

# Quem sou eu?

Esta primeira lição apresenta o tópico de inclusão trabalhando com um parceiro para aprender mais sobre o outro enquanto também explora talentos, sonhos e lutas pessoais.

**inclusão Sub-Conceitos)**

Gentileza

**Horário da Aula**

45 minutos

**Materiais requeridos**

- ☐ Quem sou eu? apostila (veja abaixo)
- ☐ Lápis
- ☐ Contorno infantil (somente para notebook interativo RAK)

**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:

- Identifique seus talentos, pontos fortes, sonhos e áreas que deseja melhorar ou desenvolver ainda mais.
- Use a inclusão para construir confiança com seu parceiro e criar um espaço convidativo para compartilhar pensamentos e sentimentos pessoais.

## Conexão do professor/Autocuidados

O tema da inclusão é muitas vezes esquecido quando atingimos a idade adulta. Parece que presumimos falsamente que a solidão, os valentões e as panelinhas são coisas do passado. No entanto, é tão difícil, se não mais, uma vez que desenvolvemos nossos próprios níveis de conforto em diferentes tópicos importantes, tipos de personalidade e abordagens gerais da vida. Eles dizem que você não pode ensinar novos truques a um cachorro velho, mas isso não é verdade! Pode ser mais difícil, mas **PODEMOS** e **DEVEMOS** nos esforçar para crescer em gentileza diariamente. Nesta semana, examine cuidadosamente os arredores da escola. Existem novos professores que você não conhece? Talvez **VOCÊ** seja aquele novo professor e esteja se sentindo excepcionalmente tímido. Identifique 3 pessoas esta semana para incluir de alguma forma. Talvez seja o velho ditado “guardou um lugar para você na hora do almoço”, um convite para passear no parquinho durante a hora do almoço ou até mesmo um café da manhã para alegrar o dia! Seus esforços para incluir outras pessoas definitivamente aumentarão exponencialmente o quociente de bondade em sua escola.

### Dicas para diversos alunos

- Dobre o estilo sanfona do organizador gráfico para que eles possam se concentrar em uma pergunta de cada vez na página. Peça-lhes que desdobrem a página para revelar a próxima parte da tarefa.
- Permita que os alunos ditem suas respostas a um parceiro ou professor.



## Compartilhar

5-7 minutos

Revise o conceito do mês passado (CUIDAR):

- Cite uma vez esta semana que você foi capaz de usar a empatia para se colocar no lugar de outra pessoa.
- Como se sentiu?
- Como você praticou o autocuidado esta semana?

Nossa unidade de cuidado nos deu excelentes habilidades para serem usadas nesta unidade. Quando cuidamos dos outros, naturalmente os incluímos em nossas atividades.



## Inspirar

### O que é inclusão

7-10 minutos

*Inclusão é o ato de incluir os outros, convidando-os e recebendo-os de braços abertos. Como você se sente quando fica de fora? Você já pediu para participar de uma brincadeira e as outras crianças disseram que não, ou pior, riram de você? Toda vez que usamos palavras gentis e justas para incluir os outros, eles se sentem bem por dentro. Incluir os outros é uma escolha que você faz todos os dias. Lembre-se, quando escolhemos apenas nossos amigos favoritos e deixamos os outros de fora, estamos sendo injustos. Não estamos praticando inclusão. Vamos debater maneiras de mostrar inclusão ao longo do dia (você pode escrever as respostas no quadro, se desejar):*

- Como você pode mostrar justiça durante nosso tempo de matemática/leitura?
- Como você pode mostrar inclusão no ônibus?
- Como você pode mostrar justiça no playground?
- Como você pode mostrar inclusão durante as promoções?



## Empoderamento

20 minutos

*Vamos passar algum tempo aprendendo sobre nossos talentos e pontos fortes.*

Peça aos alunos que formem duplas e façam a seus parceiros as perguntas da folha de atividades (em estilo de entrevista). Neste momento, os alunos não precisam escrever na folha de atividades, mas conversar sobre suas respostas com um colega de classe. Troque para que ambos os parceiros tenham a chance de compartilhar. Reserve 10 minutos para esta porção. Circule e ofereça ajuda quando necessário.

*Agora que você teve a chance de falar sobre suas respostas com um parceiro, preencha a folha de atividades e lembre-se de que não há respostas certas! Esta é uma chance de descobrir o que faz de você você! Reserve 10 minutos para esta seção. Ofereça assistência de ditado para aqueles que possam precisar.*

**RANDOM ACTS OF KINDNESS**  
FOUNDATION®





## refletir

5 minutos

Reúna a classe novamente e revise a atividade usando as seguintes perguntas:

- Como foi focar em você para variar?
- Você gostou de ser entrevistado? Por que ou por que não?
- Que qualidades únicas você descobriu sobre seu parceiro?
- Como você pode ser inclusivo no recreio hoje?

*Tentar incluir todos na classe pode ser difícil quando você faz bons amigos e gosta de passar tempo com eles. No entanto, queremos criar uma sala de aula amável onde todos se sintam seguros e especiais. Vamos trabalhar juntos para praticar a inclusão ao longo do dia. Quando você vir alguém deixado de fora, convide-o para se juntar a você! Quando você se encontrar sozinho, procure outros amigos para brincar. Quando somos justos e inclusivos, todos em nossa classe gostam de vir à escola!*



## Ideias de extensão

- Se houver tempo, prolongue esta atividade pedindo aos alunos que perguntem aos outros: Que qualidades eu tenho que você gosta em mim? Que talentos devo desenvolver mais?
- Extensão em casa: Imprima um adicional “Quem sou eu?” planilha e peça a cada aluno que entreviste alguém em casa. Em classe, leia cada folha em voz alta e adivinhe a qual família ela pertence!

