

PROGRAMA V.I.D.A.



CADERNO DO PROFESSOR

4º e 5º ano



PREFEITURA DE
LONDRINA

Secretaria Municipal de
Educação

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)**

Programa V.I.D.A. [livro eletrônico] : caderno do professor : 4º e 5º ano / Andrea Santos de Souza Militão ... [et al.]. -- Londrina, PR : Prefeitura de Londrina : Secretaria Municipal de Educação, 2021. -- (Programa V.I.D.A. ; 3) PDF.

Outros autores : Aldrei Valéria Govea Conforti, Carla Fernanda Paiva Cordeiro, Francieli Araujo, Jaqueline Bonifácio, Mariangela de Sousa Prata Bianchini, Viviane Barbosa Perez Aguiar.

Bibliografia.

ISBN 978-65-00-28912-1

1. Ensino fundamental - Educação I. Conforti, Aldrei Valéria Govea. II. Cordeiro, Carla Fernanda Paiva. III. Araujo, Francieli. IV. Bonifácio, Jaqueline. V. Bianchini, Mariangela de Sousa Prata. VI. Aguiar, Viviane Barbosa Perez.

21-77399

CDD-372.41

Índices para catálogo sistemático:

1. Ensino fundamental : Educação 372.41

Aline Grazielle Benitez - Bibliotecária - CRB-1/3129

Ficha Técnica

Prefeito do Município de Londrina

Marcelo Belinati

Secretária Municipal de Educação

Maria Tereza Paschoal de Moraes

Responsáveis pela elaboração do material

Andrea Santos de Souza Militão

Aldrei Valéria Govea Conforti

Carla Fernanda Paiva Cordeiro

Francieli Araujo

Jaqueline Bonifácio

Mariangela de Sousa Prata Bianchini

Viviane Barbosa Perez Aguiar

Criação e designer

Andrea Santos de Souza Militão

Carla Fernanda Paiva Cordeiro

Fernanda Mendes Faillace (designer)

Gustavo Cordeiro Cavalcanti (vinheta)

Luiz Guilherme Souza Leite (logo do programa V.I.D.A.)

Renata Suzue (ilustrações)

Apresentação

Como você está se sentindo hoje? Quais emoções sente quando está próximo aos colegas? Como reage ao ouvir elogios e críticas? Essas e outras perguntas nos inquietam e nos levam a olhar para dentro de nós!




Desenvolver as capacidades socioemocionais é um dos grandes desafios da educação do século XXI, principalmente quando consideramos que a escola precisa comprometer-se com a formação integral da criança.

Assim, reconhecer e nomear as próprias emoções, saber acessá-las, manter viva a capacidade criativa e o entusiasmo, interagir, desenvolver a autonomia e a empatia são habilidades que podem/devem ser estimuladas na escola.

Para cumprir tal desafio, a Secretaria Municipal de Educação apresenta uma proposta estruturada de trabalho para o Programa V.I.D.A., a ser desenvolvida nas unidades escolares no ano de 2021. O Programa V.I.D.A. se coloca como instrumento essencial que busca cuidar e acolher pessoas, o que faz com que tenha significado especial em tempos tão desafiadores. Sabemos que o distanciamento social como medida de prevenção ao contágio da COVID-19 pode ter provocado ou agravado sentimentos e emoções negativas. Além disso, o retorno presencial, em meio a uma pandemia não superada do ponto de vista sanitário, pode aflorar sentimentos e emoções vividos, e a escola terá grande responsabilidade na condução destas situações.

EVIDÊNCIAS CIENTÍFICAS

Adquirir, desenvolver e praticar habilidades socioemocionais é um desafio até mesmo para as crianças. Desse modo, desde a mais tenra idade, as crianças precisam ser estimuladas a cultivar relacionamentos interpessoais saudáveis, atitudes de cuidado consigo mesmas e com o outro. A escola coloca-se como instituição responsável por colaborar no processo de desenvolvimento das competências socioemocionais.



Diante desse contexto, pesquisadores vêm evidenciando como as intervenções educativas acerca dos aspectos socioemocionais são cada vez mais indispensáveis ao espaço escolar. Em geral, os estudos apontam que são expressivos os resultados positivos da “educação socioemocional”, uma vez que se apresenta como “[...] importante como ferramenta para uma melhor adaptação da criança ao seu contexto, desenvolvendo a longo prazo uma melhor autoestima e empatia” (MOTTA; ROMANI, 2019, p. 49).

Os resultados obtidos na pesquisa de Motta e Romani (2019) apontam que, nos Estados Unidos, há um menor número de intervenções ministradas por professores que incluíram os conteúdos no currículo escolar, cujo efeito foi a significativa melhora no comportamento dos alunos, além do alívio de sintomas emocionais como a ansiedade e depressão, e a melhora na autoestima e regulação emocional. De acordo com os autores:

[...] a educação socioemocional é o processo de adquirir habilidades necessárias para reconhecer e gerenciar emoções, desenvolver cuidado e preocupação com outros, estabelecer relações positivas, tomar decisões responsáveis e manejar situações desafiadoras de forma eficaz (MOTTA; ROMANI, 2019, p. 50).

A pesquisa evidenciou ainda que a Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning (CASEL) elaborou programas para as escolas, com o objetivo de promover cinco conjuntos de competências cognitivas, afetivas e comportamentais. São elas: autoconsciência, autocontrole, consciência social, habilidades sociais e tomada de decisão responsável (WEISSBERG et al., 2013 apud MOTTA; ROMANI, 2019). As intervenções nas escolas com base em tais competências apresentaram resultados exitosos no que concerne, especialmente, à melhora do desempenho escolar, de habilidades emocionais, redução dos níveis de estresse e de problemas de conduta.

No Brasil, uma pesquisa semelhante realizada em 2018 pela Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ), apontou que alunos expostos a um aprendizado que inclui o desenvolvimento de habilidades socioemocionais apresentam melhor comportamento, além de desenvolverem maior capacidade de autocontrole. Durante um ano, os pesquisadores da UFRJ acompanharam um grupo de 9,6 mil alunos da educação básica que participaram de ações que buscavam promover habilidades como o autocontrole, empatia e perseverança. Os resultados da pesquisa evidenciaram que os alunos que participaram dos estudos tiveram resultados melhores em todos os domínios avaliados. Os números apontam um aumento de 6,7% na melhora do comportamento desses alunos, e dentre as mudanças positivas estão um aumento de 2,3% na empatia cognitiva emocional e até 13,9% no autocontrole dos alunos.

Em um estudo realizado pelo Instituto Ayrton Senna, no estado do Rio de Janeiro, constatou-se que jovens com competências socioemocionais mais desenvolvidas tendem a ter melhor desempenho escolar, e que é possível estimular essas competências com ações promovidas por políticas



públicas direcionadas para esta finalidade.

Nesse sentido, as escolas brasileiras têm sido incentivadas a incluir em seus currículos as competências socioemocionais, conforme prevê a Base Nacional Comum Curricular (BNCC), com o intuito de promover o desenvolvimento integral do aluno.

O desenvolvimento das habilidades socioemocionais por meio da escola é indispensável, sobretudo, pelo atual momento histórico de crise pandêmica, o qual tem trazido aos indivíduos medos e inseguranças. Em pesquisa realizada por Filgueiras e Kolehmainen (2020), identificou-se que durante o isolamento social, houve aumento expressivo de casos de depressão e de episódios de ansiedade e estresse. Essas demandas emocionais desencadeadas pela crise sanitária não poderão ser ignoradas no plano de retorno às aulas presenciais.

Soma-se a isso o fato de os estudos demonstrarem que as emoções são importantes bases para as aprendizagens que temos ao longo da vida; desta forma, constituem-se suporte básico às funções cognitivas da aprendizagem.

Cabe assim ao professor a criação, a gestão, o planejamento e gestão do envolvimento social da sala de aula (ou do ecossistema pedagógico) para que se criem condições emocionais e afetivas ótimas para que a aprendizagem, como ato cognitivo construído e co-construído, aconteça efetivamente. (FONSECA, 2016, p. 370)

Os sólidos estudos científicos realizados por universidades e instituições nacionais e internacionais vêm contribuindo para que importantes iniciativas sejam aplicadas à nossa realidade educacional. Em nosso município, o Programa V.I.D.A. assume papel indispensável, pois favorece o aprendizado socioemocional não só dos nossos alunos, mas também dos professores. O Programa está completamente alinhado à Base Nacional Comum Curricular (BNCC), bem como às legislações que tratam sobre o tema.

O Programa V.I.D.A. originou-se do olhar atento da equipe pedagógica da Secretaria Municipal de Educação que já enxergava, mesmo antes da pandemia, a necessidade de sistematização de um trabalho dessa natureza. Sem imaginar que o ano de 2020 seria marcado por grandes crises (de ordem sanitária, econômica, social, humanitária etc.), o Programa V.I.D.A. foi criado para fazer a diferença em um contexto em que estar atento às pessoas e seus sentimentos é sempre indiscutível.

Para nós, a escola constitui-se como espaço importante para esse trabalho, pois configura-se em uma comunidade intensa, dinâmica e viva, que trabalha permanentemente com as relações humanas e o convívio entre pares, que ensina em contextos reais a olhar para cada um em sua individualidade, ensina a amizade, o respeito ao outro, a tolerância, a empatia, a solidariedade, a ética e tantas outras habilidades e comportamentos. Nessa perspectiva, o desenvolvimento do Programa V.I.D.A. apresenta-se como poderosa ferramenta para a formação humana, de pessoas conhecedoras de si, afetuosas, respeitadas e também da criação de ambiente escolar mais positivo e saudável.

No retorno às aulas presenciais, a implementação dos círculos permitirá uma entrega pessoal



a um contexto de fala e escuta, de reflexão e diálogo, no qual se aprende a olhar internamente e a entender o outro, sua forma de pensar e agir. Por meio do Programa V.I.D.A. será possível ouvir e assim entender como nosso aluno está se sentindo, seus medos, aflições, inseguranças, ajudando-o a pensar a respeito dos seus sentimentos e emoções. Não pretendemos que os educadores resolvam os problemas que venham a emergir, mas que criem um contexto organizado de fala e escuta, com um olhar restaurativo, possível de cuidar e acolher cada um.

Diante do exposto, o Programa V.I.D.A. assume relevância extrema!

1-Resolução CNE/CP nº 2 - Institui e orienta a implantação da Base Nacional Comum Curricular a ser respeitada obrigatoriamente ao longo das etapas e respectivas modalidades no âmbito da Educação Básica.

Lei nº 10.910/2010 - Dispõe sobre o Amor Exigente nas unidades escolares.

Lei nº 12.467/2016 - Cria o Programa Municipal de Práticas Restaurativas nas unidades escolares

Lei nº 12.988/2019- Institui o Programa Mediação Escolar e Comunitária na Rede Municipal de Ensino de Londrina



Leis que fundamentam o Programa V.I.D.A.

Resolução CNE/CP nº 2

Institui e orienta a implantação da Base Nacional Comum Curricular a ser respeitada obrigatoriamente ao longo das etapas e respectivas modalidades no âmbito da Educação Básica

Decreto/Lei nº 10.910/2010

Dispõe sobre o Amor Exigente nas unidades escolares

Decreto/Lei nº 12.467/2016

Cria o Programa Municipal de Práticas Restaurativas nas unidades escolares

Decreto/Lei nº 12.988/2019

Institui o Programa Mediação Escolar e Comunitária na Rede Municipal de Ensino de Londrina

Material de apoio ao professor

O PAPEL DA EDUCAÇÃO EMOCIONAL NO CONTEXTO ESCOLAR

Jaqueline Bonifácio- SME

Qual é o lugar que ocupa a educação emocional no ambiente escolar? Se em tempos ditos “normais” sua importância é indiscutível, imagina em tempos muito difíceis, de uma pandemia que assola o mundo e impõe de um dia para o outro, muitas recomendações, dentre elas, a de restringir o contato social. É possível privar o homem da sua relação social com outros homens? Em que medida isso afeta sua natureza humana, repercutindo em seus sentimentos e emoções? Como as crianças entendem essa necessidade imposta pela pandemia? Em que pese tudo isso, o que é educação emocional e qual sua importância no contexto escolar, em especial, neste tempo de excepcionalidade?

Para Rodrigues (2015) a educação emocional é a capacidade da pessoa entender as próprias emoções e utilizá-las de forma produtiva, tendo para isso a necessidade de adquirir uma consciência emocional, ou seja, compreender o que sente e o que o outro está sentindo, descobrir as causas desse sentimento, conhecer o efeito provável que os próprios sentimentos exercem sobre outras pessoas. Nesta esteira, o autor enfatiza que “Quando trabalhamos as emoções nas escolas, devemos pensar que estaremos trabalhando com prevenção. Lembrando: “um grama de prevenção, equivale a um quilo de cura.” (RODRIGUES, 2015, p. 15, grifo do autor).

Com base nisso, Rodrigues (2015) nos ensina que todos os comportamentos são aprendidos, e é na escola o lugar onde é possível ensinar aos alunos algumas habilidades socioemocionais, tais como reconhecer e compreender as suas emoções, ensinar a ter empatia, ter comportamento construtivo diante de uma emoção, promover emoções positivas, fortalecer relacionamentos sociais positivos, ensinar habilidades para enfrentar adversidades e outras habilidades.

Caminha e Caminha (2016) sugerem que o trabalho no ambiente escolar se inicie ensinando as crianças a nomearem as emoções básicas que são: o medo, a tristeza, a alegria, a raiva, o nojo e o amor.

De acordo com Caminha e Caminha (2016), o medo tem a função básica de preservação da vida. Tem como objetivo antecipar o dano físico ou psicológico. Gera o ato reflexo de luta-fuga. Ambas as respostas devem trazer vantagens adaptativas, inclusive o feeling (congelamento) que possui o propósito biológico de tornar-se desinteressante ao predador. Há predadores que não comem presas mortas, por exemplo. O medo gera os 5Fs do medo: Feeling (congelar); Light (fugir); Light (lutar); Wright (assustar-se) e, por último, o Faint (desmaiar).

A raiva tem como função básica a proteção ao ninho, filhote e território. É despertada a partir de situações nas quais o organismo se sente “atacado”. Socialmente adquire a função de preservar o self. As espécies sociais evitam sobremodo o embate em função do risco promovido. Numa situação social quando nos posicionamos de modo a colocar limite no outro, em alguém que está abusando de nós ou prestes a se tornar inconveniente ou invasivo, empostamos o nosso self e o preservamos. Ajuda a autonomia e a autoeficácia do sujeito, em suma, objetiva colocar o limite no outro.

Já a tristeza tem a função básica de manifestar a necessidade de cuidado e de atenção lançada ao meio ambiente em direção às pessoas que nos cercam. A tristeza, na medida saudável, permite a reflexão e



ativa o processamento metacognitivo.

