

ROTEIRO DO FACILITADOR
Corpo, Emoções e Cuidado – Vamos
Cuidar de Nós e dos Outros!
9 a 11 anos
Setembro do 2026 | Belo Horizonte

Elaboração: Andréia Cleide Costa Neves, [Juliana Rodrigues Ferreira Pontes](#), Pedro Igor Guimarães Santos Xavier

Base metodológica: Educação Popular em Saúde, Teatro-Imagem, Cultura da Paz

1. OBJETIVO DA OFICINA

Oferecer um espaço seguro, respeitoso e reflexivo para adolescentes de 9 a 11 anos, favorecendo a escuta qualificada, o diálogo e a reflexão crítica sobre emoções, corpo, saúde mental, relações, cultura da paz e cuidado de si e dos outros, **reconhecendo e fortalecendo o Centro de Saúde como local de acolhimento, escuta e cuidado**, com segurança institucional.

2. TEMÁTICAS PRIORITÁRIAS DO PSE

- Saúde Mental
- Cultura da Paz e Prevenção da Violência
- Saúde Sexual e Reprodutiva (direitos, limites, consentimento e proteção
- Autocuidado

3. FORMATO DA OFICINA

- Faixa etária: 9 a 11 anos
- Duração: 1h40 a 2h
- Local: Escola pública pactuada com o PSE
- Facilitadores: Profissional(is) da Saúde + Profissional da Educação

O Educador deve acompanhar a oficina e através da ficha de monitoramento, colocando observações sobre o comportamento dos alunos durante a oficina para discussão final

4. PRINCÍPIOS PEDAGÓGICOS E DE SEGURANÇA INSTITUCIONAL

- **Aproveitamento dos momentos educativos** como oportunidade para levar informações qualificadas, promover reflexões e fortalecer a autonomia dos estudantes.
- **Reconhecimento do Centro de Saúde como espaço adequado e seguro** para tirar dúvidas, conversar sobre saúde sexual, saúde mental (incluindo sinais de depressão), prevenção e cuidado, garantindo sigilo e acolhimento.

- **Respeito ao direito de fala e ao direito ao silêncio**, reconhecendo os limites e o tempo de cada participante.
- **Escuta qualificada e sem julgamento**, promovendo um ambiente de confiança e acolhimento.
- **Uso de linguagem clara, direta e não infantilizada**, adequada à faixa etária e ao contexto dos participantes.
- **Não exposição de vivências pessoais**, preservando a intimidade e evitando constrangimentos.
- **Não investigação de relatos em grupo**, evitando aprofundamentos que possam gerar exposição ou sofrimento.
- **Encaminhamento conforme protocolos institucionais** em situações sensíveis, garantindo cuidado adequado e proteção aos envolvidos.

5. MATERIAIS UTILIZADOS

- Cartões de emoções
- Xerox das imagens
- Papel A4
- Canetas, lápis de cor ou marcadores

6. DESENVOLVIMENTO DA OFICINA

Concepção desta versão: oficina em movimento. O corpo participa da reflexão. Caminhar, escolher lugares, trocar de posição e se deslocar fazem parte do cuidado, da escuta e da convivência. Bullying e Comunicação Não Violenta atravessam todas as etapas, de forma integrada.

7. OBSERVAÇÕES QUALITATIVAS DA EQUIPE:

Encerramento Intersetorial

- Reunião breve Saúde–Educação ao final da oficina
- Identificação de encaminhamentos necessários

Atenção: pede-se que, ao final da oficina, tanto a Saúde quanto a Educação respondam a avaliação para que possamos juntos melhorar cada vez mais a oficina:



Saúde: <https://forms.gle/2VetR5ZqAM8r759i8>:



Educação: <https://forms.gle/jujHTw7njXbi6ti>

8. Dinâmicas da Oficina

1 ACOLHIDA EM MOVIMENTO – ONDE EU ME COLOCO (15 min)

Objetivo: provocar posicionamento corporal e percepção inicial do grupo.

Condução:

- Marcar três pontos no espaço: **Concordo, Discordo e Depende / Não sei.**
- Ler frases curtas e pedir que os adolescentes se posicionem fisicamente.
- Os Adolescentes se posicionam, sem debate longo. (A cada resposta volta para o meio (não sei))

Intervenção do facilitador:

- Após cada afirmação e posicionamento corporal (Concordo / Discordo / Depende), o facilitador **deve abrir espaço para a fala dos adolescentes**, perguntando:
 - “O que fez você escolher esse lugar?”
 - “O que essa frase faz a gente pensar?”
- Estimular que diferentes opiniões apareçam, sem buscar consenso ou “resposta certa”.
- Utilizar as falas para **provocar reflexão**, ajudando o grupo a pensar sobre respeito, limites, relações e cuidado.
- Evitar aprofundar situações pessoais; manter a conversa no plano coletivo.
- Reforçar que mudar de posição também faz parte do pensar e aprender.

