



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS ROMEU CORREIA



FelizMente

Promoção do desenvolvimento de competências socio emocionais



2023/2027

1- FELIZMENTE- PROMOÇÃO DO DESENVOLVIMENTO DE COMPETÊNCIAS SOCIO EMOCIONAIS

COORDENADORA

Marta Serôdio- Grupo 110

PROFESSORES DINAMIZADORES E RESPETIVAS ESCOLAS ENVOLVIDAS

Fernanda Mendes- Grupo 110

Sandra Praia- Grupo 110- EB Vale Flores- 1ªA

Ana Sofia Carvalho- Grupo 110- EB Vale Flores-1ªB

Inês Simões- Grupo 110- EB Feijó 1- 1ªA

Fernanda Gomes- Grupo 110- EB Feijó 1-1ªB

Inês Silva- Grupo 110- EB Feijó 2-1ªA

Susana Correia- Grupo 110- EB Feijó 2-3ªA

Palmira Ferreira- Grupo 110- EB Alembração- 4ªA

OUTROS INTERVENIENTES

SPO (Serviço de Psicologia e Orientação) AERC

1 Encarregada de Educação turma 1ªAF2

Paula Moreira- Grupo 120

ÁREAS DE CONHECIMENTO

Português

Inglês

Estudo do Meio

Expressão Artística

Cidadania e Desenvolvimento

TEMAS

1º ano

1-Autoestima e autoconceito positivos

2-Comunicação eficaz e assertiva

3-Relações saudáveis- cooperação, empatia e ética

4º ano

- 1- Relações saudáveis
- 2- Cooperação e empatia
- 3-Desenvolvimento de recursos
- 4-Transformação de desafios em oportunidades

Cidadania e desenvolvimento:

- Saúde- saúde mental e prevenção da violência
- Interculturalidade- diversidade e identidade cultural
- Afetos-relações afetivas

2- PÚBLICO ALVO

- ✓ Alunos do 1º Ciclo – 1º ano- 111 alunos
- ✓ Alunos do 1º Ciclo – 3º ano- 24 alunos
- ✓ Alunos do 1º Ciclo – 4º ano- 26 alunos

- ✓ Encarregados de Educação- turma 3ºAF2 e 4ºAA

3- ENQUADRAMENTO

FelizMente, está alicerçado na visão de uma Educação Positiva que tenciona promover o bem-estar e a felicidade numa perspetiva holística na sala de aula e na escola, proporcionando às crianças/jovens conhecimento e habilidades de vida para florescer na sua vida atual e futura.

Sendo a mudança e adversidade constantes da nossa existência, considera-se que:

A escola pode ser facilitadora do treino das competências socio emocionais dos alunos, dotando-os da resiliência necessária para lidar com a adversidade/mudança.

“Se as crianças aprenderem a ver os benefícios da adversidade como uma forma de desenvolverem características positivas, tais como a coragem e a persistência, ao invés de se concentrar apenas sobre os efeitos negativos, é possível obter um impacto significativo na sua capacidade de se tornarem resilientes, desenvolvendo uma abordagem positiva às adversidades e um estilo de vida ativo e otimista.” (Manuais RESCUR, 2015)

Ajudar as crianças a desenvolver as competências necessárias para lidar com as mudanças e as transições com sucesso, através da compreensão pessoal dos seus pontos fortes (recursos) e das suas necessidades, potencia a promoção de um processo positivo de crescimento.

O projeto foi implementado, no ano letivo anterior, em duas turmas (3º e 4º ano), com o objetivo de facilitar a mudança de escola que ocorre nas turmas do 3º ano da F2 para a Alembração no 4º ano.

O desenvolvimento deste projeto no ano letivo anterior possibilitou uma melhor preparação de crianças e pais para esta transição.

