

UM MILHÃO DE JOVENS

**neo**

UM MILHÃO DE OPORTUNIDADES

**PROJETO DE CAPACITAÇÃO DE  
EDUCADORES EM "PROJETO DE  
VIDA NA ESCOLA"**

# CADERNO DOS PLANOS DE AULAS

## IDENTIDADE

### 1º BIMESTRE

#### Parceiros Regionais



#### Agência Executora



#### Aliança NEO Brasil



#### Parceiro Colaborador



## FICHA TÉCNICA

### **Responsável Técnico:**

Ilma Oliveira

### **Elaboração dos Planos de Aulas:**

Elaine Vasconcelos Nunes Viana

### **Concepção do Itinerário Formativo, Coordenação, Supervisão:**

Ilma Oliveira

### **Equipe de Facilitadores:**

Daniel Barros

Elaine Vasconcelos Nunes Viana

Ilma Oliveira

Márcio Lupi

Paulo Diego Brito

Roberta Albuquerque

As opiniões expressas nesta publicação são de responsabilidade exclusiva dos autores e não necessariamente refletem o ponto de vista do Diretório Executivo do BID, tampouco dos países pelo BID representados. Igualmente não necessariamente refletem o ponto de vista do FOMIN, International Youth Foundation (IYF) ou dos sócios corporativos do NEO, nem mesmo dos aliados da Aliança NEO Brasil.

Copyright ©2018 Banco Interamericano de Desenvolvimento, na qualidade de administrador do FOMIN. Todos os direitos reservados. Este documento pode ser reproduzido livremente sem fins comerciais. Não é autorizado o uso comercial desta obra.

## APRESENTAÇÃO

NEO - Novas Oportunidades de Emprego para Jovens - é uma iniciativa pioneira na qual empresas, governos e sociedade civil de países da América Latina e Caribe trabalham de forma conjunta e articulada para melhorar a qualidade do capital humano e da empregabilidade de jovens pobres e/ou em situação vulnerável. Tem como meta gerar oportunidades de emprego para 1 milhão de jovens, sendo a metade de mulheres, até 2022.

NEO foi lançado na Cumbre de las Américas em Cartagena das Índias, Colômbia, em abril de 2012 e é liderado pelo Fundo Multilateral de Investimento (FUMIN) do Banco Interamericano de Desenvolvimento (BID), pelo Departamento do Setor Social do BID, pela International Youth Foundation (IYF), tendo como parceiros Arcos Dorados, Fundação Cartepillar, CEMEX, Fundação Forge, Microsoft, Walmart e SESI.

No Brasil, NEO está sendo implementado no Estado de Pernambuco, por meio da ALIANÇA NEO BRASIL constituída por: Ministério da Educação, Ministério do Trabalho, Governo do Estado de Pernambuco, através das Secretarias de Educação, Secretaria da Micro e Pequena Empresa, Trabalho e Qualificação e Secretaria da Mulher; SENAI-PE; SESI-Uniindústria; Núcleo de Gestão do Porto Digital; Arcos Dorados e CESAR School, tendo o Instituto Aliança como Agência Executora.

O objetivo fundamental da ALIANÇA NEO BRASIL é incrementar as oportunidades de trabalho para jovens pobres e vulneráveis entre 14 e 29 anos de idade, mediante o fortalecimento e aperfeiçoamento dos serviços de formação, orientação vocacional e inserção laboral das escolas de educação profissional da Secretaria de Educação do Estado de Pernambuco (SEE-PE) e do Serviço Nacional de Aprendizagem Industrial (SENAI).

Para contribuir com este objetivo, o NEO está promovendo o PROJETO DE CAPACITAÇÃO DE EDUCADORES EM "PROJETO DE VIDA NA ESCOLA", que tem como objetivo "Fortalecer a qualidade dos serviços de orientação vocacional, escolhas profissionais e projeto de vida oferecidos aos alunos das escolas de educação profissional da Secretaria de Educação do Estado de Pernambuco e Serviço Nacional de Aprendizagem – SENAI/ PE, com base nas competências socioemocionais".

Esta publicação faz parte do conjunto de PLANOS DE AULA que irão apoiar os educadores na formação dos estudantes, a partir de quatro eixos estruturadores, partindo da identidade e da autoeficácia e indo na direção da elaboração do Projeto de Vida e Projeto de Carreira.

Desenvolvido pela equipe da S&OL "Siqueira & Oliveira Consultoria e Assessoria em Psicologia LTDA", esta capacitação e esta publicação integram e complementam outras iniciativas que estão sendo promovidas pelo NEO em Pernambuco.

*“Um menino caminha e caminhando chega no muro  
E ali logo em frente, a esperar pela gente, o futuro está  
E o futuro é uma astronave que tentamos pilotar...”*

Aquarela, Toquinho

A S&OL– Siqueira & Oliveira Consultoria e Assessoria em Psicologia LTDA, é uma Empresa de Consultoria, criada em 2004, com sede em Salvador/BA, formada por equipe de profissionais que atua no terceiro setor brasileiro, em âmbito nacional, estabelecendo parcerias com Organizações Sociais e Poder Público.

Uma metodologia que proporcione um espaço pedagógico para a elaboração de projetos de Vida de estudantes, incluindo a reflexão sobre suas escolhas profissionais”.

O desenho da formação partiu da análise desse momento especial da adolescência, quando os jovens têm o desafio de realizar diversas escolhas, incluindo a profissional. O programa está estruturado em 4 eixos, que parte da relação de cada um consigo mesmo, na busca pela identificação das suas aspirações, expectativas, desejos, e potencialidades (IDENTIDADE); para então, identificar as limitações, em busca da superação de desafios que não venham a impedir a concretização dos projetos (AUTOEFICÁCIA); resultando na elaboração dos projetos de vida (PROJETO DE VIDA) e de carreira (PROJETO DE CARREIRA).

Cada eixo contempla um conjunto de 10 planos de aulas, que deverão orientar os educadores na formação dos estudantes com duração de 2 horas semanais cada, totalizando, ao final, 80 horas de formação dos adolescentes.

Este caderno faz parte do conjunto dos 10 planos de aulas, referente ao eixo IDENTIDADE. Este é um tema fundamental para qualquer processo de formação de jovens, quando cada um(a) terá a oportunidade de entender seu processo de constituição, a partir do lugar social que ocupa e de sua história de vida aliado à reflexão de si enquanto sujeito com o mundo, com os outros e com o projeto de futuro, ou do que se pretende ser. A identidade tem total relação com o Projeto de Vida, pois este implica em voltar o olhar sobre si mesmo e “se pensar” em diversas possibilidades. Significa preparar os adolescentes para fazer escolhas assertivas, dentro de inúmeras possibilidades existentes.

O conjunto das 10 aulas iniciais parte do convite à participação e vivência dessa disciplina resultando na construção do pacto de convivência; da reflexão sobre a História e Memória, identificando as marcas significativas que cada um traz na sua vida; da reflexão sobre autoestima e autoimagem; da identificação da gratidão como uma postura e valor para a vida; da reflexão sobre emoções e sentimentos e como eles perpassam a vida, identificando os mais presentes no modo de ser de cada um(a); da construção do caminho com identificação das pessoas presentes no caminho; e, finalmente, como síntese, da importância pela busca e construção da felicidade relacionada às possibilidades e limites de cada pessoa.

Esperamos que esse material ganhe VIDA junto aos estudantes e que dê uma contribuição efetiva na construção de laços de solidariedade, amorosidade, empatia e paz!

