

ESCOLAS PROFISSIONAIS

CADERNO DO ESTUDANTE

PROJETO DE VIDA

3^a
SÉRIE



GOVERNO DO
ESTADO DO CEARÁ
Secretaria da Educação

instituto  aliança

Expediente

INSTITUTO ALIANÇA COM O ADOLESCENTE

DIRETOR EXECUTIVO

EMILTON MOREIRA ROSA

DIRETORAS

ADENIL VIEIRA
ILMA OLIVEIRA
MÁRCIA CAMPOS
MARIAH OLIVEIRA

EQUIPE CEARÁ

COORDENAÇÃO REGIONAL
EVELINE CORRÊA

COORDENAÇÃO LOCAL

FRANCISCO CHAGAS PONTES NETO

COORDENAÇÃO DE GESTÃO

APARECIDA MARIA SILVEIRA CARVALHO

COORDENADORES SETORIAIS

ANA VERUSKA DE MELO MONTENEGRO
CAROLINE PAIVA LIMA RODRIGUES
ANTONIO RONDINELL COSTA MELO
ANTONIO SÉRGIO DE OLIVEIRA JUNIOR
DANNUTA ALBUQUERQUE NOGUEIRA
ELAINE VASCONCELOS NUNES VIANA
FLAVIA INGRYD VIEIRA PENAFORTE
IVANA MARIA DE MELO CARNEIRO FERNANDES
JOANA BRANDÃO DE MATOS
LORENA VASCONCELOS DA SILVEIRA
MAXMILLER LOIOLA LIMA
OTAVIO MACHADO TEIXEIRA LIMA
RENÉ VIEIRA DINELLI
RODRIGO ADLER PRATA FREIRE

APOIO DE GESTÃO

FRANCISCO ROBSON ARAÚJO DA GUIA

SEDUC – SECRETARIA DE EDUCAÇÃO DO CEARÁ

GOVERNADOR

CAMILO SOBREIRA DE SANTANA

VICE-GOVERNADOR

MARIA IZOLDA CELA DE ARRUDA
COELHO

SECRETÁRIA DA EDUCAÇÃO

ELIANA NUNES ESTRELA

SECRETÁRIO EXECUTIVO DE ENSINO MÉDIO E PROFISSIONAL

ROGERS VASCONCELOS MENDES

SECRETÁRIA EXECUTIVA DE GESTÃO PEDAGÓGICA

DA SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
JUSSARA DE LUNA BATISTA

SECRETÁRIA EXECUTIVA DE PLANEJAMENTO E GESTÃO INTERNA

RITA DE CÁSSIA TAVARES COLARES

SECRETÁRIO EXECUTIVO DE COOPERAÇÃO COM OS MUNICÍPIOS

MÁRCIO PEREIRA DE BRITO

Ficha Técnica

PRODUÇÃO E ORGANIZAÇÃO DOS CONTEÚDOS DA PUBLICAÇÃO

COORDENAÇÃO GERAL E REVISÃO

EVELINE CORRÊA
FRANCISCO CHAGAS PONTES NETO
ILMA OLIVEIRA

EQUIPE DE PRODUÇÃO

ANA VERUSKA DE MELO MONTENEGRO
CAROLINE PAIVA LIMA RODRIGUES
ANTONIO RONDINELL COSTA MELO
ANTONIO SÉRGIO DE OLIVEIRA JUNIOR
DANNUTA ALBUQUERQUE NOGUEIRA
ELAINE VASCONCELOS NUNES VIANA
FLAVIA INGRYD VIEIRA PENAFORTE

IVANA CARNEIRO FERNANDES
JOANA BRANDÃO DE MATOS
LORENA VASCONCELOS DA SILVEIRA
MAXMILLER LOIOLA LIMA
OTAVIO MACHADO TEIXEIRA LIMA
RENÉ VIEIRA DINELLI
RODRIGO ADLER PRATA FREIRE

ESCOLAS PROFISSIONAIS

CADERNO DO ESTUDANTE

PROJETO DE VIDA



GOVERNO DO
ESTADO DO CEARÁ
Secretaria da Educação



3^a
SÉRIE

APRESENTAÇÃO

Caros estudantes,

Chegamos afinal ao nosso terceiro e último ano de caminhada, que alegria!!