Frases :

Respeito e diferenças

- “ ”Brincar com alguém por causa da aparência é só uma brincadeira, não leva a sério.
- “Se todo mundo ri, está tudo bem.
- “Quem é diferente precisa se adaptar para se encaixar no grupo.
- “Quando a gente respeita as diferenças, o grupo fica mais justo.”
- “Não gostar é diferente de desrespeitar.”

Corpo e limites

- Conhecer alguém não dá direito de tocar sem permissão.”
- “Dizer ‘não’ é falta de educação.”
- “Meu corpo, minhas regras.”

Relações e grupo

- “Quem gosta aceita tudo.”
- “A pressão do grupo não machuca.”
- “Ciúme é prova de amor.”

Fechamento curto: “Aqui não tem resposta certa. Vamos continuar pensando com o corpo.”

2. CONVIVÊNCIA EM MOVIMENTO – TEATRO-IMAGEM (20 min)

Objetivo: perceber, pelo corpo, atitudes que machucam e atitudes que cuidam.

Metodologia:

- Dividir a turma em grupos (de acordo com o número de participantes)
- Cada grupo cria estátuas em silêncio.
- Entregar o comando para um grupo de cada vez.
- Eles se juntam e decidem como sera a estatua.
- Os colegas sentados em roda
- O grupo entra andando normalmente na roda e quando o facilitador bater a palma eles fazem a estátua.
- O público deve descrever o que viu na estátua e comentar a respeito.

Intervenção do facilitador:

- Reforçar que as cenas são **fictícias**, criadas para reflexão, e não representam pessoas específicas da turma.
- Após cada estátua, conduzir a leitura da imagem com perguntas simples e diretas, como:
 - “O que vocês veem nessa cena?”
 - “Essa imagem machuca ou cuida?”
- Ajudar o grupo a identificar atitudes, comportamentos e consequências, sem apontar culpados.
- Fazer considerações importantes sobre:
 - Empatia
 - Bullying

- Exclusão
- Cuidado coletivo
- Nomear comportamentos que machucam e comportamentos que protegem, sempre com linguagem acessível.

◆ **COMANDOS DISPARADORES** (Cada grupo faz a estátua do comando que recebeu)

Estatua 1: Quando alguém fica de fora

Situação:

No recreio, um grupo começa uma brincadeira. Uma criança chega animada, mas ninguém responde nem chama ela para brincar.

Estatua: Como ficam os corpos de quem está brincando? E de quem ficou de fora?

Estatua 2: Rir ou ajudar?

Situação:

Uma criança tropeça e cai na frente da turma. Algumas pessoas começam a rir, outras ficam em dúvida sobre o que fazer.

Estatua: Rir, ajudar, ficar parado... como o corpo mostra isso?

Estatua 3: Cuidar do outro

Situação:

Você percebe que alguém está sendo tratado de forma injusta, mas essa pessoa não consegue se defender.

Estatua: Corpo de quem sofre x corpo de quem protege.

Estatua 4: Alguém mandando o outro fazer algo

Situação:

Uma criança aponta e manda, a outra parece insegura.

Pistas: dedo apontado, corpo encolhido.

Estatua 5: Brincadeira ou Bullying

Situação:

Alguns riem enquanto uma criança abaixa a cabeça.

Pistas: risadas exageradas x corpo fechado.

Comando fixo: “Parou. Congela.”

PERGUNTA PRINCIPAL DO FACILITADOR: Esta Imagem Cuida ou machuca?

Usar apenas 1 pergunta por cena.

- “O que nessa cena machuca?”
- “Como o corpo mostra que não está bem?”
- “O que muda quando aparece o cuidado?”
- “Essa cena dá vontade de ficar ou de sair?”

Mensagem-chave: “O corpo mostra quando machuca e quando cuida.”

3.CONSTRUINDO CONCEITOS – PENSAR JUNTOS (20 min)

Objetivo: elaborar conceitos a partir do que já foi vivido.