A alegria tem como função básica expressar acontecimentos desejáveis para o sujeito tanto ao nível pessoal quanto coletivo. Serve como uma forma de equilíbrio contra as emoções desagradáveis. Reforça fortemente vínculos sociais fomentando, desse modo, a socialização. O principal ganho da expressão da alegria é a promoção e o reforçamento bilateral de interações sociais positivas.

O amor tem a função básica de reproduzir e cuidar adequadamente de filhotes frágeis e dependentes, além da manutenção de vínculos afetivos (laços de amizade e familiaridade) e expressão da plasticidade social. Está ligada ao apego (attachment) com funções importantes adaptativas (vínculos entre filhotes e cuidadores). Posteriormente, o apego transforma-se em vínculo. É o momento da difusão da emoção amor no qual passamos a ter várias possibilidades de expressão amorosa com diferentes valências e com a possibilidade ainda de termos amor sexual e não sexual.

O nojo (ou repugnância) tem como função básica a proteção de contaminação. Deriva da necessidade de evitarmos nos contaminar com coisas deterioradas ou estragadas a fim de não deixar vulnerável nossa saúde.

Ainda de acordo com Caminha e Caminha (2016), as emoções têm significados e os professores precisam conversar com seus alunos a respeito desses significados. Expressar medo significa que me sinto desprotegido, frágil, em perigo, ameaçado, sem saída, inseguro e/ou exposto. A expressão da raiva significa que eu me sinto ofendido, violado, injustiçado, desrespeitado, agredido e/ou indignado. Na expressão da tristeza, significa que eu me sinto perdendo algo, deixado de lado, desprestigiado, desvalorizado, desprezado e/ou não aceito pelas pessoas. Já o nojo significa que eu me sinto repugnado, enjoado e/ou recusando algo (antipatia, repulsa). A expressão da alegria significa que eu me sinto satisfeito, prestigiado, valorizado, acolhido, aceito, adequado e/ou adaptado. Na expressão do amor significa que eu me sinto protegido, amparado, acolhido, aceito, querido e/ou gostado.

As crianças passam grande parte do seu tempo dentro do ambiente escolar, desta forma, acredita-se que os professores podem realizar um trabalho voltado para a educação emocional de seus alunos, podendo contribuir para o bem-estar emocional destes.

Entendemos que este trabalho assume natureza preventiva, por isso os professores podem iniciar ensinando aos alunos a nomearem suas próprias emoções, ou seja, aprender os nomes das emoções básicas se traduz em uma importante ação que pode ser desenvolvida no ambiente escolar.

As emoções são fenômenos expressivos e de propósitos, filogeneticamente transmitidas com propósitos adaptativos, de curta duração, que envolvem estados de sentimentos e ativação, e nos auxiliam na adaptação às oportunidades e aos desafios que enfrentamos durante eventos importantes de vida. É, também, um constructo psicológico que une e coordena esses quatro aspectos da experiência em um padrão sincronizado. (REEVE, 2006, p. 191).

O Programa V.I.D.A. caracteriza-se como um trabalho preventivo no contexto escolar, com ações voltadas à educação emocional. Os círculos de diálogo desenvolvidos com os alunos são oportunidades de criação de espaços de fala e escuta que auxiliam no autoconhecimento, na compreensão das próprias emoções e nas de outras pessoas, na regulação das emoções desagradáveis, no autocontrole, na assertividade nos relacionamentos, na tolerância à frustração, no respeito à diversidade, dentre tantas outras coisas.

Organização temática dos estudos

1º SEMESTRE 2021

4º e 5º ANO

AULA 01 - Celebração de Início de ano
AULA 02 - Quem sou eu?
AULA 03 - Meu time
AULA 04 - Meu sonho
AULA 05 - Planejamento
AULA 06 - Minhas emoções
AULA 07 - Autoestima
AULA 08 - Autoconfiança
AULA 09 - Autocompaixão
AULA 10 - Frustração
AULA 11 - Empatia

EDUCAÇÃO INFANTIL E 1º ANO

AULA 01 - Celebração de Início de ano
AULA 02 - Quem sou eu?
AULA 03 - Meu time
AULA 04 - Meu sonho
AULA 05 - Escuta ativa
AULA 06 - As emoções - O que são?
AULA 07 - Alegria
AULA 08 - Tristeza
AULA 09 - Medo
AULA 10 - As emoções de Bing Bong

2º e 3º ANO

AULA 01 - Celebração de Início de ano
AULA 02 - Quem sou eu?
AULA 03 - Meu time
AULA 04 - Meu sonho
AULA 05 - Planejamento
AULA 06 - Minhas Emoções
AULA 07 - Gratidão
AULA 08 - Empatia
AULA 09 - Bullying
AULA 10 - Meus pensamentos
AULA 11 - Confiança

4º e 5º ANO

AULA 11 - Confiança
AULA 12 - Esperança
AULA 13 - Incerteza
AULA 14 - Ansiedade
AULA 15 - Bullying
AULA 16 - Persistência
AULA 17 - Justiça
AULA 18 - Relacionamentos
AULA 19 - Conquistas
AULA 20 - Celebração final de ano

EDUCAÇÃO INFANTIL E 1º ANO

AULA 11 - Amor
AULA 12 - Esperança
AULA 13 - Gratidão
AULA 14 - Nojo
AULA 15 - Raiva
AULA 16 - Direitos e deveres
AULA 17 - Bondade
AULA 18 - Cuidado com o outro
AULA 19 - Conquistas
AULA 20 - Celebração final de ano

2º e 3º ANO

AULA 11 - Gratidão
AULA 12 - Esperança
AULA 13 - 3 Dragões
AULA 14 - Carinho
AULA 15 - Perdão
AULA 16 - Saudade
AULA 17 - Persistência
AULA 18 - Tédio
AULA 19 - Conquistas
AULA 20 - Celebração final de ano

Para acessar as videoaulas direcione a câmera do seu celular para o QR code ou [CLIQUE AQUI](#)

Para acessar todos os PEDs [CLIQUE AQUI](#)





1 - Desenvolvimento do Programa V.I.D.A.



O plano de retomada das aulas presenciais contempla muitas recomendações de ordem sanitária e de saúde. Para um retorno seguro para todos, organiza-se um fluxo de atendimento com escalonamento de metade da turma para as atividades presenciais e a outra para o ensino remoto. Orienta-se dessa forma o revezamento semanal dos grupos sendo, portanto, uma semana de atendimento presencial e outra de modo remoto.

Tendo em vista tal organização, as atividades do Programa V.I.D.A. acontecerão da seguinte maneira: na forma presencial (vídeo e círculos de diálogo) com previsão de 50 minutos, e na forma remota com até 1h, por meio do PED.

Quadro 1 – Exemplo da Educação Infantil e 1º ano

	AULA 11 - AMOR		AULA 12 - ESPERANÇA	
	SEMANA 1	SEMANA 2	SEMANA 3	SEMANA 4
PRESENCIAL				
Vídeo Introdutório	grupo 1	grupo 2	grupo 1	grupo 2
Círculo de diálogo				
REMOTO				
PED	grupo 2 (sem atividade)	grupo 1	grupo 2	grupo 1

Ressaltamos a importância da apresentação do vídeo em sala de aula, para que em seguida os alunos vivenciem a prática de fala e escuta ativa das emoções. A unidade escolar poderá se adequar da melhor forma para que todas as turmas utilizem os equipamentos disponíveis. Programa V.I.D.A.

2 - Dicas para desenvolvimento dos Círculos de Diálogo!

O retorno às aulas presenciais é um momento de celebração. Crie um ambiente acolhedor de boas-vindas aos alunos. Recomendamos a priorização de experiências de acolhimento ao ar livre no retorno às aulas.

Sugerimos que o professor leia atentamente cada aula e assista aos vídeos antes de sua aplicação para verificar a disponibilidade do material na unidade escolar e a temática da semana.

Sempre inicie explicando aos alunos o objetivo da proposta de trabalho. Importante enfatizar que o Círculo de Diálogo tem como objetivo promover um espaço de conversa, de pertencimento e de segurança. O círculo é um espaço em que se aprende muito com o outro, sobretudo, em esfera social e emocional. Um espaço respeitoso e organizado em que todos podem falar, sem medo de julgamento.

Recomenda-se que o vídeo introdutório seja assistido pela criança junto com a professora regente na semana de aula presencial. Para uso ordenado da fala utilize o objeto da palavra. Contudo, nestes tempos de pandemia, seja criativo e apresente outras formas de controlar o uso do tempo, que pode ser feito por meio de palmas, gestos, bola e bambolê com passagem pelos pés, desenhos nas mãos, dentre outras.

Organize a turma em círculo de forma que todos possam se ver e interagir sem barreiras, criando um ambiente onde se dá ênfase à igualdade e conexão entre todos, uma vez que permite relações mais horizontais e interativas. O círculo é formatado para contribuir com o processo de criação de segurança emocional.

As perguntas propostas para direcionar as falas no grupo são sugestivas e de acordo com o tema da semana; portanto, o professor poderá elaborar novas questões, condizentes com as necessidades da turma.

Levante questões aos alunos, deixe que estes respondam de acordo com suas vivências, não julgando se estão certos ou errados.

Não interrompa o círculo para dar respostas ou fazer perguntas diretas para alunos sobre situações apontadas por eles durante a fala, mas deixe que o aluno ou a turma ajude através das vivências. Apenas intervenha caso a fala do aluno seja ofensiva, agressiva, ou de alguma forma inapropriada.

Utilize de 2 a 3 questões por encontro para que a turma toda possa falar e ouvir. Deixe sua fala sempre para o final, pois assim poderá fazer o fechamento.

Repasse à equipe gestora situações que considere como ponto de atenção para a manutenção da saúde mental e proteção integral do aluno.

Não interrompa o círculo para dar respostas ou fazer perguntas diretas para alunos sobre situações que ele aponta durante a fala, mas deixe que o aluno ou a turma ajude através das vivências.



Lembre-se: A escola é o lugar de confluência das inúmeras demandas emocionais desenvolvidas no período da pandemia, o que exige dela o planejamento de um trabalho intencionalmente voltado para o acolhimento de todos.

3 - O que é o Objeto da Palavra?

Para que se crie um círculo de diálogo organizado é fundamental o uso de um objeto regulador da fala. Por isso, junto com a turma, escolha um objeto que ajudará na organização do tempo de uso da palavra.

Normalmente, os objetos escolhidos têm um sentido para o grupo e são importantes para ajudar no controle do tempo de fala. Contudo, neste tempo de pandemia não se recomenda o compartilhamento de objetos, por isso, esse controle deverá ser feito de forma diferente. Faça combinados, utilize gestos ou repasse objetos com os pés, como bolas e bambolês.

Se necessário fazer alguma intervenção para manter a integridade do grupo durante o uso da fala, sugerimos que o professor faça uma interrupção mesmo que não seja sua vez de falar.



Seja criativo, ouça os alunos e crie novas formas! Caso não queira falar, oriente o aluno a fazer o gesto/movimento sinalizando a passada de vez para o próximo colega.

4 - Por que o Princípio da Confidencialidade?

Todos precisam se assegurar de que o espaço do círculo é seguro, pois nele todos falam sobre suas vidas, seus sentimentos, aflições, medos e histórias pessoais. A confidencialidade das histórias contadas no grupo é um princípio importante para a criação de um ambiente seguro, onde todos falam e se apoiam mutuamente.

Para iniciar qualquer círculo, sugerimos que sempre comece com a seguinte pergunta “como você se sente hoje?”, e nas próximas rodadas apresente as perguntas norteadoras. Assim, desde o início, as pessoas são convidadas a falarem sobre si e seus sentimentos. A introdução é um ponto norteador para que cada um pense a respeito dessas questões.

Além disso, proporcione a reflexão de que em um grupo todos aprendem, e que esses ensinamentos devem ser praticados também fora dele; em contrapartida, as histórias são pessoais e por isso devem ser preservadas.





1º SEMESTRE 2021



VIDINHA



KIKO



SERENA

AULA 01

TEMA: Celebração de início

DIREITO DE APRENDIZAGEM: Comunicação

OBJETIVO: Sentir-se pertencente à escola; Perceber e compartilhar seus sentimentos.

MATERIAL PARA O PED: Lápis de escrever, lápis de cor, canetinha ou giz de cera.

O QUE É CELEBRAÇÃO?

Celebração é um termo com origem no latim celebratio. O conceito refere-se à ação de celebrar (festejar, comemorar, reverenciar, realizar uma reunião).

POR QUE É IMPORTANTE APRENDER SOBRE?

Uma celebração pode ser uma festa, um ato, uma comemoração ou outro tipo de evento festivo. O seu objetivo é recordar ou comemorar algum acontecimento, uma data especial ou homenagear uma pessoa. Consideramos importante celebrar o início do ano letivo, pois é um recomeço com muitos aprendizados, desafios, novos amigos e professores, e que por isso merece ser comemorado, ou seja, celebrado.

GRUPO PRESENCIAL

Vídeo Introdutório 01 - Disponível no Canal do Youtube

Que legal estarmos com vocês novamente. Já estávamos com saudades!

A pandemia mudou a nossa rotina, e tivemos que passar mais tempo em casa, longe dos colegas e professores. Agora vamos retornar às aulas e estamos repletos de expectativas. Mas não podemos esquecer das medidas de prevenção. Seja bem-vindo! Vamos nos divertir muito!

Atividade presencial: Círculo de diálogo

Perguntas sugestivas para o Círculo de Diálogo:

- Como você se preparou para vir à aula hoje?
- Quem te ajudou a se arrumar para vir à aula?
- Mostre como está se sentindo em estar aqui hoje? (alegre ou triste, ansioso, nervoso etc. Pode-se usar emojis).
- Do que sentiu mais falta neste tempo em que ficou longe da escola?
- Dê um abraço em você mesmo para comemorar que estamos aqui juntinhos hoje.

GRUPO REMOTO

Vídeo remoto 01 - Disponível no Canal do Youtube

Esta semana estamos voltando às aulas presenciais. Cada semana um grupo diferente estará na escola. Que alegria! Então, vamos nos preparar. Deixe sua garrafinha separada, pois você vai precisar levá-la para a escola. Separe sua máscara e verifique se seu uniforme está limpinho.

PLANO DE ESTUDO DIRIGIDO (PED)

 **PROGRAMA V.I.D.A.** 
ATIVIDADE 01 - AULA INTRODUTÓRIA
Celebração de Volta às Aulas

Duração (30 minutos)

Data: ____/____/2021

Nome: _____

O PROGRAMA V.I.D.A. está de volta e estaremos juntos este ano, toda semana com uma aula. Aqui que iremos pensar sobre quem somos, o que sentimos, como está nossos corações e como podemos lidar com nossas emoções. Para isso convidamos você e sua preciosa família para estarmos juntos. Nosso time VIDÁ está muito feliz em podermos compartilhar esses momentos com vocês.

1) Agora, você vai desenhar como quiser a **ÁRVORE DO PROGRAMA V.I.D.A.** AN! Pode pedir ajuda de alguém de sua família no desenho ou na escrita. Bom trabalho!