Estar com você e poder compartilhar tantas emoções, sentimentos, desafios, superações, é dar um sentido maior ao processo de construção conjunta do Conhecimento: nos preparamos, com muita amorosidade, para cada aula desenvolvida nas 2 séries anteriores e estamos com uma grande expectativa para este ano.

Paulo Freire nos ensinou que “como presença consciente no mundo, não podemos escapar à responsabilidade ética no nosso mover-se no mundo”. Esperamos, nesta última etapa de formação no Ensino Médio, estimular ainda mais uma postura curiosa e aberta, ao mesmo tempo colaborativa, determinada a seguir com todos os planos e projetos pensados até aqui – e mais aqueles que construiremos conjuntamente e alimentaremos, rumo aos novos espaços e dimensões a serem vivenciados e conquistados.

Nos aproximamos agora do **Mundo Acadêmico** e do **Mundo do Trabalho**: como penso que será minha Presença neste espaços? Como poderei contribuir para esta Sociedade mais justa, mais ética, mais humana e solidária tantas vezes refletida em nossos encontros?

Vamos então, começar este ano com toda a experiência e a expectativa acumuladas – e construir um ano de partilhas e de alegrias, com a convicção de que somos capazes de superar, de transformar, de cooperar, de fazer e ser a diferença!

Que em sua mochila, ao final desta caminhada tão especial, além de boas lembranças e muitos aprendizados, você leve uma certeza: a de que depende de **você** a realização de seus mais preciosos e caros projetos.

“Gosto de ser gente, porque sei que a minha passagem pelo mundo não é predeterminada, preestabelecida. Que o meu “destino” não é um dado, mas algo que precisa ser feito e de cuja responsabilidade não posso me eximir”

Paulo Freire



1º BIMESTRE



AULA 1 - ACOLHIDA

SAÚDES QUE SE EQUILIBRAM ¹

Esse será nosso Terceiro Ano de desenho, elaboração, de ensaio de um Projeto, que busca dar conta de vários aspectos de nossas Vidas. Por isso, ele se chama *Projeto de Vida* – mas bem que poderia vir no plural, não?

Assim também, quando falamos de nossa qualidade de Vida, temos falado em **Saúdes**: saúde no plural. Pois da mesma maneira, são muitos e diversos os aspectos que precisamos reconhecer, equilibrar, contrabalançar, desenvolver em nós mesmos.

Já falamos de tanta coisa: de nossa mente, corpo, emoções... de nossa relação com o outro, com a família, com a comunidade; e como tudo isso pode ser vivenciado de forma harmônica, cuidando também de nosso planeta e da Natureza, que tanto nos dá.

Neste ano, em que os caminhos aproximam também o Mundo do Trabalho e o primeiro emprego, lhe convidamos a refletir sobre um importante aspecto, em nosso equilíbrio geral: a **Saúde Profissional** que se relaciona com a **entrada no Mundo do Trabalho**. Queremos saber: Você está se preparando para a profissão que deseja? Você sabe qual o seu objetivo e o que você realmente quer? Qual é a motivação (motivo para ação) que o faz buscar e se preparar para esta profissão? O que é uma Atitude Empreendedora e como desenvolvê-la, de forma a se sentir mais confiante em seus passos, rumo a realização de seus sonhos e metas?

Agora que o Projeto de Vida já deve estar mais claro e estruturado em nossas mentes, vamos colocar em ação os avanços na caminhada em direção à autonomia: integrando as capacidades despertas e respondendo, conscientemente, pelas escolhas e pelas consequências de nossos atos.