Organização:

- Dividir a turma em dois times.
- Cada time vai sortear 1 figura por vez.
- Conversa coletiva (5 minutos) e o grupo escolhe alguém para ler a pergunta e responder pelo grupo.
- O facilitador aproveita o momento para ensinar conceitos.

Intervenção do facilitador (essencial):

- Conduzir a atividade como um processo de **construção coletiva de conceitos**, partindo das falas dos adolescentes.
- Escutar as respostas, organizar as ideias e **ajudar a transformar opiniões em conceitos claros**, corrigindo informações equivocadas com cuidado.
- Nomear explicitamente os conceitos (ex.: bullying, consentimento, pressão do grupo, tristeza, pedido de ajuda, preconceito, cyberbullying, tristeza, limites do corpo).
- **No depressão**, preconceito, o facilitador deve deixar claro que:
 - O **Centro de Saúde é um lugar de acolhimento**, onde existem profissionais preparados para:
 - escutar,
 - orientar,
 - tirar dúvidas,
 - ajudar em momentos de dificuldade.
 - Procurar o Centro de Saúde é um direito e uma forma de cuidado.
- Evitar diagnósticos, rótulos ou julgamentos.
- Caso surjam falas que indiquem sofrimento, acolher e realizar **encaminhamento conforme protocolo**, fora do grupo.

Frases, Imagens disparadoras:

◆ **BULLYING / ZOAÇÃO**

- “O que faz uma brincadeira virar algo que machuca?”
- “Quando a zoação se repete, ela continua sendo brincadeira?”
- “Fazer bullying traz consequências?”
- É correto brigar quando é contrariado pelo colega?





Conceito nomeado: *Bullying machuca, se repete e deixa alguém em desvantagem.*

◆ **EXCLUSÃO E DIFERENÇAS**

- “O que acontece com alguém que fica sempre de fora dos grupos?”
- “Por que o grupo às vezes escolhe excluir?”



- Ser diferente (no jeito de vestir, falar) é um problema?



Conceito: *Diferença não é erro. Excluir machuca.*

◆ CORPO, LIMITES E CONSENTIMENTO

- “Como o corpo avisa quando algo não está legal?”
- “Qual a importância de entender e respeitar os limites dos outros?”
- Quando alguém faz algum carinho que cause desconforto, o que devo fazer?



Conceito: *Meu corpo tem limites e eles precisam ser respeitados.*

◆ PRESSÃO DO GRUPO E RELAÇÕES

- “Por que é difícil falar ‘não’ para a pressão do grupo?”
- “Quando o cuidado vira controle?”
- “Como saber se estou decidindo por mim ou pelos outros?”
- Quando a internet é perigosa?



Como lidar com o ciúmes na amizade?





Conceito: *Cuidado respeita escolhas.*

◆ TRISTEZA E PEDIDO DE AJUDA

- "Quando a tristeza chega, é hora de pedir ajuda."
- "Quem pode ajudar quando a gente não está bem?"
- "Quando você pede ajuda, o que muda?"



Conceito: *Pedir ajuda é coragem.*

4. . Caixa das Emoções: O que mexe comigo no dia a dia: 20 minutos

Materiais: Cartelinhas com emojis que representem diferentes emoções (ex.: alegria, tristeza, raiva, medo, vergonha, ansiedade, calma, surpresa, frustração, orgulho)

Objetivo da dinâmica

Favorecer o reconhecimento e a expressão das emoções vivenciadas no cotidiano dos adolescentes, estimulando a escuta, o respeito às diferenças e a reflexão sobre situações que impactam o bem-estar emocional.

Metodologia / Passo a passo

Organização do grupo

Os adolescentes sentam-se em círculo, criando um espaço de diálogo e escuta, onde todos possam se ver.

Apresentação da proposta

O facilitador apresenta as *Emoções* e explica:

Estes emojis representam emoções que todos nós sentimos. Não existe emoção certa ou errada. Todas dizem algo sobre o que vivemos.

Sorteio dos emojis

O facilitador com os emojis em leque virados para baixo, passa por todos os adolescentes para que eles pegue um na sorte.

Compartilhamento

O adolescente é convidado a responder, de forma voluntária e no seu tempo:

- “O que costuma causar essa emoção no seu dia a dia?”
- “Em que situações você costuma sentir isso, seja em casa ou na escola?”

Caso queira, pode escolher falar apenas de um dos emojis. **Escuta do grupo**
O grupo é orientado a ouvir sem interrupções, julgamentos ou comentários durante a fala do colega.

