

# CURSO DE FORMAÇÃO SOCIOAMBIENTAL - CF

Informações e fotos: <https://www.facebook.com/grupoecociente> [www.grupoecociente.blogspot.com.br](http://www.grupoecociente.blogspot.com.br)

Coordenadores Educadores: Luciana Munhoz Desajacomo e João Pedro Paich da Cunha

## PERÍODO: MAIO 2021

	dia/ mês	dia/ sem.	Educador	Atividade	Atividades do Curso de Formação
maio	3	2ªf.	João*	Feedback	Devolutiva participação semanal alunos
	5	4ªf.	Isabela	Aula 9	Saúde, bem-estar e felicidade
	7	6ªf.	Fernando Magrão	Oficina 2	Vida em movimento 14h
	10	2ªf.	João*	Feedback	Devolutiva participação semanal alunos
	11	3ªf.	Ricardo	Aula 10	Ética e cidadania mediante o novo normal
	12	4ªf.	Nilvia	Aula 11	Conhecendo Dourado: formação histórica e cultural
	13	5ªf.	JP	Devolutiva	Parabéns, Dourado!
	17	2ªf.	João*	Feedback	Devolutiva participação semanal alunos
	18	3ªf.	Lu	Aula 12	Aqui é onde eu moro: Pertencimento, comprometimento
	20	5ªf.	JP	Devolutiva	Aluno e Dourado: lugar preferido/inspirador
	24	2ªf.	João*	Feedback	Devolutiva participação semanal alunos
	25	3ªf.	JP	Aula 13	Vídeo tie dye e orientações
	27	5ªf.	Lu	Aula	MA e pandemia
	31	2ªf.	João*	Feedback	Devolutiva participação semanal alunos

\*Obs.: a partir do mês de abril, toda primeira quarta-feira de cada mês será dedicada a uma aula/encontro especial com uma psicóloga com o objetivo de auxiliar nossos jovens no enfrentamento das questões referentes à pandemia pertinentes à idade/fase deles, com o intuito de ajudá-los psicologicamente.

### Devolutiva de rendimento

Ambiente virtual

Data: 03/05/2021 - segunda-feira

Coordenação: João Pedro

Descrição da atividade:

- Todas as segundas-feiras, início da semana, é feita uma devolutiva aos alunos a respeito da participação deles nas atividades da semana anterior, para que possam acompanhar o próprio empenho e também o empenho de cada colega nas atividades propostas, já que estão em ambientes físicos diferentes.

### \*Aula 9: Saúde, bem-estar e felicidade

Remoto

Data: 05/05/2021 - quarta-feira

Coordenação: Lu e JP

Convidada: Isabela Pavão - psicóloga

Descrição da atividade:

- Objetivo: Apresentar aos alunos os conceitos de saúde e bem-estar e depois trazer reflexões de como estamos vivenciando nossa vida e o que é felicidade, afinal. Além disso, ensinar algumas técnicas para os alunos de como estar presente, trazer seu corpo e mente para o momento presente.
- Estratégia: Através da apresentação de slides, foi mostrado aos alunos os conceitos de saúde e bem-estar, no qual diferente do que muita gente pensa, saúde não é somente ausência de doenças físicas, mas segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social. Para o conceito de bem-estar, foi informado que o conceito possui dois parâmetros, o parâmetro objetivo que se refere aos aspectos sociais, econômicos e o parâmetro subjetivo que engloba as particularidades e a

experiência de vida de cada indivíduo. E com isso refletimos de como às vezes confundimos o ter ou possuir as coisas com o sentimento de estar feliz, ou de como colocamos nossa felicidade dependendo de fatores externos. Foi utilizada uma metáfora "Ser feliz e fazer xixi" para despertar nos alunos a consciência de como colocar nossa felicidade nas "mãos" de outra pessoa não faz sentido e também mostrar aos alunos de que cada ser humano constrói a sua história e só ele mesmo pode ser o construtor. As outras pessoas podem auxiliar, mas de forma coadjuvante. Foi exemplificado ao grupo que a felicidade não é um fim a ser alcançado, mas uma constante a ser vivida. E para isso, precisamos estar conscientes, estar presente no momento atual, no hoje. Também foi passado ao grupo na aula o vídeo: Soul e o Sentido da Vida | Canal Nerdologia - Youtube.

→ Finalização: foram apresentadas ao grupo técnicas para auxiliá-los a voltarem-se ao presente (Técnica de respiração, técnica STOP - parada de pensamentos e técnica de relaxamento muscular).

---

## **Oficina 2: Vida em movimento**

**Remoto**

**Data:** 07/05/2021 - sexta-feira

**Coordenação:** Lu

**Convidado:** Fernando Petroni (Magrão) - fisioterapeuta

**Descrição da atividade:**

- Benefícios da atividade física;
- Como adicionar um hábito novo em nossas vidas;
- Neurotransmissores;
- Alongamento global;
- Equilíbrio e propriocepção;
- Fortalecimentos de Membros Inferiores;
- Fortalecimento de abdômen;
- Fortalecimento dos músculos da coluna;
- Relaxamento e Alongamento.

#21diasemmovimento

---

## **Devolutiva de rendimento**

**Ambiente virtual**

**Data:** 10/05/2021 - segunda-feira

**Coordenação:** João Pedro

**Descrição da atividade:**

→ Todas as segundas-feiras, início da semana, é feita uma devolutiva aos alunos a respeito da participação deles nas atividades da semana anterior, para que possam acompanhar o próprio empenho e também o empenho de cada colega nas atividades propostas, já que estão em ambientes físicos diferentes.