**SUMÁRIO**

1º BIMESTRE - IDENTIDADE.....	7
AULA 01: IDENTIDADE.....	8
ANEXO I.....	10
ANEXO II.....	11
MATRIZES POR BIMESTRE (1º, 2º, 3º e 4º bimestre).....	11
1º BIMESTRE - IDENTIDADE.....	11
2º BIMESTRE - AUTOEFICÁCIA.....	11
3º BIMESTRE - MEU PROJETO DE VIDA.....	12
4º BIMESTRE - MEU PROJETO DE CARREIRA.....	12
AULA 02: IDENTIDADE.....	13
AULA 03: IDENTIDADE.....	15
Anexo I.....	17
AULA 04: IDENTIDADE.....	18
AULA 05: IDENTIDADE.....	20
ANEXO I.....	22
ANEXO II.....	23
AULA 06: IDENTIDADE.....	25
ANEXO I.....	27
Minhas Emoções.....	27
AULA 07: IDENTIDADE.....	28
ANEXO I.....	29
AULA 08: IDENTIDADE.....	30
ANEXO I.....	32
Silhueta.....	32
AULA 09: IDENTIDADE.....	33
Anexo I.....	34
Sinopse.....	34
Whiplash - Em Busca da Perfeição.....	34
AULA 10: IDENTIDADE.....	35
Anexo I.....	36
Anexo II.....	37
Não Sou, Estou!.....	37

**1º BIMESTRE - IDENTIDADE**

<b>AULA 1</b>	Nosso pacto!
<b>AULA 2</b>	História e Memória
<b>AULA 3</b>	Autoestima e autoimagem!
<b>AULA 4</b>	Escolho ser grato!
<b>AULA 5</b>	O que são emoções?
<b>AULA 6</b>	Conhecendo minhas emoções!
<b>AULA 7</b>	Meu caminho eu construo!
<b>AULA 8</b>	Quem caminha comigo?
<b>AULA 9</b>	Filme Whiplash - Em busca da Perfeição
<b>AULA 10</b>	Discussão do filme: Sonho ou pesadelo? Perseverança ou teimosia?

## AULA 01: IDENTIDADE

TEMA:	NOSSO PACTO
<b>OBJETIVOS:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sensibilizar os estudantes para a promoção de espaços vivenciais positivos na elaboração dos projetos de vida e de carreira.</li> <li>Apresentar a proposta que será desenvolvida ao longo do ano letivo.</li> <li>Elaborar de forma coletiva o Nosso pacto.</li> </ul>
<b>PONTO DE ENTRADA</b>  <b>35</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Iniciar convidando os estudantes a ficar de pé e formar um grande círculo. Pedir que observem as frases, conforme anexo I, que estão distribuídas nas paredes da sala.</li> <li>Ao som da música Peça Felicidade da banda Melim, orientar que caminhem pela sala acolhendo os colegas da forma que desejarem (um olhar, aperto de mão, abraço, sorriso...) o importante é ir ao encontro do máximo de pessoas possível, trocando boas energias.</li> <li>Ao término da música, pedir que se posicionem ao lado da frase que foi mais marcante, que mais chamou sua atenção.</li> <li>Formado o grupo, solicitar que conversem entre si sobre a frase, fazendo um paralelo com este momento especial da vida em que estão concluindo a 3ª série.</li> <li>Atenção: os que não se conhecem devem se apresentar.</li> <li>Após a discussão em grupo, duas pessoas de cada grupo formado deverão falar sobre o que o grupo considerou como importante, como destaque.</li> <li>O Professor deverá ouvir atentamente os grupos e a medida em que forem se colocando, fazer os links necessários com a proposta de trabalho prevista para o ano, fortalecendo o autoconhecimento, os vínculos, a crença em si e nos outros com objetivo de construir e reconstruir os projetos de vida e carreira de cada um.</li> </ul>
<b>O CAMINHO</b>  <b>60</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Com o grupo de volta aos seus lugares, dizer que ao longo do ano letivo, serão realizados encontros voltados ao autoconhecimento, proporcionando um tempo e espaço para que cada estudante faça um mergulho em seus desejos, seus sonhos, identificando os pontos fortes e limitantes de cada um.</li> <li>As chamadas competências socioemocionais ou habilidades para a vida guiarão esse processo, consideradas como um grande fator para a realização pessoal e profissional das pessoas, a exemplo, do fortalecimento da autoestima, a capacidade de falar e de escutar de forma adequada, a capacidade de conviver e trabalhar com pessoas diferentes e em grupo, dentre outras.</li> <li>Apresentar a matriz com os temas de cada bimestre, conforme anexo II, de modo que os estudantes tenham uma noção do percurso desenhado para cada momento, fortalecendo que entre o ponto de partida e o ponto de chegada estará a grande viagem para a qual estão sendo convidados agora.</li> <li>Após apresentação das matrizes e abertura para as perguntas que possam surgir, dizer que é importante fortalecer o grupo e criar um espaço de confiança.</li> <li>Perguntar aos estudantes o que para eles é um Pacto, ouvindo as contribuições, acolhendo-as.</li> <li>Dizer que segundo o dicionário, "pacto é um contrato, uma convenção entre duas ou mais pessoas, onde se estabelecem o que é permitido e o que não será aceito naquela relação".</li> <li>Convidá-los a criar o "Nosso Pacto", estabelecendo as regras que irão</li> </ul>

	<p>nortear os encontros a partir daquele momento.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pedir que formem pequenos grupos de no máximo quatro pessoas e em conjunto listem, em tarjetas, 3 sugestões de regras para o nosso pacto. Explicar que devem colocar frases que explicitem aquilo que o grupo deve acordar e não somente palavras/frases soltas. Por exemplo: Isso é importante para que haja um entendimento comum do que está sendo pactuado. Por exemplo: a palavra respeito, pode ser interpretada de muitas formas. É importante o grupo explicar a qual situação ou a o quê precisa-se ter respeito. Detalhar aquilo que estão entendendo por cada item colocado.</li> <li>• Cada quarteto irá apresentar suas sugestões, colando as tarjetas em um painel previamente preparado. Após colocação de todos, o professor fará um exercício de categorização, ressaltando aspectos que por ventura venham a se repetir. Caso não apareça os aspectos do sigilo e da ética, deve propor a introdução.</li> <li>• Perguntar ao final: Alguém quer colocar algum ponto? Todos se sentem confortáveis? Se houver algum ponto de discordância, o Professor/educador deve mediar a discussão no sentido da construção do consenso e nunca de uma votação. Assim, de forma coletiva e participativa, será criado o documento que representará a opinião de todos.</li> <li>• A listagem concluída deverá ser reescrita em uma folha de cartolina, flip chart ou papel madeira e assinada por todos os estudantes.</li> <li>• Reforçar que o documento "Nosso Pacto" é vivo e poderá ser revisitado a qualquer momento para alterações e inclusões, sempre que necessário.</li> </ul>
<p><b>PONTO DE SAÍDA</b> 5</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Com todos em círculo, de mãos dadas, convidar os estudantes a pensar sobre o dia, e, estimular que cada um possa dizer uma palavra que represente o sentimento que mais brotou.</li> </ul>
<p><b>RECURSOS:</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anexo I - Frases</li> <li>• Anexo II - Matriz de cada bimestre</li> <li>• Música Peça Felicidade da banda Melim</li> <li>• Papel madeira/Cartolina</li> <li>• Pincel</li> <li>• Tarjetas</li> <li>• Fita crepe ou cola para tarjetas</li> <li>• Apresentação em ppt com as matrizes por bimestre</li> <li>• Data show</li> </ul>
<p><b>ORIENTAÇÕES AO PROFESSOR:</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Preparar o material a ser apresentado com antecedência.</li> <li>• Durante a elaboração do Nosso Pacto, caso os alunos não citem, incluir um item sobre o sigilo com tudo que for conversado em sala.</li> </ul>

**ANEXO I**

**Hoje vamos desejar o bem sem olhar a quem...**

**Acabar com a solidão no ato de estender a mão...**

**Peça tudo o que você quiser, acredite na sua fé...**

**Paz, saúde, vigor, sucesso, alegria, esperança, amor**

**Aproveite todas as sensações, sinta a chuva te molhar, e quando o sol chegar, deixa esquentar...**

**Tenha dentro do seu coração pureza e verdade...**

**O que você transmitir volta com intensidade...**

**Quando não souber o que pedir, peça felicidade...**

**Quando não souber o que doar, doe sua metade...**

**Sentir a energia e a satisfação de ver nascer um novo dia!**

**ANEXO II****MATRIZES POR BIMESTRE (1º, 2º, 3º e 4º bimestre)****1º BIMESTRE - IDENTIDADE**

<b>AULA 1</b>	Nosso pacto!
<b>AULA 2</b>	História e Memória
<b>AULA 3</b>	Autoestima e Autoimagem
<b>AULA 4</b>	Escolho ser grato!
<b>AULA 5</b>	O que são emoções?
<b>AULA 6</b>	Conhecendo minhas emoções!
<b>AULA 7</b>	Meu caminho eu construo!
<b>AULA 8</b>	Quem caminha comigo?
<b>AULA 9</b>	Filme Whiplash - Em busca da Perfeição
<b>AULA 10</b>	Discussão do filme: Sonho ou pesadelo? Perseverança ou teimosia?