 **PROGRAMA V.I.D.A.** 
ATIVIDADE 01 - AULA REMOTA
Celebração de Volta às Aulas

Duração (30 minutos)

Data: ____/____/2021

Nome: _____

Que legal estarmos com vocês novamente. Já estivamos com saudades! Nos finais vocês se divertiram e discutiram bastante, mas com o pandemão a rotina mudou e tivemos que passar mais tempo em casa. O uso de máscara e a higienização das mãos e objetos se tornou indispensável. Agora vamos retornar as aulas e estamos repletos de expectativas. Por enquanto, as aulas ainda serão remotas. Quando retornarmos presencialmente, não se esqueçam de continuar com todas as medidas de prevenção. Seja bem-vindo! Vamos nos divertir muito!

1) Agora você vai desenhar um coração e dentro dele vai escrever ou desenhar tudo que está sentindo para a volta às aulas. AN! Pode pedir ajuda de alguém de sua família no desenho ou na escrita. Bom trabalho!



PED1: https://docs.google.com/document/d/1UC9tUnD1GnFJmr1bOq7dgMeT1nqfV_nDfkkW0ABdboU/edit?usp=sharing

PED2: <https://docs.google.com/document/d/1jp07unJRWknLwPMwwLbvCTA86wGnYdKa16ArIS7mxvE/edit?usp=sharing>

AULA 02

TEMA: Identidade - Quem sou eu.

DIREITO DE APRENDIZAGEM: Autoconhecimento e Autocuidado.

OBJETIVO: Perceber que somos diferentes uns dos outros; Reconhecer as próprias características através da observação.

MATERIAIS NECESSÁRIOS: Pedir antecipadamente a todos os alunos que tragam um objeto de casa que tenha um significado, para a aula presencial. Algo que o represente (ex.: uma foto, um brinquedo, uma roupa). Este objeto não poderá ser compartilhado, somente para mostrar aos colegas. Uma opção é somente descrever o objeto aos demais colegas, sem precisar levar.

MATERIAL PARA O PED: Lápis de escrever, lápis de cor.

O QUE É IDENTIDADE?

É o conjunto de características que distinguem uma pessoa ou uma coisa da outra e por meio das quais é possível individualizá-la. Na filosofia, identidade é a relação que cada coisa tem apenas consigo mesma.

POR QUE É IMPORTANTE APRENDER SOBRE?

As Diretrizes Curriculares Nacionais para Educação Infantil definem a criança como construtora da sua identidade pessoal e coletiva por meio das brincadeiras, experiências, questionamentos, interações que dão significado e sentido ao conhecimento constante que as crianças adquirem de si, à autoimagem que através deste conhecimento vai sendo construída e à capacidade para utilizar recursos individuais de que dispõe em cada situação.

GRUPO PRESENCIAL

Vídeo Introdutório 02 - Disponível no Canal do YouTube

As pessoas são diferentes umas das outras. Cada pessoa tem suas próprias características, como a cor dos cabelos, altura, cor da pele, entre outras. Qual a diferença entre você e os membros de sua família? Vá até um espelho e observe essas diferenças! Cada um é especial do seu jeito!

Atividade presencial: Círculo de Diálogo

Perguntas sugestivas para o Círculo de Diálogo:

- Mostre ou descreva seu objeto que trouxe de casa (caso tenha levado), e conte a história relacionada a esse objeto.
- Quais suas qualidades ou habilidades?
- O que você gostaria de socializar com seus amigos sobre sua história de vida?

- Qual o significado do seu nome?
- Por que seus pais escolheram esse nome para você?
- Que lembranças de sua família te marcaram?
- Quais suas brincadeiras preferidas?
- Nestes tempos de pandemia foi possível fazer atividades das quais gosta?
- O que você mais gosta em você?
- O que você não gosta em você? Por quê?

GRUPO REMOTO

Vídeo Remoto 02 - Disponível no canal do YouTube

Muitos são os fatores que influenciam quem somos. Características físicas, como a cor dos cabelos, cor dos olhos, formato do rosto, a nossa altura, como também as habilidades, gostos, preferências, tudo isso nos torna únicos! Somos únicos e diferentes uns dos outros e isso é muito legal, porque podemos aprender coisas diferentes e nos expressar de maneira diferente sempre! Isso é maravilhoso!

PLANO DE ESTUDO DIRIGIDO (PED)

PROGRAMA U.S.A.
ATIVIDADE 02 - ALUNO INTRODUTÓRIA
Quem sou eu?
Duração: 30 minutos

Nome: _____
Data: ____/____/2021

Todos os alunos trabalharão em grupos. Cada grupo terá um nome, formado de alguma forma, brincadeira ou brincadeira preferida. Cada grupo terá um nome.

1) Para a atividade desta semana, procure algum objeto em sua casa que tenha um significado de você, algo que o represente, por exemplo: uma foto, um brinquedo, uma roupa, e descreva no espaço abaixo o porquê, qual o motivo, desde quando que representa quem você é?

2) Depois de, se você achar interessante, converse com o seu time para que eles possam te ajudar! Até semana que vem!

OBJETO	QUAL HISTÓRIA DO OBJETO

PROGRAMA U.S.A.
ATIVIDADE 02 - ALUNO REMOTO
Tudo Sobre Mim!
Duração: 30 minutos

Nome: _____
Data: ____/____/2021

Todos os alunos trabalharão em grupos. Cada grupo terá um nome, formado de alguma forma, brincadeira ou brincadeira preferida. Cada grupo terá um nome.

1) Para a atividade desta semana, procure algum objeto em sua casa que tenha um significado de você, algo que o represente, por exemplo: uma foto, um brinquedo, uma roupa, e descreva no espaço abaixo o porquê, qual o motivo, desde quando que representa quem você é?

2) Depois de, se você achar interessante, converse com o seu time para que eles possam te ajudar! Até semana que vem!

TUDO SOBRE MIM!

nome: _____
grupo: _____
data: _____

Características físicas	Gostos e preferências

Objeto: _____
Qual a história do objeto? _____

PED1: <https://docs.google.com/document/d/1O3E5vLTXkkYUsXnyM3unI8UZHENEgMWCrO1KiZckd4/edit?usp=sharing>

PED2: <https://docs.google.com/document/d/1rGcsRd8rJp1pUgD0Nk3iV7wrwEbylbNAH0jXOXrcV2I/edit?usp=sharing>

AULA 03

TEMA: Grupo a qual pertencço. Meu time.

DIREITO DE APRENDIZAGEM: Empatia e Cooperação.

OBJETIVO: Reconhecer-se como parte integrante de uma família; Identificar e respeitar diferentes tipos de família, quanto a atitudes e formas de viver; Compreender que o termo “TIME”, refere-se aos membros que compõem a família.

MATERIAL PARA O PED: Lápis de escrever, lápis de cor, cola, tesoura.

O QUE É PERTENCIMENTO?

O sentimento de pertencimento pode ser reconhecido na forma como um grupo desenvolve suas relações sociais. Quando a característica dessa comunidade é sentida como comum a todos, que pode ser a ascendência comum, formas de organização coletiva, traços raciais, partilha de valores, costumes, memória comum, trazendo sentido de homogeneidade ao grupo.

POR QUE É IMPORTANTE APRENDER SOBRE?

Esse sentimento de pertencimento tem relação com a noção de participação. Na medida em que o indivíduo se sente ator da ação em um determinado grupo, o que for sendo construído de forma participativa desenvolverá a responsabilidade conjunta, os resultados pertencentes a todos desse grupo, pois terá um pouco de cada um.

GRUPO PRESENCIAL

Vídeo Introdutório 03 - Disponível no Canal do YouTube

Nesta semana falaremos sobre família. Existem diferentes tipos de família, e todas precisam ser respeitadas. Pense: como é sua família e as coisas que são importantes e unem vocês (vínculos afetivos, espaços para conversas, momentos de lazer juntos...)?

Atividade presencial: Círculo de diálogo

Se tiver o livro na escola, poderá usar algumas imagens para lembrar a história.

Perguntas Sugestivas para o Círculo de Diálogo:

- Se você pudesse conversar com alguém da sua família agora, quem escolheria neste momento? Por quê?
- Você consegue falar com seus pais sobre seus sentimentos?
- Fale de uma pessoa da sua família que é um bom modelo a ser seguido por você?

- Em casa, você desfruta de momentos junto com seus pais?
- Qual o maior aprendizado que você recebeu de sua família?
- Como é o seu convívio com seus familiares?
- Se você fosse um repórter, que tipo de história você gostaria de escrever sobre sua família? Por quê?

GRUPO REMOTO

Vídeo Remoto 03 - Disponível no canal do YouTube

Vamos entender um pouco mais sobre a nossa família? Para entender de onde você veio, construa um organograma do seu time. Em um organograma podemos colocar os familiares de sangue ou de coração, com quem moramos e com os demais que compõem nossa família, irmãos, padrasto, madrasta, avós, tios. Se precisar, peça ajuda a alguém do seu time.

PARA ALUNOS COM CONECTIVIDADE

<https://wordwall.net/play/10634/858/123> (caça palavras)

PLANO DE ESTUDO DIRIGIDO (PED)

UNIVERSIDADE DE LONDRINA
PROGRAMA V.I.D.A.
ATIVIDADE 03 - AULA REMOTA
Meu Time
Duração (30 minutos)

Data: ___/___/2021
Nome: _____

Olá pessoal, nesta semana estamos falando sobre família, que existem diferentes tipos de família. Família é uma confusão, porém seu significado é de muito paixão, e de grande conexão. Família, família, todos temos, dela viemos, nela nascemos e nela vivemos. Pense, como é sua família? Quem são as pessoas que moram em sua casa? Elas formam seu TIME?

1) Procure e pinte no caça palavras, todas as palavras correspondente a pessoas que podem compor uma família.

PAI - MÃE - IRMÃO - IRMÃ - AVÔ - AVÓ - TIO - TIA - PRIMO - PRIMA

U	T	I	A	U	V	T	C	S
G	T	O	P	Q	I	K	L	J
R	I	I	A	R	O	R	E	D
Z	O	M	R	V	I	F	M	R
S	X	Á	A	M	O	M	Y	Á
P	K	E	Á	V	Á	Y	A	P
Á	A	V	A	C	A	O	Á	M
C	B	I	X	M	K	V	P	A
C	X	F	B	I	M	O	O	D

UNIVERSIDADE DE LONDRINA
PROGRAMA V.I.D.A.
ATIVIDADE 03 - AULA REMOTA
Meu Time
Duração (30 minutos)

Data: ___/___/2021
Nome: _____

Vamos entender um pouco mais sobre a nossa família? Para poder entender de onde você veio, construa um organograma do seu time. Observe o desenho que tem como exemplo. Aqui podemos colocar os familiares de sangue ou de coração, com quem moramos e com os demais que compõem nossa família, irmãos, padrasto, madrasta, avós, tios. Se precisar, peça ajuda a alguém do seu time.

1) Aqui você tem um exemplo de uma composição de família, mas junto com alguém do seu time você vai fazer o seu organograma, do jeito que vocês acharem melhor desenhá-lo.

```

graph TD
    BP[Bisavós Paternos] --- AP[Avós Paternos]
    BM[Bisavós Maternos] --- AM[Avós Maternos]
    AP --- P[Pai]
    AM --- M[Mãe]
    P --- V[Você]
    M --- V
  
```

PED1: [https://docs.google.com/document/d/1wBkPZrzQ4s266y7XAzWLU-xLXaB\]znaw5AWFzCwWmCI/edit?usp=sharing](https://docs.google.com/document/d/1wBkPZrzQ4s266y7XAzWLU-xLXaB]znaw5AWFzCwWmCI/edit?usp=sharing)

PED2: <https://docs.google.com/document/d/15i82c05NG6bvCeehjocykbafrYdLwG79ffY9D4Lo978/edit?usp=sharing>

AULA 04

TEMA: Meu sonho.

DIREITO DE APRENDIZAGEM: Trabalho e Projeto de Vida.

OBJETIVO: Identificar um sonho, desejo, ou projeto de vida do aluno e das pessoas da família; Reconhecer que o significado do termo “sonho” na atividade de hoje, refere-se a desejo; Perceber que como nós, outras pessoas também têm sonhos; Verificar, através de relatos verídicos, que muitos sonhos podem se tornar reais.

MATERIAL PARA O PED: Papel colorido ou sulfite, tesoura, barbante ou linha, pregador de roupas ou clips, lápis ou canetinha.

O QUE É SONHO?

O sonho é o desejo, a vontade, o anseio, o objetivo. É a ideia, é algo que lhe inspira, que deseja profundamente alcançar, pode ser até mesmo um projeto de vida, algo que dê sentido à vida.

POR QUE É IMPORTANTE APRENDER SOBRE?

Já que o sonho pode muitas vezes dar sentido à vida, é importante conhecer quais são os sonhos e planejar maneiras para alcançá-los, transformar em projetos que estabelecerão passos a serem conquistados gradualmente até chegar na concretização do sonho.

GRUPO PRESENCIAL

Vídeo Introdutório 04 - Disponível no Canal do Youtube

Somos movidos por nossos sonhos. Eles nos mobilizam para conseguirmos os meios de realizá-los. Podemos ter sonhos bem diferentes e até engraçados. Há pessoas que sonham com grandes coisas, como casas, carros e outros bens. Outras sonham em ter amigos, tocar um instrumento musical, ter uma profissão bem legal, fazer uma viagem, estar sempre pertinho de alguém da família, passear com animais, praticar um esporte radical ou até pular de paraquedas, entre tantos outros.

Atividade presencial: Círculo de diálogo

Perguntas Sugestivas para o Círculo de Diálogo:

- Qual o seu sonho neste momento?
- Sua família já realizou um grande sonho?
- O seu sonho corresponde ao sonho que sua família tem para você?
- O que você precisa fazer para realizar o seu grande sonho?

- Precisamos planejar ações para alcançarmos um sonho?
- Qual o maior sonho de sua família?

GRUPO REMOTO

Vídeo remoto 04 - Disponível no Canal do Youtube

Muitas vezes nossos sonhos não são tão fáceis de se conquistar. Certamente teremos que nos dedicar e sempre perseverar para que consigamos concretizá-lo.

PLANO DE ESTUDO DIRIGIDO (PED)

PROGRAMA V.I.D.A.
ATIVIDADE 04 - AULA INTRODUTÓRIA
Meu sonho
 Duração (30 minutos)

Data: ____/____/2021
 Nome: _____

Somos movidos por nossos sonhos. Eles nos mobilizam para conseguirmos os meios de realizá-los. Podemos ter sonhos bem diferentes e até engraçados. Há pessoas que sonham com grandes coisas, como casas, carros e outros bens. Outras sonham em ter amigos, tocar um instrumento musical, ter uma profissão bem legal, fazer uma viagem, estar sempre perto de alguém da família, passear com animais, praticar um esporte radical ou até pular de paraquedas e tantos outros.

