



Hrithik Roshan
Ator

Um começo saudável

Assunto

Ciência (Saúde), Linguagem e Alfabetização

Resultado do Aprendizado

- Determinar o que é considerado uma boa saúde
- Encontrar formas de praticar a boa saúde
- Explorar e lembrar a importância de cuidar de si mesmo
- Desenvolver e melhorar a estrutura de frases e a gramática, discutindo o tema da boa saúde

Preparação

- Leia e prepare a projeção da apresentação do PowerPoint ou imprima os slides (apêndice 2)
- Imprima o Mapa do Mundo (apêndice 3)

Nota: Esta lição trata de algumas questões sensíveis, professores devem pensar sobre as experiências e necessidades de seus alunos. Veja o apêndice 1

Tempo Total:

60
mins

Faixa Etária:

8-11
anos de idade

3 GOOD HEALTH



A Maior Lição do Mundo é um projeto de educação colaborativa para dar apoio ao anúncio dos Metas Globais para o Desenvolvimento Sustentável das Nações Unidas. O projeto é uma prova viva da importância do Objetivo Global 17 "Parcerias para os Objetivos" e não teria sido possível sem a ajuda de todos os nossos parceiros que trabalham conosco e entre si.

Graças à nossa Equipa Fundadora:



Produzido Por:



Distribuído Por:



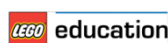
Traduzido Por:



Entregado Por:



E agradecimentos especiais para aqueles que trabalharam conosco em todo o mundo:



Para mais informações sobre como ensinar as Metas, visite: <http://escola.britannica.com.br/>



- Escrever a definição para os alunos verem. Aqui está um exemplo, tal como definido pela Organização Mundial de Saúde: "A saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não meramente a ausência de doença ou enfermidade." Uma definição mais fácil para crianças: "A saúde é o bom estado do corpo e da mente sem doença ou enfermidade".

Fonte: <http://www.who.int/about/definition/en/print.html>

Diferenciação e Alternativas

Em vez de fazer uma definição, criar um gráfico de bolhas (isto pode ser mais fácil para os alunos mais jovens). Colocar a saúde no círculo do meio e colocar as características ou as coisas associadas com boa saúde ao lado.

Atividade de Aprendizado

20
mins

Leia os slides sobre problemas de saúde globais. Se desejar, escolher alguns temas específicos para focar.

Destaque que muitas pessoas sofrem dos mesmos problemas de saúde com que lidamos todos os dias (tosse, dor de estômago, alergias, etc.). Há também muitas pessoas que sofrem de doenças ou doenças que são mais comuns em regiões específicas do mundo (por exemplo, malária) e, por vezes, uma região pode ter um surto específico de uma doença (por exemplo, Ebola).

Alguns países não têm recursos e medicamentos adequados para corrigir esses problemas de saúde e muitas vezes eles se transformam em algo maior. Todo mundo precisa de saneamento, água potável e condições básicas de saúde para sobreviver como nós fazemos. Toda a pessoa tem direito a essas coisas.

Use o apêndice do mapa do mundo. Depois de ler e discutir, faça os alunos trabalharem juntos em pares para escrever em notas adesivas suas ideias para resolver os problemas mundiais de saúde e promover o direito de todos à melhor saúde possível.

Incentive os alunos a manter estes no mapa do mundo.

Diferenciação e Alternativas

Para crianças mais velhas, tenha uma lista de algumas das questões globais de saúde (saúde mental, câncer, AIDS, saúde materna, guerra e Ebola), incluindo as necessidades e direitos básicos para todos, como água limpa, comida e saneamento. Quebre os alunos em pequenos grupos ou trabalhem juntos como uma classe para se concentrar na pesquisa de uma questão. Você terá de fornecer recursos adicionais ou acesso à internet para pesquisa [link para o banco de recursos]. Os alunos podem então se reunir para compartilhar informações e ideias específicas para a promoção do direito à saúde para todos, em todos os lugares. Discutir soluções que funcionam na direção aos Objetivos. Você pode querer explorar a Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos da Criança (especificamente o artigo 12 e artigo 24).

