

TRILHA da Proteção

O jogo para sua informação.



**Ana Cláudia Vilela Mendes
Beatriz Brandão dos Santos**

**Ana Cláudia Vilela Mendes
Beatriz Brandão dos Santos**

TRILHA *da Proteção*

**Editora Unigranrio
1ª Edição
2025**

AS AUTORAS



Ana Cláudia Vilela

Professora dos anos iniciais na Rede Municipal de Ensino de Duque de Caxias, graduada em Educação Física, Pós graduada em Educação Física Escolar e Gestão Escolar integradora e mestranda do Programa de Pós-graduação no Ensino de Ciências e Saúde, Unigranrio Afya.



Beatriz Brandão

Professora dos Programas de Pós-graduação em Humanidades, Cultura e Artes (PPGHCA) em Ensino de Ciências e Saúde (PPGECS) da Unigranrio Afya. Coordenadora Executiva e Geral do Comitê de Cultura do Estado do Rio de Janeiro na Política Nacional dos Comitês de Cultura do Ministério da Cultura - MinC.

CATALOGAÇÃO NA FONTE
UNIGRANRIO – NÚCLEO DE COORDENAÇÃO DE BIBLIOTECAS

M538t Mendes, Ana Cláudia Vilela.

Trilha da proteção / Ana Cláudia Vilela Mendes; Beatriz Brandão dos Santos. – Duque de Caxias, Rio de Janeiro, 2025.
38 p.

ISBN: 9788595494657.

1. Ambiente escolar. 2. Educação sexual. 3. Gamificação. 4. Violência sexual. I. Santos, Beatriz Brandão dos. II. Título. III. Universidade do Grande Rio “Prof. José de Souza Herdy”.

CDD: 370

Rodrigo de Oliveira Brainer CRB-7: 6814

Este produto educacional está protegido pela licença
Creative Commons



Este trabalho foi produzido no âmbito do Programa de Pós-graduação em Ensino das Ciências, no Curso de Mestrado Profissional em Ensino das Ciências e foi avaliado pela

Banca examinadora:

Dra. Haydéa Maria Marino Sant’Anna Reis – Unigranrio – Afya

Dra. Mary Neide Damico Figueriró – UEL/PR

Dra. Grazielle Rodrigues Pereira – IFRJ

Sumário

1. Introdução	04
2. Público alvo	05
3. Objetivos	05
4. Elementos do jogo	06
5. Como jogar?	14
6. Guia facilitador	18
7. Perguntas do jogo	22
8. Moldes utilizados no jogo	33
9. Referências Bibliográficas	40

1. Introdução

Diversos autores apontam a necessidade de estudos na área, de modo a sanar a grande defasagem causada pela falta de estímulo e formação adequada no que tange a abordagem da Educação Sexual em âmbito escolar. O mesmo pode se dizer de atividades práticas. Em geral, os trabalhos que envolvem o tema são encontrados nos livros de ciências biológicas e abordados de forma rasa, com ênfase meramente biológica e anatômica, em detrimento das possibilidades interdisciplinares ofertadas pelo assunto (Silva et al, 2022).

No intuito de colaborar com a aplicação prática de importantes assuntos componentes da Educação Sexual, porém pouco abordados em sala de aula, foi pensado o presente produto educacional – PE, intitulado "Trilha da Proteção".

"Trilha da Proteção" é um material didático em formato de jogo de tabuleiro, desenvolvido para promover a aprendizagem sobre educação sexual de forma interativa.

2. Público alvo

Seu planejamento é voltado para o público adolescente e de jovens adultos e pode ser utilizado em contextos escolares, clínicas de saúde ou em grupos de educação sexual.

3. Objetivos

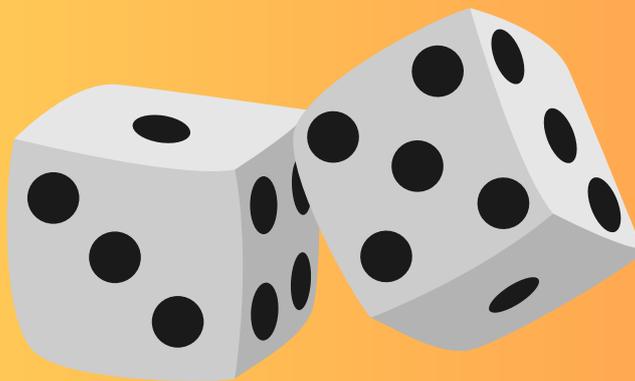
O presente produto educacional visa fornecer informações cientificamente embasadas sobre saúde sexual, promover a compreensão dos aspectos emocionais e físicos da sexualidade, oferecendo subsídios para que os jogadores compreendam a importância do autoconhecimento, respeito mútuo e da tomada de decisões saudáveis e responsáveis.

4. Elementos do jogo

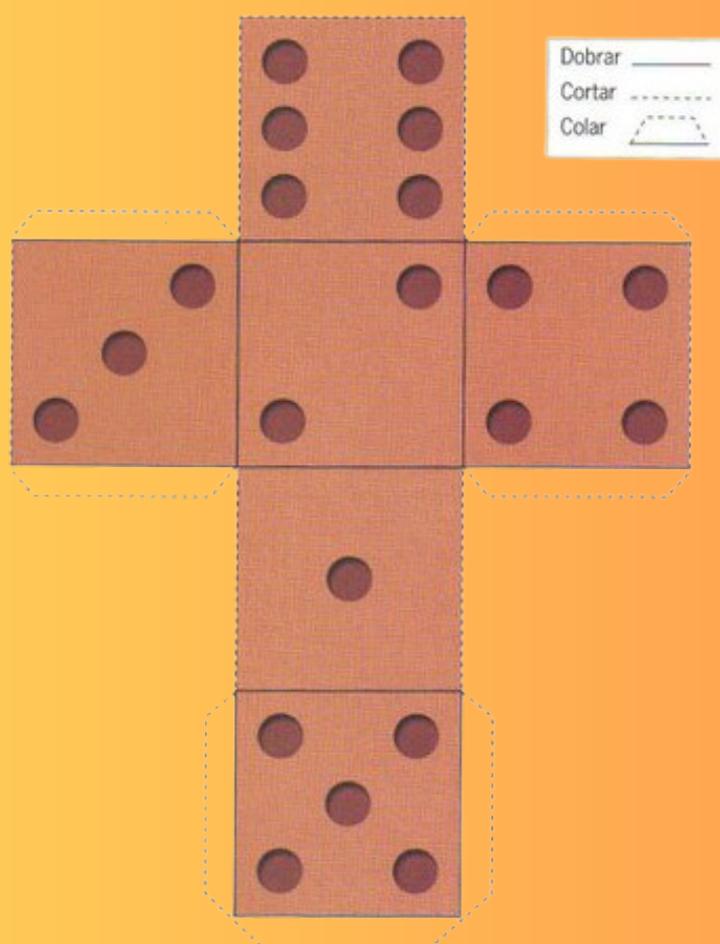
Com seu formato livremente inspirado na estrutura física dos jogos “Banco Imobiliário” (Brinquedos Estrela) e “Monopoly” (Hasbro), o jogo contará com os seguintes elementos:



Um tabuleiro com as seguintes dimensões: fechado: 230 x 310 mm e aberto: 460 x 310 mm. Em seu entorno haverá 32 “casas”, das quais 28 representarão tópicos relacionados à educação sexual e os 4 cantos serão o ponto de partida e mais 3 situações especiais.

