancy Pereira Peixoto | |
| 30. Pedro Miguel Carvalho Alves | |
| 31. Rafael da Costa Barreiros | |
| 32. Raquel Cristina Lourenço Alves | |
| 33. Rita Alexandre Varanda da Cunha Vasconcelos | |



Instituto Politécnico de Viseu
Escola Superior de Saúde
Unidade de Investigação em Ciências da Saúde e da Educação (UniCiSE)

Atividade Dia do Nariz Vermelho

2. REGISTO DAS ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

| Dia / Hora | Descrição actividade | Rubrica do Formador |
|--------------------------------|--|---------------------|
| 1.06.2018 8:00-10:00 h | <p>Final da preparação dos materiais e locais exteriores na Escola Aquilino Ribeiro para a dinamização das atividades.</p> <p>Apresentação e explicação, em cada turma (num total de 12 turmas), das atividades a desenvolver no dia da criança.</p> | |
| 1.06.2018 10:30-13:00 h | <p>Jogos tradicionais</p> <p>Dinamização de jogos tradicionais como ferramenta educacional e utilizando a ALEGRIA como Estratégia para a Promoção da Saúde e prevenção da violência.</p> | |
| 1.06.2018 14:00-16:00 h | <p>Reflexão na e sobre as atividades, atitudes, comportamentos e emoções sentidas pelas crianças no período da manhã.</p> <p>A importância dos jogos em equipa valorizando o lado do humor, aprendendo a lidar com os elogios, com as críticas e ‘aceitar perder’.</p> <p>Promover a saúde com alegria fortalece o exercício da cidadania e o riso é um elemento que pode e deve ser incorporado como ferramenta de Promoção da Saúde.</p> <p>Realização das atividades: potes das emoções; corda das emoções (esta apenas com os alunos do 4º ano) e a atividade dos elogios.</p> | |



Instituto Politécnico de Viseu
Escola Superior de Saúde
Unidade de Investigação em Ciências da Saúde e da Educação (UniCiSE)

ANEXO 1

Atividade Dia do Nariz Vermelho

Distribuição dos estudantes do 32º A CE da ESSV pelas turmas da Escola Aquilino Ribeiro.

Pré-Escolar:

Sala 1 (20 alunos): Vânia Monteiro, Mafalda Mendes, Carolina Capela

Sala 2 (25 alunos): Susana Pereira, Sandra Sobreira, Ana Raquel Rocha

Sala 3 (25 alunos): Pedro Alves, Carolina Ribeiro

1º Ciclo:

1 A (22 alunos): Ana Filipa Pereira, Maria Gomes, Inês (Programa Grão Vasco), Juliana (Programa Grão Vasco)

2 A (26 alunos): Leonor Silva, Tiago Soares, Maria Catarina Silva, Maria Correia Gonçalves

2 B (25 alunos): Maria Teresa Pega, Joana Rafaela, Eunice Seixas, Mariana Correia

3 A (20 alunos): Daniela Lopes, Débora Cabral, Elisabete Ferreira

3 B (26 alunos): Alison Silva, Rita Vasconcelos, Sibila Gonçalves, Rafael Barreiros

3 C (26 alunos): Melissa Figueiredo, Joana Rocha, Nancy Peixoto

4 A (26 alunos): Inês Trigo, Licínia Patrícia, Ruben Dias

4 B (21 alunos): Ana Flávia, Joana Rita, Diana Oliveira

4 C (21 alunos): Inês Alves, Mariana Francisco, Diana Caessa, Alexandre Nogueira