Atividade de Aprendizado

10
mins

Faça os alunos escreverem 2-3 sentenças (em seu jornal ou em uma folha de papel separada) sobre como eles planejam se manter saudáveis e o que eles querem fazer como um grupo para ajudar a resolver problemas de saúde globais. Como um guia, eles podem usar as frases que criaram no início da atividade. Talvez exibí-las em volta da sala de aula.

Tome uma atitude em relação aos Objetivos Globais

Como educador você tem o poder de canalizar as energias positivas dos alunos e ajudá-los a acreditar que não estão desamparados, que a mudança é possível, e que podem conduzi-lo.

O *Design For Change* (Projetar para a Mudança) Desafio Escola "Eu Posso" convida as crianças a tomar uma atitude, fazer mudanças para si mesmos e compartilhá-las com crianças em todo o mundo.

Viste www.dfcworld.com para começar.

Para baixar um pacote de aprendizado *Design For Change* ou um pacote de conselhos simples para que os jovens tomem uma atitude própria visite www.globalgoals.org/worldslargestlesson

DESIGN *for*
CHANGE

Para mais informações sobre os problemas de saúde discutidos:

- Leia plano de ação saúde mental da Organização Mundial da Saúde: http://www.who.int/mental_health/publications/action_plan/en/
- Caminho rápido para acabar com a AIDS em 2030: http://www.unaids.org/en/resources/presscentre/pressreleaseandstatementarchive/2014/november/20141118_PR_WAD2014report
- Planilha de fatos da OMS sobre o câncer: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs297/en/>
- Projeto Atlas Malária: <http://www.map.ox.ac.uk/>
- Mães são Importantes: <https://www.tes.co.uk/teaching-resource/mothers-matter-6070865> Este PDF descreve os problemas com a saúde materna e inclui atividades para ação.
- Mitos, Estigma, e a Consciência sobre HIV (para alunos mais velhos): <http://globaldimension.org.uk/resources/artigo/2221>
- Ler mais em: <http://www.intrahealth.org/page/top-10-global-health-issues-to-watch-in-2015>

Convenção da ONU sobre os Direitos da Criança

- Artigo 24: " As crianças têm direito a cuidados de saúde de qualidade, água potável, alimentos nutritivos e a um ambiente limpo, para que possam ficar saudáveis. Os países ricos devem ajudar os países mais pobres a atingir este objetivo" (versão simples para as crianças)

Pacto Internacional sobre Direitos Culturais, Sociais e Econômicos (para crianças e adultos):

- Artigo 12: Toda pessoa tem direito ao melhor nível possível de saúde física e mental (simplificado)

As discussões que você tem com seus alunos nesta lição precisam ser tratadas com sensibilidade e com consideração dada aos históricos e experiências dos alunos. Você precisa fazer da sala um lugar "seguro" para seus alunos possam compartilhar suas ideias e até mesmo experiências. Alguns alunos podem querer ser dispensado de determinadas discussões e isso deve ser respeitado. Você pode encontrar as seguintes fontes de consulta [provavelmente mudar o apêndice], sobre como abordar temas controversos nas salas de aula.

- Guia da Oxfam do Reino Unido para Ensinar Questões Polêmicas - https://www.oxfam.org.uk/~media/Files/Education/Teacher%20Support/Free%20Guides/teaching_controversial_issues.ashx
- O guia do Associação Histórica sobre o Ensino de Histórias Emotivas e Polêmicas <http://globaldimension.org.uk/resources/item/1522>
- Muitos professores acham que as técnicas de Filosofia para Crianças são úteis ao lidar com discussões dessa natureza, você pode ler mais aqui - <http://globaldimension.org.uk/news/item/13650>

Um Começo Saudável

Dê uma olhada nas fotos nos próximos slides. Quais são algumas observações que você tem? Existem quaisquer semelhanças ou diferenças entre as imagens?