Neste 2º ano da sua aplicação pretende-se:

- Dar continuidade ao trabalho realizado com a turma do 3º ano da Escola Feijó nº 2, agora 4º A da Escola Alembração, passando a ser, estes, os facilitadores da mudança dos alunos do 3º ano da F2, neste ano letivo;
- Alargar esta ação às turmas iniciais de ciclo- 1º ano, com o objetivo de estabelecer um trabalho contínuo que proporcione tanto o autoconhecimento e autoconsciência como regulação necessários a lidar com a adversidade, potenciando o desenvolvimento de características positivas, tais como a empatia, coragem e resiliência, com vista a um estilo de vida consciente, ativo e otimista.

Este projeto terá impacto no Agrupamento ao contribuir para a implementação de uma prática pedagógica inovadora, em que a sua conceptualização e intervenção assenta na área da promoção da Saúde e do Bem-Estar, a partir de um ambiente de qualidade, fundado em relações positivas e numa comunicação eficaz, promovendo o desenvolvimento de competências pessoais e sociais nos alunos do nosso agrupamento, enquadrada nos seguintes eixos de ação:

- Identidade- Desenvolver a consciência de ser uma pessoa única.
- Comunicação- Comunicar de forma positiva, eficaz e assertiva.
- Emoções- Desenvolver o autoconhecimento na sua dimensão emocional e desenvolver a literacia emocional.
- Interação- Construir relações positivas com os outros e com o meio ambiente.
- Valores- Desenvolver os valores de cidadania, de solidariedade e de respeito pelas diferenças.
- Resiliência- Adotar comportamentos resilientes.

É ambição do projeto que exista a possibilidade de dar continuidade à sua implementação ao longo do 1º ciclo, tanto nas turmas que iniciam este no letivo, como nos próximos anos letivos, com as turmas do 1º ano. Tornando-se, assim, um projeto a implementar ao longo do 1º ciclo do agrupamento.

As atividades de cada sessão são realizadas pelos professores titulares de turma em coadjuvação com equipa do projeto, neste ano letivo (2023/2024). Nos anos letivos subsequentes, será prestado apoio aos titulares de turma através da disponibilização e explicação das atividades, pela coordenadora do projeto. Será operacionalizado pelos professores titulares de turma.

No final deste ano letivo, será elaborado, pela coordenadora do projeto, um livro de atividades que será disponibilizado, no início de cada ano letivo, aos professores aderentes ao projeto.

4- OBJETIVOS

Objetivos gerais:

- Promover o desenvolvimento de competências emocionais, sociais e de resiliência;
- promover o comportamento positivo e pró-social e as relações saudáveis;
- promover a saúde mental e o bem-estar, principalmente das crianças mais vulneráveis;
- melhorar o envolvimento académico, a motivação e a aprendizagem.

Objetivos específicos:

- Promover a articulação entre as diferentes escolas do AERC.
- Fortalecer a relação escola-família.
- Desenvolver competências de resolução de conflitos e construção de pontes.
- Desenvolver o comportamento pro-social.
- Promover relações e clima escolar positivos.
- Formar para a empatia, partilha, cooperação e trabalho de equipa.
- Desenvolver o autoconceito e autoestima positivos.
- Promover a utilização dos recursos no envolvimento académico e social.
- Dotar os alunos de ferramentas para lidar com a adversidade; lidar com mudanças e transições.

Objetivos do Projeto Educativo do Agrupamento:

- Formar para os valores e para a participação cívica e social dos alunos.
- Estimular atitudes e comportamentos de respeito pelo Outro, de responsabilidade, de cidadania e de promoção da solidariedade.
- Aprofundar a ligação entre a escola e a comunidade.

5- METODOLOGIA E CRONOGRAMA DE ATIVIDADES/AÇÕES

O projeto desenvolve-se em 3 campos de ação em **forma de OFICINA:**

Oficina FelizMente

Turmas do 1º Ano- desenvolvimento de atividades em sala de aula, com uma periodicidade quinzenal, num total de 12 sessões- 4 sessões por tema: 1 Autoestima e autoconceito positivos; 2 Comunicação eficaz e assertiva; 3 Relações saudáveis- cooperação, empatia e ética.