1) Para a atividade desta semana, irá conversar com alguém próximo a você e procurar saber se essa pessoa tem algum sonho que já realizou? Como foi para ela conquistar seu sonho? e que foi necessário fazer e como se sentiu ao alcançar seu sonho? Depois poderá descrever no quadro.

Conversa sobre sonhos.

Qual sonho já realizou?

O que precisou fazer para conquistar?

Como se sentiu ao conquistar?

PROGRAMA V.I.D.A.
ATIVIDADE 04 - AULA REMOTA
Meu sonho
 Duração (30 minutos)

Data: ____/____/2021
 Nome: _____

Muitas vezes nossos sonhos não são tão fáceis de se conquistar. Certamente teremos que nos dedicar e sempre perseverar para que consigamos concretizá-lo. Converse com as pessoas de seu time (sua família), fale sobre o seu sonho e identifique qual a opinião delas em relação ao que deseja. Desejo que tenha sonhos lindos e que consiga trilhar um caminho bem bacana para realizá-lo.

1) Monte um "MURAL DOS SONHOS" para colocar no seu quarto. Nela pendure os seus sonhos que estão escritos em pequenos papéis (pode ser de sulfite ou outro que você tem em sua casa). Conforme eles vão sendo realizados, sugerimos que os retire do mural e inclua novos sonhos. Eles serão motivadores para você!



PED1:https://docs.google.com/document/d/1idzCbzYwWL2-24JV_trZTYAMCVnkK6K_cjKnyJ_njVg/edit?usp=sharing

PED2:https://docs.google.com/document/d/14oajmTLp1tmgDLFdxIDGmIeQHozYdWAt6w3O_AYfSLk/edit?usp=sharing

AULA 05

TEMA: Planejamento.

DIREITO DE APRENDIZAGEM: Trabalho e Projeto de Vida.

OBJETIVO: Planejar ações com relação ao futuro; Compreender que planejar é organizar-se para alcançar um objetivo.

MATERIAL PARA O PED: Lápis de escrever e lápis de cor.

O QUE É PLANEJAMENTO?

Planejamento é o ato de planejar, estabelecer passos, pequenas metas a serem seguidas rumo a um determinado objetivo; podem ser planos de ação.

POR QUE É IMPORTANTE APRENDER SOBRE?

O planejamento estabelece metas e objetivos e pode funcionar como um norte para o alvo, evitando o desperdício de tempo e energia. O planejamento é importante pois pode criar pequenos objetivos palpáveis tendo em vista um objetivo maior.

GRUPO PRESENCIAL

Vídeo Introdutório 05 - Disponível no Canal do YouTube

Você costuma planejar suas ações? Como faz para organizar momentos de estudos e brincadeiras ou mesmo outras coisas? Quando planejamos alguma coisa, pensamos em uma série de ações que precisamos fazer para que algo aconteça.

Atividade presencial: Círculo de diálogo

Perguntas Sugestivas para o Círculo de Diálogo:

- Você acha que no dia a dia o planejamento é necessário?
- Se vamos fazer uma viagem, qual é o primeiro passo que devemos planejar?
- Pense em seu sonho e identifique o que precisa fazer para alcançá-lo.
- Você consegue observar se na sua casa as pessoas planejam suas ações? Relate uma situação para o grupo.
- O que precisamos fazer quando planejamos algo e mesmo assim não conseguimos atingir o que pretendemos?

GRUPO REMOTO

Vídeo remoto 05 - Disponível no Canal do YouTube



Às vezes não sabemos como podemos nos organizar ou por onde começar. Montar a nossa rotina já foi um grande passo. Agora vamos pensar em planejar algo maior. Em uma das nossas atividades você fez o varal dos sonhos. Para conquistá-los você deverá ter metas ou planejamento. Você já pensou sobre isso? Como podem ser suas metas para alcançar seus sonhos?

PLANO DE ESTUDO DIRIGIDO (PED)

UNIVERSIDADE DE LONDRINA
PROGRAMA V.I.D.A.
ATIVIDADE 05 - AULA INTRODUTÓRIA
Planejamento
 Duração (30 minutos)

Data: ____/____/2021
 Nome: _____

Você costuma planejar suas ações? Como faz para organizar momentos de estudos e brincadeiras, ou outras coisas? Quando planejamos algo, pensamos em uma série de coisas que precisamos fazer para que algo aconteça. Por exemplo, quando vamos produzir um vídeo para o **Programa V.I.D.A.**, sempre fazemos um checklist de ações importantes para que o vídeo tenha uma qualidade legal. Você sabe o que é um checklist?

01- Para atividade de hoje, você vai montar um check list da sua rotina, coloque na tabela as principais atividades que tem para fazer (hora de estudar, brincar, almoçar, jogar, ver tv, tomar banho, entre outras atividades), e durante a semana você vai marcando se a atividade está realizada, planejando e organizando o seu seu dia.

ATIVIDADE	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO	DOMINGO

UNIVERSIDADE DE LONDRINA
PROGRAMA V.I.D.A.
ATIVIDADE 05 - AULA REMOTA
Planejamento
 Duração (30 minutos)

Data: ____/____/2021
 Nome: _____

Às vezes temos dificuldades em saber como podemos nos organizar ou por onde começar. Montar a nossa rotina já foi um grande passo. Agora vamos pensar em planejar algo maior. Em uma das nossas atividades você fez o varal dos sonhos. Para conquistá-los você precisa de metas e de um planejamento. Você já pensou sobre isso? como pode ser suas metas para alcançar seus sonhos?

01- Para a atividade de hoje, você vai subir na 'ESCADA DE PLANEJAMENTO'. Escolha um dos sonhos que está em seu varal (ou poderá pensar em uma escada para cada sonho), e pense que cada degrau é um passo que será preciso para realizar o seu sonho. Na figura, apontamos algumas perguntas que podem te ajudar, então pense... e descreva ao lado o que você planeja para realizar essa conquista.

Meu Sonho... MEU SONHO _____

PED1: https://docs.google.com/document/d/1M78zWT4lTnVGU1xpTBQCUSHhr_LK0vN9R3aiy7j64M/edit?usp=sharing

PED2: https://docs.google.com/document/d/1pKvFHIIoqjPsg3h2QX_dsNDgiHMoIuJDvDTY9wEr0w/edit?usp=sharing

AULA 06

TEMA: Minhas Emoções.

DIREITO DE APRENDIZAGEM: Autoconhecimento e Autocuidado.

OBJETIVO: Reconhecer em si mesmo diferentes emoções e quais atitudes costuma ter diante das situações que aparecem no dia a dia; Reconhecer e identificar os diferentes tipos de emoções e sentimentos nas pessoas a sua volta; Reconhecer que as expressões faciais mudam de acordo com a emoção que estamos sentindo.

MATERIAIS UTILIZADOS: Livro “Cérebro e seus Moradores”, de Luciana Tisser e Vanina Cartaxo.

MATERIAL PARA O PED: Lápis de escrever e lápis de cor.

O QUE É EMOÇÃO?

Emoção é uma sensação física e sentimental que é provocada por algum estímulo. Cada pessoa pode sentir uma emoção de maneira diferente. A emoção é a reação diante de um acontecimento. De acordo com a emoção experienciada podem acontecer reações físicas, como por exemplo: respiração alterada, choro, riso incontrolável, taquicardia, tremores entre outros.

POR QUE É IMPORTANTE APRENDER SOBRE?

As emoções são possíveis graças ao funcionamento do sistema límbico. Sabemos que a aprendizagem está relacionada à memória e está intimamente ligada às emoções. A aprendizagem é adquirida de maneira intencional e carregada de emoção, quanto mais envolvimento entre elas será melhor, mais profunda e significativa a captação e processamento de estímulos pelo cérebro. Consideramos importante que as crianças possam identificar e nomear as emoções para que saibam como utilizá-las em diversas situações.

GRUPO PRESENCIAL

Vídeo Introdutório 06 - Disponível no Canal do YouTube

O livro “Cérebro e seus moradores” nos apresenta uma história bem interessante: nosso cérebro tem alguns “moradores” (nossas emoções) que trabalham para que possamos viver mais tranquilos, mas, às vezes esses “moradores” fazem uma confusão. São eles: a Senhora Alegria, Senhora Tristeza, Senhora Raiva, Senhor Tristeza, Senhor Medo e Senhor Amor. Quando chega a Dona Correspondência com uma carta, os “moradores” devem trabalhar juntos para que o cérebro viva bem, senão, já viu a confusão.

ATIVIDADE PRESENCIAL

Perguntas Sugestivas para o Círculo de Diálogo:

- Quais os moradores do cérebro que você mais reconhece?
- Como você lida com as suas emoções?
- Alguém te ajuda a lidar com as suas emoções?
- O que você pode fazer quando percebe um colega confuso nas suas emoções?
- Como você faz para lidar com os moradores em situações diferentes:
 - um dia de prova
 - um abraço
 - uma briga na escola ou em casa
 - uma barata na cama
 - um dia de muitos trovões

GRUPO REMOTO

Vídeo remoto 06 - Disponível no Canal do YouTube

As emoções descritas no vídeo da semana passada são chamadas de emoções base, pois delas podem surgir muitas outras. É muito importante aprendermos a lidar com as diferentes emoções que sentimos. Frustração, inveja, empatia e ansiedade e tantas outras podem surgir, deixando-nos confusos em certos momentos. Mas precisamos entender e saber como podemos lidar melhor com cada uma delas.

PARA ALUNOS COM CONECTIVIDADE

<https://wordwall.net/play/13170/526/964> (Anagrama)

PLANO DE ESTUDO DIRIGIDO (PED)

PROGRAMA V.I.D.A.
ATIVIDADE 06 - AULA INTRODUTÓRIA
Minhas Emoções
Data: ____/____/2021
Nome: _____

Na sua "Cabeça" e seus "moradores", há que em nossa cabeça temos alguns "moradores" (nessas emoções) que trabalham para que possamos viver mais tranquilos, mas às vezes essas "moradores" fazem uma confusão... São eles: A Senhora Alegria, Senhora Tristeza, Senhora Raiva, Senhor Tristeza, Senhor Medo e Senhor Amor. Quando chega a Dona Correspondência com uma carta, os "moradores" devem trabalhar juntos para que o cérebro viva bem, sem, já viu e confusão.

01- Na atividade de hoje, você vai descobrir quais são as palavras que estão embaralhadas no anagrama. Assim que terminar de descobrir todas elas, diga as emoções que aparece e pense em momentos que você sente cada uma, se quiser pode compartilhar com as pessoas de seu time.

1. E Z S A I T R T
2. E A I A L G R
3. A V A I R
4. O J O N
5. M A R O
6. E O M D

PROGRAMA V.I.D.A.
ATIVIDADE 06 - AULA REMOTA
Minhas Emoções
Data: ____/____/2021
Nome: _____

As emoções que sentimos na semana passada são chamadas de emoções base, pois delas podem aparecer muitas outras. É muito importante aprendermos a lidar com as diferentes emoções que sentimos: Frustração, inveja, empatia e ansiedade e tantas outras podem surgir nos momentos certos em certos momentos. Mas precisamos entender e saber como podemos lidar melhor com cada uma delas.

01- De acordo com as emoções base que já conversamos, marque um X na emoção que melhor se encaixa em cada frase.

1. O ... tem que existir e ser sentido, porque ele nos protege de perigos, ele é fundamental para a sobrevivência.
A ALEGRIA B MEDO
2. O ... nos protege de quedas de direção, impede de comer comida estragada ou até mesmo de fumar sem tomar banho. Determina nossas taboos de higiene.
A MEDO B ALEGRIA
3. A ... nos permite defender em casos de "ataque" e nos dá energia para resolver as situações.
A RAIVA B ALEGRIA
4. Quando a ... se engrata, percebemos a realidade da situação.
A TRISTEZA B RAIVA
5. A ... é contagiosa! Todos querem ser contagiados por ela. Então ela aproxima as pessoas.
A MEDO B ALEGRIA
6. É o ... quanto mais é vivenciado, mais é alimentado e cresce. O ... nos inspira e nos inspira.
A RAIVA B AMOR

PED1: https://docs.google.com/document/d/1p5ZBYu_o9Pff05hPmFLLeLm12miBbsE40s3LSSyXlsSc/edit?usp=sharing

PED2: <https://docs.google.com/document/d/1ZYkhvdJuHaTxEX1qLzNsz2S5qefvAHTVlKgX1YnFxKI/edit?usp=sharing>

AULA 07

TEMA: Autoestima.

DIREITO DE APRENDIZAGEM: Autoconhecimento e Autocuidado.

OBJETIVO: Desenvolver o sentimento de valorização, confiança e segurança em si próprio; Compreender a necessidade de aceitar a si mesmo e valorizar o próximo, sempre buscando a sua felicidade e realização; Reconhecer, através da oralidade e da escrita, seus valores e qualidades.

MATERIAIS UTILIZADOS: Livro “A parte que falta”, de Shel Silverstein. Também disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=nfdBQu0O0DE&ab_channel=Faf%C3%A1contahist%C3%B3rias

MATERIAIS NECESSÁRIOS: Lápis de escrever, lápis de cor.

O QUE É AUTOESTIMA?

Autoestima é a satisfação consigo mesmo, é a imagem que o indivíduo tem de si, é a capacidade de valorizar a própria identidade.

POR QUE É IMPORTANTE APRENDER SOBRE?

Atualmente somos bombardeados com informações, padrões de beleza, competições. Não somos bons em todos os quesitos e nem mesmo precisamos nos enquadrar aos padrões impostos, isso faz parte da vida. O importante é valorizarmos as qualidades que temos e sentirmos confiança em quem somos.

GRUPO PRESENCIAL

Vídeo Introdutório 07 - Disponível no Canal do YouTube

Essa semana vimos a história “A parte que falta”. Um círculo incompleto sai em busca da parte que falta, encontrou algumas partes por onde passou, só que a maioria das partes que ele encontra o encaixe não dá certo. Quando encontra o pedaço ideal, percebe que deixa de ser quem ele é. Por isso, na história, ele decide continuar sua jornada sem a parte que faltava, pois entendeu que ele era feliz daquele jeito. De tal forma, somos seres incompletos, e a cada dia vamos fazendo a nossa história e nos transformando também.

ATIVIDADE PRESENCIAL

Perguntas Sugestivas para o Círculo de Diálogo:

- Você se identifica com o círculo da história? Acha que falta algo em você?
- Fale sobre uma característica que você gosta em si mesmo.
- Na escola, você acha que nós completamos uns aos outros?

- Fazemos nossa história! Você se considera importante para a sociedade?
- O que você acha que os seus colegas enxergam de bom em você?
- Compartilhe algo que te deixou muito orgulhoso de você mesmo.

GRUPO REMOTO

Vídeo Remoto 07 - Disponível no Canal do YouTube

Autoestima é a forma como cada um se vê. É o valor e qualidades que percebemos em nós mesmos, é ter confiança em quem somos.