O que você nota nessas imagens?



Estas crianças parecem felizes ou tristes?



Como você acha que eles estão se sentindo?



Você gostaria de se sentir desta forma?

O que você nota nessas imagens?



Estas crianças parecem felizes ou tristes?



Como você acha que eles estão se sentindo?



Você gostaria de se sentir desta forma?

O que significa ser saudável?

Há muitas maneiras que podemos manter nosso corpo saudável

- **Exercício:**

É importante se manter ativo, a fim de manter-se saudável. Faça algo divertido com seus amigos e divirta-se um pouco. Existem muitas maneiras de se exercitar durante todo o dia, como brincar no recreio, correr ou praticar esportes.



Você consegue pensar em outras formas de exercício?

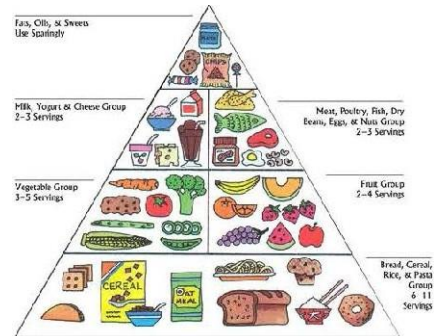
O que significa ser saudável?

Há muitas maneiras que podemos manter nosso corpo saudável

- **Coma alimentos saudáveis**

É importante manter uma dieta equilibrada e ter certeza de obter vitaminas e minerais suficientes. Beber água também é importante para se manter hidratado.

A pirâmide alimentar recomendar o consumo diário de 40% de pão, cereais, grãos ou massa, consumo de 30% de frutas e vegetais, ingestão de 20% de proteína, e muito pequenas quantidades de gorduras, óleos e açúcares.



O que significa ser saudável?

Há muitas maneiras que podemos manter nosso corpo saudável

- **Descanse bastante**

Seu corpo e cérebro precisam de sono para ser capaz de funcionar corretamente. Dormir ajuda a crescer e mantém o seu sistema imunológico funcionando corretamente para que você não fique doente. Sem sono, não seríamos capazes de fazer nada durante o dia.



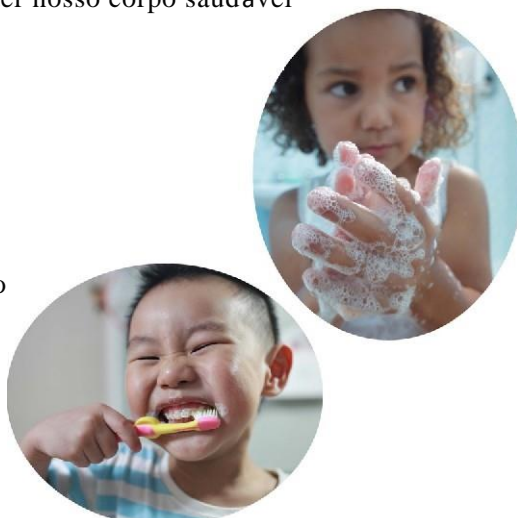
O que significa ser saudável?

Há muitas maneiras que podemos manter nosso corpo saudável

- **Cuide bem do seu corpo**

Tome uma ducha ou banho regularmente e escove os dentes todos os dias.

Evite colocar substâncias tóxicas em seu corpo, como o álcool, tabaco ou outras drogas. Estas substâncias podem ser perigosas para as crianças (e às vezes adultos).



O que fazer se você ficar doente?

- Comer bem e descansar bastante
- Visite um médico
 - O médico pode dar remédios ou outras dicas para ajudá-lo a ficar melhor
- Se houver uma emergência, ligue para serviços de emergência
 - Você sabe o número a ser chamado ou como obter ajuda?

