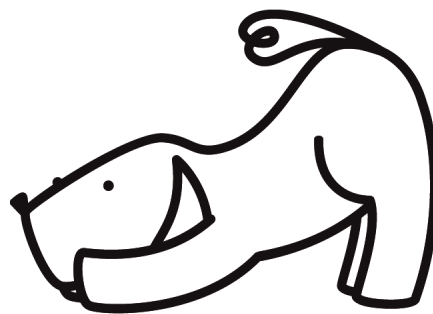


# Respect



Subconceitos abordados: autocuidado, bondade

As lições de Bondade na Sala de Aula ensinam habilidades de bondade por meio de uma estrutura passo a passo de Inspirar, Capacitar, Agir, Refletir e Compartilhar. Cada lição começa com a etapa "compartilhar" para reforçar o aprendizado das lições anteriores. A peça de 'ação' está entretecida nas aulas, mas realmente ocorre nos projetos.

Na Unidade de Respeito, os alunos diferenciarão entre emoções e sentimentos e aprenderão como expressar suas emoções e sentimentos de maneira saudável, promovendo o respeito por si mesmos e pelos outros. Eles também avaliarão várias situações por meio de imagens visuais e decidirão se o respeito ou desrespeito está sendo mostrado e como eles podem ajudar a corrigir uma situação desrespeitosa. A unidade promove estratégias de autocuidado por meio de boas tomadas de decisão e avaliando situações de respeito ou desrespeito sob diversas perspectivas.

## Objetivo da unidade

Os alunos irão:

- Identifique diferentes emoções e explore como nossas emoções são influenciadas pelos outros.
- Explorar maneiras saudáveis de cuidar de sua própria saúde mental e emocional.
- Identifique comportamentos respeitosos e desrespeitosos.
- Articular soluções respeitosas para os problemas.

## Apresentação do Aluno

Bem-vindo à Unidade de Respeito! Embora você possa entender o que o termo “respeito” significa, talvez você não tenha avaliado situações comuns do dia a dia para saber se elas mostram ou não respeito ou desrespeito a você ou a outra pessoa. Por exemplo, deixar um refeitório bagunçado é sinal de respeito ou desrespeito? Sim - desrespeito! Afinal -*alguém* tem que limpar a bagunça que você deixou! Ao não se limpar, você está dizendo a outra pessoa que não se importa (ou não respeita!) o trabalho extra que criou para ela. É importante avaliar nossas ações cotidianas para garantir que estamos transmitindo mensagens de gentileza e respeito. Também é importante respeitar a nós mesmos, o que podemos fazer compreendendo nossas emoções e sentimentos e fazendo escolhas para cuidar de nós mesmos. Vamos começar com a nossa primeira lição!

- Emoções e sentimentos

- Auto-estima e boa tomada de decisão
- Avalie situações comuns em busca de sinais de respeito ou desrespeito

## Lições da unidade

Título da lição	lições objetivas	Materiais requisitados
<b>Lição 1</b> De dentro para fora	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identifique diferentes emoções e explore como nossas emoções são influenciadas pelos outros.</li> <li>• Entenda a natureza universal das emoções e sentimentos.</li> <li>• Capacite-se para assumir o controle de suas respostas emocionais.</li> </ul>	<input type="checkbox"/> Chapéu, bolsa ou caixa (algo de onde tirar frases de emoção) <input type="checkbox"/> As emoções listadas no Inspire, cortadas em tiras para os alunos desenharem de algum tipo de recipiente.
<b>Lição 2</b> Respeitando nosso eu (emocional)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explorar maneiras saudáveis de cuidar de seus próprios</li> <li>• saúde mental e emocional.</li> </ul>	<input type="checkbox"/> Planilha Cuidando de Nós Mesmos e de Nossas Emoções <input type="checkbox"/> utensílio de escrita
<b>Lição 3</b> Reconhecendo e restaurando o respeito	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Revise o termo respeito.</li> <li>• Identifique comportamentos respeitosos e desrespeitosos.</li> <li>• Articular soluções respeitosas para os problemas.</li> </ul>	<input type="checkbox"/> Planilha de reconhecimento e restauração do respeito (consulte a lição)
<b>Lição 4</b> Sinto muito + Como posso ajudar?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Revise o termo respeito.</li> <li>• Identifique comportamentos respeitosos e desrespeitosos.</li> <li>• Articular soluções respeitosas para os problemas.</li> </ul>	<input type="checkbox"/> Planilha "Sinto muito, como posso ajudar" (consulte a lição)

## Projetos de Unidade

título do projeto	Visão Geral do Projeto	Materiais requisitados
<b>Projeto 1</b> Sentindo Auto-Retratos	Este projeto permitirá aos alunos atribuir palavras de emoção e sentimento às cores com base na arte e na ciência. Use Color Wheel of Emotion de Plutchik e Color in Motion de Claudia Cortez para ajudar a explicar essas associações de cor/emoção. Se um smartboard ou computadores não estiverem disponíveis, convide os alunos a explorar esses sites por conta própria e, em vez disso, distribua uma planilha de roda de cores (imagem fornecida abaixo). Os alunos usarão essas designações de cores para criar um auto-retrato colorido para refletir as várias emoções que o aluno experimenta.	<input type="checkbox"/> papel de arte <input type="checkbox"/> Diversos materiais de arte
<b>Projeto 2</b> Caça ao tesouro de respeito	Neste projeto, os alunos lerão jornais locais ou outras publicações em busca de histórias que	<input type="checkbox"/> Publicações locais (revistas, jornais, newsletters, etc.)

---

mostrem bondade e respeito por si mesmos,  
pelos outros ou por lugares ou coisas.

- ☐ Também poderia procurar publicações on-line para adicionar um componente de tecnologia
  - ☐ Planilha de Caça ao Tesouro de Respeito
-