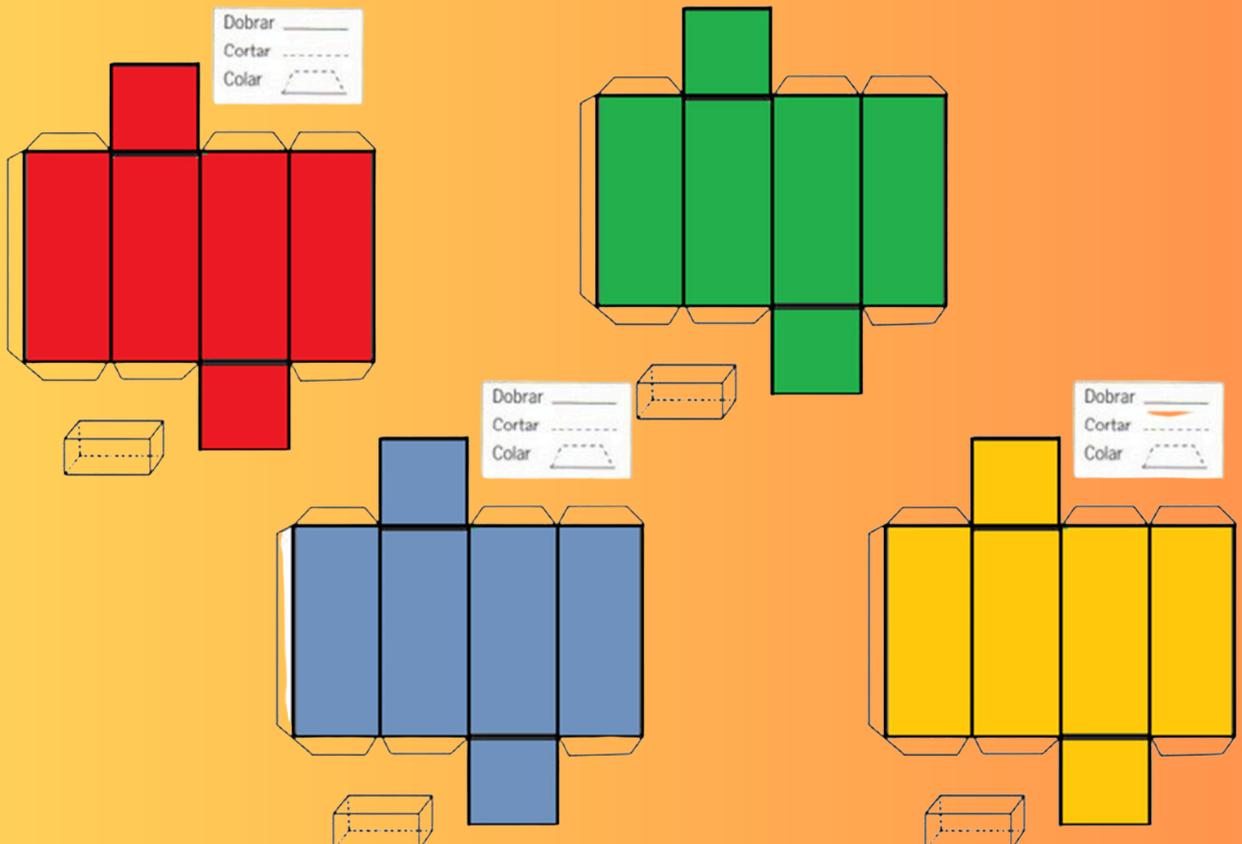


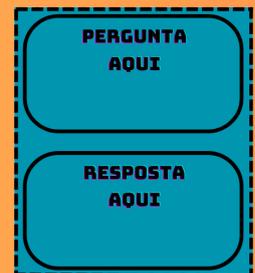
Dois dados, que podem ser comprados ou construídos. Caso a opção seja construí-lo, sugere-se que a peça seja impressa no tamanho disponibilizado, que contêm 2 centímetros de base;



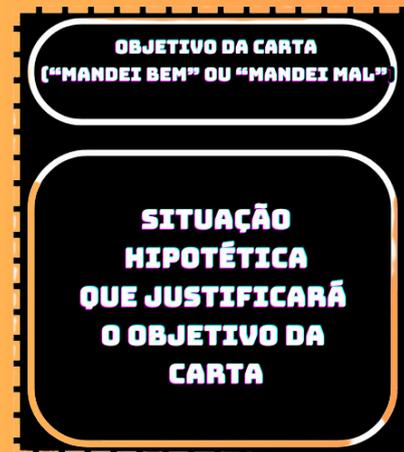


Quatro “peões” em formato de prisma quadrangular, que poderão ser construídos com pedaços de madeira pintados nas cores verde, amarela, vermelha e azul ou construídos com papel, conforme modelo disponibilizado nos anexos, que contém 1,5 centímetros na base quadrada. Sugere-se, ainda, comprá-los prontos ou a utilização de qualquer objeto reciclável pequeno, como tampas de garrafa, para esta função.

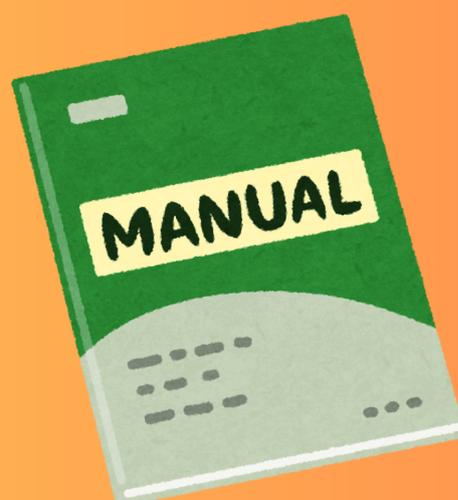
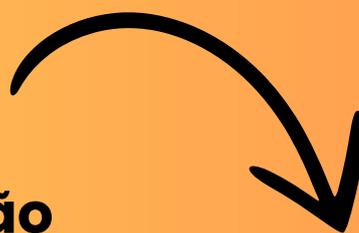




108 cards coloridos, divididos em 4 assuntos: comportamento, corpo, interações e saúde, além da carta de sorte, de fundo preto;