PLANO DE ESTUDO DIRIGIDO (PED)




PROGRAMA V.I.D.A.
ATIVIDADE 07 - AULA INTRODUTÓRIA
AUTOESTIMA
Duração (30 minutos)



Data: ___/___/2021
Nome: _____

Na história **A Parte Que Faltava**, um círculo incompleto sai em busca da parte que falta, encontrou algumas partes por onde passou, só que a maioria das partes que ele encontra o encaixe não dá certo. Quando encontra o pedaço ideal, percebe que deixa de ser quem ele é. Por isso, na história, ele decide continuar sua jornada sem a parte que faltava, pois entendeu que ele era feliz daquele jeito. Aceitar você do jeito que é, é importante para poder viver em harmonia e mais feliz.

05- Pense em você e como está sua autoestima. Para ajudar a pensar oite às seguintes perguntas, e depois converse com seu time sobre como está se sentindo com relação a sua autoestima.
Conversar sobre como se sente é um grande apoio para ser alguém cada vez melhor.

- O que você mais gosta em você?
- Pense em algo em você, que sente orgulho.
- Quais as coisas que você consegue fazer sozinho sem precisar de um adulto.
- O que você mudaria em você se pudesse? E porque mudaria?
- Você acha que tem alguma parte que falta em você? O que seria?



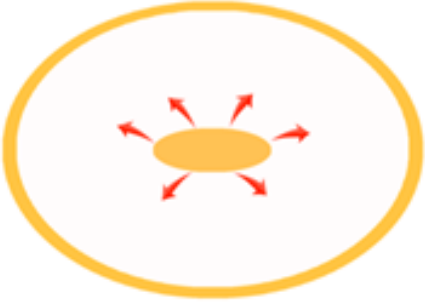



PROGRAMA V.I.D.A.
ATIVIDADE 07 - AULA REMOTA
AUTOESTIMA
Duração (30 minutos)

Data: ___/___/2021
Nome: _____

Autoestima é a forma como cada um se vê. É o valor e qualidades que percebemos em nós mesmos, é ter confiança em quem somos. Como você se sente com relação a você mesmo?

01- Vamos pensar nas suas qualidades... O que tem de melhor em você? Escreva seu nome no centro do círculo e para cada flechinha, você vai colocar algo de bom que vê em você. Suas melhores qualidades.



PED1: <https://docs.google.com/document/d/1uMptAfSfvNlDY-ZFcmt52IAEILzWlk-N7GIFuK9Se8/edit?usp=sharing>

PED2: https://docs.google.com/document/d/1mne9OuXXV2YJUQEtQr8eW_dnm_fai_t4F8EQs3EHZEc/edit?usp=sharing

AULA 08

TEMA: Autoconfiança.

DIREITO DE APRENDIZAGEM: Autoconhecimento e Autocuidado.

OBJETIVO: Compreender que autoconfiança é uma habilidade essencial para a superação das adversidades; Reconhecer e acreditar em seu potencial e não se fragilizar diante de situações adversas; Compreender e vivenciar situações em que é necessário ter mais confiança em si mesmo.

MATERIAIS UTILIZADOS: Vídeo disponível em: [Pip | A Short Animated Film by Southeastern Guide Dogs - YouTube](#)

MATERIAL PARA O PED: Lápis de escrever, lápis de cor.

O QUE É AUTOCONFIANÇA?

A autoconfiança é a segurança em si mesmo e nas próprias habilidades. É quando a gente acredita na nossa força e capacidade.

POR QUE É IMPORTANTE APRENDER SOBRE?

A autoconfiança é uma ferramenta que nos auxilia a avançar diante das dificuldades. Às vezes, nas pequenas coisas conseguimos demonstrar se acreditamos ou não nas habilidades que possuímos. Para que nossos alunos tenham progresso, precisam acreditar que são capazes, precisam ter autoconfiança.

GRUPO PRESENCIAL

Vídeo Introdutório 08 - Disponível no Canal do YouTube

Convivemos todos os dias com diversas pessoas. Algumas nos conhecem muito bem, são próximas e nos auxiliam em todas as situações. Nós confiamos nessas pessoas, porque nos amam e nos querem bem. Sempre é muito bom termos pessoas em que podemos confiar.

Mas e nós, será que confiamos em nós mesmos? Será que acreditamos em nós, nas nossas capacidades? Será que as pessoas ao nosso redor acreditam que podemos fazer algo bom e cada vez melhor? Na história “Pip”, temos um cachorrinho que sonhava em ser cão guia e tinha muitas dificuldades por ser pequeno, mas confiava em suas habilidades e encontrou maneiras para enfrentar as dificuldades e ser um pequeno “grande” cão guia.

ATIVIDADE PRESENCIAL

Perguntas Sugestivas para o Círculo de Diálogo:

- O que você achou do vídeo do Pip o cachorrinho?

- Se você estivesse no lugar do Pip, que insistiu com seu sonho. O que você faria?
- Você confia em sua capacidade de realizar algo?
- As pessoas que convivem com você acreditam no seu potencial?
- O que você pode fazer para melhorar sua autoconfiança?

GRUPO REMOTO

Vídeo Remoto 08 - Disponível no Canal do YouTube

A Autoconfiança é a segurança em si mesmo e nas próprias habilidades. É quando a gente acredita na nossa força e capacidade. Às vezes, nas pequenas coisas conseguimos demonstrar se acreditamos ou não nas habilidades que possuímos.

PLANO DE ESTUDO DIRIGIDO (PED)

UNIVERSIDADE DE LONDRINA
PROGRAMA V.I.D.A.
ATIVIDADE 08 - INTRODUTÓRIO
AUTOCONFIANÇA
Duração (30 minutos)

Data: ____/____/2021
Nome: _____

Conhecemos todos os dias com diversas pessoas. Algumas nos conhecem muito bem, são próximas e nos auxiliam em todas as situações. Nós confiamos nessas pessoas, porque nos amam e nos querem bem. Sempre é muito bom termos pessoas em que podemos confiar. Mas e nós, será que confiamos em nós mesmos? Será que acreditamos em nós, nas nossas capacidades? Será que as pessoas ao nosso redor acreditam que podemos fazer algo bom e cada vez melhor? Na história Pip, um cachorrinho que sonhava em ser cão guia, tinha muitas dificuldades por ser pequeno, mas confiou em suas habilidades INTELLECTUAIS e FÍSICAS, encontrou maneiras para enfrentar as dificuldades e ser um pequeno "grande" cão guia.

01- De acordo com a divisão do círculo, procure descrever quais as habilidades que você tem em cada área da sua vida.

ACREDITE EM VOCÊ, PORQUE VOCÊ PODE!

FÍSICA INTELLECTUAL

UNIVERSIDADE DE LONDRINA
PROGRAMA V.I.D.A.
ATIVIDADE 08 - REMOTO
AUTOCONFIANÇA
Duração (30 minutos)

Data: ____/____/2021
Nome: _____

A Autoconfiança é a segurança em si mesmo e nas próprias habilidades. É quando a gente acredita na nossa força e capacidade. Às vezes, nas pequenas coisas conseguimos demonstrar se acreditamos ou não nas habilidades que possuímos. A "ESCALA DA AUTOCONFIANÇA", nos ajuda a perceber como você está com relação a sua autoconfiança.

01- Na ESCALA DA AUTOCONFIANÇA, pense em uma das habilidades que você escreveu na semana passada e pinte as frases de acordo com os degraus que você já alcançou.

Sim, eu fiz!
Eu vou fazer.
Eu consigo fazer.
Eu vou tentar fazer.
Como eu faço?
Eu quero fazer.
Eu não consigo fazer.
Eu não vou fazer.

Que degrau você já atingiu hoje?

PED1: <https://docs.google.com/document/d/1USZI6R-6lUzXZpRqBCXaKfxuiGQfbKcK7kK9gPKayH0/edit?usp=sharing>

PED2: <https://docs.google.com/document/d/1DYOAjqW8yUnRTU8xn9s3TvenHRiKPkVrVGfrZ7cJI4/edit?usp=sharing>

AULA 09

TEMA: Autocompaixão.

DIREITO DE APRENDIZAGEM: Autoconhecimento e Autocuidado.

OBJETIVO: Compreender que autocompaixão se trata basicamente de ser compreensivo e gentil consigo mesmo, sem ficar se culpando ou se autocriticando por situações que não saíram dentro do esperado; Reconhecer que há situações que podem nos frustrar, independente do nosso desejo; Aprender a se perdoar e ter o sentimento de autocompaixão diante dos próprios erros; Compreender que cultivar atitudes de autocompaixão faz bem à saúde mental e ajuda a diminuir o estresse.

MATERIAIS NECESSÁRIOS: Lápis de escrever, lápis de cor.

O QUE É AUTOCOMPAIXÃO?

Autocompaixão é olhar para si com bondade, respeito e cuidado.

POR QUE É IMPORTANTE APRENDER SOBRE?

Autocompaixão é pensar em si mesmo com gentileza, é cuidar de seus pensamentos, movimentos, emoções. Às vezes, somos muito exigentes com nós mesmos e cobramos perfeição em tudo o que fazemos. Então, evite julgar a si mesmo, isso apenas nos coloca em uma situação de tristeza e frustração.

GRUPO PRESENCIAL

Vídeo Introdutório 09 - Disponível no Canal do YouTube

Às vezes somos muito exigentes com nós mesmos e cobramos perfeição em tudo o que fazemos. Buscamos bons resultados nos estudos, nas atividades de casa, nas relações com as pessoas, enfim, em tudo o que nos dedicamos a fazer. E assim vivemos em constante situação de autocrítica, exigindo sempre mais e mais. É importante a busca pela nossa melhoria, contudo, precisamos ser generosos conosco. Buscar a compaixão é uma característica importante para desenvolvermos ao longo da vida. Experimente olhar para a sua autocrítica como uma crítica dirigida a um amigo. Se as palavras são muito duras para alguém que lhe é querido, então provavelmente também o são para você! Busque o cuidado, o respeito por si mesmo, e pelos outros. Seja gentil com seu corpo, mente e coração. Olhe também para os colegas sem julgá-los. Tente entender suas dificuldades, limitações e potencialidades. Precisamos ser mais generosos com as pessoas que convivem conosco. Olhe para cada uma delas sempre com o desejo de ajudá-las e serem melhores.

ATIVIDADE PRESENCIAL

Perguntas Sugestivas para o Círculo de Diálogo:

- O que faço todos os dias para cuidar de mim?
- Em que situação tenho cobrado muito de mim?
- As pessoas ao meu redor exigem muito de mim?
- Como me sinto quando sou comparado a outras pessoas?
- Quais palavras gentis que eu falaria para mim?
- Complete a frase usando palavras positivas para você mesmo: “Eu errei, mas...”, “Não consegui desta vez, mas...”

GRUPO REMOTO

Vídeo Remoto 09 - Disponível no Canal do YouTube

Autocompaixão é pensar em si mesmo com gentileza, é cuidar de seus pensamentos, movimentos, emoções. Evite julgar a si mesmo, isso apenas nos coloca em uma situação de tristeza e frustração. Procure vivenciar momentos agradáveis, em que consiga olhar para si e entender como é, e como se sente.

PLANO DE ESTUDO DIRIGIDO (PED)

PROGRAMA V.I.D.A.
ATIVIDADE 09 - INTRODUTÓRIO
AUTOCOMPAIXÃO
 Duração (30 minutos)

Data: ____/____/2021
 Nome: _____

As vezes somos muito exigentes com nós mesmos e cobramos perfeição em tudo o que fazemos. Buscamos bons resultados nos estudos, nas atividades de casa, nas relações com as pessoas, não queremos nunca errar num game. E assim vivemos nos criticando, exigindo sempre mais e mais. É importante a busca pela nossa melhoria, contudo precisamos ser generosos conosco mesmos. Buscar a compaixão é uma característica importante para desenvolvermos ao longo da vida. Experimente olhar para a sua autocrítica como uma crítica dirigida a um amigo. Se as palavras são muito duras para alguém que lhe é querido, então provavelmente também o são para você! Busque o cuidado, o respeito por si mesmo, e pelos outros. Seja gentil com seu corpo, mente e coração. Precisamos ser mais generosos conosco e com as pessoas que convivem conosco. Olhe para cada uma delas sempre com o desejo de ajudá-las e serem melhores.

01- Olhando para você, procure responder essas perguntas positivamente.

- EU ERREI, MAS _____
- NÃO CONSEGUI FAZER DESTA VEZ, MAS _____
- TENHO DIFICULDADES PARA CERTAS COISAS, MAS _____

- AGORA FAÇA UM ELOGIO PARA VOCÊ MESMO E ESCREVA DENTRO DO CORAÇÃO.

PROGRAMA V.I.D.A.
ATIVIDADE 09 - REMOTO
AUTOCOMPAIXÃO
 Duração (30 minutos)

Data: ____/____/2021
 Nome: _____

Autocompaixão é pensar em si mesmo com gentileza, é cuidar de seus pensamentos, movimentos, emoções. Evite julgar a si mesmo, isso apenas nos coloca em uma situação de tristeza e frustração. Procure vivenciar momentos agradáveis, em que consiga olhar para si e entender como é e como se sente. Agora dê uma pausa, como se estivesse com uma câmera focada em você. Pergunte para si: Sou tolerante comigo mesmo? As exigências que faço para mim, levam em conta minhas limitações?

01- Vamos propor agora uma atividade prática em que você deverá identificar situações do seu dia-a-dia, vamos fazer um exercício, siga as instruções.

AUTOCOMPAIXÃO

Procure um lugar tranquilo em sua casa, se puder coloque uma música calma, e sente-se no chão, feche seus olhos e olhe somente para você, respire fundo, pense nas coisas que gosta, respire mais uma vez, pense quantas coisas boas você pode fazer, pense nas suas qualidades, acredite em você. Pense nas pessoas que quer bem. Respire...

Faça esse exercício quantas vezes puder na semana e procure se sentir cada vez melhor.

PED1: <https://drive.google.com/file/d/1tLQvUaLm26pNcJHwtIM9HCiOSU03Vdb/view?usp=sharing>

PED2: https://drive.google.com/file/d/1CEYPwG8nWa9FH2S4L_kmwgtqNRs8ASuV/view?usp=sharing

AULA 10

TEMA: Frustração.

DIREITO DE APRENDIZAGEM: Autoconhecimento e Autocuidado.

OBJETIVO: Reconhecer na palavra “frustração” como sendo um estado emocional que acompanha uma sensação de insatisfação pessoal, descontrole, impotência e desânimo; Compreender que há situações que podem nos frustrar independente do nosso desejo; Aprender a desenvolver o seu autocontrole diante de situações de frustração; Compreender que buscar ajuda é uma maneira de manter uma postura flexível, de abertura e de aceitação dos próprios erros.

MATERIAIS UTILIZADOS: Livro “O que Gabi e a flor de lótus têm em comum?”, de Aline Teixeira da Silva e Mayara Techio.

MATERIAIS NECESSÁRIOS: Lápis de escrever, lápis de cor.

