

Persevere em seu objetivo!

Esta lição enfoca a perseverança e como ela se conecta à honestidade. Os alunos trabalharão para criar uma meta pessoal de matemática e identificar as etapas para atingir essa meta. Observação: a definição de metas pode levar tempo. Você pode querer dividir esta atividade em duas lições separadas terminando após a seção Inspirar.

Subconceito(s) de Integridade

Perseverança, Bondade

Horário da Aula

45 minutos

Materiais requeridos

- ☐ Organizador gráfico de metas SMART para cada aluno
- ☐ Folha de Compromisso para cada aluno
- ☐ Lápis

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:

- Estabeleça uma meta pessoal relacionada à matemática.
- Use a perseverança para atingir um objetivo.

Conexão com o professor/autocuidado

A promessa final em sua sala de aula está relacionada ao nosso primeiro conceito deste ano: Respeito. Promessa nº 4: “Prometo mostrar respeito aos meus alunos em todos os momentos.” Isso pode parecer óbvio. Claro que respeitamos nossos alunos! Se formos verdadeiramente honestos conosco mesmos, podemos reconhecer que sempre haverá alguns alunos que são uma luta para nós de uma forma ou de outra. Podemos ter personalidades opostas, eles podem lutar para estar em um ambiente de grupo, pode haver desafios comportamentais, etc. Independentemente do motivo por trás disso, você deve trabalhar para garantir o mesmo nível de respeito por eles e pelo resto da classe. Dedique algum tempo com a promessa desta semana. Examine exatamente COMO você mostra respeito a cada aluno. Suas palavras e ações dentro e fora da sala de aula transmitem respeito a todos os alunos? Ao discutir assuntos difíceis relacionados a um aluno, você consegue fazê-lo de maneira honesta, mas respeitosa e compassiva? Você continua defendendo seus alunos mesmo quando o nível de respeito que você está dando não é retribuído pelo aluno e/ou família? A integridade começa com você. Diga o que você quer dizer e dizer o que você diz. Suas palavras e ações gentis fazem toda a diferença!

Dicas para diversos alunos

- Distribua os alunos em duplas e permita que ajudem uns aos outros a identificar passos.
- Permita que os alunos ditem seus passos para um colega ou professor se escrever é uma luta.
- Permita que os alunos façam desenhos para cada etapa, se necessário.



Compartilhar

5-7 minutos

Jogue 20 perguntas, mas ajuste o número de perguntas para igualar o tamanho da turma. Escolha um item da sala de aula como foco para esta atividade (mesa, animal de estimação, bandeira, etc.). Peça a cada pessoa da classe que faça uma pergunta. Assim que a classe identificar o item, peça-lhes que gritem em grupo. Se terminar a primeira rodada rapidamente, repita o jogo novamente com um item mais desafiador. Se eles não conseguirem identificar seu item depois que todos fizerem uma pergunta, revele o item correto.

Pergunte à turma: *Você conseguiu descobrir o item? Fazer perguntas ajudou você? Se sim, você usou perseverança para descobrir as respostas!*



Inspirar

O que é Perseverança?

5 minutos

Explique que perseverança é quando continuamos tentando, mesmo quando algo é difícil. Significa que nos recusamos a desistir! Você já lutou com algo novo? Talvez quando você aprendeu a ler, escrever ou tocar um instrumento? Todas essas habilidades exigem prática, porque a prática leva à perfeição! Sempre que temos que praticar algo, estamos usando a perseverança. Às vezes, coisas novas são muito, muito difíceis de aprender. Podemos sentir vontade de desistir porque nunca aprenderemos como fazê-lo. Quando você se sentir assim, CONTINUE! Você pode usar a perseverança para aprender essa nova habilidade. Palavras gentis de seus amigos, ajuda de seus pais ou compaixão de mim como seu professor podem ajudá-lo a continuar. Todos nós podemos ajudá-lo a perseverar e alcançar seus objetivos!

Perseverança nos Esportes

5-7 minutos

Escrever *Perseverança* no quadro. Pergunte à classe o nome de seu esporte favorito. Qualquer que seja o esporte mais popular, será o seu foco para a atividade. Desenhe um símbolo simples para ajudar toda a classe a entender qual esporte você está discutindo. Faça as seguintes perguntas para destacar a perseverança. Escreva as respostas em forma de marcador simples no quadro:

- Como você pratica esse esporte?
- O que você deve fazer para se tornar excelente neste esporte?
- Que coisas específicas você deve praticar se quiser melhorar?

Aprender um novo esporte pode ser extremamente desafiador. Você não apenas precisa aprender e entender as regras, mas também praticar novas habilidades e estabelecer metas para melhorar um pouco a cada dia. Tudo isso exige perseverança!



Empoderamento

30 minutos

Hoje faremos metas pessoais relacionadas à matemática. Perseveraremos para atingir esses objetivos nas próximas semanas. Enquanto discutimos nossos objetivos, vamos nos lembrar do acrônimo SMART. (Distribua o designer gráfico SMART Goal para os alunos acompanharem.)