**Um guia facilitador,
contendo
informações
detalhadas das
regras e construção
do jogo;**



**Uma caixa para
guardar todas as
peças, que pode ser
de doces (vendida
em casas de
confeitaria) ou de
sapatos.**

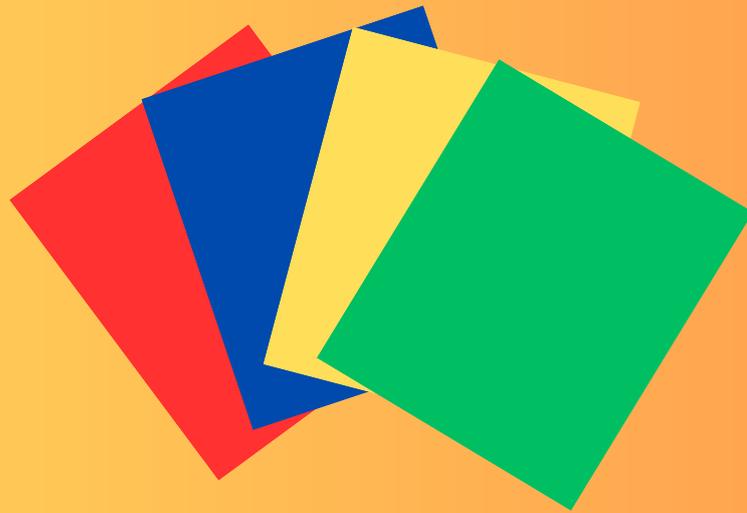


O jogo é adequado para que até cinco pessoas joguem ao mesmo tempo, sendo quatro caminhando pelo tabuleiro e uma para atuar como guia, ou seja, a pessoa que faz a leitura das cartas.



IMPORTANTE: A presença do guia é importante, mas não indispensável. Caso não haja um guia, o oponente deverá fazer a leitura da pergunta.

As 28 casas do tabuleiro são divididas em quatro cores, cada uma correspondendo a um assunto relacionado à Educação Sexual, sendo: vermelho (corpo), azul (comportamento), amarelo (interações) e verde (saúde).



Cada assunto tem 16 perguntas diferentes, que foram trazidas pelos alunos, de acordo com as dúvidas apresentadas nos encontros com a turma.

IMPORTANTE: A colaboração dos alunos é fundamental para garantir que os assuntos abordados não excederão sua maturidade e nível de curiosidade.

Além disso, a participação dos alunos possibilita que novos jogos possam ser criados, uma vez que profissionais interessados em replicá-lo podem coletar perguntas em suas próprias turmas, adaptando o PE à sua realidade.



Essa flexibilidade visa contemplar o que Rizzatti et al (2020) explicam como “cinco liberdades” que os professores terão na utilização do PE, que são:

- ↳ **Reusar (liberdade de usar);**
- ↳ **Revisar (adaptar, modificar, traduzir);**
- ↳ **Remixar (combinar dois ou mais materiais);**
- ↳ **Redistribuir (compartilhar);**
- ↳ **Reter (ter a própria cópia);**

**“Os PE desenvolvidos no lócus dos MP não são imutáveis. (...) Professores e professoras podem reusar (liberdade de usar), revisar (adaptar, modificar, traduzir), remixar (combinar dois ou mais materiais), redistribuir (compartilhar) e reter (ter a própria cópia) os diferentes produtos gerados nos MP de modo crítico, adaptando-os às necessidades de suas diferentes turmas de alunos e devolvendo à sociedade novos PE num continuum”
(Rizzatti et al,2020. Pág. 02.)**

5. Como jogar?

Para iniciar o jogo, todos os participantes deverão lançar dois dados, só podendo iniciar o trajeto se conseguir dois números iguais em ambos. Caso isso não ocorra nas três primeiras jogadas, o jogador poderá começar com qualquer número. Na última reta do tabuleiro, o jogador poderá optar se quer lançar um ou dois dados, para que sejam aumentadas suas chances de conseguir um número que o faça parar exatamente no ponto de partida.

A caminhada pelo tabuleiro ocorrerá de acordo com o valor observado nos dados. Ao parar, o jogador deverá retirar uma carta que tenha a mesma cor da casa onde parou e dá-la ao guia, para que seja feita sua leitura. Nesta carta haverá uma pergunta, que conterà uma resposta base. Se acertar a resposta na íntegra, parcialmente ou der uma resposta diferente, mas que faça sentido dentro do contexto da pergunta e seja aceita pelos demais participantes, o jogador continuará na casa onde parou. Porém, se o jogador errar ou não souber responder, deverá retornar à casa onde se encontrava antes de lançar os dados. Vencerá o jogo quem for o primeiro a dar uma volta completa no tabuleiro, retornando ao ponto de partida.

Como jogar?

Quanto à vitória, há duas formas disso acontecer. Uma delas deverá ser escolhida pelos jogadores antes do jogo iniciar:

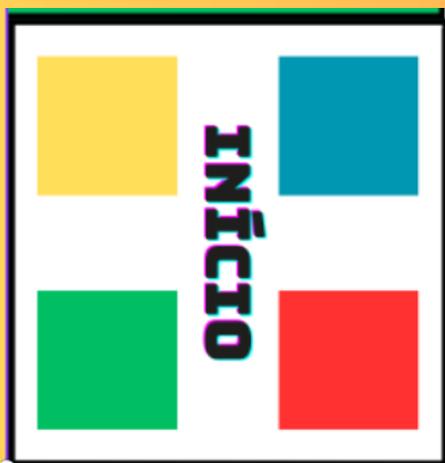
- **Será vencedor aquele que primeiro conseguir passar novamente pelo ponto de partida, independente do número que sair nos dados;**

ou

- **Vencerá o jogo quem for o primeiro a dar uma volta completa no tabuleiro. Porém, o jogador deverá tirar um número no dado que o coloque exatamente de volta ao ponto de partida. Caso o número seja maior, ao atingir o ponto de partida o jogador deve completar o número do dado retornando para trás. Isso deverá ser feito até que ele consiga um valor nos dados que o coloque no ponto de partida.**

A segunda regra foi acrescentada pelo público-alvo, como forma de parar exatamente no ponto de partida, sem ultrapassá-lo.

Em cada um dos quatro cantos do tabuleiro há um espaço diferenciado.



PARTIDA
Local do início do jogo;

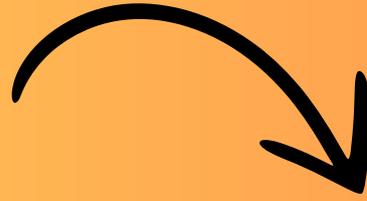
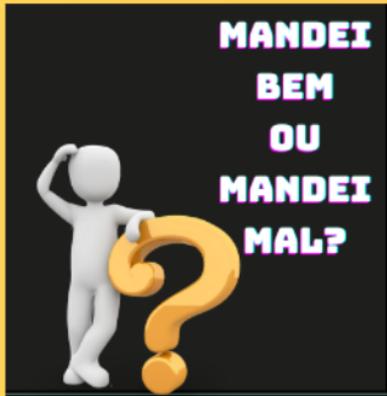


PONTO DE ENCONTRO
Uma espécie de “parada livre”, na qual o jogador poderá esperar pela próxima jogada sem nenhum ônus ou bônus;



ERREI FEIO!
Caso o jogador pare neste ponto, deverá perder uma jogada;





MANDEI BEM OU MANDEI MAL?
Parando nesta casa, o jogador deverá tirar uma carta com o mesmo nome. Elas trarão 44 situações hipotéticas diferentes, podendo conter um desfecho apropriado ou não. Trata-se de uma carta de sorte, visando garantir o caráter lúdico do produto educacional.