**2º BIMESTRE - AUTOEFICÁCIA**

<b>AULA 1</b>	Me sinto capaz..
<b>AULA 2</b>	Sou Sincero ou sincericida?
<b>AULA 3</b>	O poder do silêncio!
<b>AULA 4</b>	Falar em público, e agora?
<b>AULA 5</b>	Solidariedade! Vamos sair do discurso?
<b>AULA 6</b>	Trabalho em equipe: por que sim e por que não?
<b>AULA 7</b>	Posso liderar processos?
<b>AULA 8</b>	Feedback!
<b>AULA 9</b>	Mindset: Configurando minha mente!
<b>AULA 10</b>	Eu sinto na pele...

**3º BIMESTRE - MEU PROJETO DE VIDA**

<b>AULA 1</b>	Para-brisa e retrovisor!
<b>AULA 2</b>	O sucesso está fora da zona de conforto!
<b>AULA 3</b>	Dimensão da afetividade
<b>AULA 4</b>	Eu sou e você quem é?
<b>AULA 5</b>	Tenho um plano?
<b>AULA 6</b>	Filme: Viva! A vida é uma festa!
<b>AULA 7</b>	É preciso pedir apoio!
<b>AULA 8</b>	Projetando meu futuro
<b>AULA 9</b>	Acolhendo a 1ª série - Planejamento
<b>AULA 10</b>	Acolhendo a 1ª série - Condução

**4º BIMESTRE - MEU PROJETO DE CARREIRA**

<b>AULA 1</b>	Projeto de carreira: Por que é importante?
<b>AULA 2</b>	O que fazer ao sair do ensino médio?
<b>AULA 3</b>	Feira das profissões: Apresentação, preparação e Logística
<b>AULA 4</b>	Feira das profissões: Estudo e aprofundamento
<b>AULA 5</b>	Feira das profissões: É hoje
<b>AULA 6</b>	Escolhendo os caminhos profissionais!
<b>AULA 7</b>	Áreas da vida!
<b>AULA 8</b>	Meu plano de ação!
<b>AULA 9</b>	E se minha vida fosse um filme?
<b>AULA 10</b>	Meu legado!

## AULA 02: IDENTIDADE

TEMA:	História e Memória
OBJETIVOS:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Proporcionar um espaço de reflexão sobre História e Memória, associando à vida dos estudantes;</li> <li>• Fortalecer o respeito e a valorização da história individual de cada um.</li> </ul>
<p><b>PONTO DE ENTRADA</b></p> <p><b>15</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Acolher os estudantes relembando o que foi conversado na aula anterior, buscando fortalecer e abrir espaço para novas contribuições no que se refere ao Nosso pacto.</li> <li>• Perguntar aos estudantes o que eles entendem por história, ouvindo as contribuições.</li> <li>• Após o acolhimento das contribuições, o Professor fecha a discussão conceituando o significado de História dizendo que o conhecimento oriundo de investigação e pesquisa, caracteriza a história e que essa por sua vez é fruto de ações no tempo.</li> <li>• Questionar também: E memória, o que vocês consideram que seja? Aguardar e acolher as contribuições.</li> <li>• Após o acolhimento das contribuições, fechar a discussão falando que memória tem relação afetiva e direta com o passado, ela é fruto de lembranças pessoais e individuais, que tiveram um significado na vida de cada pessoa.</li> <li>• Dar exemplos claros de situações que são oriundas da história e fruto de memória e que isso pode variar de pessoa para pessoa, considerando a realidade e tempo de cada um.</li> <li>• Exemplo: Morte de Ayrton Senna em 1º de maio de 1994 pode ser história para alguns e memória para outros, assim como o falecimento do Chorão, vocalista da banda Charlie Brown Jr, em 2013 ou ainda a primeira vez que o homem pisou em solo lunar, em 20 de julho de 1969.</li> </ul>
<p><b>O CAMINHO</b></p> <p><b>80</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Colocar uma música instrumental e convidar os estudantes a sentarem-se de forma confortável, fechando os olhos e buscando se conectar com suas lembranças, sejam elas recentes ou não, procurar trazer a tona situações que tenham marcado sua trajetória e forjado a pessoa que hoje se tornaram.</li> <li>• Enquanto estão de olhos fechados, pedir que ouçam a música Calendário, de Anavitória, ou Música: Lembre de Mim - Filme "Viva a vida é uma Festa" - Versão cantada por Rogério Flausino, conectando-se com a mensagem.</li> <li>• Colocar à frente de cada uma folha de papel.</li> <li>• Ao finalizar a música, pedir que abram os olhos e escrevam no papel colocado sobre a carteira, as Histórias e as Memórias que os representam, fatos ocorridos ao longo de suas vidas que deixaram marcas.</li> <li>• Podem registrar através de desenhos, símbolos, frases, palavras, parágrafos, da forma que desejarem.</li> <li>• Dar espaço e tempo para as construções e pedir que aqueles que, se sentirem à vontade e assim desejarem, possam compartilhar com a turma o que construíram.</li> <li>• Orientar que o momento de escuta seja de muito respeito, de acolhimento àquilo que é apresentado pelo colega e que tem um grande significado para ele e de atenção.</li> </ul>
<p><b>PONTO DE SAÍDA</b></p> <p><b>5</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Encerrar dizendo que: "nossas histórias e nossas memórias são base para o que somos e o que seremos, mas não são determinantes. Estamos a todo instante nos reconstruindo e somos capazes de reescrever cada passo da nossa vida".</li> <li>• Pedir que os estudantes formem um grande círculo e digam juntos, de</li> </ul>

	forma uníssona: Eu sou o autor da minha história!
<b>RECURSOS:</b> 	<ul style="list-style-type: none"><li>• Música Calendário, Anavitória</li><li>• Música: Lembre de Mim do Filme "Viva a vida é uma Festa" <a href="https://www.youtube.com/watch?v=8gxiqudGWJE">https://www.youtube.com/watch?v=8gxiqudGWJE</a></li><li>• Folhas de papel ofício</li></ul>
<b>ORIENTAÇÕES AO PROFESSOR:</b> 	<ul style="list-style-type: none"><li>• Guardar as produções feitas pelos estudantes.</li></ul>