Prompt do notebook RAK (consulte Projeto do notebook RAK na unidade Respeito para obter mais detalhes):

- Cole o contorno da criança abaixo em seu caderno. Preencha-o com 10 a 12 características positivas sobre você. O que te torna único? Do que você sente mais orgulho? Use o seu “Quem sou eu?” planilha para ajudá-lo a adicionar coisas.
- Agora decore a criança para se parecer com você. Sem pressa; seu cabelo, seu tom de pele, suas roupas e até onde você está (que área traz você mais alegria?) são todos detalhes valiosos!



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®

# Quem sou eu?

\_\_\_\_\_  
Nome

\_\_\_\_\_  
Retorno por

O que você é por fora e quem você é por dentro se combinam para formar o verdadeiro você. Responda às perguntas abaixo para obter uma imagem completa de você. Pense nisso como um instantâneo de você hoje.

**Algumas coisas que gosto em mim são:**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Minhas melhores qualidades são:**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**eu sou bom em:**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Eu gostaria de melhorar em:**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Um talento que quero desenvolver é:**

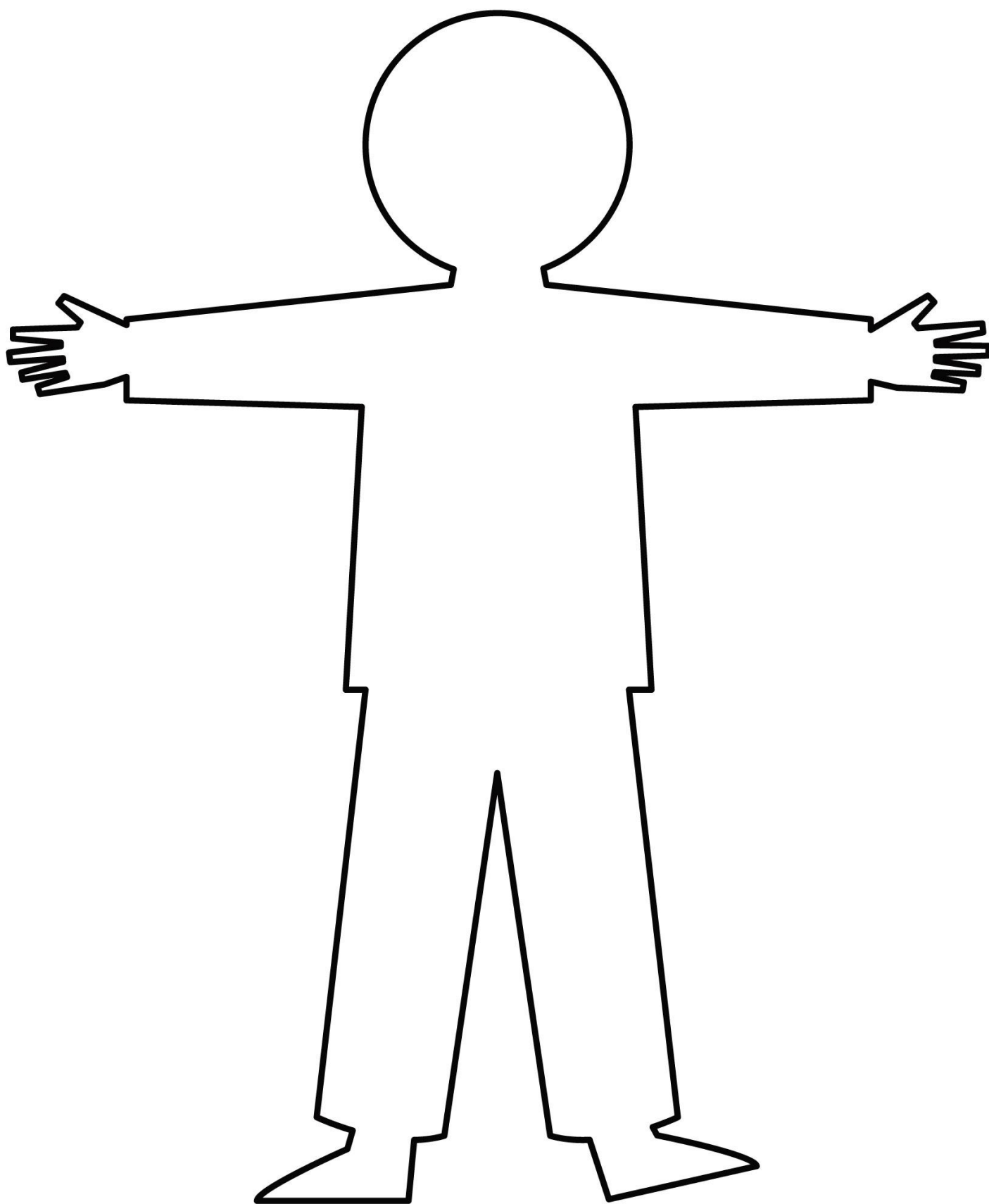
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Meu sonho secreto é:**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Dado quem sou hoje, quando crescer, quero ser:**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



**RANDOM ACTS OF KINDNESS**  
FOUNDATION®