IMPORTANTE: no setor "MANDEI BEM OU MANDEI MAL?", há duas cartas especiais. Uma encerrará o jogo imediatamente, dando a vitória ao jogador que a retirar e outra que eliminará imediatamente quem a pegar.

6. Guia facilitador

O “guia facilitador” ou “manual” é parte fundamental do produto educacional Trilha da Proteção. Trata-se de uma apresentação que, embora simplificada, traz todas as informações necessárias para dirimir as dúvidas e garantir a execução correta do jogo.

Segue, na íntegra, o texto contido no guia facilitador.

Manual do Jogo "Trilha da Proteção"

Uma forma divertida de aprender sobre educação sexual!

O que é?

Trilha da Proteção é um jogo de tabuleiro pensado para conversar, aprender e se divertir! Ele fala sobre temas importantes, como corpo, sentimentos, saúde e convivência de forma leve e respeitosa.

Elementos do jogo

- 1 tabuleiro;
- 2 dados;
- 4 peões coloridos;
- 108 cartas, sendo:
 - 64 de perguntas (corpo, comportamento, saúde, interações);
 - 42 cartas "Mandei Bem ou Mandei Mal?";
 - 2 cartas especiais (vitória imediata ou eliminação).
- Guia facilitador com as regras (esse aqui!).

As cores e os temas

- Vermelho → Corpo
- Azul → Comportamento
- Verde → Saúde
- Amarelo → Interações

Quantas pessoas podem jogar?

Até 5 participantes:

- 4 jogadores no tabuleiro
- 1 pessoa como guia (a pessoa que faz a leitura das cartas)

IMPORTANTE: Se não tiver um guia, o adversário deverá ler a carta do jogador da vez.

Preparando o jogo:

- Todos devem escolher um peão e colocar na casa "PARTIDA".
- Cada jogador deverá lançar os dois dados de uma vez só. Só poderá começar a andar pelo tabuleiro quem tirar dois números iguais nos dados.
- Se isso não acontecer nas três primeiras tentativas, o jogador poderá começar com qualquer número.

Como jogar?

- Na sua vez, jogue os dois dados e ande o número de casas indicado.
- Veja a cor da casa onde você parou.
- Pegue uma carta da mesma cor e entregue para o guia (ou adversário) ler.
- Todas as cartas têm uma pergunta e sua resposta-base. Você deverá responder a pergunta contida na carta.

→ Se você acertar totalmente, parcialmente ou der uma resposta que faça sentido e seja aceita pelos demais jogadores, poderá permanecer na casa onde está.

→ Se errar, terá que voltar para a casa onde estava antes de lançar os dados.

Casas especiais (os cantos do tabuleiro):

- **PARTIDA:** Início e final do jogo.
- **PONTO DE ENCONTRO:** Parada livre. Nada acontecerá se você cair nessa casa.
- **ERREI FEIO!:** Caindo nessa casa você deverá ficar uma rodada sem jogar.
- **MANDEI BEM OU MANDEI MAL?:** Pegue uma carta de sorte (a preta).

Atenção! Nessas cartas pode acontecer de:

→ Você ganhar o jogo na hora (Carta Bônus – você ganha e o jogo acaba).

→ Ser eliminado imediatamente (Carta Bomba – você perde, é eliminado e o jogo continua com os demais jogadores).

Como vencer?

Escolha uma dessas regras ANTES do jogo começar:

Opção 1 (mais simples):

→ Vence quem de a volta completa no tabuleiro primeiro, mesmo que passe direto pela PARTIDA.

Opção 2 (mais emocionante):

→ Vence quem completar a volta e cair exatamente na casa "PARTIDA".

→ Se o número do dado for maior que o necessário para parar exatamente na casa de partida, você deve terminar a contagem andando para trás, repetindo esse processo até que consiga parar no local exato.

Detalhe: Ao escolher essa opção, cada jogador poderá escolher, também, se quer usar um ou dos dados na última reta do tabuleiro (aquela que vai do "Mandei Bem ou Mandei Mal? De volta para o "Início").

Por que jogar?

Com a Trilha da Proteção você vai:

- ✓ Aprender sobre seu corpo, saúde e sentimentos;
- ✓ Saber como agir em situações difíceis;
- ✓ Ficar mais seguro(a) para tomar decisões seguras e saudáveis;
- ✓ Conversar com respeito e sem vergonha sobre temas naturais, mas que muita gente não consegue falar.

DIVIRTA-SE!

7. Perguntas do jogo

Ao profissional que tiver interesse em replicar este produto educacional, deixarei aqui as perguntas construídas nos encontros com o público alvo dessa pesquisa, no caso, a turma 503, quinto ano de escolaridade da Escola Municipal Jardim Gramacho, Duque de Caxias, RJ.

Use-as livremente, mas lembre-se: estas perguntas foram criadas por um grupo de alunos de 10 a 13 anos. Caso sua turma não esteja dentro dessa faixa etária, você é livre para criar suas próprias perguntas e, com isso, produzir um jogo único e exclusivo!

PERGUNTAS DO JOGO

- Interações:

• **O que significa interagir de forma respeitosa com os outros?**

→ Significa tratar as pessoas com educação, ouvir suas opiniões e respeitar seus limites.

• **O que devemos fazer se alguém não quiser brincar ou conversar com a gente?**

→ Respeitar a decisão da pessoa e entender que todos têm o direito de escolher suas interações.

• **Por que não devemos forçar alguém a dar um abraço ou beijo?**

→ Porque cada pessoa tem o direito de decidir se quer ou não contato físico.

• **O que é um relacionamento saudável entre amigos?**

→ É quando há respeito, confiança e ninguém se sente pressionado a fazer algo que não quer.

• **O que devemos fazer se um amigo ou colega nos tratar de um jeito que nos machuca?**

→ Conversar com a pessoa, explicar como nos sentimos e, se necessário, pedir ajuda a um adulto.

• **Como saber se uma amizade está nos fazendo bem?**

→ Quando nos sentimos felizes, respeitados e livres para sermos nós mesmos.

• **O que fazer se alguém nos pressionar a fazer algo que não queremos?**

→ Dizer "não" com firmeza e procurar um adulto de confiança se precisar de ajuda.

• **O que significa empatia nas interações com os outros?**

→ Significa se colocar no lugar do outro e tentar entender seus sentimentos.

PERGUNTAS DO JOGO

- Interações:

- **Como podemos demonstrar respeito nas redes sociais?**

→ Não compartilhando informações sem permissão, evitando comentários ofensivos e tratando os outros com educação.

- **Por que devemos pedir permissão antes de tocar em alguém?**

→ Porque cada pessoa tem seu espaço pessoal e pode não se sentir confortável com o toque.

- **O que fazer se alguém fizer comentários constrangedores sobre nosso corpo?**

→ Dizer que não gostou e, se necessário, contar para um adulto de confiança.

- **Como podemos lidar com conflitos de forma respeitosa?**

→ Conversando, ouvindo o outro e buscando uma solução sem agressividade.

- **Por que devemos respeitar diferentes tipos de famílias?**

→ Porque cada família tem sua forma de ser e todas merecem respeito.

