

# Coragem Dia 1 • Introdução

**Definição RAK:** Coragem é ser corajoso ao enfrentar circunstâncias novas ou difíceis.

Esta lição apresenta o conceito de Coragem e dá aos alunos a oportunidade de fazer uma nova conexão com algo sobre o qual provavelmente já ouviram falar durante toda a vida.

## Objetivos semanais

Os alunos irão:

- ☐ Identifique símbolos e atos de coragem.
- ☐ Avalie a diferença entre vulnerabilidade e compartilhamento excessivo.
- ☐ Avalie sua comunidade através das lentes da coragem.

## Recursos / Materiais

- ☐ **Material de escrita:** Utensílios de papel/escrita

## Refletir / Avaliar

### Entregáveis:

- ☐ Pontos de participação diária
- ☐ **Entrada no Diário de Coragem:** Às vezes pensamos em coragem como sempre fazer a coisa difícil e nunca desistir. Acharmos que coragem e perseverança são a mesma coisa. Mas às vezes a coisa corajosa a fazer é parar de fazer algo ou optar por desistir. Quais são algumas circunstâncias que você já experimentou ou pode imaginar onde, na verdade, a coisa mais corajosa a fazer é parar ou desistir de algo?

## Compartilhar

- Revise a definição RAK de Coragem



### Iniciadores de discussão:

- Quando você pensa em coragem conforme definido pela Random Acts of Kindness Foundation, que atos de coragem você já fez ou testemunhou em sua vida?

## Inspirar

Quando você pensa em coragem em geral, que símbolos de coragem vêm à sua mente? *Os iniciadores de ideias podem incluir o símbolo da Cruz Vermelha, o Coração Púrpura, soldados, bombeiros, policiais, pessoas lutando contra uma doença.*



Existe um símbolo universal para coragem?

## Empoderamento

Vamos pensar sobre a coragem através das lentes dos cinco conceitos de bondade anteriores. O que vem à sua mente quando você adiciona coragem aos outros cinco conceitos? Resolva a “equação coragem + bondade” [Conceito Coragem + Bondade = ?].



**Exemplo:** Coragem + Carinho = Trabalhador hospitalar da linha de frente durante uma pandemia

**Exemplo:** Coragem + Integridade = Dizer não para colar em uma prova quando todos os seus amigos estão fazendo isso e estão pressionando você para colar também.

Peça aos alunos que trabalhem nessas equações de coragem sozinhos ou em grupos e peça-lhes que tragam suas respostas para o grande grupo quando terminarem de compartilhar e discutir.

**cinco conceitos:** Respeito, Carinho, Inclusão, Integridade e Responsabilidade