S = Específico. Cada um de nós precisa escolher um objetivo muito específico. Vamos pensar em alguns objetivos. “Eu quero ser melhor em matemática.” Isso é específico? Que tipo de matemática? Isso é muito vago! “Vou memorizar todas as 3 tabuadas em duas semanas.” Isso é muito específico!

M= Mensurável. Precisamos ser capazes de medir nossos objetivos. Como saberemos quando terminarmos? Se dissermos: “Quero ser melhor em matemática”, isso não nos dará informações suficientes para saber se atingimos nosso objetivo. “Vou memorizar todas as 3 tabuadas de multiplicação” mostra exatamente o que estaremos medindo: as 3 tabuadas de multiplicação.

A = Atingível. Isso significa que você pode atingir essa meta dentro do prazo que atribuir. “Vou memorizar todas as tabelas de multiplicação de 1 a 15 em uma semana” não é possível. Levará mais tempo do que isso. Se isso acontecer, restrinja seu objetivo. “Vou memorizar a tabuada de 3 em uma semana”, é uma meta que você pode realmente conseguir alcançar!

R= Realista e Relevante. “Vou voar para a lua no próximo mês” não é realista. Atualmente você é um astronauta? Obviamente não, então esse objetivo não é realista. Seu objetivo também deve ser algo que você realmente se sinta motivado a realizar. Cada pessoa pode melhorar em alguma área em matemática. Este será o nosso foco hoje.

T = sensível ao tempo. Uma meta SMART tem um tempo associado a ela. Você sabe exatamente quando espera atingir seu objetivo porque você o especifica. “Vou decorar a tabuada de 3”, não nos diz quando esperamos terminar o gol.

Vamos dedicar algum tempo para pensar sobre o que estamos aprendendo em matemática. (Isto dependerá do seu currículo. Algumas ideias podem ser empréstimos, multiplicação, frações, etc.).

Escreva esses conceitos no quadro. Se você tiver alunos que estão em matemática corretiva, tente adicionar conceitos de nível inferior também para que eles se sintam incluídos.

- Veja nossa lista com atenção. Em qual área você gostaria de melhorar? Escreva isso na caixa ao lado do S para específico.
- Quanto tempo você acha que essa meta vai levar? Escreva a resposta na caixa ao lado do M de mensurável.
- Com muito trabalho e perseverança, serei capaz de atingir esse objetivo no tempo permitido? Escreva sua resposta na caixa ao lado do A de atingível. Se sua resposta for não, você precisará voltar ao topo e começar de novo.
- Seu objetivo é realista e relevante? Esta é a parte do seu objetivo onde você escreve COMO você alcançará seu objetivo. Talvez você

use flashcards ou pratique com um amigo, ou jogue um jogo de matemática no computador. Liste todas as etapas que você seguirá para melhorar cada vez mais e alcançar seu objetivo.

- Quanto tempo você levará para atingir seu objetivo? Queremos escolher metas que levem de 1 a 2 semanas. Aprender a ler leva anos. No entanto, entender frações ou aprender sobre números pares e ímpares pode ser realizado em um período de tempo mais curto. Escreva a quantidade de tempo que você se permitirá na caixa ao lado de T para sensível ao tempo.
- Depois de preencher seu planejador, transfira sua meta SMART para sua folha de compromisso.

NOTA: Esta designação pode ser muito desafiadora, mesmo para muitos adultos. Não insista muito se os alunos terminarem com uma meta MART, uma meta SMAT ou mesmo uma meta ART. Alguns alunos não estão totalmente preparados para compreender todos os cinco conceitos necessários para criar uma meta SMART.



refletir

5 minutos

- *Você já fez uma meta para si mesmo? Se sim, como se sentiu ao realizá-lo?*
- *Como podemos recompensar nós mesmos uma vez que alcançamos nossos objetivos pessoais?*
- *O que podemos fazer se estamos trabalhando em direção ao nosso objetivo e percebemos que era muito difícil agora?*

A perseverança nos ajuda a aprender coisas novas. Cada pessoa nesta sala já alcançou um objetivo! Pense no início da 3ª série. O que parecia confuso ou assustador naquela época que agora você pode fazer sem minha ajuda? Se formos honestos sobre a necessidade de ajuda e usarmos a perseverança para alcançar nossos objetivos, tudo é possível!



Ideias de extensão

- Peça às crianças que repitam esse processo com uma meta pessoal de sua escolha.

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

- Reescreva sua meta em uma folha de compromisso adicional e cole-a em seu caderno.
- Liste suas etapas abaixo e adicione caixas ao lado delas.
- Marque cada etapa para mostrar seu progresso.
- Use a perseverança para manter o foco e alcançar seu objetivo!



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


RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

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

designação da CASEL para programação SEL de alta qualidade.

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

INTELIGENTE. PLANEJADOR DE METAS

ESPECÍFICO	O que <u>exatamente</u> eu quero acontecer?	
MEASUREABLE	Eu saberei que alcancei meu objetivo quando...	
ATINGÍVEL	Com perseverança, é possível atingir essa meta dentro do prazo?	
REALÍSTICO E RELEVANTE	Meu objetivo é importante o suficiente para eu colocar um plano em ação. Vou seguir este plano específico para atingir meu objetivo:	
TIME-BOUND	Eu alcançarei meu objetivo por:	