- **O que é assédio e como devemos reagir a isso?**

→ Assédio é quando alguém insiste em interações que nos deixam desconfortáveis. Devemos dizer "não" e contar para um adulto de confiança.

- **Por que devemos respeitar os sentimentos dos outros?**

→ Porque cada pessoa sente de um jeito, e desrespeitar os sentimentos pode machucar.

- **O que podemos fazer se virmos alguém sendo tratado de forma desrespeitosa?**

→ Podemos apoiar a pessoa, dizer que aquilo não é certo e buscar ajuda de um adulto se necessário.

PERGUNTAS DO JOGO

- Comportamento:

•O que significa respeitar o próprio corpo?

→ Significa entender que temos o direito de decidir sobre ele e que ninguém pode tocar sem nossa permissão.

•O que significa respeitar o corpo dos outros?

→ Significa não tocar nas pessoas sem o consentimento delas e entender que cada um tem seus próprios limites.

•O que fazer se alguém tocar no seu corpo de um jeito que te deixa desconfortável?

→ Dizer "não", sair do local e contar para um adulto de confiança.

•Por que é importante conversar com um adulto de confiança sobre dúvidas e preocupações?

→ Porque os adultos podem ajudar a entender situações e dar orientações seguras.

•Todos os segredos devem ser guardados?

→ Não. Segredos que fazem a gente se sentir mal ou com medo devem ser contados para um adulto de confiança.

•O que é consentimento?

→ É dar permissão para algo de forma clara e sem pressão.

•O que fazer se um amigo contar algo preocupante sobre seu corpo ou sua segurança?

→ Aconselhar a falar com um adulto de confiança ou contar para um adulto para ajudar.

•É normal sentir curiosidade sobre o próprio corpo e o dos outros?

→ Sim, mas é importante buscar informações em fontes confiáveis e respeitar a privacidade das pessoas.

PERGUNTAS DO JOGO

- Comportamento:

•Como devemos reagir quando ouvimos piadas ou comentários que fazem alguém se sentir mal?

→ Devemos dizer que isso não é legal e apoiar quem foi alvo do comentário.

•O que é bullying e por que ele é errado?

→ Bullying é machucar alguém de propósito, com palavras ou ações, e isso pode causar sofrimento.

•Se alguém nos fizer uma pergunta sobre nosso corpo e não quisermos responder, o que podemos fazer?

→ Podemos dizer que não queremos falar sobre isso e que cada um tem direito à sua privacidade.

•O que fazer se receber mensagens ou imagens que te deixam desconfortável?

→ Não responder, bloquear a pessoa e contar para um adulto de confiança.

•Um adulto pode namorar uma criança?

→ Nunca! Em nosso país isso não é apenas errado, mas também é crime que pode dar muitos anos de prisão.

•Por que devemos respeitar as diferenças entre as pessoas?

→ Porque cada pessoa é única e tem o direito de ser quem é sem sofrer discriminação.

•Como devemos reagir se formos perseguidos na rua?

→ Devemos buscar proteção em algum lugar ou chamar a atenção das pessoas na rua, seja como for. O importante é não ficar sozinho.

•Se uma pessoa for assediada ou abusada por alguém da família, a quem ela deve pedir ajuda?

→ Ela deve pedir ajuda a qualquer outro adulto de confiança. Pode ser da escola, da igreja, algum vizinho ou amigo, mas não pode ficar calada.

PERGUNTAS DO JOGO

- Corpo

•O que é a puberdade?

→ A puberdade é a fase da vida em que o corpo começa a passar por mudanças para se tornar adulto.

•Quais são algumas mudanças que ocorrem no corpo durante a puberdade?

→ Crescimento de pelos, aumento da altura, mudanças na voz, desenvolvimento dos órgãos sexuais e surgimento de espinhas.

•Meninos e meninas passam pelas mesmas mudanças na puberdade?

→ Algumas mudanças são parecidas, como o crescimento e os pelos no corpo, mas outras são diferentes, como o crescimento dos seios nas meninas e a mudança da voz nos meninos.

•O que é menstruação?

→ É um sangramento que ocorre mensalmente nas meninas quando o útero libera seu revestimento porque não houve gravidez.

•Todos os meninos e meninas entram na puberdade na mesma idade?

→ Não. A puberdade pode começar entre os 8 e 14 anos e varia de pessoa para pessoa.

•Por que algumas pessoas crescem mais rápido que outras?

→ Porque cada corpo tem um ritmo próprio de desenvolvimento, influenciado por fatores genéticos e hormonais.

PERGUNTAS DO JOGO

- Corpo

•Por que muitos adolescentes ficam com cheiro forte nos pés e nas axilas?

→ Porque nessa fase o corpo produz mais suor. As bactérias que vivem na pele transformam o suor em odor através da sua decomposição.

•Por que surgem espinhas na puberdade?

→ Porque as glândulas da pele produzem mais óleo, o que pode obstruir os poros e causar espinhas.

•O que são hormônios?

→ São substâncias que o corpo produz para controlar funções importantes, como o crescimento e o desenvolvimento.

•Por que o coração bate mais rápido quando sentimos emoções fortes?

→ Porque o corpo libera hormônios, como a adrenalina, que preparam o organismo para reagir.

•É normal ter dúvidas sobre as mudanças do corpo?

→ Sim! É natural ter dúvidas, e é sempre bom perguntar a um adulto de confiança.

•Por que algumas meninas menstruam mais cedo que outras?

→ Porque cada corpo tem um tempo próprio para se desenvolver, influenciado por fatores genéticos e ambientais.

PERGUNTAS DO JOGO

- Corpo

·O que significa ter autonomia sobre o próprio corpo?

→ Significa que cada pessoa tem o direito de decidir sobre seu corpo e precisa ser respeitada.

·Por que é importante conhecer o próprio corpo?

→ Para entender como ele funciona, cuidar da saúde e saber quando algo não está bem.

·Por que algumas meninas ficam grávidas na adolescência?

→ Porque não conheciam ou não quiseram usar métodos contraceptivos, como preservativo ou pílula anticoncepcional.

- Saúde:

·Por que é importante tomar banho todos os dias?

→ Para manter o corpo limpo, evitar o acúmulo de sujeira e prevenir doenças de pele.

·O que acontece se não trocarmos a roupa íntima todos os dias?

→ Pode haver acúmulo de suor e bactérias, causando mau cheiro e irritações na pele.

·Por que precisamos lavar as mãos antes de comer e depois de usar o banheiro?

→ Para evitar o contato com germes que podem causar doenças.

·O que fazer quando aparecer uma coceira ou irritação nas partes íntimas?

→ Contar para um adulto de confiança e procurar um médico para saber a causa.

PERGUNTAS DO JOGO

- Saúde:

·**Por que precisamos ir ao médico mesmo quando estamos saudáveis?**

→ Para fazer exames de rotina e prevenir doenças.

·**O que são vacinas e por que devemos tomá-las?**

→ São substâncias que protegem nosso corpo contra doenças.

·**Como podemos cuidar da higiene íntima?**

→ Lavando as partes íntimas com água e sabão (neutro) diariamente e usando roupas íntimas limpas.