O QUE É FRUSTRAÇÃO?

Frustração é um sentimento de desgosto que temos quando esperamos muito que algo aconteça, mas que acaba não correspondido.

POR QUE É IMPORTANTE APRENDER SOBRE?

Não temos certeza de que todas as nossas expectativas podem ser realizadas. Quando isso não acontece podemos ficar desanimados e tristes e, diante disso, devemos tentar uma abordagem diferente e procurar observar o que podemos aprender com a situação frustrada.

GRUPO PRESENCIAL

Vídeo Introdutório 10 - Disponível no Canal do YouTube

Uma história nos conta que Gabi estava prestes a ter um irmãozinho, e ela esperava alegremente a chegada dele. Mas algo triste aconteceu, e antes de nascer o irmãozinho de Gabi faleceu, e ela ficou profundamente triste e frustrada. Mas o pai de Gabi contou a história da flor de lótus, e essa história trouxe um grande ensinamento. Essa flor é linda e tem uma característica diferente, pois ela nasce em meio à lama. Então, podemos perceber que em meio a uma grande adversidade, a flor desabrocha e mostra uma beleza sem tamanho. Isso nos ensina que, ainda que tenhamos dificuldades, podemos desabrochar e mostrar o que temos de melhor. Quando a dificuldade bater em sua porta, lembre-se da bela flor que venceu a dificuldade.

ATIVIDADE PRESENCIAL

Perguntas Sugestivas para o Círculo de Diálogo:

- Como você reage diante de uma situação de tristeza ou frustração?

- Você já passou por um momento de grande decepção, assim como Gabi?
- Como você reage diante de algo que acha que ia dar certo e acabou dando errado?
- O que você faria para ajudar um amigo que está passando por uma situação frustrante?
- Como você se sente quando perde em um jogo?
- Conte um fato em que você ficou muito triste por ter perdido algo.

GRUPO REMOTO

Vídeo Remoto 10 - Disponível no Canal do YouTube

Algumas vezes na vida as situações fogem do nosso controle e do nosso entendimento, pois não dependem da nossa vontade ou desejo. Coisas que esperamos com muito desejo se perdem e parece que tudo dá errado. Então temos que buscar compreender o que aconteceu e trilhar os caminhos para a superação. Sentir-se frustrado faz parte e pode até nos fortalecer cada vez mais.

PLANO DE ESTUDO DIRIGIDO (PED)

PROGRAMA V.L.D.A.
ATIVIDADE 10 - INTRODUTÓRIA
FRUSTRAÇÃO
 Duração (30 minutos)

Nome: _____

Uma história nos conta que Gabi estava prestes a ter um imbrócnio, e ela esperava alegremente a chegada dele. Mas algo triste aconteceu, e antes de nascer o imbrócnio de Gabi faleceu, e ela ficou profundamente triste e frustrada. Mas o pai de Gabi contou a história da flor de lótus, e essa história trouxe um grande ensinamento. Essa flor é linda e tem uma característica diferente, pois ela nasce em meio à lama. Então, podemos pensar que em meio a grande adversidade, a flor desatrola e mostra uma beleza sem tamanho. Isso nos ensina que, ainda que temos dificuldades, podemos desatrolar e mostrar o que temos de melhor. Quando a dificuldade bater em sua porta, lembre-se da bela flor que venceu a dificuldade.

01- Você poderá pensar e escrever algumas frustrações que aparecerem no seu dia-a-dia, e dizer como reage quando se sente diante da frustração e como pode melhorar sua reação de acordo com a tabela.

ALGO QUE TE DEIXA FRUSTRADO.	COMO VOCÊ REAGE?	COMO VOCÊ PODE MELHOR SUA REAÇÃO?

PROGRAMA V.L.D.A.
ATIVIDADE 10 - REMOTO
FRUSTRAÇÃO
 Duração (30 minutos)

Nome: _____

Algumas vezes na vida as situações fogem do nosso controle e do nosso entendimento, pois não dependem da nossa vontade ou desejo. Coisas que esperamos com muito desejo se perdem e parece que tudo dá errado. Então temos que buscar compreender o que aconteceu e levantar os caminhos para a superação. Sentir-se frustrado faz parte e pode até nos fortalecer cada vez mais.

01- No gráfico, você vai colocar situações de seu dia-a-dia que te deixa frustrado e marcar numa escala de 0 a 10 quanto frustrado você fica. Lembrando que quanto maior o número, maior o nível de frustração. Então procure algum de seu time que você possa conversar sobre sua frustração.

PED1: https://drive.google.com/file/d/1D8gzYIp1_RMJB27_V3XBau8MV2tOVEW/view?usp=sharing

PED2: <https://drive.google.com/file/d/1jAMpiQAL1isQNZninwizfNVDTBXEnmk/view?usp=sharing>

AULA 11

TEMA: Empatia.

DIREITO DE APRENDIZAGEM: Empatia e Cooperação.

OBJETIVO: Respeitar e promover o respeito ao outro e aos direitos humanos, com acolhimento e valorização da diversidade, sem preconceito de qualquer natureza; Compreender que empatia é o processo em que o indivíduo se coloca no lugar do outro tentando entender as necessidades e os anseios dos que estão ao seu redor; Colocar-se no lugar do outro, reconhecendo a diversidade e a importância do acolhimento e do respeito às diferenças.

MATERIAIS UTILIZADOS: Vídeo sobre empatia, disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=OOq-H6EfJHo&ab_channel=Psic%C3%B3logaLuziaRaimundo

MATERIAIS NECESSÁRIOS: Lápis de escrever, lápis de cor.

O QUE É EMPATIA?

Empatia é a capacidade de tentar sentir o que o outro sente de forma racional e objetiva como se estivesse na mesma situação; é tentar compreender sentimentos e emoções.

POR QUE É IMPORTANTE APRENDER SOBRE?

A empatia é a capacidade de nos colocarmos no lugar do outro e entendermos como este se sente, e isto favorece a formação de ambientes colaborativos, em que olhamos para o outro em diferentes situações e podendo diminuir conflitos e imprevistos.

GRUPO PRESENCIAL

Vídeo Introdutório 11 - Disponível no Canal do Youtube

Muitas vezes encontramos dificuldades para entender o outro, e em várias situações não pensamos em quem pode estar ao nosso lado. No vídeo, vemos a história de um senhor que viveu a vida toda sem perceber as pessoas que estavam ao seu lado, até que uma senhorinha se fez notar, e a partir daquele dia as ações deste senhor mudaram. Desde então, ele pôde compreender o mundo de forma diferente. Começou a se colocar no lugar do outro e isso fez a diferença na vida dele. Você pode fazer isso também!

ATIVIDADE PRESENCIAL

Perguntas Sugestivas para o Círculo de Diálogo:

- O que o vídeo te fez sentir?
- Você acha que se colocar no lugar do outro pode fazer a diferença em sua vida?
- Se você pensar em uma situação entendendo a posição do seu colega, o que pode mudar?

- Como você acha que as pessoas poderiam entender você, se estiverem no seu lugar?

GRUPO REMOTO

Vídeo Remoto 11 - Disponível no Canal do YouTube

Empatia é uma habilidade que podemos adquirir, é imaginar que estamos na mesma situação que uma outra pessoa e sentindo o que ela sente também. Quando nos colocamos no lugar do outro, compreendemos melhor seus desejos, sentimentos e ideias, e isso nos ajuda a desenvolver melhores relacionamentos.

PLANO DE ESTUDO DIRIGIDO (PED)

PROGRAMA V.E.D.A.
ATIVIDADE 11 - INTRODUÇÃO
EMPATIA
Duração (90 minutos)

Data: ____/____/2021
Nome: _____

Muitas vezes encontramos dificuldades para entender o outro, e por várias situações não pensamos em quem pode estar ao nosso lado. No vídeo, vemos a história de um senhor que viveu a vida toda sem perceber as pessoas que estavam ao seu lado, até que uma senhorinha se fez notar e a partir daquele dia as ações deste senhor mudou. A partir deste dia, ele pôde compreender o mundo de forma diferente. Começou a usar a EMPATIA, e se colocar no lugar do outro e isso fez a diferença na vida dele. Você pode fazer isso também!

01- Pense em algum amigo ou pessoa que precisa de ajuda. Pense como ele deve estar se sentindo. Como você poderia ajudar esta pessoa? Depois descreva como isso pode acontecer.



PROGRAMA V.E.D.A.
ATIVIDADE 11
EMPATIA
Duração (90 minutos)

Data: ____/____/2021
Nome: _____

Empatia é uma habilidade que podemos adquirir, é imaginar que estamos na mesma situação que uma outra pessoa e sentindo o que ela sente também. Quando nos colocamos no lugar do outro, compreendemos melhor seus desejos, sentimentos e ideias, e isso nos ajuda a desenvolver melhores relacionamentos.

01- Agora que estamos voltando aos poucos nas aulas presenciais, pense em um colega de sua turma, escolha uma situação e responda às quatro perguntas que se encontram na folha. Este exercício te ajudará a observar melhor pessoas que convivem com você!

Como você emerge o seu colega

Algo bom que ele fez



Você acha que ele é feliz? Por quê?

Algo que ele fez e você não gostou

PED1: <https://docs.google.com/document/d/1JpDlGkBgQ0D9kkqJjeyKGNNonxZJ3nnjnaSRBNiko/edit?usp=sharing>

PED2: https://docs.google.com/document/d/1PfuFnQmwjw3VJdgl_VhSfPvVkkBsNQqsVNt8vZTaAW8/edit?usp=sharing



2º SEMESTRE 2021



VIDINHA



KIKO



SERENA

AULA 12

TEMA: Esperança.

DIREITO DE APRENDIZAGEM: Autoconhecimento e Autocuidado.

OBJETIVO: Perceber que a esperança pode ser motivação para a conquista de algo, reconhecendo que a esperança auxilia na persistência; Reconhecer o sentimento de esperança através da troca com colegas e vivência do distanciamento social imposto pela pandemia.

MATERIAL UTILIZADO: E-book “Esperança, onde está você?”, de Armand Doucet e Elisa Guerra, disponível em: https://drive.google.com/file/d/1h-MVsiUEYa61NNy-JwdA71kVuG-Pzav_/view?usp=sharing

MATERIAL PARA O PED: Lápis de escrever e lápis de cor.

O QUE É ESPERANÇA?

A esperança é acreditar que algo é possível mesmo quando há indicações do contrário, é o sentimento de quem vê como possível a realização daquilo que deseja, é a confiança em coisa boa.

POR QUE É IMPORTANTE APRENDER SOBRE?

A esperança é um sentimento profundo e sereno que faz avançar diante de adversidades, ela é como uma mola propulsora para motivar a persistência em busca da realização ou concretização de algo. Consideramos importante aprender sobre a esperança, pois ela pode ser motivadora para transformações significativas.

GRUPO PRESENCIAL

Vídeo Introdutório 12 - Disponível no canal do YouTube

Você já acreditou que algo que parecia impossível pudesse acontecer? Isso se chama ESPERANÇA. A esperança é o sentimento de quem vê como possível a realização daquilo que deseja, é a confiança que algo bom vai acontecer. Como é bom ter esperança de que dias melhores virão, por exemplo.

Perguntas Sugestivas para o Círculo de Diálogo:

- O que é esperança para você?
- Na história do livro “Esperança, onde está você?” crianças do mundo todo falam a respeito de como estão passando pela pandemia com relação às aulas e quais esperanças têm. Qual a sua esperança com relação à escola?
- Você já conversou com seu time para saber qual é a esperança de cada um? Conte para gente o que você descobriu.

- Qual poderia ser uma esperança a longo prazo?
- Você sabe qual a esperança que as pessoas do seu time têm?

GRUPO REMOTO

Atividade sugerida para o grupo remoto (PED)



UNIVERSIDADE DE LONDRINA
Instituto de Educação

PROGRAMA V.I.D.A.

ATIVIDADE 12

ESPERANÇA

Duração (50 minutos)



Data: ____/____/2021

Nome: _____

Ter esperança é acreditar que algo de bom vai acontecer em alguma ocasião de sua vida. Precisamos acreditar, ter persistência e procurar fazer o que é possível para ter resultados positivos. Nunca percam a esperança...

https://drive.google.com/file/d/1b-MYsUeYw61hR6y-JedAT1XVtG-Fzax/_view?usp=sharing

1- Na história, ESPERANÇA - ONDE ESTÁ VOCÊ?
Crianças de várias partes do mundo contam um pouco de suas histórias de como estão vivendo sem aulas presenciais em meio a pandemia. É o sentimento principal é a esperança. Você poderá conhecer a história através do link acima, e depois responderá...



O QUE TE FAZ TER ESPERANÇA?

PED: <https://docs.google.com/document/d/17wYQJlyVSap1s49osbMHmGxALPJfn5YbH5NNWrucA/edit?usp=sharing>

AULA 13

TEMA: Incerteza.

DIREITO DE APRENDIZAGEM: Autoconhecimento e Autocuidado.

OBJETIVO: Compreender que existem situações em que não se pode prever exatamente o resultado de uma ação ou o efeito de uma condição; Reconhecer o sentimento de incerteza em situações narradas pelos colegas.

MATERIAL PARA O PED: Lápis de escrever, lápis de cor.

O QUE É INCERTEZA?

Incerteza define circunstâncias que são incertas. Pode referir-se a uma situação em que não se pode prever exatamente o resultado de uma ação ou o efeito de uma condição, incerteza ao desconhecido.

POR QUE É IMPORTANTE APRENDER SOBRE?

Sempre que nos sentimos com incerteza de algo, alguns sentimentos tomam conta de nós. Por exemplo, ficamos angustiados, perdidos ou com medo, por isso é importante aprendermos a identificar quando nos sentimos assim, para melhor reconhecer a situação que teremos que enfrentar.

GRUPO PRESENCIAL

Vídeo Introdutório 13 - Disponível no canal do YouTube

Sempre que nos sentimos com incerteza de algo, alguns sentimentos tomam conta de nós. Por exemplo, ficamos angustiados, perdidos ou com medo, por isso é importante aprendermos a identificar quando nos sentimos assim, para melhor reconhecer a situação que teremos que enfrentar.

Perguntas Sugestivas para o Círculo de Diálogo:

- A incerteza deixa você bem?
- O que acontece com seus pensamentos quando tem incerteza de algo?
- Como você pode ajudar um colega quando ele está com incerteza de algo?
- Quais as incertezas que foram provocadas em você durante a pandemia?

GRUPO REMOTO

Atividade sugerida para o grupo remoto (PED)

PROGRAMA V.L.D.A.
ATIVIDADE 13
INQUIETAÇÃO
(Duração: 30 minutos)

Data: ____/____/2021
Nome: _____

Sempre que a **INQUIETAÇÃO** aparece, alguns sentimentos tomam conta de nós. Por exemplo, ficamos angustiados, perdidos ou sem modo, por isso é importante aprendermos a identificar quando nos sentimos assim, para melhor reconhecer a situação que temos que enfrentar.