Você é convidado, a partir de agora, para este novo exercício: integrar, complementar, correlacionar suas saúdes – e com isso, expandir sua compreensão e sua relação com o Mundo que lhe constitui, internamente, e o Mundo com o qual você se relaciona, externamente.

Essas “coordenadas” serão fundamentais para que, ao concluir essa grande travessia, você possa alcançar voos mais altos, e construir seus passos a caminho da Universidade e do Mundo Produtivo, com confiança, segurança, otimismo, determinação e alegria!

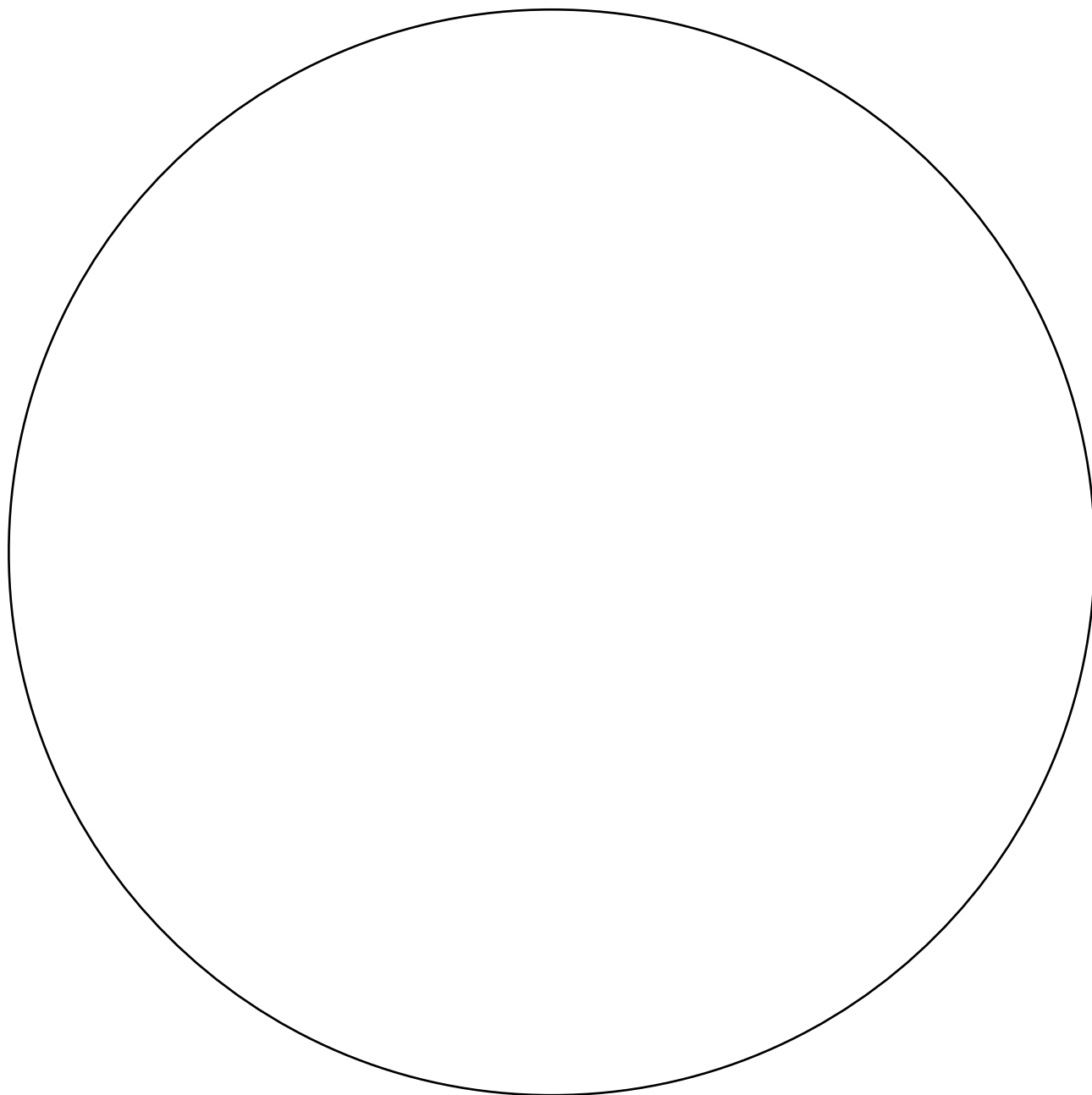
Escolha Projetar, escolha realizar, escolha SER!