·**Por que é importante usar desodorante na puberdade?**

→ Porque o suor começa a ter um cheiro mais forte, e o desodorante ajuda a controlar o odor.

·**Por que precisamos escovar os dentes todos os dias?**

→ Para evitar cáries, mau hálito e problemas na gengiva.

·**Como saber se um produto de higiene é adequado para o nosso corpo?**

→ Lendo o rótulo e, se tiver dúvidas, perguntando a um adulto ou profissional de saúde.

PERGUNTAS DO JOGO

- Saúde:

·O que fazer se percebermos algo estranho no nosso corpo, como um caroço ou dor que não passa?

→ Contar para um adulto de confiança e procurar um médico.

·Por que não devemos compartilhar roupas íntimas e toalhas?

→ Porque isso pode transmitir infecções e fungos.

·Por que é importante dormir bem?

→ Porque o corpo precisa de descanso para crescer, recuperar energia e manter a saúde.

·O que fazer se começarmos a nos sentir tristes ou ansiosos por muito tempo?

→ Conversar com um adulto de confiança e, se necessário, procurar ajuda de um profissional.

·Por que devemos beber bastante água todos os dias?

→ Para manter o corpo hidratado, ajudar na digestão e no funcionamento dos órgãos.

·Como podemos cuidar da saúde mental?

→ Descansando, conversando sobre sentimentos, praticando atividades que gostamos e pedindo ajuda quando necessário.

PERGUNTAS DO JOGO

- Saúde:

·**Por que precisamos ir ao médico mesmo quando estamos saudáveis?**

→ Para fazer exames de rotina e prevenir doenças.

·**O que são vacinas e por que devemos tomá-las?**

→ São substâncias que protegem nosso corpo contra doenças.

·**Como podemos cuidar da higiene íntima?**

→ Lavando as partes íntimas com água e sabão (neutro) diariamente e usando roupas íntimas limpas.

·**Por que é importante usar desodorante na puberdade?**

→ Porque o suor começa a ter um cheiro mais forte, e o desodorante ajuda a controlar o odor.

·**Por que precisamos escovar os dentes todos os dias?**

→ Para evitar cáries, mau hálito e problemas na gengiva.

·**Como saber se um produto de higiene é adequado para o nosso corpo?**

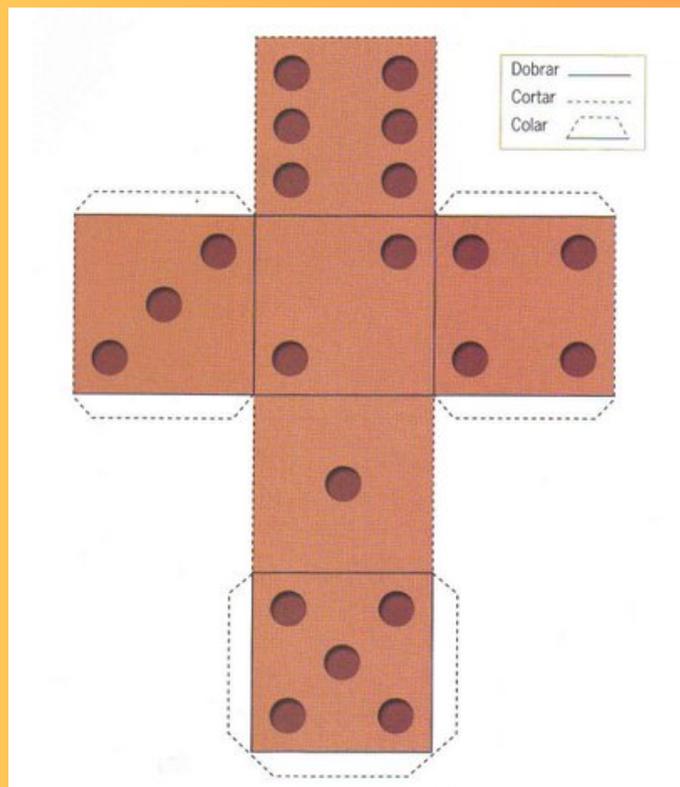
→ Lendo o rótulo e, se tiver dúvidas, perguntando a um adulto ou profissional de saúde.

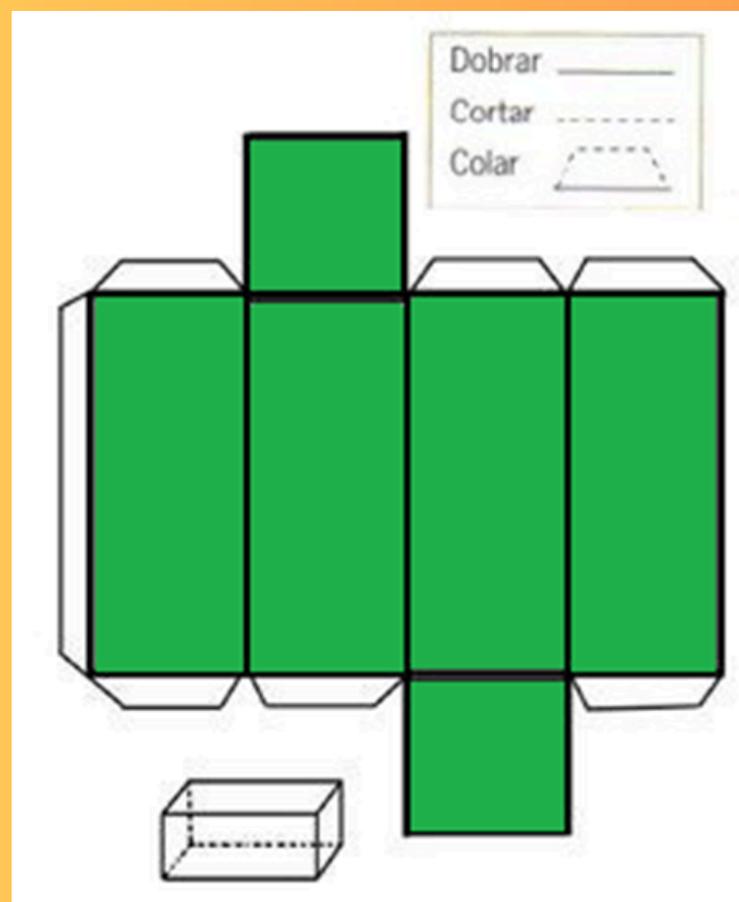
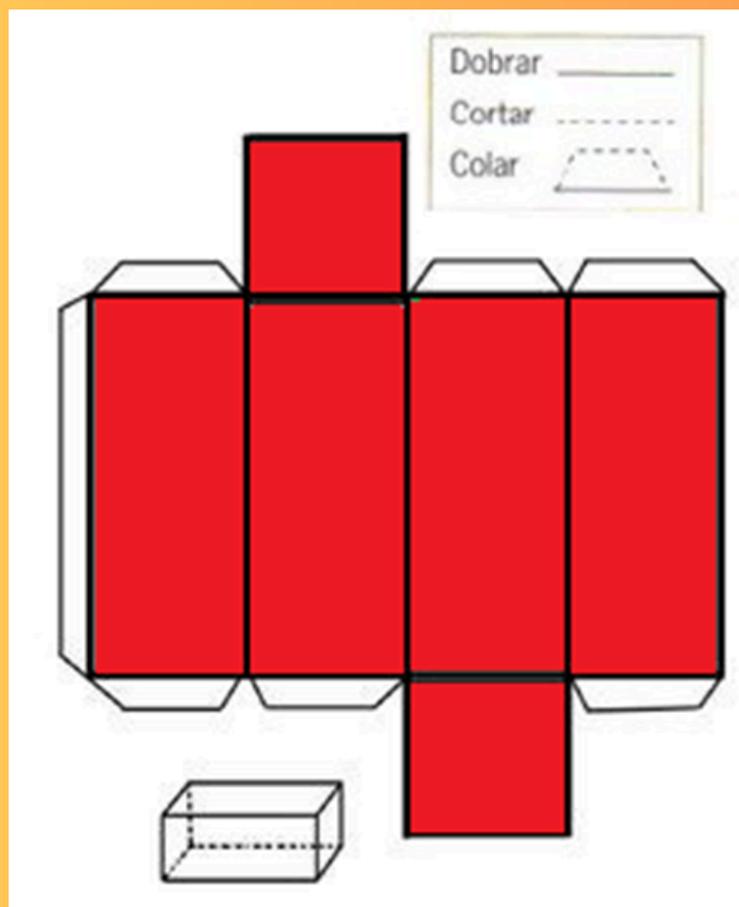
8. Moldes utilizados no jogo