1 - É natural sentir algumas emoções não tão agradáveis quando a **inquietude** toma conta de nós. Procuramos saber viver cada dia, pois ele é um presente. "Viva a letra do músico" **"É preciso saber viver"** de Roberto Carlos, em seguida cite uma ilustração, colagem ou outra forma de expressão artística que indique o que significa pra você a frase **É PRECISO SABER VIVER**.

É Preciso Saber Viver	FAÇA AQUI A SUA ILUSTRAÇÃO
Saber Viver	
Quem espera que a vida	
Seja feita de acordo	
Podem até ficar insatisfeitos	
Ou morrer na solidão	
É preciso ter cuidado	
Mas não tanto não sofrer	
É preciso saber viver	
Tudo pode ser diferente	
Você pode sofrer	
Nunca foi que tem esperança	
Você pode se arrastar	
Se a vida é a mal também	
Você pode sofrer	
É preciso saber viver	
É preciso saber viver	
É preciso saber viver	
É preciso saber viver	
Saber viver	

PED: https://docs.google.com/document/d/1sPjCPhzShQu8yQeA4jdZ8F79Kd3a04UzhQ_08e1bhg/edit?usp=sharing

AULA 14

TEMA: Ansiedade.

DIREITO DE APRENDIZAGEM: Autoconhecimento e Autocuidado.

OBJETIVO: Reconhecer que ansiedade é uma reação natural do nosso corpo que funciona como uma expectativa apreensiva com relação ao que está por vir; Compreender que a ansiedade funciona como um mecanismo de sobrevivência para lidar com as situações de perigo.

MATERIAL PARA O PED: Lápis de escrever, lápis de cor.

O QUE É ANSIEDADE?

Nossa mente muitas vezes produz preocupações antecipadas por algo ou situações que estamos vivendo. Isso nos causa desconforto, agitação e, às vezes, um comportamento de nervosismo; esta tensão que deriva de antecipar o perigo ou de algo desconhecido pode aumentar com o tempo, não deixando nosso cérebro perceber outras emoções. Às vezes, quando a ansiedade é muito forte, até sentimos nosso coração bater mais rápido e mais forte, e podemos até transpirar com mais intensidade.

POR QUE É IMPORTANTE APRENDER SOBRE?

Para que a ansiedade não atrapalhe nosso dia a dia, temos que aprender a reconhecer e manter sempre o equilíbrio de nossos pensamentos. Nesses momentos a melhor coisa é poder conversar com alguém, ou até mesmo, montar um diário, escrevendo ali o que está sentindo a cada dia, podendo assim acompanhar seus sentimentos de ansiedade e outros que poderão aparecer.

GRUPO PRESENCIAL

Vídeo Introdutório 14 - Disponível no canal do YouTube

Perguntas Sugestivas para o Círculo de Diálogo:

- Você já sentiu ansiedade? Compartilhe como foi sua experiência.
- Como você fez para se livrar de sua ansiedade?
- Você tem alguém em quem confie e que possa conversar sobre suas ansiedades?

GRUPO REMOTO

Atividade sugerida para o grupo remoto (PED)



PROGRAMA V.I.D.A.
ATIVIDADE 14
ANSIEDADE
Duração (30 minutos)

Data: ____/____/2021
Nome: _____

Para que a ansiedade não atrapalhe nosso dia-a-dia, temos que aprender a reconhecer e manter sempre o equilíbrio de nossos pensamentos. Nesses momentos a melhor coisa é poder conversar com alguém ou até mesmo, montar um diário, escrevendo ali o que está sentindo a cada dia, assim podendo acompanhar seus sentimentos de ansiedade e outros que poderão aparecer.

1- Vamos montar um diário, um espaço somente seu que poderá colocar ali todos seus sentimentos. No final de cada dia desta semana, você vai escrever como você se sentiu durante o dia, ali você poderá perceber o que não te fez bem, o que foi bom, como você pode ser cada vez melhor entre muitas outras situações. Depois desta semana, se você quiser continuar a escrever, em um caderno você poderá relatar a cada dia, tudo que tiver vontade, e não se esqueça, é um momento somente seu.

DIA	RELATO

PED: <https://docs.google.com/document/d/1S7hwigDxf4Y3LviDVpadHenKoNehQBoxaCNFSSRI6o/edit?usp=sharing>

AULA 15

TEMA: Bullying

DIREITO DE APRENDIZAGEM: Autoconhecimento e Autocuidado

OBJETIVO: Compreender o que é o bullying e como ele acontece no dia a dia; Identificar o bullying em situações relatadas pelos colegas e buscar possíveis soluções; Reconhecer que a prática do bullying pode trazer consequências às vítimas, podendo levá-las ao desinteresse pela escola, diminuição do desempenho escolar, isolamento social, ataques de pânico e ansiedade, entre outros.

MATERIAL UTILIZADO: Vídeo Coisas de Passaros by Pixar disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=b-2b2JKp-0k>

MATERIAL PARA O PED: Lápis de escrever, lápis de cor

O QUE É BULLYING?

O Bullying é uma ação de uma pessoa ou de um grupo em qualquer contexto em que pessoas interajam uns com os outros (escola, família, trabalho, web e outros) fazendo uso de força física, moral ou de coerção de alguém ou grupo que se sente superior ou com poder diante de outros.

POR QUE É IMPORTANTE APRENDER SOBRE ?

O Bullying é uma ação muito fácil de acontecer em ambientes escolares, e que pode trazer sérios prejuízos e consequências aos alunos quanto à integridade física, moral e intelectual. No desenho dos pássaros da Pixar, o grupo de passarinhos menores não aceitam o pássaro maior por ser diferente, e planejam isolar ele do grupo, mas nesta história a exclusão do pássaro maior arquitetada pelos pequenos, acaba afetando a eles mesmos em consequência da perda das penas.

GRUPO PRESENCIAL

Vídeo Introdutório 15 - Disponível no canal do YouTube

Perguntas Sugestivas para o Círculo de Diálogo:

- Você já viu algum amigo seu sofrer bullying por alguma pessoa?
- Já fizeram bullying com você?
- Como você se sentiu ao realizar ou sofrer bullying?
- O que você pode fazer quando perceber alguém sofrendo de bullying?
- Como você acha que é o sentimento de alguém que sofre bullying?
- Como você acha que é o sentimento de alguém que provoca o bullying?
- O que você pode fazer por alguém que pratica o bullying com outros?

GRUPO REMOTO

Atividade sugerida para o grupo remoto (PED)

PROGRAMA V.I.D.A.
ATIVIDADE 15
BUILDING
(Duração: 30 minutos)

Data: ____/____/2021
Nome: _____

O Bullying é uma ação muito fácil de acontecer em ambientes escolares, e que pode trazer sérios prejuízos e consequências aos alunos quanto à integridade física, moral e intelectual. No desenho dos pássaros da FOAR, o grupo de passarinhos menores não aceita o pássaro maior por ser diferente, e planejam isolar ele do grupo, mas nesta história a exclusão do pássaro maior arquitetada pelos pequenos, acaba afetando a eles mesmo em consequência da perda das penas.

1- Você sabe o que é uma paródia? É fazer uma letra diferente usando uma música. Vamos propor que você faça uma paródia com uma pequena parte de uma música, e na letra que você vai criar, use o combate ao bullying na escola. Escreva no quadro a letra da música. Se precisar peça ajuda de seu time, ou faça junto com algum colega.

PARÓDIA - DICA NÃO AO BULLYING

Nome da música:
Letra que vai usar na música:

PED: <https://docs.google.com/document/d/14zOum8xe25NQ6wVwGHoB3yyW8B7GodAjzS1g73eVyKE/edit?usp=sharing>

AULA 16

TEMA: Persistência.

DIREITO DE APRENDIZAGEM: Autoconhecimento e Autocuidado.

OBJETIVO: Compreender que quando se tem um propósito, a luta incansável por alcançar um objetivo e a não desistência, independente do resultado, chama-se persistência.

MATERIAL PARA O PED: Lápis de cor, lápis de escrever.

O QUE É PERSISTÊNCIA?

A palavra “persistência” vem do latim *persistere*, que significa “continuar com firmeza”, ou seja, é característica daquele que não desiste fácil. Agir com persistência é ser esforçado e ter foco em seus objetivos, sem se deixar abalar facilmente por quaisquer dificuldades ou obstáculos.

POR QUE É IMPORTANTE APRENDER SOBRE?

Um dos “ingredientes” principais para atingir nossos objetivos/sonhos é a persistência. Às vezes somos até chamados de insistentes, teimosos, perseverantes, porque queremos muito algo que está distante de nós. PERSISTIR é bom, mas precisamos também saber se o que queremos é algo possível, realizável e se os meios que estamos utilizando é adequado ou atrapalha outras pessoas. Se estiver tudo ok, então continue, você está no caminho certo.

GRUPO PRESENCIAL


Vídeo Introdutório 16 - Disponível no canal do Youtube


Perguntas Sugestivas para o Círculo de Diálogo:

- Você tem um sonho? Qual é?
- O que tem feito para conquistar este sonho?
- Você já viu uma pessoa ser persistente?
- Como você poderia colaborar com um colega que está sendo persistente em algo?

GRUPO REMOTO

Atividade sugerida para o grupo remoto (PED)

 **MUNICÍPIO DE LONDRINA**
Secretaria Municipal de Educação



PROGRAMA V.I.D.A.
ATIVIDADE 16
PERSISTÊNCIA
Duração (60 minutos)

Data: ____/____/2021
Nome: _____

Um dos "ingredientes" principais para atingir nossos objetivos/sonhos é a persistência, às vezes somos até chamados de insistentes, teimosos, perseverantes, porque queremos muito algo que está distante de nós. PERSISTIR é bom, mas precisamos também saber se o que queremos é algo possível, realizável e se os meios que estamos utilizando é adequado e não atrapalha outras pessoas. Estando tudo ok, então continue, você está no caminho certo.

1- Lembrando que fizemos o VARAL DOS SONHOS em uma atividade anterior, lá colocamos todos os sonhos que temos, agora escreva no quadro como foi com cada sonho que você tinha desejo de realizar, e principalmente se você foi **persistente** para realizar estes sonhos.

MEUS SONHOS DO VARAL DOS SONHOS

Sonho 1: 
Fonte: arquivo pessoal

Sonho 2:

Sonho 3:

PED: <https://docs.google.com/document/d/1KXnZ4p7pgxRrp27Gvd2GO51ltGstkpXUSNxxwig9-Yg/edit?usp=sharing>

AULA 17

TEMA: Justiça.

DIREITO DE APRENDIZAGEM: Autoconhecimento e Autocuidado.

OBJETIVO: Compreender que justiça se refere aos direitos e deveres de todos os indivíduos que devem ser iguais em todos os aspectos da vida social.

MATERIAIS UTILIZADOS: Vídeo (43) Série Virtudes | Episódio 2 - Justiça - disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=H88LNdM3v9Q>

O QUE É JUSTIÇA?

Justiça é um conceito abstrato que se refere a um estado ideal de interação social em que há um equilíbrio que, por si só, deve ser razoável e imparcial entre os interesses, riquezas e oportunidades entre as pessoas envolvidas em determinado grupo social. A justiça deve buscar a igualdade entre os cidadãos

POR QUE É IMPORTANTE APRENDER SOBRE?

Você já se sentiu acuado, injustiçado, esses não são bons sentimentos, e quando isso acontece, estamos levando em consideração nosso senso de justiça. A família e a escola desempenham um papel essencial na educação moral e de valores para as crianças e para poder entender isso podemos sempre colocar em prática a fala e a escuta. Ouvir o outro e poder contar como se sente pode promover um maior senso de justiça para diferentes situações.

GRUPO PRESENCIAL


Vídeo Introdutório 17 - Disponível no canal do YouTube

Perguntas Sugestivas para o Círculo de Diálogo:


- O que você entende por justiça?
- Você já ouviu falar do ECA (Estatuto da Criança e Adolescente)?
- Como você se sente quando acontece uma grande injustiça?
- Compartilhe uma situação que aconteceu com você que acredita que foi injustiçado.
- Alguém da sua família já passou por um momento de injustiça? Comente como foi.
- Se você perceber um colega sendo injustiçado, o que melhor seria a fazer?

GRUPO REMOTO

Atividade sugerida para o grupo remoto (PED)



**PREFEITURA DE
LONDRINA**
SECRETARIA MUNICIPAL DE
EDUCAÇÃO



PROGRAMA V.I.D.A.
ATIVIDADE 17
JUSTIÇA
Duração (60 minutos)

Data: ____/____/2021
Nome: _____

Você já se sentiu acuado, injustiçado, esses não são bons sentimentos, e quando isso acontece, estamos levando em consideração nosso senso de justiça. Para poder entender a situação que faz sentir esses sentimentos, podemos sempre colocar em prática a fala e a escuta. Ouvir o outro e poder contar como se sente pode promover um maior senso de justiça para diferentes situações.


1- Leia com seu time ou com algum colega a seguinte situação descrita, e depois conversem entre vocês sobre:

Em um desenho animado, um menino jogando vídeo game com uma menina, se irrita por estar perdendo e a menina começa a comemorar. Ele joga seu controle no chão que quebra em duas partes e sai bravo da sala. Ele não achou justo perder, pois sabia jogar muito bem aquele jogo. A menina ficou triste porque estava se divertindo muito, mas a atitude do menino a assustou.

Perguntas para pensar e conversar com seu time ou colegas.

- Você acha que foi justo ele perder o jogo sendo melhor jogador?
- O comportamento de jogar o controle no chão foi justo para quem o comprou?
- A menina foi justa ao comemorar sua vitória?
- O que mais você percebeu nessa história?
- Como poderia ter acabado essa história?
- Qual a melhor forma de entender o que é justo ou não?

Essas perguntas são somente para treinar você a pensar e se colocar em diferentes situações para entender melhor uma ação. É lembrar-se: "O que foi combinado sempre é a melhor forma de todos se divertirem".



PED: <https://docs.google.com/document/d/1AOu3tVXd2Y9A5KwqLPxvDzuWwI50msxrnuFI4rNO1fw/edit?usp=sharing>

AULA 18

TEMA: Relacionamentos.

DIREITO DE APRENDIZAGEM: Autoconhecimento e Autocuidado.

OBJETIVO: Compreender que relacionamento diz respeito à interação entre pessoas, podendo se dar no meio profissional, pessoal ou familiar; Reconhecer que relacionamentos agradáveis e não conflituosos, em que se estabelece uma convivência positiva, influenciam diretamente na formação da personalidade das crianças.

O QUE É RELACIONAMENTO?

Relacionamento é a ligação afetiva que temos com outras pessoas, podendo ser social ou profissional, e com maior ou menor intensidade.

POR QUE É IMPORTANTE APRENDER SOBRE?