Acolhimento pelo facilitador

O facilitador valida as falas, reforçando que:
Sentir emoções faz parte da vida;

Pessoas diferentes podem sentir emoções diferentes diante da mesma situação.

Dinâmica 4



Alegria



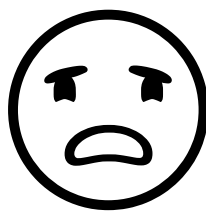
Medo



Tristeza



Calma



Raiva



Vergonha



Constrangimento



Satisfação



Indignação



Ansioso



Cuidado



Confuso

5. FECHAMENTO – CAMINHO DO CUIDADO (15 min)

- Cada criança faz um desenho sobre como se sentiu na oficina.
- Compartilhamento livre (sem obrigação).

Mensagem final sugerida: “Cuidar do corpo, das emoções e das pessoas deixa a escola melhor para todos.”

Reforçar adultos de confiança.

PAPEL DO FACILITADOR

- Validar falas do grupo
- Nomear conceitos com linguagem simples
- Não investigar histórias pessoais
- Reforçar proteção e busca de ajuda

ORIENTAÇÕES GERAIS À EQUIPE

- **Após a oficina**, reunir-se com equipe técnica para:
 - ✓ Compartilhar percepções
 - ✓ Avaliar crianças que demandam acompanhamento
 - ✓ Verificar necessidade de retorno à escola com novas oficinas ou ações individuais
- **Em caso de relato sensível:** Acionar imediatamente o [Guia institucional](#):
 - ✓ Evitar a revitimização
 - ✓ Registrar em prontuário ou ficha individual
 - ✓ Encaminhar para escuta qualificada e proteção

Ficha de Monitoramento – Oficina PSE

Escola: _____

Turma: _____

Data: ____ / ____ / ____

Facilitadores (Saúde e Educação):

Nome da Criança	CPF	Teve interesse em participar? sim/não	Algum comportamento a ser considerado?

9. Lançamento no SIGRAH

Após a realização, a oficina deve ser **registrada somente 1 vez** as 3 ações prioritárias conforme orientações **abaixo no quadro:**

LOGO NO INÍCIO DO LANÇAMENTO NÃO ESQUECER DE MARCAR SAÚDE e atentar para LANÇAMENTOS DENTRO DOS 7 DIAS DA AÇÃO

Tema abordado na oficina	Procedimento	Atividade realizada	Público alvo	Temas	Observações
Saúde Mental	Atividade Educativa/Orientação em grupo na	Educação em saúde	Crianças de 9 a 11 anos	Saúde Coletiva Saúde mental	-Somente 1 profissional deve lançar as ações.

	Atenção Primária				-O profissional que entrar com o CNES é somente o informante da ação, no item observação deve colocar as observações necessárias, de quem participou da ação, etc. -Não colocar o número de participantes, esse campo será preenchido automaticamente quando lançados os participantes por CPF -As ações devem ser lançadas com o CPF de no mínimo 10 crianças que participaram da oficina. -Atentar para inconsistências do CNS. Caso o CNS da criança esteja inconsistente, retirar o registro dessa criança para não glosar a ação. -Deve selecionar nos temas todas as ações que foram abordadas ,sendo necessário somente um lançamento.
Saúde Sexual e Reprodutiva	Atividade Educativa/Orientação em grupo na Atenção Primária	Educação em saúde	Crianças de 9 a 11 anos	Saúde Coletiva saúde sexual e reprodutiva	
Cultura da Paz e Prevenção da Violência	Atividade Educativa/Orientação em grupo na Atenção Primária	Educação em saúde	Crianças de 9 a 11 anos	-Atv. Coletiva prevenção da violência e promoção da cultura da Paz + -Atividade Cidadania e direitos humanos MARCAR AMBAS	

[Passo a passo para o lançamento](#)

Os anexos para xerox se encontra separado.

REFERÊNCIAS E BASES CONCEITUAIS

BRASIL. Ministério da Saúde. **Programa Saúde na Escola (PSE): Caderno do Gestor e do Profissional de Saúde**. Brasília: MS.

BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular (BNCC)**. Brasília: MEC.

BRASIL. **Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA)**. Lei nº 8.069/1990.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Habilidades para a Vida (Life Skills Education)**.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS)**.

BOAL, Augusto. **Teatro do Oprimido e Outras Poéticas Políticas**. (base metodológica do teatro-imagem).

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da Autonomia**. (educação dialógica e não bancária).

UNICEF. **Prevenção do bullying e promoção da convivência escolar**.