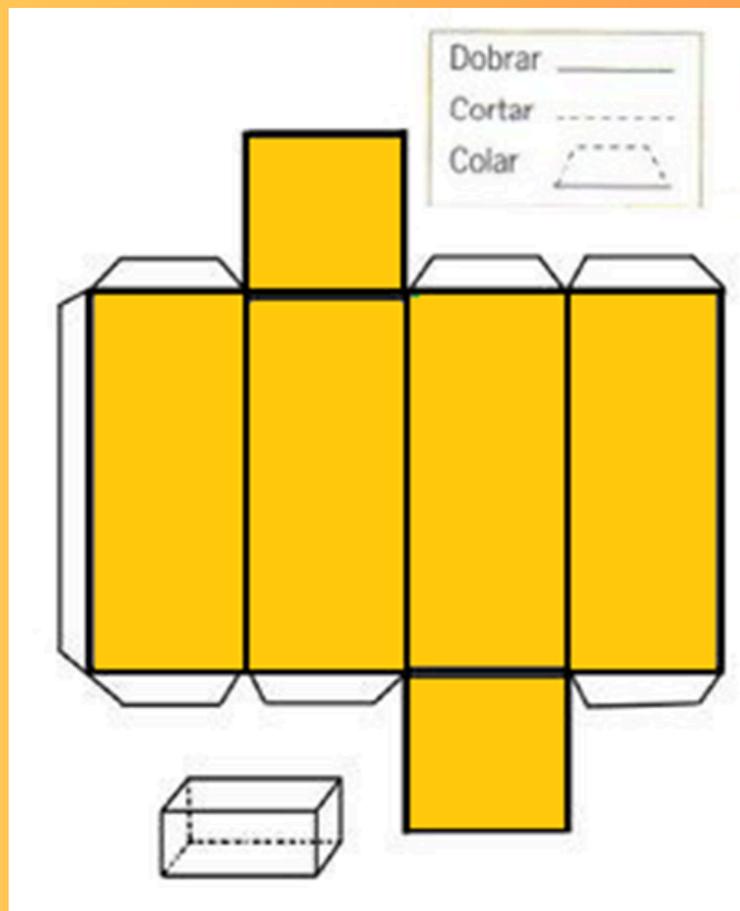
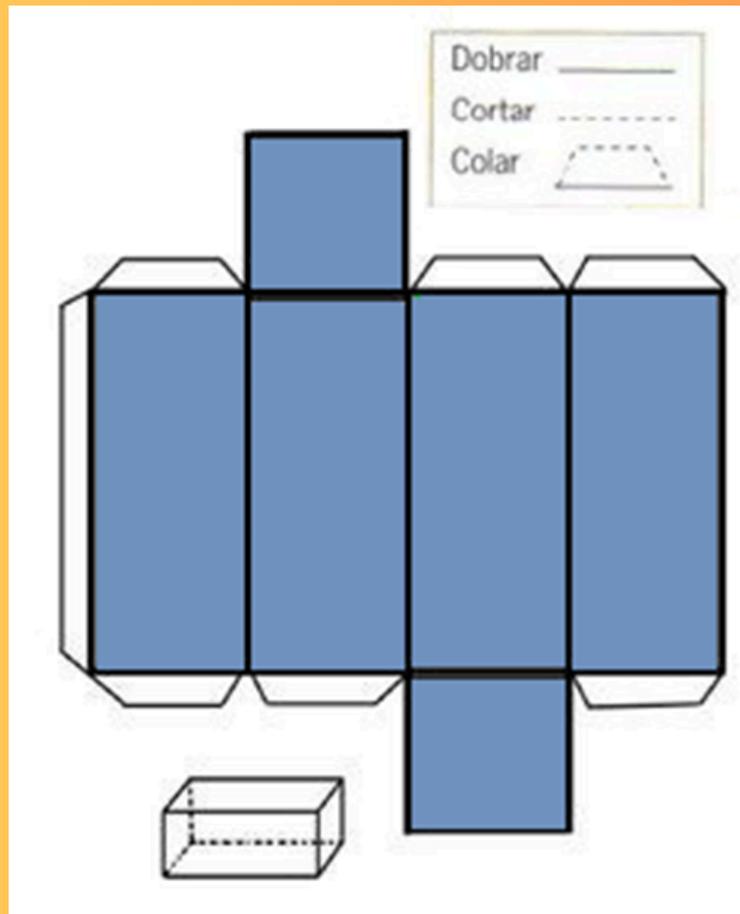
Os moldes a seguir são sugestões que podem ser construídas para utilização no jogo Trilha da Proteção. Basta recortar e colar!

Caso prefira, o profissional pode comprar os dados e peões prontos ou utilizar materiais alternativos, como tampinhas de garrafa ou qualquer outro objeto que sirva ao propósito de caminhar pelo tabuleiro.

