REGIÃO AUTÓNOMA DOS AÇORES
SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO, CULTURA E DESPORTO
DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO E ADMINISTRAÇÃO EDUCATIVA

ESCOLA BÁSICA INTEGRADA . BISCOITOS

Ano Letivo 2026/2027

Departamento - Pré-Escolar



PROJETO "TOQUE DE YIZHI"

(Toque Positivo)

Dinamizadora / Responsável:

Catarina Isabel Carrilho Ferreira

(Docente de Educação Inclusiva)

1. Introdução

O projeto TOQUE DE YIZHI vai de encontro ao programa de combate à agressividade e ao bullying em meio escolar, tendo como objetivos levar a calma e a harmonia para a sala de aula, através do relaxamento associado à música e à massagem (cabeça, ombros e costas) entre pares e com consentimento, promovendo um ambiente de respeito e equidade para com o outro, ensinando a diferença entre o toque concordante/positivo e o toque desadequado/negativo, ao mesmo tempo que promove o respeito pelo corpo do outro e pelo próprio corpo.
Na educação pré-escolar, particularmente em grupos heterogéneos que integram crianças com Necessidades Especificas é fundamental promover experiências estruturadas que favoreçam a segurança emocional, a inclusão, a empatia e a autorregulação. Algumas crianças demonstram rejeição ao toque espontâneo, dificuldade em lidar com a proximidade física ou comportamentos de evitamento e agressividade. Este projeto pretende dar resposta a essas manifestações, através de uma abordagem preventiva, educativa e lúdica. A massagem consentida, associada à música, à respiração e à narrativa (história), constitui uma estratégia pedagógica promotora do bem-estar, da consciência corporal e da construção de relações interpessoais positivas, respeitando sempre os limites individuais.

2. Descrição do Projeto

O **TOQUE DE YIZHI** é um projeto de intervenção pedagógica que visa introduzir, de forma regular e estruturada, momentos de relaxamento e massagem consentida entre pares, em contexto de sala de Jardim de Infância.

As sessões promovem o toque concordante/positivo, distinguindo-o claramente do toque desadequado/negativo, reforçando o respeito pelo corpo, a autonomia, o consentimento e a empatia. O projeto aposta numa metodologia ativa, prática e lúdica, adequada à faixa etária dos 3 aos 5 anos, integrando todas as crianças, com e sem NE.

A massagem é sempre realizada entre alunos, apenas após:

- Pedido explícito de quem realiza o toque;
- Autorização clara de quem o recebe;
- Possibilidade de recusa, sem qualquer penalização.

3. Dinamizador

- Docente de educação inclusiva

4. Destinatários

- Crianças com Necessidades Educativas Especificas;
- Restante grupo de crianças do Jardim de Infância;

Ponta Negra – 9760-056 BISCOITOS - *ebi.biscoitos@azores.gov.pt* - Telf. 295908241

5. Realização das Sessões

- Sessões 2 tempos/semana;
- 3 salas de J. de Infância da Escola Básica Integrada dos Biscoitos;
- 1 sala de J. de Infância dos dos Altares;
- As sessões são realizadas na 2ª feira - 2 tempos das 10:40h /11:26h/ e 11:25h/12:10h
- As sessões são quinzenais.

Número total de alunos: 66 crianças

6. Objetivos

6.1 Objetivos Gerais

- Promover a calma, a harmonia e o bem-estar emocional em contexto de Jardim de Infância;
- Desenvolver competências pessoais, sociais e emocionais;
- Prevenir comportamentos agressivos e situações de bullying;
- Fomentar o respeito pelo próprio corpo e pelo corpo do outro;
- Promover a inclusão, a equidade e a aceitação da diversidade.

6.2 Objetivos Específicos

Para crianças dos 3 aos 5 anos:

- Experimentar o toque concordante de forma segura e consentida;
- Desenvolver a consciência corporal e espacial;
- Aprender a pedir e a dar consentimento;
- Saber esperar pela sua vez e respeitar regras simples;
- Melhorar a capacidade de escuta e atenção;
- Desenvolver estratégias de autorregulação emocional;
- Reforçar a empatia, a entreajuda e a cooperação;
- Aumentar o sentimento de segurança e pertença ao grupo;
- Promover interações sociais positivas entre pares.

Ponta Negra – 9760-056 BISCOITOS - *ebi.biscoitos@azores.gov.pt* - Telf. 295908241

7. Metodologia de Intervenção

- Intervenção semanal, envolvendo **2 salas por semana**;
- Sessões conduzidas pela Docente de Educação Inclusiva, em articulação com as Diretoras de Turma de turma e quando necessário, com as assistentes operacionais;
- Sessões de carácter prático, estruturado e lúdico;
- Duração ajustada à idade e ao grupo (aprox. 30 a 40 minutos);
- Trabalho realizado em grande ou em pequeno grupo, consoante as necessidades.

8. Estrutura base de uma sessão:

1. Ritual de acolhimento e preparação;
2. Exercícios simples de respiração e relaxamento;
3. Exploração da consciência corporal;
4. Massagem consentida (cabeça, ombros e costas);
5. História orientadora / música calma;
6. Momento final de partilha e encerramento.

9. Focos de Intervenção

- Consciência do corpo;
- Respeito pelos limites do outro;
- Desenvolvimento de competências sociais;
- Promoção do autocontrolo;
- Prevenção de comportamentos agressivos;
- Capacidade de esperar pela sua vez;
- Compreensão, empatia e entreajuda;
- Promoção da saúde mental.

10. Calendarização

- **Período de implementação:** Outubro a Junho
- **Ano letivo:** 2026/2027

Ponta Negra – 9760-056 BISCOITOS - *ebi.biscoitos@azores.gov.pt* - Telf. 295908241

11. Instrumentos de Rastreio, Monitorização e Avaliação

- Pedido de autorização escrita aos encarregados de educação;
- Observação direta e registos de participação;
- Inquérito avaliativo às Diretoras de Turma (final do ano letivo);
- Reflexão pedagógica sobre impacto emocional e comportamental nas crianças.

12. Envolvimento Parental

- Informação aos encarregados de educação sobre os objetivos do projeto;
- Pedido de consentimento informado;
- Partilha de resultados globais no final do ano letivo;
- Sensibilização para a importância do toque positivo e do respeito pelos limites do corpo de cada criança.

Considerações Finais

O projeto TOQUE DE YIZHI assume-se como uma ferramenta pedagógica preventiva, inclusiva e promotora de saúde mental, contribuindo para o desenvolvimento global e harmonioso das crianças do Jardim de Infância. Ao trabalhar o toque de forma consciente, consentida e estruturada, promove-se uma cultura de respeito, empatia e bem-estar, essencial à construção de cidadãos mais conscientes, seguros e responsáveis.

Ponta Negra – 9760-056 BISCOITOS - *ebi.biscoitos@azores.gov.pt* - Telf. 295908241