



Bem-vindo ao *Gentileza na Sala de aula!*

Estamos felizes por você ter selecionado este currículo de aprendizado socioemocional (SEL) aprovado pela CASEL para ajudar sua equipe a criar uma cultura de bondade em sua escola.

O trabalho de criar uma cultura escolar saudável e gentil *assuntos*, e começa com líderes escolares fortes, como você. Então, como você pode ajudar a tornar este programa o mais bem-sucedido possível? Começa abordando o seu autocuidado e o autocuidado de seus professores e funcionários.

Se vocês, educadores, não estiverem social e emocionalmente saudáveis, será difícil fomentar esse tipo de saúde em seus alunos.

Para tanto, cada *Gentileza na sala de aula* plano de aula abre com um breve “Conexão com o Professor/Autocuidado” reflexão<sup>1</sup> que ajuda os professores a aplicar os conceitos dessa aula pessoalmente e em seus espaços e relacionamentos profissionais, o que lhes dará uma perspectiva única e fundamentada para ministrar a aula. Encorajamos os professores a se envolverem nessas reflexões antes de fazer a aula com os alunos.

<sup>1</sup> A amostra Conexão com o professor/reflexão de autocuidado da aula da 6ª série, “*RESPEITO. - Em Nossa Cultura*”:

### Conexão com o professor/autocuidado

A cultura é um grande refletor de respeito. Se as pessoas dentro da cultura mostrarem respeito por si mesmas e pelos outros, a cultura é saudável e tem capacidade de crescer. Se as pessoas dentro da cultura não mostrarem respeito por si mesmas e pelos outros, a cultura não é saudável e permanecerá fixa e estagnada, se não regressiva. Como está a cultura da sua escola agora? E a cultura da sua sala de aula? Quais são algumas coisas que você pode fazer para melhorar a cultura e melhorar sua capacidade de respeito? Estabeleça uma meta esta semana para melhorar a cultura de sua sala de aula e trabalhe para alcançá-la nas próximas semanas. Observe como você e seus alunos melhoram em dar e receber respeito depois que essa meta é atingida.

Você também pode apoiar os professores em sua necessidade aguda de autocuidado. Aqui estão algumas recomendações:

- ❑ **Participar:** Leia as conexões do professor a cada semana. Diga à sua equipe que você praticará essas habilidades junto com eles e insira as ideias e temas das conexões nas comunicações de sua equipe.
- ❑ **Mostrar gratidão:** Abra reuniões de equipe com um “cheque de gratidão”. Deixe sua equipe saber pelo que você é grato em relação ao trabalho deles e à comunidade escolar e convide outras pessoas a compartilhar algo pelo qual são gratos.
- ❑ **Inclua o autocuidado na programação:** Examine a programação diária/semanal e veja se há uma oportunidade de construir o “autocuidado do educador” durante o dia. Mesmo 15 minutos em que todos fazem uma pausa intencional podem fazer uma grande diferença!
- ❑ **Check-in:** Comprometa-se a verificar com sua equipe sobre o autocuidado. Se você notar alguém parecendo muito cansado ou esgotado, verifique. Veja o que eles precisam para ser o seu melhor!

**RANDOM ACTS  
OF KINDNESS  
FOUNDATION®**

- ❑ **Reconhecer:** Seja intencional ao reconhecer o trabalho árduo de sua equipe e faça isso pelo nome, certificando-se de reconhecer todos em algum momento durante o mandato.