¹ Texto elaborado por Eveline Corrêa, Coordenadora Regional do Instituto Aliança.

AULA 2 - ACOLHIDA**CARINHAS QUE REPRESENTAM AS
COMPETÊNCIAS SOCIOEMOCIONAIS****Amabilidade****Autogestão****Resiliência Emocional****Engajamento com os outros****Abertura ao Novo**

AULA 5 - ENTRE O SONHO E A AÇÃO

MANDALA DO SER



AULA 6 - ENTRE O SONHO E A AÇÃO

NOSSO HERÓI ²

Herói, do grego *heros* - o deus do amor. Diz-se de uma criatura extraordinária por seus feitos e valores em superação. Ou ainda, a personagem principal de uma história.

Estas figuras emblemáticas trazem uma mística toda especial à nossa existência, recheada de força, coragem, superação e poder, servindo de espelho para todos nós, de inspiração, simbolizando a manutenção da própria esperança dentro de cada um de nós.

Por isso de uma forma ou de outra sempre temos um preferido, com características que se assemelham às nossas ou com aquelas as quais desejamos. Sintonizamos com seu arquétipo, tomados por nossas próprias virtudes em latência, mitificando o que aparentemente é externo e que, no entanto, é a projeção simplesmente de nossos corações.

Vivemos a mágica de presentificarmos na fantasia os nossos tesouros mais escondidos, aqueles que não revelamos a ninguém e que fazem de nós quem somos.

Deste modo, coloquemos nossas máscaras e capas, e alcemos voo, permitindo que este herói revestido por nossa alma ganhe corpo, saia das telas e dos quadrinhos e partilhe seus super poderes com o mundo. O herói que está fora, na verdade vive dentro de cada um de nós, sou eu, é você, somos nós!

² Antonio Rondinell, integrante da equipe do Instituto Aliança

AULA 8 - ENTRE O SONHO E A AÇÃO

EU QUERO APENAS ³

Eu quero apenas olhar os campos
 Eu quero apenas cantar meu canto
 Eu só não quero cantar sozinho
 Eu quero um coro de passarinhos

Quero levar o meu canto amigo
 A qualquer amigo que precisar
 Eu quero ter um milhão de amigos
 E bem mais forte poder cantar
 Eu quero ter um milhão de amigos
 E bem mais forte poder cantar

Eu quero apenas um vento forte
 Levar meu barco no rumo norte
 E no caminho o que eu pescar
 Quero dividir quando lá chegar

Quero levar o meu canto amigo
 A qualquer amigo que precisar
 Eu quero ter um milhão de amigos
 E bem mais forte poder cantar
 Eu quero ter um milhão de amigos
 E bem mais forte poder cantar

Eu quero crer na paz do futuro
 Eu quero ter um quintal sem muro
 Quero meu filho pisando firme
 Cantando alto, sorrindo livre

Quero levar o meu canto amigo
 A qualquer amigo que precisar
 Eu quero ter um milhão de amigos
 E bem mais forte poder cantar
 Eu quero ter um milhão de amigos
 E bem mais forte poder cantar

Eu quero amor decidindo a vida
 Sentir a força da mão amiga
 O meu irmão com um sorriso aberto
 Se ele chorar quero estar por perto

Quero levar o meu canto amigo
 A qualquer amigo que precisar
 Eu quero ter um milhão de amigos
 E bem mais forte poder cantar
 Eu quero ter um milhão de amigos
 E bem mais forte poder cantar