Turma do 4ºAA- desenvolvimento de atividades em sala de aula, na turma 4ºAA, com uma periodicidade quinzenal. Serão desenvolvidas 8 sessões- 2 sessões por tema: 1 Relações saudáveis; 2 Cooperação e empatia; 3 Desenvolvimento de recursos; 4 Transformação de desafios em oportunidades.

Oficina Pontes

Turma 4ºAA e 3ºAF2- Realizar-se-ão duas sessões conjuntas, na Escola Básica 2, 3 Alembança, uma no final do Tema 2 e a outra no final do Tema 4.

Nestas sessões será desenvolvido um trabalho colaborativo em que se abordam as questões trabalhadas em cada tema.

Oficina Uma Escola

1º Ano- Atividade conjunta dos alunos participantes no projeto para apresentação à comunidade (forma de apresentação a definir por escola).

4º Ano- Atividade desenvolvida na EB Alembança em que os pais do 4ºAA acolhem os pais do 3ºAF2 e desenvolvem uma atividade colaborativa e visita guiada.

Cronograma das atividades								
ETAPAS/ATIVIDADES CALENDARIZAÇÃO								
	nov	dez	jan	fev	mar	abr	mai	jun
Apresentação do projeto e das atividades aos professores titulares de 1º ano.								
Apresentação do projeto e das atividades aos professores titulares de 3º AF2 e 4ºAA.								
Desenvolvimento das atividades- Oficina FelizMente 1º ano-12 sessões/turma								
Desenvolvimento das atividades- Oficina FelizMente 4º ano-8 sessões								
Desenvolvimento das atividades- Oficina Pontes- 3ºAF2 e 4ºAA								
Desenvolvimento das atividades-Oficina Uma Escola								

DESENVOLVIMENTO DO PROJETO

OFICINA FelizMente

Turmas do 1º Ano

A Oficina **FelizMente** será implementada através do desenvolvimento de atividades em sala de aula, com uma periodicidade quinzenal, num total de 12 sessões.

Turma do 4ºAA

A Oficina **FelizMente** será implementada através do desenvolvimento de atividades em sala de aula, na turma 4ºAA. Serão desenvolvidas 10 sessões- duas sessões por tema e duas sessões de articulação com a turma 3ºAF2.

Cada sessão terá a duração de uma hora e meia.

Cada atividade consiste nas seguintes etapas:

- ✓ Atividade de *mindfulness*- atividade de foco na respiração, sensações, movimento ou num determinado pensamento, guiada pela professora e com a duração de 3 a 5 minutos.
- ✓ Narração de uma história focada num problema;
- ✓ Debate a partir da transferência da problemática da história para a vida real.
- ✓ Complemento da atividade, trabalho individual, a pares ou pequeno grupo, onde se incluem desenhos, jogos de regras, jogos psicomotores, canções, dramatizações e fichas de atividade.
- ✓ Atividade para casa: trabalho feito com a família relativo ao tema trabalhado na sessão, utilizando as fichas elaboradas para o efeito. Este trabalho será desenvolvido apenas em algumas atividades.
- ✓

OFICINA Pontes

Turma 4ºAA e 3ºAF2- 2 sessões:

Realizar-se-ão duas sessões conjuntas, na Escola Básica 2, 3 Alembrança, uma no final do Tema 2 e a outra no final do Tema 4.

Nestas sessões será desenvolvido um trabalho colaborativo em que se abordam as questões trabalhadas em cada tema.

OFICINAS Uma Escola

1º Ano- Atividade conjunta dos alunos participantes no projeto para apresentação à comunidade.

4º Ano- Atividade desenvolvida na EB Alembrança em que os pais do 4ºAA acolhem os pais do 3ºAF2 e desenvolvem uma atividade colaborativa e visita guiada.