## AULA 03: IDENTIDADE

TEMA:	Autoestima e Autoimagem
<b>OBJETIVOS:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover espaço de reflexão acerca da importância da autoestima para as relações interpessoais.</li> <li>Incentivar o reconhecimento de suas forças e limitações como base para o crescimento saudável.</li> </ul>
<p><b>PONTO DE ENTRADA</b></p> <p><b>30</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Acolher os estudantes solicitando-os que de pé, formem um círculo e, que completem a frase: "O que mais gosto em mim é..."</li> <li>Falar que terão a oportunidade de refletir mais sobre eles mesmos, sobre aquilo que alimenta o sentimento de gostar de si mesmos. Gostar é sinônimo de ESTIMA e gostar de si mesmo, significa reconhecer o que lhe faz bem, o que lhe faz feliz.</li> <li>A autoestima pode ser alta ou baixa. Perguntar: Vocês conhecem pessoas com alta autoestima? Podem dar exemplos? E com baixa autoestima? Como elas se apresentam? Pedir alguns exemplos que conhecem, sem citar nomes e grau de parentesco.</li> <li>Dizer que o encontro dessa "medida" é uma busca incessante na vida de cada um, lembrando que as pontas/ os excessos, são sempre prejudiciais. O importante é buscar o equilíbrio...</li> <li>Para o fechamento do conceito o professor deve falar que: "Autoestima é o sentimento que nutro/desenvolvo ou tenho sobre mim mesmo. Este sentimento contribuirá para a forma ou percepção de como me vejo ou me defino. Autoestima é um sentimento, mas, não deve ser confundida como sentir-se triste, desanimado ou chateado. Autoestima alta não é sentir-se superior aos outros ou melhor que os outros. Isto é arrogância! Autoestima baixa, não é o meu momento de tristeza ou desânimo, estes sentimentos ocorrem por uma perda de alguém querido, por exemplo. Portanto, Autoestima é um sentimento positivo e equilibrado que me permite identificar minhas potencialidades e minhas fragilidades que podem ser melhoradas. A maneira como eu gosto de mim, contribuirá na forma como eu me vejo, valorizada ou prejudicada, positiva ou negativa".</li> <li>A autoestima está muito ligada à imagem que cada um faz de si mesmo.</li> <li>Dizer que muitas vezes temos uma imagem de nós mesmos que não condiz com o que somos de verdade, uma distorção da nossa essência dentro de um contexto ou situação</li> <li>Orientar que pensem sobre três aspectos fundamentais: Como eu sou? Como eu me vejo? Como os outros me veem?</li> <li>Entregar uma tarjeta e pedir que respondam de forma objetiva a esses questionamentos.</li> </ul>
<p><b>O CAMINHO</b></p> <p><b>55</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Provocar: Quem de vocês curte uma balada? Convidá-los a participar de uma balada diferente.</li> <li>Dizer que nessa balada será necessário que todos usem máscaras!</li> <li>Orientar que criem suas máscaras de acordo com a forma como se veem, reproduzindo seu sentimento e percepção de si mesmo.</li> <li>Disponibilizar o material necessário a elaboração das máscaras (papel ofício, canetinha, tesoura, cola, revistas, lápis de cor, tinta guache, palito de churrasco, barbante ou elástico para segurar as máscaras, entre outros).</li> <li>Dar um tempo para que elaborem/confeccionem as máscaras.</li> <li>Após todos terem concluído, pedir que coloquem suas máscaras e venham até o centro da sala, onde possam se ver.</li> <li>Dizer que deverão caminhar pela sala observando os colegas. O</li> </ul>

	<p>primeiro momento será apenas para observar, não deverão falar ou perguntar nada.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Colocar a música Máscara - Pitty - enquanto caminham pela sala em observação</li> <li>• Após esse momento inicial, formar um grande círculo e pedir que aqueles que sentirem a vontade possam apresentar suas máscaras, dividindo com os colegas o sentimento que o motivou na elaboração daquela máscara;</li> <li>• Provocar: <ul style="list-style-type: none"> <li>• O que essa máscara quer dizer?</li> <li>• Que mensagem você acredita que ela passa?</li> <li>• O que há por trás da máscara?</li> </ul> </li> <li>• Após ouvir os estudantes, agradecer pela partilha e pela coragem.</li> <li>• Dizer que a autoestima é a soma da autoconfiança com o auto-respeito. Ela reflete o julgamento implícito da nossa capacidade de lidar com os desafios da vida - entender e dominar os problemas - e o direito de ser feliz - respeitar e defender os próprios interesses e necessidades.</li> <li>• Desenvolver a autoestima é desenvolver a convicção de que somos capazes de viver e somos merecedores da felicidade e, portanto, capazes de enfrentar a vida com mais confiança, boa vontade e otimismo, que nos ajudam a atingir nossas metas e a sentirmo-nos realizados.</li> <li>• Quanto maior a nossa autoestima, maiores serão as nossas possibilidades de manter relações saudáveis, em vez de destrutivas, pois, assim como o amor atrai o amor, a saúde atrai a saúde, a vitalidade e a comunicabilidade atraem mais do que o vazio e o oportunismo.</li> <li>• Quanto maior a nossa autoestima, mais inclinados estaremos a tratar os outros com respeito, benevolência e boa vontade, pois não os vemos como ameaça, não nos sentimos como estranhos e amedrontados, uma vez que o auto-respeito é o fundamento do respeito pelos outros.</li> </ul>
<p><b>PONTO DE SAÍDA</b> <b>15</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Convidar os estudantes a pensarem sobre como se sentiram na aula de hoje.</li> <li>• Perguntar se conhecem a música que foi tocada durante a balada das máscaras, da cantora Pitty.</li> <li>• Distribuir as letras, conforme anexo I, ou projetar para que consigam ler a letra, provocando: <ul style="list-style-type: none"> <li>• O que a música expressa? você se conectou com a mensagem? qual trecho mais te representa?</li> <li>• Pedir que cantem conjuntamente a música.</li> </ul> </li> </ul>
<p><b>RECURSOS:</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anexo I: Letra da Música Máscara - Pitty</li> <li>• Música Máscara - Pitty</li> <li>• Tarjetas</li> <li>• Materiais para confecção das máscaras: papel ofício, caneta, caneta hidrator, tesoura, cola, revistas, lápis de cor, tinta guache, palito de churrasco, barbante ou elástico para segurar as máscaras, entre outros.</li> </ul>
<p><b>ORIENTAÇÕES AO PROFESSOR:</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Orientar que as tarjetas escritas na introdução da aula sejam guardadas para serem revisitadas ao longo dos bimestres.</li> <li>• Retomar o Nosso Pacto para fortalecer a integração do grupo.</li> </ul>

