

# Círculo para Falar em Tarefas de Casa/Estudos

**OBJETIVO:** Oferecer apoio e convidar os alunos a falarem sobre seus desafios / estratégias para fazerem as tarefas escolares e para estudarem para testes em casa; compartilhar ideias e ajudar a identificar dificuldades que os alunos estejam tendo; ajudá-los a descobrir estratégias bem-sucedidas e que funcionem para eles.

**MATERIAIS:** Objeto da palavra, papel, quadro ou cartaz com as perguntas abaixo.

**PREPARAÇÃO:** Acomode todos em um círculo de cadeiras, sem nenhum outro móvel. Peça que os alunos escrevam em seus diários/agendas antes do Círculo; ou faça a previsão de tempo para que escrevam no espaço do Círculo.

**Dê as boas-vindas a todos ao espaço do círculo.**

**MOMENTO DE ATENÇÃO PLENA/MINDFULNESS:** *Faça uma pausa, respire e escute o som do sino.*

**ABERTURA:** Veja o Apêndice 2, ou crie a sua própria cerimônia de abertura.

**APRESENTE UMA “RODADA”:** Uma “rodada” é o objeto da palavra passando por cada participante em torno do Círculo. O facilitador fará uma pergunta e, como participante, poderá responder por primeiro. O facilitador passará, então, o objeto da palavra para a pessoa que estiver à sua direita ou esquerda, indicando, assim, em que direção o objeto da palavra continuará a ser passado em torno do Círculo. Na primeira rodada, os participantes são convidados a dizerem seus nomes, bem como a responderem a qualquer pergunta que tenha sido feita. Lembre-se: sempre é possível que o participante passe o objeto da palavra adiante sem se pronunciar.

**Lembre aos alunos os valores e as diretrizes da sala de aula.**

**RODADA DE CHECK-IN:** *Como você está se sentindo hoje? Você tem alguma coisa em mente hoje que é importante que saibamos?*

## **ATIVIDADE PRINCIPAL: Identificar bons hábitos de estudo e os hábitos que desviam a atenção**

Escreva o seguinte em um quadro ou cartaz e peça que os alunos façam uma lista em sua folha de papel.

*Liste três hábitos ou estratégias que ajudam você a se focar na sua tarefa ou em seu estudo, quando você está em casa.*

*Liste três hábitos ou estratégias que distraem você da sua tarefa ou do seu estudo, quando você está em casa.*

Peça aos alunos que discutam suas listas em pares e considerem:

*Quais são os hábitos ou estratégias mais importantes para focar nas tarefas e quais são os que mais desviam a atenção?*

*Você consegue limitar em um hábito para cada categoria?*

**RODADA:**

*O que você e seu parceiro decidiram que seja o hábito ou a estratégia mais útil?*

*O que você e seu parceiro decidiram que seja o hábito ou a estratégia que mais distrai, que mais atrapalha?*

O professor pergunta, então, ao segundo parceiro:

*Você pode explicar por que vocês escolheram essas como a mais útil e a que mais distrai?*

O professor escreve a lista no quadro/cartaz: Mais úteis x Desviam a atenção.

**RODADA:** *Para você, pessoalmente, quais dos hábitos e estratégias dessa lista você pratica em casa?*

**RODADA:** *Diga-nos uma coisa que você poderia fazer para melhorar o foco nas tarefas de casa e diminuir as distrações?*

**RODADA:** *Diga-nos uma coisa que você poderia fazer para ajudar os outros a melhorar o foco e a diminuir as distrações?*

**RODADA DE CHECK-OUT/FINALIZAÇÃO:** *Como foi o Círculo de hoje?*

**ENCERRAMENTO:** Veja no Apêndice 2 onde você encontrará exemplos de encerramentos, ou crie o seu próprio.

**Agradeça a todos por terem participado do Círculo!**