---

## **Aula 10: Ética e cidadania frente o "novo normal"**

**Remoto**

**Data:** 11/05/2021 - terça-feira

**Coordenação:** Lu

**Convidado:** Ricardo Sérgio Fattore - professor de história e Diretor da Educação

**Descrição da atividade:**

→ A realidade que mundialmente estamos vivendo frente a pandemia do corona vírus nos fez pensar sobre o NOVO modo de viver e entender a Ética e a cidadania diante a urgência e as competências certas em tempos incertos. Conectados através de uma plataforma digital foi trabalhado junto ao grupo a importância da conscientização e do trabalho para criarmos um MUNDO MELHOR. Estes preceitos são à base das novas ações que nos guiarão diante as circunstâncias. O trabalho apresentado pelo Professor foi feito de forma discursiva e com uma intervenção através de um Projeto à ser apresentado:

**"Como conscientizar a si e ao próximo sobre a urgência das inevitáveis mudanças"**

---

## **Aula 11: Conhecendo Dourado - formação histórica e cultural**

**Remoto**

**Data:** 12/05/2021 - quarta-feira

**Coordenação:** Lu

**Convidada:** Nilvia Braga - geógrafa

**Descrição da atividade:**

- Foram realizadas várias filmagens em alguns pontos estratégicos do município de Dourado SP.
- No primeiro ponto foi realizada uma explicação da formação geológica do nosso município, mostrando as cuetas basálticas. Breve relato dos movimentos interno da Terra e como resultado a criação das formas de relevo, em seguida os agentes externos e a modelagem das atuais formas de relevo e tipo de solo.
- Em um segundo ponto amostra de uma parte do solo e suas camadas, conseqüentemente a relação eras geológica e ação humana na atual configuração da geografia do nosso município.
- Durante a participação online do ecociente fiz todo relato geográfico-geológico, tentando mostrar aos participantes a força da natureza e também a ação humana como modelador e modificador das nossas paisagens. Focalizando sempre as belezas que nos rodeiam e sua importância para o meio ambiente.

---

**Devolutiva de atividade**

**Ambiente virtual**

**Data:** 13/05/2021 - quinta-feira

**Coordenação:** João Pedro

**Descrição da atividade:**

→ Devido o aniversário da cidade, cada aluno preparou um pequeno vídeo de parabéns a Dourado e enviou para futura postagem nas mídias do projeto.

---

**Devolutiva de rendimento**

**Ambiente virtual**

**Data:** 17/05/2021 - segunda-feira

**Coordenação:** João Pedro

**Descrição da atividade:**

→ Todas as segundas-feiras, início da semana, é feita uma devolutiva aos alunos a respeito da participação deles nas atividades da semana anterior, para que possam acompanhar o próprio empenho e também o empenho de cada colega nas atividades propostas, já que estão em ambientes físicos diferentes.

---

**Aula 12: Aqui é onde eu moro, aqui nós vivemos: pertencimento**

**Remoto**

**Data:** 18/05/2021 - terça-feira

**Coordenação:** Lu

**Descrição da atividade:**

- Nesta aula, a reflexão sobre o lugar onde vivemos se deu a partir da questão do pertencimento e suas responsabilidades com o local a que se pertence.
- Foi trabalhada cada etapa da Pirâmide do pertencimento, buscando trazer para trajetória pessoal do aluno cada passo abordado, com o objetivo de que este compreendesse que pertencimento é trajetória, primeiramente individual, porém otimizada em grupos afins coletivamente, como no projeto.

---

**Devolutiva de atividade**

**Ambiente virtual**

**Data:** 20/05/2021 - quinta-feira

**Coordenação:** João Pedro

**Descrição da atividade:**

→ Devido a aula anterior, cada aluno fotografou ou filmou um local do qual se sentia parte, fosse especial pra ele.

---

**Devolutiva de rendimento**

**Ambiente virtual**

**Data:** 24/05/2021 - segunda-feira

**Coordenação:** João Pedro

**Descrição da atividade:**

- Todas as segundas-feiras, início da semana, é feita uma devolutiva aos alunos a respeito da participação deles nas atividades da semana anterior, para que possam acompanhar o próprio empenho e também o empenho de cada colega nas atividades propostas, já que estão em ambientes físicos diferentes.
- 

### **Aula 13: Tie dye**

**Remoto**

**Data:** 25/05/2021 - terça-feira

**Coordenação:** JP

**Descrição da atividade:**

- Através de um vídeo, foi passada aos alunos a técnica do Tie dye, pois eles usariam na confecção da camiseta do Eco em próxima oficina. Algumas orientações também foram fornecidas para que estivessem com tudo certo no dia da oficina.
- 

### **Aula 14: Meio ambiente e pandemia**

**Remoto**

**Data:** 27/05/2021 - quinta-feira

**Coordenação:** Lu

**Descrição da atividade:**

- Através de uma apresentação em ppt, foram levadas aos alunos várias informações ambientais pertinentes a atual situação pandêmica que estamos vivenciando, mostrando o vínculo direto ente degradação ambiental e surgimento de doenças infecciosas como a SARS COV19.
- Também falou-se sobre os impactos desse momento, devido nossas mudanças de hábitos, no meio ambiente e como ajudar estes serem menos agressivos à natureza.
- Alguns dados e informações sobre o Brasil, nesse sentido, foram discutidos.
- Dicas para ajudar a diminuir todos esses impactos também foram passadas, reforçando a importância da mudança de mentalidade, não apenas de hábitos.
- 

### **Devolutiva de rendimento**

**Ambiente virtual**

**Data:** 31/05/2021 - segunda-feira

**Coordenação:** João Pedro

**Descrição da atividade:**

- Todas as segundas-feiras, início da semana, é feita uma devolutiva aos alunos a respeito da participação deles nas atividades da semana anterior, para que possam acompanhar o próprio empenho e também o empenho de cada colega nas atividades propostas, já que estão em ambientes físicos diferentes.