É através dos relacionamentos que desenvolvemos parte de nossa personalidade, as pessoas que convivem conosco no dia a dia (família, professores, colegas, vizinhos) tem papel fundamental para que possamos nos relacionar de forma saudável. A rede de relacionamentos que formamos auxilia nos diferentes aspectos de nossa vida, desde celebrar coisas boas até a superação de crises, ela é o maior tesouro que podemos ter.

GRUPO PRESENCIAL



Vídeo Introdutório18 - Disponível no canal do Youtube

Perguntas Sugestivas para o Círculo de Diálogo:

- Como está sua rede de relacionamentos?
- Quais são as pessoas com as quais você mais se relaciona?
- Tem alguma pessoa que você gostaria de ter um relacionamento mais próximo? O que pode fazer para isso acontecer?
- Quais os relacionamentos mais próximos que sua família tem?

GRUPO REMOTO

Atividade sugerida para o grupo remoto (PED)




PROGRAMA V.L.D.A.
ATIVIDADE 18
RELACIONAMENTOS
Duração (30 minutos)

Data: ____/____/2021
Nome: _____

É através dos relacionamentos que desenvolvemos parte de nossa personalidade, as pessoas que convivem conosco no dia-a-dia (família, professores, colegas, vizinhos) tem papel fundamental para que possamos nos relacionar de forma saudável. A rede de relacionamentos que formamos auxilia nos diferentes aspectos de nossa vida, desde celebrar coisas boas até a superação de crises, ela é o maior tesouro que podemos ter.

1- Esta semana vamos programar algo diferente, vamos fazer a **CORRENTE DO BEM**, você vai escolher 3 pessoas de seu relacionamento (família, amigo, professores, vizinhos) e vai pensar em uma ação do bem (um carinho, cantar uma música, fazer uma surpresa, preparar algo diferente) para essas pessoas. Ao fazer essa ação você vai dizer para as pessoas escolhidas que agora elas também deverão fazer o bem para mais 3 pessoas. Assim vamos fazer o bem para um mundo melhor...



PED: <https://docs.google.com/document/d/1siFKrM7aTdtbkMDd1dL30rodEqpkHvsetaI2JYECrI/edit?usp=sharing>

AULA 19

TEMA: Conquistas.

DIREITO DE APRENDIZAGEM: Autoconhecimento e Autocuidado.

OBJETIVO: Reconhecer que a conquista é a realização daquilo que se espera obter; Identificar nos relatos das experiências dos colegas que as conquistas são alcançadas após a superação de obstáculos.

O QUE É CONQUISTA?

Conquista é a obtenção ou realização daquilo que se busca em um determinado tempo, através dos esforços psíquicos e físicos destinados para poder finalmente tornar realidade algo que deseja ou sonha.

POR QUE É IMPORTANTE APRENDER SOBRE?

A conquista vem através da busca em superar as dificuldades e do planejamento organizado. Portanto, é necessário ensinar o planejamento para que os alunos possam pensar em pequenos passos para assim caminhar rumo à conquista de seus objetivos e sonhos.

GRUPO PRESENCIAL

Vídeo Introdutório 19 - Disponível no canal do YouTube.

Perguntas Sugestivas para o Círculo de Diálogo:

- Quais as conquistas que você obteve ao longo deste ano?
- Qual sentimento você tem quando conquista algo que desejava muito?
- Você já viu uma pessoa que teve uma grande conquista? Como foi?
- Algum colega seu já obteve uma conquista da qual você participou?
- Como você pode ajudar um colega a realizar suas conquistas?

GRUPO REMOTO

Atividade sugerida para o grupo remoto (PED)

 **PREFEITURA DE LONDRINA**
Secretaria Municipal de Educação



PROGRAMA V.I.D.A.
ATIVIDADE 19
CONQUISTAS
Duração (60 minutos)

Data: ____/____/2021
Nome: _____

Conquistas são os resultados que temos após ter superado algo, é obter o que se deseja através de suas habilidades ou conhecimento.

1- Agora é hora de você observar seu varal dos sonhos que fizemos no começo do ano. Compartilhe com algum colega ou com seu time as conquistas que você alcançou desde que escreveu seus desejos. Se você não fez o varal dos sonhos, então, relembre e compartilhe com seu time ou com seus colegas sobre as conquistas deste ano.



PED: https://docs.google.com/document/d/16letRLIyrdJSUa5Qm8WHcf1OGzklR9Liv_WlLyOrt50/edit?usp=sharing

AULA 20

TEMA: Celebração Final.

DIREITO DE APRENDIZAGEM: Autoconhecimento e Autocuidado.

OBJETIVO: Comemorar o término do ano letivo; Reconhecer as emoções aprendidas no decorrer do ano.

O QUE É CELEBRAÇÃO FINAL?

Celebrar refere-se ao ato de comemorar, realizar uma reunião, festejar.

POR QUE É IMPORTANTE APRENDER SOBRE?

Uma celebração, pode ser uma festa, uma comemoração ou qualquer tipo de evento festivo. O seu objetivo é recordar ou comemorar algum acontecimento, uma data especial ou homenagear uma pessoa. Consideramos importante celebrar o término do ano letivo, pois trata do encerramento de uma etapa vivenciada com muitos aprendizados e que deve ser comemorada, ou seja, celebrada.

GRUPO PRESENCIAL

Vídeo Introdutório 20 - Disponível no canal do YouTube



Você gosta de celebrar? Celebrar é festejar, comemorar, realizar uma reunião. Vamos então comemorar com muita alegria e amor no coração a conclusão de mais um ano letivo.

Perguntas Sugestivas para o Círculo de Diálogo:

- O que você mais gostou de aprender sobre as emoções?
- Compartilhe alguma coisa que aconteceu com você de especial e que merece ser celebrado, comemorado.
- O que você quer celebrar?
- Como você está se sentindo em acabar mais um ano?

GRUPO REMOTO

Atividade sugerida para o grupo remoto (PED)

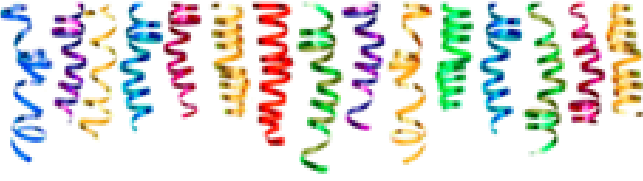



PROGRAMA V.I.D.A.
ATIVIDADE 20
CELEBRAÇÃO FINAL
Duração: (30 minutos)

Data: ____/____/2021
Nome: _____

Uma celebração, pode ser uma festa, um ato, uma comemoração ou outro tipo de evento festivo. O seu objetivo é recordar ou comemorar algum acontecimento, uma data especial ou homenagear uma pessoa. Consideramos importante celebrar o término do ano letivo, pois trata do encerramento de uma etapa vivenciada com muitos aprendizados e que deve ser comemorada, ou seja, celebrada.

1- Chegamos ao final de mais um ano, e temos que celebrar todas nossas trajetórias, para esta celebração vamos propor que você faça um círculo de diálogo com seu time, e nele todos podem responder a três perguntas, usando o objeto da palavra.





- 1- COMO VOCÊ ESTÁ SE SENTINDO HOJE?
- 2- FALE UM ELOGIO PARA SUA FAMÍLIA.
- 3- FALE UM MOMENTO FELIZ QUE ESTEVE COM SUA FAMÍLIA, E VOCÊ SEMPRE LEMBRA.

PED: https://docs.google.com/document/d/1ZBPA1zg49bw6vhispo_sF-5BNLv-pCDkeW-7Oot0LBw/edit?usp=sharing

Conheça a equipe do Programa V.I.D.A.



Aldrei Conforti



Andrea Militão



Carla Cordeiro



Viviane Perez

CONTATO: projetos_eventos@edu.londrina.pr.gov.br
(43) 3375-0113

Bibliografia

AMSTUTZ, Lorraine S.; MULLET, Judy H. **Disciplinas restaurativas para escolas: responsabilidades e ambientes de cuidado mútuo**. São Paulo: Palas Athena, 2012.

ARAÚJO, Mônica. Por que é importante ensinar a Constituição às crianças? **Centro do Professorado Paulista**, Entrevistas, 20 mar. 2019. Disponível em: <https://www.cpp.org.br/informacao/entrevistas/item/13833-e-se-as-criancas-aprendessem-em-sala-de-aula-o-que-diz-a-nossa-constituicao>. Acesso em: 07 ago. 2021.

BOYES-WATSON, Carolyn; PRANIS, Kay. **Círculos em movimentos: construindo uma comunidade escolar restaurativa**. Trad. Escola Superior de Magistratura da AJURIS – RS. 2015.

BOYES-WATSON, Carolyn; PRANIS, Kay. **No coração da esperança**. Guia de práticas circulares. Trad. Fátima De Bastiani. Porto Alegre: Tribunal de Justiça do Rio Grande do Sul, 2011.

BRASIL. Ministério da Educação e do Desporto. Secretaria de Educação Fundamental. **Referencial curricular nacional para a educação infantil**. Introdução. Brasília, DF: MEC/SEF, 1998. v. 1. Disponível em: http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/rcnei_vol1.pdf

BRASIL. Ministério da Educação. **Resolução CNE/CP nº2 de 22/12/2017**. Institui e orienta a implantação da Base Nacional Comum Curricular a ser respeitada obrigatoriamente ao longo das etapas e respectivas modalidades no âmbito da Educação Básica. Brasília, DF: MEC, 2017.

BRASIL. Ministério da Educação. Secretaria de Educação Básica. **Diretrizes curriculares nacionais para a educação infantil**. Brasília, DF: MEC, SEB, 2010a.


CAMINHA, Renato; CAMINHA, Marina. **Baralho da Regulação Emocional**. Novo Hamburgo: Sinopsys, 2016.

DOUCET, Armand; GUERRA, Elisa. **Esperança onde está você?** Ilustração Ana RoGu. [S.l.]: [S.n.], 2020.

FILGUEIRAS, Alberto; KOLEHMAINEN, Matthew Stults. **The Relationship Between Behavioural and Psychosocial Factors Among Brazilians in Quarantine Due to COVID-19**. 31 mar. 2020. DOI: <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.3566245>. Disponível em: <https://ssrn.com/abstract=3566245>. Acesso em: 16 nov. 2020.

FONSECA, Vitor da. Importância das emoções na aprendizagem: uma abordagem neuropsicopedagógica. **Revista Psicopedagogia**, v. 33, n. 102, p. 365-384, 2016. Disponível em: <https://www.revistapsicopedagogia.com.br/detalhes/505/importancia-das-emocoes-na-aprendizagem--uma-abordagem-neuropsicopedagogica>. Acesso em: 07 ago. 2021.

HADDAD, Jane; SHUDO, Regina. **Inventário emocional: família e escola como território de afetos**. Curitiba: [S.n.], 2020. E-book (46 p.). Disponível em: <http://janehaddad.com.br/site/?p=2026>. Acesso em: 07 ago. 2021.



LINDO texto infantil para leitura com as crianças: “A criança que pode fazer”. **Criando com apego**, Contos Infantis, [2021?]. Disponível em: <https://www.criandocomapego.com/lindo-texto-infantil-para-leitura-com-as-criancas/>. Acesso em: 10 ago. 2021.

LONDRINA. **Lei Municipal nº 10.910/2010 de 29/04/2010**. Inclui na parte diversificada da proposta curricular da Secretaria Municipal de Educação os conteúdos Qualidade de Vida com Amor Exigente e dispõe que estes passem a constar nas propostas pedagógicas das Escolas da Rede Municipal de Ensino. Londrina: PML, 2010.

LONDRINA. **Lei Municipal nº 12.467 de 06/12/2016** - Cria o Programa Municipal de Práticas Restaurativas nas Escolas Municipais. Londrina: PML, 2016.

LONDRINA. **Lei Municipal nº 12.988 de 20/12/2019**. Institui o Programa de Mediação Escolar e Comunitária na rede de Ensino de Londrina. Londrina: PML, 2019.

MOTTA, Pierre Cerveira; ROMANI, Patrícia Fasolo. A educação socioemocional e suas implicações no contexto escolar: uma revisão de literatura. **Psicologia da Educação**, [online], n.49, p. 49-56, 2019. ISSN 1414-6975. <http://dx.doi.org/10.5935/2175-3520.20190018>.

PEREIRA, Cristina Núñez; VALCÁRCEL, Rafael R. **Emocionário: diga o que você sente**. Rio de Janeiro: Sextante, 2018. E-book (96 p.).

PRANIS, Kay. **Processos circulares de construção de paz**. São Paulo: Palas Athena, 2010.

REEVE, Johnmarshall. **Motivação e emoção**. 4. ed. Rio de Janeiro: LTC, 2006.

RODRIGUES, Maria Delfina. A família e suas diferenças. **Blog Ler com Prazer**. Rio de Janeiro, 19 jul. 2012. Disponível em: <http://ler-com-prazer.blogspot.com/2012/07/a-familia-e-suas-diferencas.html>. Acesso em: 22 jan. 2021.

RODRIGUES, Miriam. **Educação Emocional Positiva**. Novo Hamburgo: Sinopsys, 2015.

SILVA, Aline Teixeira da; TECHIO, Mayara. O que Gabi e a flor de lótus têm em comum? Novo Hamburgo, RS: Sinopsys, 2017.

ROSEMBERG, Marshall B. **Comunicação não violenta**. Técnicas para aprimorar relacionamentos pessoais e profissionais. São Paulo: Ágora, 2003.

SILVERSTEIN, Shel. **A parte que falta**. São Paulo: Companhia das Letrinhas, 2018.

TIBA, Içami. **Disciplina, limite na medida certa**. São Paulo: Gente, 1996.

TISSER, Luciana; CARTAXO, Vanina. **O cérebro e seus moradores**. Novo Hamburgo, RS: Sinopsys, 2017.



Documentos Audiovisuais

A PARTE que falta. [Autora]: Shel Silverstein. Publicado pelo canal Fafá Conta Histórias. 2018. 1 vídeo (7 min.). Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=nfdBQu0O0DE&ab_channel=Faf%C3%A1contahist%C3%B3rias. Acesso em: 10 ago. 2021.

COISAS de pássaros by Pixar. Publicado pelo canal Dinho Carvalho 7. 1 vídeo (3 min.). 2017. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=b-2b2JKp-0k>. Acesso em: 10 ago. 2021.

PIP. Publicado pelo canal Southeastern Guide Dogs. 2019. 1 vídeo (4 min.). Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=07d2dXHYb94&list=PLTRSgISCM-UAev6D_q9F7-ip489JZTbfm. Acesso em: 10 ago. 2021.

SÉRIE Virtudes | Episódio 2 – Justiça. 1 vídeo (1 min.). Publicado pelo canal De Criança Para Criança. 8 maio 2019. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=H88LNdM3v9Q>. Acesso em: 10 ago. 2021.

VÍDEO sobre empatia. Publicado pelo canal Psicóloga Luzia Raimundo. 2018. 1 vídeo (2 min). Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=OQq-H6EfjHo&ab_channel=Psic%C3%B3logaLuzia-Raimundo. Acesso em: 17 nov. 2020.