Venha comigo olhar os campos
 Cante comigo também meu canto
 Eu só não quero cantar sozinho
 Eu quero um coro de passarinhos
 Quero levar o meu canto amigo
 A qualquer amigo que precisar
 Eu quero ter um milhão de amigos
 E bem mais forte poder cantar
 Eu quero ter um milhão de amigos

E bem mais forte poder cantar
 Eu quero ter um milhão de amigos
 E bem mais forte poder cantar
 Eu quero ter um milhão de amigos
 E bem mais forte poder cantar
 Eu quero ter um milhão de amigos
 E bem mais forte poder cantar
 Eu quero ter um milhão de amigos
 E bem mais forte poder cantar

³ Fonte: <https://www.lettras.mus.br/roberto-carlos/48596/> Acesso em 25.09.2018

AULA 9 - ENTRE O SONHO E A AÇÃO



AULA 10 - ENTRE O SONHO E A AÇÃO

Viver e não ter vergonha de quem se é, é um privilégio!

Viver e ter legado é uma honra!

Viver e criar obras são dádivas!

Viver e ser útil é obrigação!

Viver não é tão simples assim... vir no mundo por vir, é comum - só será mais um, mas para brilhar, brilhar mesmo relate a sua história...

Cilinha Pires de Camargo Rosini

2º BIMESTRE



AULA 7 - SAÚDE PROFISSIONAL

CURTIGRAMA

O QUE CURTO NO MEU CURSO TÉCNICO E ME PREPARO PARA FAZER?	O QUE CURTO NO MEU CURSO TÉCNICO, MAS NÃO ME PREPARO O SUFICIENTE PARA FAZER?
O QUE NÃO CURTO NO MEU CURSO TÉCNICO, MAS PRECISO FAZER?	O QUE NÃO CURTO NO MEU CURSO TÉCNICO E NÃO FAÇO?

AULA 7 - SAÚDE PROFISSIONAL

FAZER O QUE SE GOSTA ⁴

A escolha de uma profissão é o primeiro calvário de todo adolescente. Muitos tios, pais e orientadores vocacionais acabam recomendando “fazer o que se gosta”, um conselho confuso e equivocado. Empresas pagam a profissionais para fazer o que a comunidade acha importante ser feito, não aquilo que os funcionários gostariam de fazer, que normalmente é jogar futebol, ler um livro ou tomar chope na praia.

Seria um mundo perfeito se as coisas que queremos fazer coincidisse exatamente com o que a sociedade acha importante ser feito. Mas, aí, quem tiraria o lixo da rua, algo necessário, mas que ninguém quer fazer?

Muitos jovens sonham trabalhar no terceiro setor porque é o gostariam de fazer. Toda semana recebo jovens que querem trabalhar em minha consultoria num projeto social. “Quero ajudar os outros, não quero participar desse capitalismo selvagem.” Nesses casos, peço que deixem comigo os sapatos e as meias e voltem para conversar em uma semana.

É uma arrogância intelectual que se ensina nas universidades brasileiras e um insulto aos sapateiros e aos trabalhadores dizer que eles não ajudam os outros. A maioria das pessoas que ajudam os outros, o faz de graça. As coisas que realmente gosto de fazer, como jogar tênis, velejar e organizar o Prêmio Bem Eficiente, eu faço de graça. O “ócio criativo”, o sonho brasileiro de receber um salário para “fazer o que gosta”, somente é alcançado por alguns professores felizardos de filosofia que podem ler o que gostam em tempo integral.

O que seria de nós se ninguém produzisse sapatos e meias, só porque alguns membros da sociedade só querem “fazer o que gosta”? Pediatras e obstetras atendem às 2 da manhã. Médicos e enfermeiras atendem aos sábados e domingos não porque gostam, mas porque isso tem de ser feito. Empresas, hospitais, entidades beneficentes estão aí para fazer o que é preciso ser feito, aos sábados, domingos e feriados. Eu respeito muito mais os altruístas que fazem aquilo que tem de ser feito do que os egoístas que só querem “fazem o gostam”.

