

Pegue a bondade

Esta segunda lição da unidade Coragem enfoca a coragem de ser gentil com os outros por meio de um jogo divertido que enche os outros de bondade. Os alunos jogarão uma bola de praia para os outros, destacando palavras e ações gentis que fizeram, dependendo do que a bola os instrui a fazer.

Conceito(s) de Bondade

Coragem, Bondade

Horário da Aula

45 minutos

Materiais requeridos

- ☐ Explodir bola de praia
- ☐ Sharpie

Escreva as seguintes frases/imagens repetidamente em várias seções da bola de praia (cada seção deve ter uma frase). Você precisará repetir as frases em várias seções, dependendo do tamanho da bola.

Eu gosto de você porque...

Um momento divertido que tivemos juntos foi...

Eu vi você sendo gentil quando você...

Mapa de Padrões

Esta lição está alinhada com as Competências CASEL, os Padrões Nacionais de Educação em Saúde e os Padrões Comuns do Estado. Por favor, consulte o [Mapa de Padrões](#) Para maiores informações.



DESIGNADO POR CASEL
COMO PROGRAMA RECOMENDADO
PARA O APRENDIZADO SOCIAL E EMOCIONAL.
Consulte a última página para obter detalhes.

Objetivo da lição

Os alunos irão:

- Destaque palavras e ações gentis que outras pessoas usaram por meio de uma atividade cinestésica.
- Explique como é preciso coragem para ser gentil com os outros.

Conexão com o professor/autocuidado

Você já ouviu a frase, “pagar adiante”? Refere-se a uma pessoa que faz uma boa ação não reconhecida para um estranho na premissa de que o receptor, por sua vez, “pagará adiante” fazendo uma boa ação para outra pessoa. Talvez a pessoa à sua frente já tenha pago seu pedido de café ou tenha deixado um bilhete positivo em sua mesa. Ambos são ótimos exemplos desse conceito simples, mas poderoso. Nesta semana, procure maneiras de responder com gentileza, identificando três maneiras diferentes de retribuir de alguma forma aos colegas de trabalho. Passe algum tempo pensando em pequenas surpresas para as pessoas ao seu redor. Adicione uma pequena nota com a boa ação que encoraja os outros a manter a corrente passando um pouco de bondade para o outro também.

Dicas para diversos alunos

- Subinfe a bola para ajudar os alunos com grandes dificuldades motoras a participar do jogo.
- Peça a um vizinho que leia o ditado na bola se o jogador ainda não souber ler.
- Faça desenhos ao lado das frases na bola para ajudar a aumentar a compreensão.



Compartilhar

5 minutos

Tocar “Isso ou Aquilo”:

Alinhe todos no meio da sala. Explique que o lado direito da sala é ISTO e o lado esquerdo da sala é AQUELE. Depois de cada par, os alunos devem escolher entre ISTO ou AQUELE. Certifique-se de apontar para o lado correspondente ao ler cada par. Os alunos devem fechar os olhos, fazer uma escolha e depois caminhar. Peça aos alunos que voltem ao meio e leiam outro par.

Você prefere:

- Espaguete OU Tacos
- O Playground OU O Parque
- Cães OU Gatos
- Assar OU Desenhar
- Matemática OU Leitura

É preciso coragem para falar sobre nossas preferências. Quando o fazemos, aprendemos que outras pessoas ao nosso redor também compartilham nossas preferências!



Inspirar

A coragem de ser gentil com os outros

5 minutos

Revise a explicação de Bondade para com os outros que você apresentou na última lição:

Bondade com os outros: às vezes pode ser muito difícil tratar os outros com bondade. Você pode ser corajoso e usar a coragem para focar suas palavras e ações na bondade em qualquer situação. Mesmo que os outros sejam maus, você pode optar por mostrar coragem por meio da bondade. Você pode se surpreender ao ver a rapidez com que os outros mudam quando você os rega com bondade!

Tabela de Bondade

5 minutos

Explique que usar a coragem para ser gentil com os outros nem sempre é fácil.

Às vezes, estamos em situações em que não sentimos vontade de ser gentis. Talvez alguém esteja sendo mau conosco ou nos excluindo. Talvez um professor ou pai tenha nos pedido para fazer algo que realmente não gostamos de fazer. Vamos fazer uma lista de maneiras pelas quais podemos usar nossa coragem para responder com gentileza, mesmo quando não estamos necessariamente com vontade. Quando você sai com gentileza, toda a sua atitude muda!

Faça um gráfico em T e marque um lado como CRIANÇAS e o outro lado como ADULTOS. Em classe, pense em maneiras de mostrar bondade aos outros, especificamente com outras crianças e depois novamente com os adultos. Exemplos: use palavras gentis ao dizer a alguém que você não quer brincar, conclua uma tarefa com o coração feliz, etc.



Empoderamento

15 minutos

Para praticar o uso da coragem por meio da bondade, a classe jogará um jogo chamado “Pegue a Bondade”. Mostre à classe a bola de praia que você preparou. Explique que cada seção da bola de praia tem uma frase ou imagem simples. Leia cada frase em voz alta:

- Eu gosto de você porque... (foto de um rosto sorridente)
- Um momento divertido que tivemos juntos foi... (foto de duas crianças de mãos dadas)
- Eu vi você sendo gentil quando você... (foto de um olho)

Iniciando com o professor, cada um jogará a bola para outro aluno da turma. Quando você pega a bola, a seção que seu polegar está tocando é a seção que você deve responder sobre a pessoa que jogou a bola para você. Exemplo: “Jasmine, um momento divertido que passamos juntos foi quando brincamos na caixa de areia!”. Demonstre como jogar pedindo a um voluntário que jogue a bola para o professor.

A pessoa então escolherá outro aluno e jogará a bola para ele. Repita o jogo até que todos os alunos tenham pegado a bola e destacado algo gentil sobre o lançador.



refletir

5-7 minutos

Ao final do jogo, reserve um tempo para refletir sobre a atividade em classe:

- Como você se sentiu ao receber palavras de bondade de outra pessoa da classe?
- Qual foi a sensação de ouvir suas palavras gentis ditas em voz alta na frente de toda a classe?

Embora seja importante ter coragem por meio da bravura e destemor, o exemplo máximo de coragem é a bondade. Quando você é capaz de mostrar bondade aos outros, independentemente de como eles o tratam ou de quão bem você os conhece, o mundo lentamente se torna um lugar mais gentil para se estar. Vamos espalhar bondade para os outros onde quer que formos!



Ideias de extensão

- Considere fazer um cubo de papel de seis lados para cada aluno e escrever as mesmas frases em cada um dos seis lados. Envie-o para casa para um jogo prolongado com seus entes queridos!



DESIGNADO POR CASEL
COMO PROGRAMA
RECOMENDADO PARA
APRENDIZADO SOCIAL E
EMOCIONAL.

O Colaborativo para Aprendizagem Acadêmica, Social e Emocional (CASEL) revisa programas SEL baseados em evidências desde 2003. Kindness in the Classroom® atende ao Programa SElect da CASEL e está incluído no Guia CASEL para Programas Eficazes de Aprendizagem Social e Emocional.

Kindness in the Classroom® atendeu ou superou todos os critérios da CASEL para programação SEL de alta qualidade. Kindness in the Classroom® recebeu a mais alta designação da CASEL para programação SEL de alta qualidade.

<https://casel.org/guide/kindness-in-the-classroom/>

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®