Confira este site para mais informações e dicas sobre como se manter saudável:

http://kidshealth.org/kid/stay_healthy/#cat118

Problemas de saúde em todo o mundo

- **Saúde Mental:**

- Nossa saúde mental impacta na maneira que pensamos e interagimos com os outros e aproveitamos a vida. Depressão, abuso de substâncias e outros transtornos de saúde mental afetam ambos tanto os países ricos como pobres.

- **Câncer**

- Câncer mata mais pessoas em países com renda baixa e média do que a AIDS, malária e tuberculose juntas
- Há muitos tipos diferentes de câncer que podem nos afetar, ele é causado quando as células mudam de maneira anormal e se dividem e crescem rapidamente

Problemas de saúde em todo o mundo

- **HIV/Aids:**

- Esta doença reduz o sistema imunológico do corpo, o que aumenta sua chance de contrair uma infecção. Muitas pessoas que vivem com HIV/Aids hoje nem sequer sabem que são soro positivo de HIV, então eles não estão cientes que podem passá-lo a outros.

- **Saúde materna**

- Muitas mulheres não têm acesso a recursos adequados para ter crianças com segurança. Devido a isso, muitas mulheres podem ficar doentes ou morrer durante o parto, por causas facilmente evitáveis.

Problemas de saúde em todo o mundo

- **Guerra e conflitos:**
 - A guerra e a violência em alguns países podem tornar hospitais e outros profissionais de saúde em alvos de violência
 - Viver em uma zona de guerra pode causar danos psicológicos duradouros, como o distúrbio do estresse pós-traumático
- **Ebola:**
 - Em 2014, mais de 8.000 pessoas morreram de Ebola
 - Ebola é um vírus infeccioso que se espalha com o contato de fluidos corporais. Se não tratada, pode levar à desidratação grave e morte
- **Malária:**
 - Ocorre em mais de 100 países e causa cerca de 1 milhão de mortes por ano
 - Ela é transmitida quando alguém é mordido por um mosquito que está infectado com malária
 - O risco de malária pode ser reduzido, por exemplo, através do uso de medicamentos e mosquiteiros
 - Malária é tratável e pode ser curada