**Anexo I**

Máscara

Pitty

Diga quem você é, me diga

Me fale sobre a sua estrada

Me conte sobre a sua vida

Tira a máscara que cobre o seu rosto

Se mostre e eu descobro se eu gosto

Do seu verdadeiro jeito de ser

Ninguém merece ser só mais um bonitinho

Nem transparecer, consciente, inconsequente

Sem se preocupar em ser adulto ou criança

O importante é ser você

Mesmo que seja estranho, seja você

Mesmo que seja bizarro, bizarro, bizarro

Mesmo que seja estranho, seja você

Mesmo que seja

Tira a máscara que cobre o seu rosto

Se mostre e eu descobro se eu gosto

Do seu verdadeiro jeito de ser

Ninguém merece ser só mais um bonitinho

Nem transparecer, consciente, inconsequente

Sem se preocupar em ser adulto ou criança

O importante é ser você

Mesmo que seja estranho, seja você

Mesmo que seja bizarro, bizarro, bizarro

Mesmo que seja estranho, seja você

Mesmo que seja

O meu cabelo não é igual

A sua roupa não é igual

Ao meu tamanho, não é igual

Ao seu caráter, não é igual

Não é igual, não é igual, não é igual

I had enough of it

But I don't care

I had enough of it

But I don't care

I had enough of it

But I don't care

I had enough of it

But I don't care

Diga quem você é, me diga

Me fale sobre a sua estrada

Me conte sobre a sua vida

E o importante é ser você

Mesmo que seja estranho, seja você

Mesmo que seja bizarro, bizarro, bizarro

Mesmo que seja estranho, seja você

Mesmo que seja bizarro, bizarro, bizarro

Mesmo que seja estranho, seja você

Mesmo que seja bizarro, bizarro, bizarro

Mesmo que seja estranho, seja você

## AULA 04: IDENTIDADE

TEMA:	Escolho ser grato!
<b>OBJETIVOS:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover espaço de reflexão e valorização sobre o sentimento da gratidão como escolha de vida.</li> <li>Incentivar a gratidão ativa e intencional.</li> </ul>
<b>PONTO DE ENTRADA</b>  <b>10</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Iniciar a aula lembrando a produção feita na aula sobre história e memória, onde falaram sobre acontecimentos de suas vidas ao longo dos anos, situações que marcaram momentos.</li> <li>Provocar: Como vocês se sentem por terem vivido esses momentos? Alguém se sente grato? Por que?</li> <li>Ouvir os estudantes acolhendo suas contribuições.</li> <li>Dizer que a gratidão é um elemento afetivo, um sentimento de reconhecimento do valor que algo tem em nossas vidas.</li> <li>Convidar os estudantes a assistirem a mídia "Gratidão, a chave para a felicidade!</li> <li>Provocar ao final do vídeo: O que mais podemos ser, além de agradecidos?</li> <li>Dizer que a gratidão deve ultrapassar a crença de que apenas coisas boas merecem nosso agradecimento. Devemos refletir e também agradecer pelas coisas que não foram tão legais, mas que fizeram a gente crescer, amadurecer, nos fortaleceram. A gratidão tem um poder incrível de não deixar amarguras.</li> </ul>
<b>O CAMINHO</b>  <b>80</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Convidar os estudantes a pensarem em momentos e sentimentos que provocam gratidão, pensarem em pessoas que fazem parte de suas histórias e as tornam mais felizes.</li> <li>Refletir: Essas pessoas sabem que são importantes? Vocês falam para elas o quanto elas foram ou são valiosas para vocês?</li> <li>Dizer então que o convite de hoje é para exercitar de forma prática, a gratidão e o reconhecimento ativo, saindo da passividade e do anonimato.</li> <li>Ao som da música Eu agradeço, Marie Gabrielle, distribuir papel, tesoura, revistas, cola, entre outros materiais.</li> <li>Orientá-los a elaborar o cartão da gratidão, pensando em uma pessoa ou mais pessoas que precisam saber o quanto são valiosas e importantes para eles.</li> <li>Incentivar que entreguem os cartões e expressem sua gratidão a quem escolheram, formando assim uma grande corrente do bem. Se a pessoa escolhida for alguém presente na escola, a entrega pode ser imediata.</li> <li>Se for alguém que não esteja presente, alguém da família ou amigo de outros círculos, devem levar o cartão e entregar no momento oportuno. O importante é fazê-lo!</li> <li>Orientar que em duplas, pensem em frases de otimismo, força, amor e possam elaborar uma mensagem.</li> <li>Entregar uma tarjeta a cada dupla e dar um tempo para escrevam suas mensagens.</li> <li>Iniciar a apresentação das duplas e colar as mensagens elaboradas no quadro, formando um grande painel de energias positivas e boas vibrações.</li> </ul>
<b>PONTO DE SAÍDA</b>  <b>10</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Provocar os estudantes, perguntando: Como se sentiram na aula de hoje?</li> <li>Dizer que precisamos a cada momento escolher ter atitudes de gratidão, buscar reconhecer o que há de bom em cada situação, num exercício diário de reflexão e ação, pois gratidão é além de um ato de amor, é prática diária de buscar ser uma pessoa melhor.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Encerrar dizendo que nossas vidas são o resultado de vários fatores interrelacionados, emoções, razão, cognição e sobretudo nossas ações. Precisamos voltar o olhar para dentro de si e refletir.</li> <li>• Com todos os estudantes em círculo, pedir que cada um pense em uma situação ocorrida no dia de hoje da qual ele se sente grato.</li> <li>• Pedir que aqueles que se sentirem a vontade, possam compartilhar.</li> </ul>
<p><b>RECURSOS:</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mídia "Gratidão, a chave para a felicidade!" <a href="https://www.youtube.com/watch?v=z7if1t072Nk">https://www.youtube.com/watch?v=z7if1t072Nk</a></li> <li>• Música Eu agradeço, Marie Gabrielle</li> <li>• Papel, tesoura, revistas, cola, entre outros materiais.</li> <li>• Tarjetas</li> </ul>
<p><b>ORIENTAÇÕES AO PROFESSOR:</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover espaço de harmonia entre os estudantes.</li> </ul>

## AULA 05: IDENTIDADE

TEMA:	O que são emoções?
<b>OBJETIVOS:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Perceber a existência e a importância das emoções nas nossas vidas</li> <li>• Identificar a correlação entre emoções e sentimentos.</li> <li>• Provocar reflexões sobre como somos afetados/influenciados por sentimentos diversos relacionado-os à importância do investimento no desenvolvimento da inteligência emocional, ao longo da vida.</li> </ul>
<b>PONTO DE ENTRADA</b>  <b>20</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Iniciar perguntando aos estudantes se eles sabem o que é uma "Emoção". Aguardar que eles falem sobre o que pensam, pois certamente dirão coisas relacionadas ao afeto, sentimentos.</li> <li>• Ouvir atentamente as contribuições e em seguida pedir exemplos de emoções, escrevendo-os no quadro.</li> <li>• Professor, realizar uma "Tempestade de ideias" e escrever no quadro o maior número de emoções possíveis.</li> <li>• Trazer na sequência uma definição da palavra Emoção: agitação de sentimentos; abalo afetivo ou moral. É uma sensação física e emocional provocada por algum estímulo.</li> <li>• Entregar então a cada estudante o quadro, conforme anexo I, pedindo que pensem em como chegaram a sala de aula hoje, marcando o sentimento que representa a emoção que estão sentindo nesse momento.</li> <li>• Fazer uma breve rodada onde cada um possa dizer o sentimento que destacou no quadro para esse início de aula.</li> <li>• Pedir que guardem o quadro, pois será utilizado ao final da aula.</li> </ul>
<b>O CAMINHO</b>  <b>60</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dar sequência perguntando: "Qual a diferença entre emoção e sentimento?"</li> <li>• Organizar a sala em grupos de em média 7 estudantes, propondo que leiam o texto do anexo II, Qual a diferença entre emoção e sentimento na psicologia?</li> <li>• Cada grupo deverá ao final da leitura realizar uma discussão considerando os pontos abaixo:</li> <li>• Como me sinto diante de situações de estresse?</li> <li>• O que me causa alegria?</li> <li>• O que me causa tristeza?</li> <li>• Pedir que os grupos se apresentem falando aos demais o que compreenderam e o que discutiram acerca das questões propostas.</li> <li>• Convidá-los a assistir o vídeo do professor Pedro Calabrez sobre Emoções, O que é uma emoção?</li> <li>• Fazer uma síntese final das discussões apresentadas, relacionando com o vídeo, enfatizando a partir dos exemplos trazidos, os conceitos de sentimento e de emoções.</li> </ul>
<b>PONTO DE SAÍDA</b>  <b>20</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Retomar o quadro das emoções, anexo I, pedindo que pensem em como estão se sentindo ao final da aula, após terem interagido com os colegas e feito trocas valiosas de conhecimento.</li> <li>• Pedir que marquem no quadro o sentimento que expressa como estão se sentindo nesse momento.</li> <li>• Ouvir alguns estudantes, refletindo:</li> <li>• Aqueles que mudaram, mudaram por quê?</li> <li>• Quem permaneceu com o mesmo sentimento inicial a aula?</li> <li>• Vocês acreditam que podemos mudar nossa forma de reagir ao longo da vida?</li> <li>• Concluir dizendo que as emoções funcionam como uma espécie de reservatório de influências inatas e aprendidas e todos nós podemos trabalhar</li> </ul>

	e desenvolver habilidades e competências a qualquer momento de nossas vidas.
<b>RECURSOS:</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anexo I - Quadro das emoções</li> <li>• Anexo II - texto Qual a diferença entre emoção e sentimento na psicologia?</li> <li>• Vídeo do professor Pedro Calabrez sobre Emoções, O que é uma emoção? <a href="https://youtu.be/MedQ6bRRm3M">https://youtu.be/MedQ6bRRm3M</a></li> </ul>
<b>ORIENTAÇÕES AO PROFESSOR:</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ler os textos e se preparar com antecedência para conversar com os estudantes sobre o assunto!</li> </ul>

## ANEXO I



**Alegre**



**Entusiasmado**



**Confiante**



**Triste**



**Medroso**



**Envergonhado**



**Preocupado**



**Raivoso**



**Estressado**

## ANEXO II

### Qual a diferença entre emoção e sentimento na psicologia?

As emoções são respostas neurais para estímulos externos, enquanto os sentimentos são respostas às emoções.

Embora normalmente sejam vistos como sinônimos, emoção e sentimento são considerados movimentos diferentes tanto para o psiquismo como para a psicologia.

Em seu livro *E-moções*, Rodrigo Fonseca, especialista em Inteligência Emocional e Presidente da Sociedade Brasileira de Inteligência Emocional (SBIE), explica que “a palavra emoção vem do latim *emovere*. O ‘e’ significa ‘energia’ e ‘movere’ significa ‘movimento’. Ou seja, toda emoção, que normalmente percebemos e usamos de forma negativa, existe para nos ajudar a movimentar nossa vida, a MUDAR o que não está bom ou em desequilíbrio. E se não movemos todas essas energias para fora, elas acabam gerando doenças ou dores dentro de nós.”.

Uma emoção é um conjunto de respostas químicas e neurais baseadas nas memórias emocionais, e surge quando o cérebro recebe um estímulo externo. O sentimento, por sua vez, é uma resposta à emoção e diz respeito a como a pessoa se sente diante daquela emoção.