ANO	ATIVIDADES	APRENDIZAGENS
-----	------------	---------------

1º	Oficina FelizMente	4 sessões -autoestima e autoconceito positivos	O ALUNO: Desenvolve a consciência de ser uma pessoa única; Aceita as características individuais; Desenvolve o autoconhecimento na sua dimensão emocional; Desenvolve a literacia emocional;
		4 sessões - comunicação eficaz e assertiva	O ALUNO: Comunica de forma positiva, eficaz e assertiva; Identifica os estilos de comunicação: agressivo, assertivo, manipulativo e passivo; Negocia situações de conflito; Media situações de conflito; Expressa os afetos, através de uma comunicação positiva, eficaz e assertiva;
		4 sessões - relações saudáveis- cooperação, empatia e ética	O ALUNO: Constrói relações positivas com os outros e com o meio ambiente; Adota uma cultura de respeito e tolerância; Desenvolve os valores de cidadania, de solidariedade e de respeito pelas diferenças; Percebe que as diferentes formas de resolução de conflitos podem facilitar ou dificultar a criação de situações de paz;
4º	Oficina FelizMente	2 sessões - Relações saudáveis	O ALUNO: Desenvolve competências de afirmação da sua individualidade; Identifica as diferenças individuais próprias e dos outros no seio de um grupo; Estabelece relações saudáveis baseadas no respeito, cooperação e tolerância;
		2 sessões - Cooperação e empatia	O ALUNO: Aceita as características individuais; Identifica a necessidade de ajuda e procurá-la; Reconhece o valor da diferença, da partilha e da cooperação.
		2 sessões - Desenvolvimento de recursos	O ALUNO: Identifica as capacidades, recursos e limitações próprias; Identifica o valor relativo do triunfo e da conquista e relaciona-o com o valor do esforço; Estabelece planos para atingir objetivos;
		2 sessões - Transformação de desafios em oportunidades	O ALUNO: Lida de forma positiva com dificuldades, obstáculos ou adversidades; Resolve problemas considerando várias opções.
	Oficina Pontes	2 sessões de dinâmicas referentes aos temas com a turma do 3º ano da EB Feijó2	Reconhece o valor da diferença, da partilha e da cooperação; Lida de forma positiva com dificuldades, obstáculos ou adversidades; Identifica a pertença a uma escola e a uma comunidade;

1º / 4º	Oficina Uma Escola	<u>1 sessão</u> conjunta, por escola, de partilha à comunidade educativa	O ALUNO: Valoriza diferentes formas e níveis de participação em ações relacionadas com o bem-estar pessoal e coletivo; Identifica a pertença a uma família, a uma escola e a uma comunidade;
--------------------	-------------------------------	--------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

6-RECURSOS

Recursos Humanos: Coordenadora e dinamizadoras do projeto, outros professores envolvidos, SPO, assistentes operacionais, alunos e Encarregados de Educação.

Recursos Materiais: salas de aula, equipamento informático, fotocópias e impressões.

7-AVALIAÇÃO

O projeto deverá ser globalmente avaliado pelos seguintes intervenientes: alunos, professores dinamizadores, e encarregados de educação através de questionário e relatório, no caso da professora coordenadora.

- ✓ Ficha de autoavaliação aos alunos do 4ºAA, no início e no final do projeto- preenchimento de uma lista de verificação das competências a trabalhar.
- ✓ Questionários aos e encarregados de educação da turma 4ºAA, no início e no final do projeto- preenchimento de uma lista de verificação das competências trabalhadas pelos seus educandos.
- ✓ Questionário de satisfação dos alunos do 3ºF2 após a implementação de cada atividade.
- ✓ Questionário aos professores dinamizadores e intervenientes no projeto, onde se recolhe uma avaliação global do projeto cobrindo todas as áreas de intervenção, desde o planeamento, acompanhamento, formação, aplicação, articulação, etc. a aplicar no final do processo de aplicação (Junho)

8-BIBLIOGRAFIA

Rescur- Currículo Europeu para a Resiliência, manual de atividades-1º ciclo, Faculdade de Motricidade Humana, 2015 <https://www.rescur.eu/>