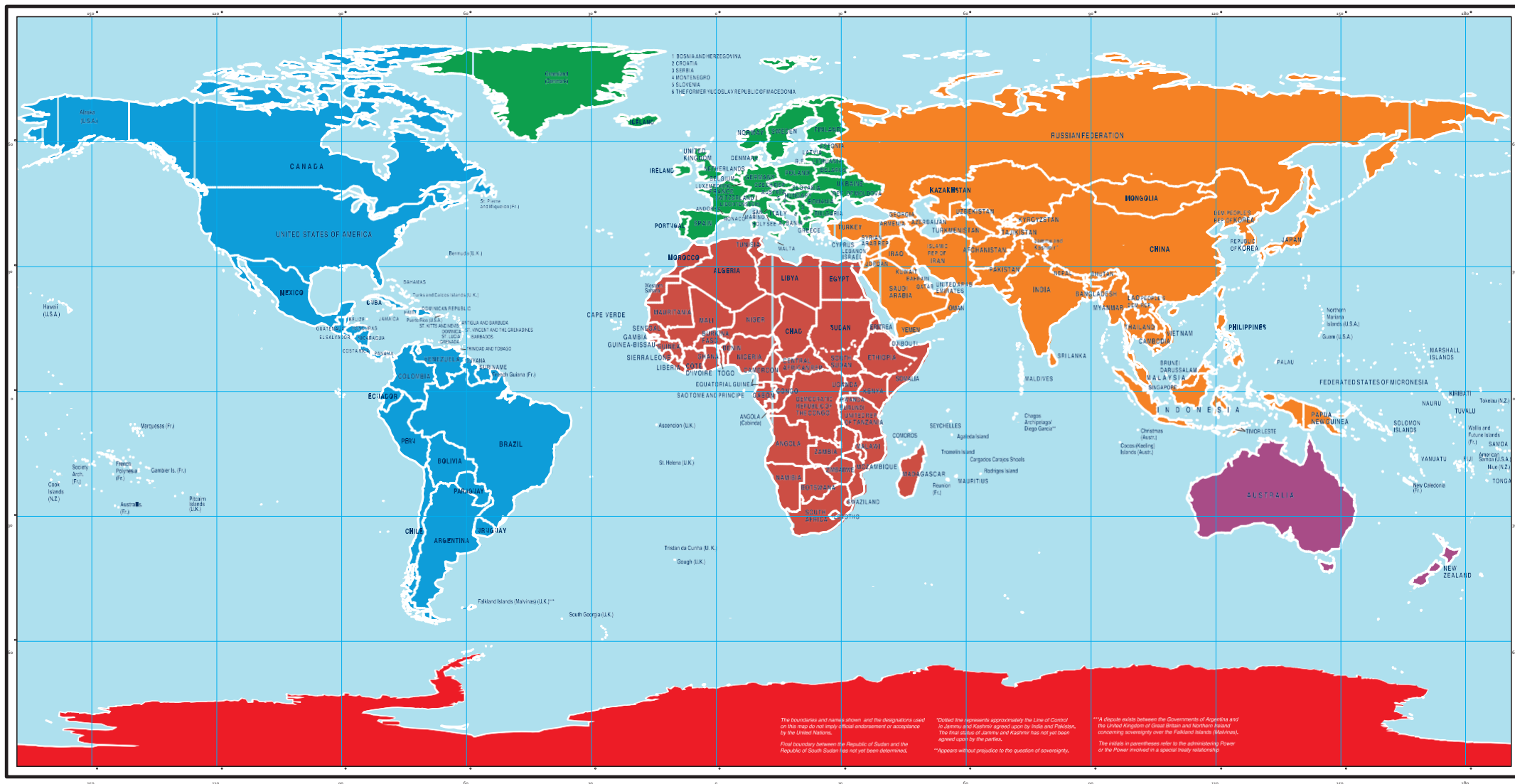
O que você vai fazer?

- Escreva sobre o que você vai fazer para se manter saudável.
- Em seu diário, escreva 2-3 frases sobre você suas ideias para ajudar a melhorar os problemas de saúde globais



WORLD'S LARGEST LESSON

in partnership with 



ATIVIDADES DE EXTENSÃO e RECURSOS

Site de Saúde de Crianças:

- http://kidshealth.org/kid/stay_healthy/#cat118
- Este site tem muitos artigos sobre temas específicos sobre como ficar saudável. Atribuir artigos para leitura a grupos de alunos ou leia junto como a classe.

Plano de Alimentos:

- Peça aos alunos que pensam em alimentos ou lanches que são saudáveis e bom som para comer. Permitir que os alunos elaborem nomes criativos para seus alimentos.
- Criar um cardápio da classe com alimentos saudáveis de todos. Enviá-lo para casa para que os alunos possam ter as receitas de todos.

Veja o que outras pessoas estão fazendo para promover a saúde global através da leitura de alguns estudos de caso:

- Saneamento em Uganda: <http://www.sendacow.org.uk/lessonsfromafrica/resources/hygiene-gallery>
- Este site mostra como as pessoas em Uganda usam o saneamento para se manter saudáveis.
- Faça uma torneira reciclável para lavar as mãos: <http://globaldimension.org.uk/resources/item/1982>

UNICEF

- Este site tem áudio, vídeo, folhas de leitura e atividades e mais planos de aula sobre a saúde mundial: <http://teachunicef.org/explore/topic/health>, sobre água e o meio ambiente: <http://teachunicef.org/explore/topic/water-and-environment> e sobre HIV/AIDS (para alunos mais velhos): <http://teachunicef.org/explore/topic/hivaids>