### Relação entre emoções e sentimentos

Uma vez que são as emoções que dão origem aos sentimentos, esses dois tipos de reação estão totalmente relacionados entre si. Da mesma forma que uma emoção desperta um sentimento, um sentimento é capaz de gerar mais emoções da mesma espécie.

Ter consciência de como você reage e se sente diante de cada emoção, portanto, é fundamental para se recuperar de uma emoção ou sentimento negativo. Esse processo é fundamental para manter o equilíbrio emocional. As emoções são reações inconscientes, enquanto os sentimentos são uma espécie de juízo sobre essas emoções.

Imagine uma situação na qual um animal feroz começa a correr atrás de você. Antes de qualquer outra coisa, mesmo da consciência, surge o medo (que é uma emoção). Logo em seguida, você tem a consciência de seus sentimentos. É aí que você percebe que está assustado e com medo.

### De onde surgem as emoções e sentimentos

O primeiro contato com as emoções e sentimentos acontece já na vida intrauterina. É cientificamente comprovado que as emoções e sentimentos dos pais são transferidos para o bebê durante a gestação: todos os medos, tristezas, raiva, alegrias, amor e culpa que os pais sentem também são sentidos pelo bebê.

A partir dessas experiências e até os sete anos de idade, o indivíduo desenvolve seus programas emocionais. É nesse período que ele registra e interpreta todas as emoções e experiências de acordo com seus sentimentos, transformando suas interpretações em padrões emocionais e comportamentais que podem refletir por toda a vida.

## **Desenvolva sua Inteligência Emocional**

Emoções como medo, raiva, tristeza e alegria fazem parte do desenvolvimento e contribuem diretamente para a sobrevivência do ser humano. Quando bem direcionadas, servem para impulsionar e proteger a pessoa de diversas situações do dia a dia.

Todos os seres humanos têm a possibilidade de melhorar e desenvolver suas emoções. A Inteligência Emocional pode ser desenvolvida, treinada e aprimorada por meio da construção de novos hábitos, novas formas de pensar e se comportar.

Fonte: texto adaptado de <http://www.sbie.com.br/blog/qual-diferenca-entre-emocao-e-sentimento-na-psicologia/>

Acesso em 03/09/2018

## AULA 06: IDENTIDADE

TEMA:	Conhecendo minhas emoções!
<b>OBJETIVOS:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desenvolver a relação e a percepção do estudante acerca de si mesmo.</li> <li>• Provocar espaço de reflexão, reconhecimento e mudança.</li> </ul>
<p><b>PONTO DE ENTRADA</b></p> <p><b>30</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Iniciar indagando aos estudantes se eles gostam de desafios.</li> <li>• Perguntar: "quem aceita participar nesse momento de um desafio, onde contarão apenas com suas próprias habilidades?"</li> <li>• Instigar a turma para que fiquem curiosos.</li> <li>• Entregar ½ folha de papel ofício a cada estudante e dizer que tenham caneta em mãos para iniciar o desafio.</li> <li>• Dizer que eles deverão realizar os comandos de forma individual. Não é permitido olhar para a folha do colega ao lado, concentrem-se nas suas produções.</li> <li>• Sigam ao pé da letra os comandos a seguir:</li> <li>• Desenhe uma cabeça de tamanho médio e redonda.</li> <li>• Faça um corpo pequeno e peludo.</li> <li>• Desenhe braços grossos, pequenos com dedos longos e unhas pontudas.</li> <li>• Faça o pé direito grande e arredondado.</li> <li>• O pé esquerdo deverá ser pequeno e triangular.</li> <li>• Desenhe narinas quadradas e pequenas.</li> <li>• A boca deverá ser grande e sem dentes</li> <li>• As orelhas devem ser grandes e peludas.</li> <li>• Faça um olho no meio da cabeça.</li> <li>• Quando todos os estudantes concluírem, peça que mostre seu desenho ao colega do lado, comparando os desenhos e identificando similaridades e diferenças.</li> <li>• Provocar os estudantes:</li> <li>• Os desenhos são iguais?</li> <li>• Por que embora os comandos tenham sido os mesmos, os desenhos não são idênticos?</li> <li>• Dizer que cada um tem uma forma diferente de ver, sentir e perceber as coisas e isso nos torna especiais. É preciso entender e respeitar as diferenças e as singularidades, buscando ser pessoas melhores a cada dia.</li> </ul>
<p><b>O CAMINHO</b></p> <p><b>60</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Relembrar com o grupo a aula anterior onde refletiram sobre nossas emoções e sentimentos.</li> <li>• Provocar:</li> <li>• Será que todas as pessoas têm emoções e sentimentos semelhantes?</li> <li>• Agem e reagem da mesma forma diante de situações diversas?</li> <li>• Entregar a cada estudante o quadro do anexo I, Minhas emoções, pedindo que pensem em situações do cotidiano e preencham de acordo com o que pensam, sentem e agem.</li> <li>• Após todos terem concluído, convidar os estudantes a compartilhar com os colegas seus quadros, lembrando que assim como no desenho que fizeram inicialmente na aula de hoje, cada um tem sentimentos e emoções que são particulares e nos tornam indivíduos únicos.</li> </ul>
<p><b>PONTO DE SAÍDA</b></p> <p><b>10</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pedir que os estudantes avaliem a aula de hoje com o sentimento que mais se destacou para cada um, completando a frase "O sentimento que me representa hoje é..."</li> </ul>
<b>RECURSOS:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anexo I - Minhas emoções</li> </ul>



- Papel ofício
- Canetas

## ORIENTAÇÕES AO PROFESSOR:



- Promover espaço de respeito e diálogo.

**ANEXO I****Minhas Emoções**

<b>O que me causa...</b>	<b>Como reajo?</b>
Alegria...	
Tristeza...	
Raiva...	
Confiança...	
Medo...	
Surpresa...	
Afeto...	

## AULA 07: IDENTIDADE

<b>TEMA:</b>	<b>Meu caminho eu construo!</b>
<b>OBJETIVOS:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Proporcionar um momento de reflexão sobre a própria vida, a forma de conduzir e vislumbrar soluções para as adversidades.</li> </ul>
<b>PONTO DE ENTRADA</b>  <b>15</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Receber os estudantes ao som da música João de Barro, Maria Gadú.</li> <li>• Pedir que entrem em contato com a música, se conectando a mensagem que ela pretende passar.</li> <li>• Perguntar então: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vocês conhecem o pássaro João de Barro? Que características ele tem?</li> <li>• E a lenda desse pássaro, alguém já ouviu falar?</li> <li>• O que faz com que ele siga seu caminho sempre cantando?</li> </ul> </li> <li>• Após ouvir os estudantes, ler o texto do anexo I, João de Barro, pássaro e lenda indígena.</li> </ul>
<b>O CAMINHO</b>  <b>80</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Convidar os estudantes a construírem, inspirados pelo pássaro construtor, o seu caminho.</li> <li>• Entregar o material necessário a essa construção, papel, tesoura, cola, revistas, lápis de cor, entre outros.</li> <li>• Orientar que cada estudante, de maneira individual, deverá pensar em seu caminho.</li> <li>• Provocar algumas reflexões durante a atividade: <ul style="list-style-type: none"> <li>• O seu caminho tem cores?</li> <li>• Há obstáculos pela frente?</li> <li>• Para onde ele te leva?</li> <li>• Você visualiza pontes?</li> <li>• Encontrou algum muro à sua frente?</li> <li>• Há túneis?</li> <li>• Ele é plano ou há partes altas e baixas?</li> <li>• Como você se sente nesse caminho?</li> </ul> </li> <li>• Colocar a música da Maria Gadú ao fundo para criar um ambiente inspirador.</li> <li>• Aguardar que os estudantes concluam seus caminhos, ajudando sempre que sentir que será necessário.</li> <li>• Convidá-los a sentar em círculo, juntos, e compartilhar suas produções. Ouvir atentamente e acolher cada um.</li> </ul>
<b>PONTO DE SAÍDA</b>  <b>5</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Concluir o momento dizendo: "cada um de nós percorre caminhos diferentes e somos fortalecidos nos momentos de felicidade e também nos momentos mais difíceis. Se conhecer é um passo fundamental para auxiliar nessa tarefa complexa que é viver.</li> <li>• Ainda em círculo, pedir que de mãos dadas, possam transmitir força e coragem uns aos outros dizendo todos juntos Meu caminho eu construo!</li> </ul>
<b>RECURSOS:</b>  	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Música João de Barro, Maria Gadú</li> <li>• Anexo I, João de Barro, pássaro e lenda indígena.</li> <li>• Papel, tesoura, cola, revistas, lápis de cor, entre outros.</li> </ul>
<b>ORIENTAÇÕES AO PROFESSOR:</b>  	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Guardar as produções feitas hoje, pois iremos utilizar na aula seguinte.</li> </ul>

## ANEXO I

### João de Barro, Pássaro e Lenda Indígena

Com barro, misturado a esterco, palha e pequenos galhos, o macho e a fêmea trabalham juntos por 18 dias para a construção do ninho. Em média, a casa tem 30 cm de diâmetro e 5 cm de espessura. O casal tem preferência por locais abertos para fazer o ninho, como em árvores isoladas e postes de iluminação. A casa é separada em duas partes por uma divisória: a entrada, que permite ao pássaro entrar sem se abaixar e é sempre voltada para o norte, evitando que o vento entre, e o interior do ninho.

