



DISCIPLINA ELETIVA

TÍTULO

Uma terapia para a alma: Aromaterapia e Saúde

DISCIPLINAS

Biologia, educação física

PROFESSORES

Romeu Barbosa Pacha
Divanete da Cruz

COMPETÊNCIAS GERAIS DA BASE

- Conhecimento
- Pensamento científico, crítico e criativo
- Comunicação
- Argumentação
- Responsabilidade e cidadania

TEMAS INTEGRADORES

- Ensino de saúde pública no Brasil.
- Qualidade de vida
- Direito social à saúde à pessoas menos favorecidas.

JUSTIFICATIVA

Relacionar os estudos de biologia e química com a saúde física e mental, as transformações durante o crescimento e o desenvolvimento do ser humano. Respeitar e conhecer o indivíduo como único e mostrar as condições essenciais à manutenção da saúde individual, coletiva e pública, as medidas de prevenção às doenças infectocontagiosas, particularmente as Infecções sexualmente transmissíveis. Contribuir com a educação integral a partir das compreensões e reflexões vivenciadas dos estudantes na área de ciências, prática de atividade física e desenvolvimento da criatividade.

OBJETIVOS

- Mostrar a importância da saúde individual, coletiva e pública.
- Estimular o protagonismo nos estudantes.
- Conhecer os benefícios dos óleos essenciais na saúde e bem-estar.
- Motivar os alunos para as aulas nos componentes curriculares de Biologia e Química.
- Incentivar atividades em grupo.
- Desenvolver a criatividade.
- Fomentar a prática de atividade física e relaxamento.
- Utilizar instrumentos de medição de pressão arterial e oxímetro de dedo.
- Promover o conhecimento científico com problemas do dia-a-dia.

HABILIDADES E COMPETÊNCIAS A SEREM DESENVOLVIDAS

Analisar e utilizar interpretações sobre a dinâmica da Vida, da Terra e do Cosmos para elaborar argumentos, realizar previsões sobre o funcionamento e a evolução dos seres vivos e do Universo, e fundamentar e defender decisões éticas e responsáveis.

Investigar situações-problema e avaliar aplicações do conhecimento científico e tecnológico e suas implicações no mundo, utilizando procedimentos e linguagens próprios das Ciências da Natureza, para propor soluções que considerem demandas locais, regionais e/ou globais, e comunicar suas descobertas e conclusões a públicos variados, em diversos contextos e por meio de diferentes mídias e tecnologias digitais de informação e comunicação (TDIC).

(EM13CNT207) Identificar, analisar e discutir vulnerabilidades vinculadas às vivências e aos desafios contemporâneos aos quais as juventudes estão expostas, considerando os aspectos físico, psicoemocional e social, a fim de desenvolver e divulgar ações de prevenção e de promoção da saúde e do bem-estar.

(EM13CNT104) Avaliar os benefícios e os riscos à saúde e ao ambiente, considerando a composição, a toxicidade e a reatividade de diferentes materiais e produtos, como também o nível de exposição a eles, posicionando-se criticamente e propondo soluções individuais e/ou coletivas para seus usos e descartes responsáveis.

(EM13CNT203) Avaliar e prever efeitos de intervenções nos ecossistemas, e seus impactos nos seres vivos e no corpo humano, com base nos mecanismos de manutenção da vida, nos ciclos da matéria e nas transformações e transferências de energia, utilizando representações e simulações sobre tais fatores, com ou sem o uso de dispositivos e aplicativos digitais (como softwares de simulação e de realidade virtual, entre outros).

(EM13CNT301) Construir questões, elaborar hipóteses, previsões e estimativas, empregar instrumentos de medição e representar e interpretar modelos explicativos, dados e/ou resultados experimentais para construir, avaliar e justificar conclusões no enfrentamento de situações-problema sob uma perspectiva científica.

(EM13CNT310) Investigar e analisar os efeitos de programas de infraestrutura e demais serviços básicos (saneamento, energia elétrica, transporte, telecomunicações, cobertura vacinal, atendimento primário à saúde e produção de alimentos, entre outros) e identificar necessidades locais e/ou regionais em relação a esses serviços, a fim de avaliar e/ou promover ações que contribuam para a melhoria na qualidade de vida e nas condições de saúde da população.



CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

- Feirão das eletivas.
- Orientações e acolhimento dos estudantes.
- Palestra sobre Saúde e bem-estar.
- Atividade prática de movimento corporal I
- Medição de pressão arterial, saturação de oxigênio e batimentos cardíacos.
- Palestra sobre alimentação.
- Aula prática sobre os alimentos.
- Aula prática sobre saúde mental.
- Aulão prático sobre movimento corporal parte II.
- Prazer e benefícios dos óleos essenciais.
- Experimentos para realização dos óleos essenciais.
- Análise dos resultados dos óleos essenciais.
- Infecções sexualmente transmissíveis.
- Organização da culminância.

METODOLOGIA

- Palestras expositivas;
- Uso de vídeos;
- Aulas práticas no laboratório de Química e Biologia;
- Aulas práticas de atividades físicas na quadra e auditório;

RECURSOS DIDÁTICOS NECESSÁRIOS

- Material de mídia (computador, data show e caixa de som);
- Folhas A4;
- Quadro;
- Pincel e canetas;
- Cartolinas coloridas;
- Plantas;
- 300g de cravo
- 300g de canela
- Pilha pequena para os aparelhos oxímetro e medidor de pressão.
- 10 Litros de vinagre
- 10 caixas de vela brancas comum

PROPOSTA PARA A CULMINÂNCIA

Painel - Oficina para medição de pressão, saturação de oxigênio e exposição de óleos essenciais.

AVALIAÇÃO

- Processual: participação nas aulas.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Base Nacional Comum Curricular, disponível em:

http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC_EI_EF_110518_versao_final_site.pdf