Então teremos de trabalhar em algo que odiamos, condenados a uma vida profissional chata e opressiva? Existe um final feliz. A saída para esse dilema é aprender a gostar do que você faz. E isso é mais fácil do que você pensa. Basta fazer seu trabalho com esmero, bem feito. Curta o prazer da excelência, o prazer estético da qualidade e da perfeição. Aliás, isso não é um conselho simplesmente profissional, é um conselho de vida, vale a pena ser bem feito. Viva com esse objetivo. Você poderá não ficar rico, mas será feliz. Provavelmente, nada lhe faltará, porque se paga melhor àqueles que fazem o trabalho bem feito do que àqueles que fazem o mínimo necessário.

⁴ Fonte: Stephen Kanitz - http://veja.abril.com.br/241104/ponto_de_vista.html - acesso em 30.01.2013

continua >

AULA 7 - SAÚDE PROFISSIONAL

FAZER O QUE SE GOSTA

continuação

Se quiser procurar algo, descubra suas habilidades naturais, que permitirão que realize seu trabalho com distinção e o colocarão à frente dos demais. Muitos profissionais odeiam o que fazem porque não se preparam adequadamente, não estudaram o suficiente, não sabem fazer aquilo que gostam, e aí odeiam o que fazem mal feito.

Sempre fui um perfeccionista. Fiz muitas coisas chatas na vida, mas sempre fiz questão de fazê-las bem feitas. Sou até criticado por isso, porque demoro demais, vivo brigando com quem é incompetente, reescrevo estes artigos umas quarenta vezes para o desespero de meus editores, sou super exigente comigo e com os outros.

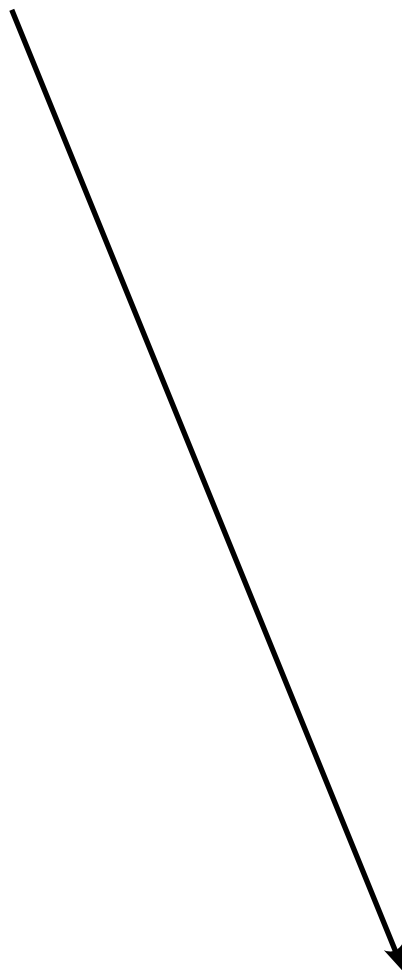
Hoje, percebo que foi esse perfeccionismo que me permitiu sobreviver à chatice da vida, que me fez gostar das coisas chatas que tenho de fazer. Se você não gosta de seu trabalho, tente fazê-lo bem feito. Seja o melhor em sua área, destaque-se pela precisão. Você será aplaudido, valorizado, procurado, e outras portas se abrirão. Começará a ser até criativo, inventando coisa nova, e isso é um raro prazer.

Faça seu trabalho mal feito e odiará o que faz, odiando a sua empresa, seu patrão, seus colegas, seu país e a si mesmo.

AULA 9 - SAÚDE PROFISSIONAL

LINHA DO TEMPO

DATA DA COMEMORAÇÃO FUTURA



HOJE:

AULA 10 - RITO FINAL