A sua grande habilidade de manipular o barro dá nome ao passarinho. Outro destaque do João-de-Barro é o canto. Alto e forte, como uma gargalhada, a sua vocalização tem sequência rítmica prolongada como uma canção festiva, crescente e decrescente, e é cantada pelo casal canta nas horas mais quentes e claras do dia.

#### Características

O João-de-Barro mede aproximadamente 19 cm. Na parte superior do corpo, ele apresenta cor de ferrugem, na parte inferior, coloração marrom clara. Sua cauda tem uma tonalidade avermelhada.

Encontrado na Argentina, Brasil, Paraguai e Bolívia, o João-de-Barro come insetos, larvas, aranhas, opiliões, moluscos e, ocasionalmente, sementes. A fêmea põe de três a quatro ovos a partir de setembro. A gestação dura de 14 a 18 dias. Os filhotes são alimentados por um período de 23 a 26 dias. Depois, estão prontos para voar e partir.

#### João-de-barro no folclore brasileiro

Conta a lenda que em uma tribo do sul do Brasil, o jovem Jaebé se apaixonou por uma moça de grande beleza e foi pedi-la em casamento. O pai dela perguntou quais provas de força Jaebé poderia dar para se casar com a moça mais bela da tribo. O jovem rapidamente respondeu: "as provas do meu amor!".

O pai da moça gostou da resposta, mas achou o jovem atrevido. O velho contou que o último pretendente prometeu ficar cinco dias de jejum, porém morreu no quarto dia. Jaebé desafiou: "ficarei nove dias em jejum e não morrerei". Toda tribo ficou admirada com a coragem do jovem.

Para iniciar a prova, Jaebé foi enrolado em um pesado couro de anta e ficou dia e noite sob vigilância para que não fosse alimentado. A moça chorava e implorava à deusa Lua que o mantivesse vivo. O tempo passou e em uma manhã a filha pediu ao pai: "já se passaram cinco dias. Não o deixe morrer". Mas o pai relutou: "ele é arrogante, falou nas forças do amor. Vamos ver o que acontece".

Na última noite da prova, o pai da moça ordenou: "vamos ver o que resta do arrogante Jaebé". Quando abriram o couro, o jovem saltou ligeiro. Seus olhos brilharam, seu sorriso tinha uma luz mágica. Ninguém acreditou quando, ao ver sua amada, o jovem se pôs a cantar como um pássaro enquanto se transformava, aos poucos, em uma pequenina ave. E naquele momento a moça, tocada pelos raios do luar, também se transformou em pássaro. Ambos voaram e desapareceram pela floresta.

Fonte de texto adaptado de:

<http://www.ebc.com.br/infantil/voce-sabia/2015/09/joao-de-barro-conheca-o-passaro-construtor-e-sua-lenda-indigena> acesso em 03/09/2018

## AULA 08: IDENTIDADE

TEMA:	Quem caminha comigo?
<b>OBJETIVOS:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fortalecer os vínculos e o sentimento de pertencimento.</li> <li>Promover um ambiente harmônico e de engajamento com o outro.</li> </ul>
<b>PONTO DE ENTRADA</b>  <b>10</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Iniciar fazendo um resgate da aula anterior onde cada estudante pôde pensar em seu caminho e na importância de valorizar os altos e baixos dessa caminhada, que são os pontos de crescimento e fortalecimento pessoal.</li> <li>Dizer então que nesse caminho sempre existem pessoas que se tornam referência e acrescentam algo a cada um (a), colaborando para o crescimento pessoal, seja dando a mão ou ensinando uma lição ou orientação do que não deve ser feito.</li> <li>Provocar: <ul style="list-style-type: none"> <li>Vocês têm encontrado muitos parceiros ao longo do caminho?</li> <li>Acham que têm recebido mais apoio ou lições?</li> <li>Quem tem caminhado ao seu lado?</li> </ul> </li> </ul>
<b>O CAMINHO</b>  <b>80</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Entregar a cada estudante a imagem da silhueta de pessoas, conforme anexo I e pedir que customizem de acordo com as pessoas que caminham ao seu lado. Podem destacar com a tesoura para separá-las se desejar.</li> <li>Pode ser apenas uma pessoa ou várias, o importante é lembrar do valor que essa(as) pessoa(as) tem e representá-las.</li> <li>Entregar os materiais necessários, lápis de cor, giz de cera, tesoura, cola, revistas.</li> <li>Enquanto os estudantes customizam as imagens, afixar na parede da sala em local de destaque os caminhos construídos na aula anterior, buscando colocá-los em formato de estrada, com altos e baixos, curvas, planícies.</li> <li>Durante a confecção dos companheiros, colocar músicas para criar ambientação e ajudar na inspiração. Sugestão de músicas Meu abrigo e Ouvi dizer, banda Melim.</li> <li>Aguardar que todos concluam e na sequência, mostrar o mural com todos os caminhos feitos pelos estudantes na aula anterior.</li> <li>Relembrar os significados de cada momento, as pontes, muros, obstáculos, altos e baixos, as cores e sentimentos de cada momento.</li> <li>Pedir que todos sentem em círculo e convidar os estudantes a, um de cada vez, ir até o painel e inserir seus companheiros nos momentos e etapas que acharem mais adequados, afixando-os no seu caminho e dizendo o porquê dessas pessoas estarem presentes nesses momentos.</li> <li>Promover uma escuta ativa e respeitosa de todos os estudantes.</li> <li>Para fechar este momento, convidar os estudantes a assistirem o Vídeo de Bráulio Bessa "A Corrida da Vida".</li> </ul>
<b>PONTO DE SAÍDA</b> <b>10</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pedir para formar um círculo e dizer: "existem pessoas que tornam nossa caminhada mais significativa... pela companhia, pelo apoio, pelo carinho... e porque nos tornam melhores".</li> <li>Solicitar que "tragam" uma das pessoas para esse momento;</li> <li>Propôr um abraço coletivo para encerrar o encontro de hoje.</li> </ul>
<b>RECURSOS:</b>  	<ul style="list-style-type: none"> <li>Caminhos feitos na aula anterior</li> <li>Anexo I - silhueta de pessoas</li> <li>Sugestão de músicas Meu abrigo e Ouvi dizer, banda Melim.</li> <li><a href="https://www.youtube.com/watch?v=g_17gG7_ctQ&amp;pbjreload=10">https://www.youtube.com/watch?v=g_17gG7_ctQ&amp;pbjreload=10</a></li> <li>Vídeo de Bráulio Bessa "A Corrida da Vida".</li> <li><a href="https://www.youtube.com/watch?v=g_17gG7_ctQ&amp;pbjreload=10">https://www.youtube.com/watch?v=g_17gG7_ctQ&amp;pbjreload=10</a></li> <li>Lápis de cor, giz de cera, tesoura, cola, revistas.</li> </ul>
<b>ORIENTAÇÕES</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Após o mural concluído, fazer uma foto com toda a turma, estimulando</li> </ul>