Dados

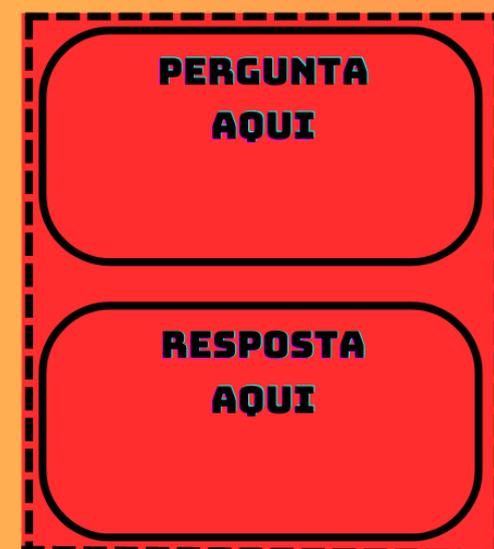




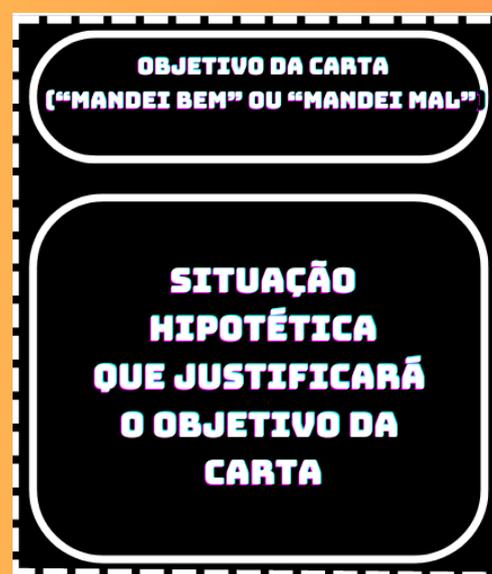
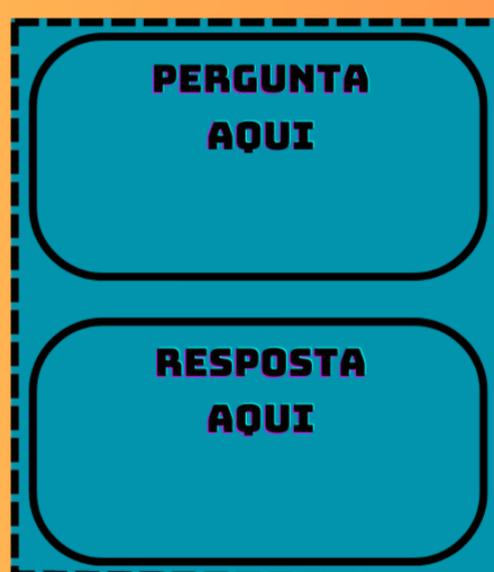


CARTÕES

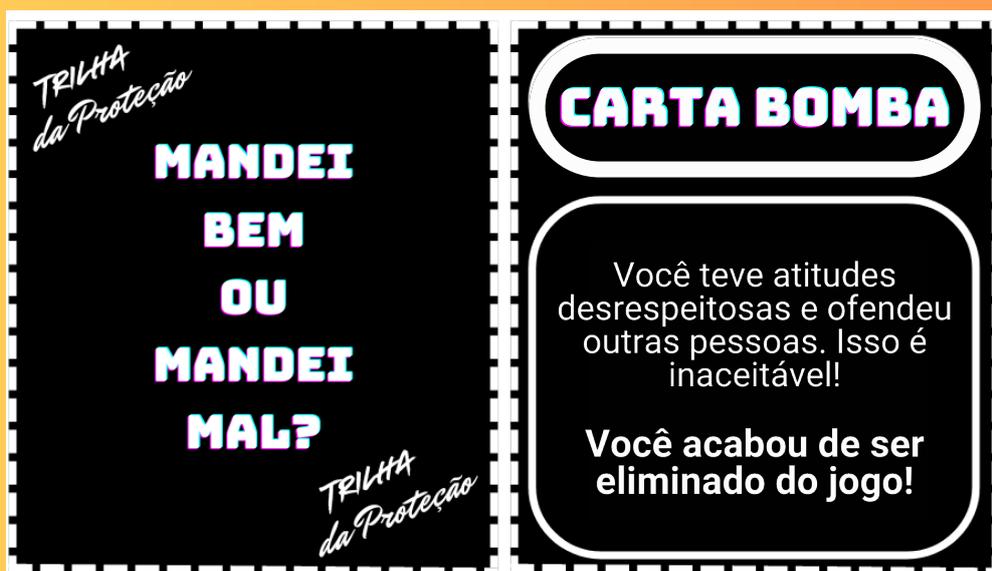
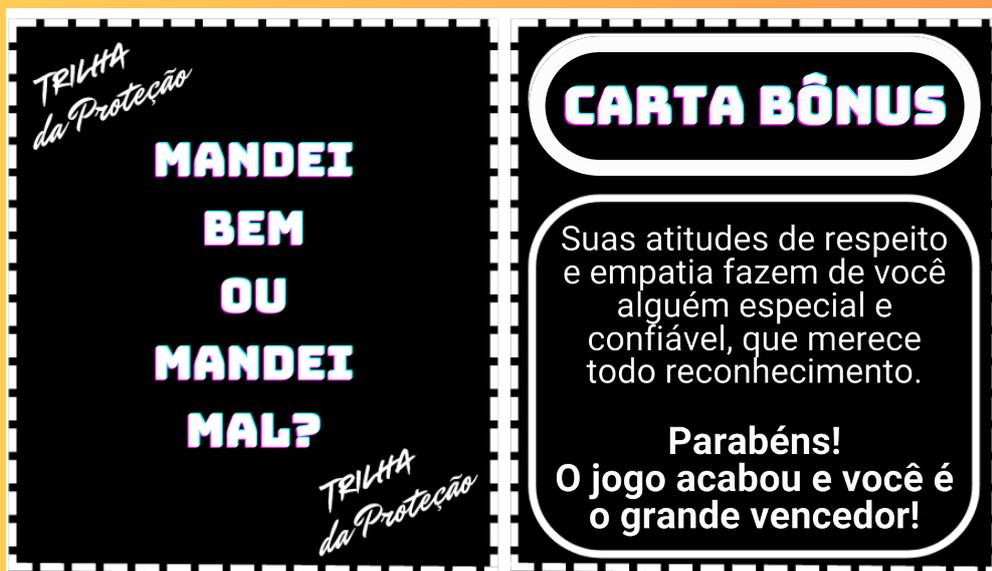
Seguem, também, os modelos dos cartões nos tamanhos reais que foram impressos.



CARTÕES



CARTÕES



“Trilha da Proteção” é o fruto de dois anos de muito estudo e dedicação.

Esperamos que este material, desenvolvido com todo empenho e seriedade, enriqueça suas aulas e oportunize momentos de diversão e aprendizagem!

As autoras.

REFERÊNCIAS

SILVA, Aline S et al. DIFICULDADES E DESAFIOS PARA A EDUCAÇÃO SEXUAL EM UMA ESCOLA TÉCNICA DO TOCANTINS. **Rev. Sítio Novo Palmas** v. 7 n. 1 p. 18-31. 2022. Disponível em: Dificuldades e desafios para a educação sexual em uma escola técnica do Tocantins. Acesso em: 1 fev. 2024

RIZZATTI, I. M.; MENDONÇA, A. P.; MATTOS, F.; RÔÇAS, G.; SILVA, M. A. B. V.; CAVALCANTI, R. J. S.; OLIVEIRA, R. R. Os produtos e processos educacionais dos programas de pós-graduação profissionais: proposições de um grupo de colaboradores. **Actio: Docência em Ciências**, v. 5, n.2, Curitiba, p. 1-17. Disponível em: Os produtos e processos educacionais dos programas de pós-graduação profissionais: proposições de um grupo de colaboradores | Rizzatti | ACTIO: Docência em Ciências Acesso: jul. 2024