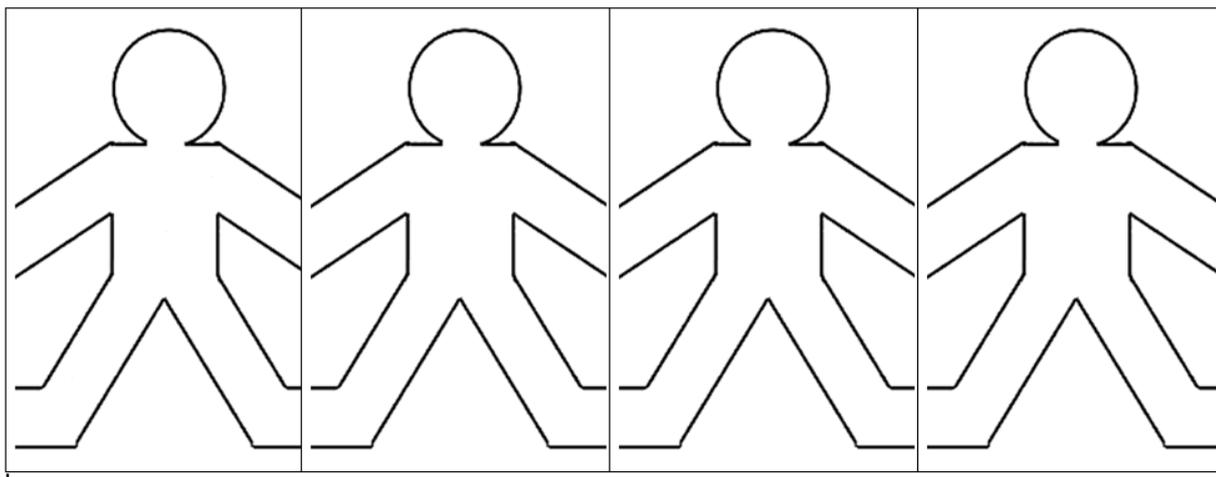
**AO  
PROFESSOR:**



a postagem com a hashtag #JuntosSomosMelhores

## ANEXO I

### Silhueta



## AULA 09: IDENTIDADE

<b>TEMA:</b>	<b>Filme Whiplash - Em busca da Perfeição</b>
<b>OBJETIVOS:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover uma reflexão sobre o que somos e o que sonhamos ser.</li> </ul>
<b>PONTO DE ENTRADA</b>  <b>00</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Acolher os alunos apresentando a sinopse do filme Whiplash - Em busca da Perfeição, conforme anexo I.</li> <li>Orientar que assistam atentamente e anotem no caderno os pontos que mais chamarem atenção para discussão na próxima aula.</li> </ul>
<b>O CAMINHO</b>  <b>107</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Apresentar o filme Whiplash - Em busca da Perfeição.</li> </ul>
<b>PONTO DE SAÍDA</b>  <b>00</b> 	
<b>RECURSOS:</b>  	<ul style="list-style-type: none"> <li>Filme Whiplash - Em busca da Perfeição</li> <li>TV</li> </ul>
<b>ORIENTAÇÕES AO PROFESSOR:</b>  	<ul style="list-style-type: none"> <li>Buscar um espaço adequado a apresentação do filme.</li> <li>Caso o tempo do filme seja maior que o tempo de aula, negociar com outro professor o horário para extensão da aula.</li> </ul>

## Anexo I

### Sinopse



### **Whiplash - Em Busca da Perfeição**

O solitário Andrew (Miles Teller) é um jovem baterista que sonha em ser o melhor de sua geração e marcar seu nome na música americana como fez Buddy Rich, seu maior ídolo na bateria. Após chamar a atenção do reverenciado e impiedoso mestre do jazz Terence Fletcher (JK Simmons), Andrew entra para a orquestra principal do conservatório de Shaffer, a melhor escola de música dos Estados Unidos. Entretanto, a convivência com o abusivo maestro fará Andrew transformar seu sonho em obsessão, fazendo de tudo para chegar a um novo nível como músico, mesmo que isso coloque em risco seus relacionamentos com sua namorada e sua saúde física e mental.

**AULA 10: IDENTIDADE**

<b>TEMA:</b>	<b>Discussão do filme: Sonho ou pesadelo? Perseverança ou Teimosia?</b>
<b>OBJETIVOS:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realizar uma reflexão dialógica sobre os pontos identificados no filme assistido na aula anterior.</li> <li>Promover reflexão sobre identidade, sonhos e autorrealização.</li> </ul>
<b>PONTO DE ENTRADA</b>  <b>10</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Iniciar a aula realizando um resgate do filme visto na aula anterior, relembrando pontos e fazendo uma tempestade de ideias sobre os principais momentos e aspectos que mais chamaram a atenção dos estudantes.</li> </ul>
<b>O CAMINHO</b>  <b>80</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Utilizar o Roteiro para discussão dialógica sobre o filme Whiplash - Em Busca da Perfeição, conforme anexo I.</li> <li>Dizer que ao longo da vida todas as pessoas passam por inúmeras transformações. Algumas vezes, as mudanças não são percebidas, sem identificação do que foi deixado para trás.</li> <li>Ao som de uma música, sugestão: Relicário, Nando Reis, entregar uma folha a cada aluno e dizer que nesse momento eles devem voltar o olhar para dentro de si, pensando em toda sua trajetória até aquele momento, focando em quem são, resgatando quem foram e imaginando quem serão.</li> <li>Abrir espaço ao final para que os estudantes possam compartilhar suas produções, caso sintam-se a vontade.</li> <li>Acolher as falas e dizer que: "refletir sobre quem somos e o que queremos é um ponto de partida para o autoconhecimento e amadurecimento".</li> </ul>
<b>PONTO DE SAÍDA</b>  <b>10</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Convidar os estudantes a formarem um grande círculo, de mãos dadas em troca de energia, e pedir que fechem os olhos.</li> <li>Realizar a leitura do texto Não sou, estou! Conforme anexo II.</li> </ul>
<b>RECURSOS:</b>  	<ul style="list-style-type: none"> <li>Anexo I Roteiro para discussão dialógica sobre o filme Whiplash - Em Busca da Perfeição</li> <li>Anexo II Não Sou, Estou!</li> <li>Música, sugestão: Relicário, Nando Reis</li> </ul>
<b>ORIENTAÇÕES AO PROFESSOR:</b>  	<ul style="list-style-type: none"> <li>Criar o ambiente necessário para que os estudantes possam refletir e escrever seus textos envoltos nos sentimentos que vivenciaram ao longo dos anos.</li> </ul>

## Anexo I

### Roteiro para discussão dialógica sobre o filme Whiplash - Em Busca da Perfeição

- Vale a pena fazer qualquer coisa por um sonho?
- Qual o preço do "custe o que custar"?
- O filme retrata o sonho que nos preenche. Que nos dá razão. Que nos dá identidade. Que faz a nossa existência fazer mais sentido. Você já conviveu com alguém que minimiza seus desejos, sonhos?
- Há limites? Quais limites você está disposto a superar para vencer?
- Quando saber a hora de parar?
- Há uma dosagem certa para o otimismo e a autoconfiança?
- Como você agiria se estivesse no lugar de Andrew?
- Por que quais razões o adolescente permanece dentro daquela tortura psicológica?
- Você considera o Fletcher, professor de música de Andrew, um vilão? é amargurado e frustrado ou dedicado demais?
- Fletcher disse que a pior frase para ele é "Bom trabalho!" Você concorda?
- Os obstáculos são sinais para perseverarmos ou para ponderarmos?
- Você já se sentiu assim? completamente perdido e exausto, em que não há mais a noção de qual era o propósito daquela luta?
- A trajetória de Andrew mostra o quão exaustivo é correr atrás do que se deseja. E acreditem: é extremamente exaustivo. É um caminho intenso de dúvidas e de tentações, especialmente de querer voltar para a zona de conforto. Já pensou no quanto você está disposto a investir em um sonho?

## **Anexo II**

### **Não Sou, Estou!**

Por não ser como sou, e por estar como estou... estou aqui.

Por não me encontrar quando me procuro, e por me achar quando não me quero, estou aqui.

Por estar sempre confuso e não achando respostas pro que quero, estou aqui.

Pra confundir-me, pra reencontrar-me, fugir e me perder.

Não sou daqui. só estou!

Acompanhado ou só, estou...

UM MILHÃO DE JOVENS

**neo**

UM MILHÃO DE OPORTUNIDADES