GOVERNO DO ESTADO
DO ESPÍRITO SANTO
Secretaria da Educação

6º ANO



E-book do(a) professor(a)

PROJETO DE VIDA PARA O ENSINO FUNDAMENTAL

ANOS FINAIS

GOVERNO DO ESTADO
DO ESPÍRITO SANTO
Secretaria da Educação

José Renato Casagrande
Governador do Estado do Espírito Santo

Vitor Amorim de Angelo
Secretário de Estado da Educação

Andréa Guzzo Pereira
Subsecretária de Estado da Educação Básica e Profissional

Rafaela Teixeira Possato de Barros
Gerente de Educação Infantil e Ensino Fundamental

Débora Aparecida Furieri Matos
Subgerente de Desenvolvimento Curricular

Dados Internacionais de Catalogação-na-publicação (CIP)
(Governo do Estado do Espírito Santo, ES, Brasil)

E77p

Espírito Santo (Estado). Secretaria de Educação.
Projeto de vida para o ensino fundamental : anos finais : 6º ano : e-book do(a) professor(a) [livro eletrônico] / Organizadores Andréa Guzzo Pereira, Débora Aparecida Furieri, Rafaela Teixeira Possato de Barros, Vitor Amorim de Angelo. Vitória, ES: GEIEF/SEDU, 2024.

29.098 Kb
Bibliografia
ISBN: 978-65-85134-86-6

1. Educação – Espírito Santo (Estado). 2. Educação Básica. 3. Ensino Fundamental. I. Pereira, Andréa Guzzo. II. Furieri, Débora Aparecida. III. Barros, Rafaela Teixeira Possato de. IV. Angelo, Vitor Amorim de. V. Título.

CDD: 370
CDU: 37

Ficha Catalográfica Elaborada pelo Bibliotecário Victor Barroso Oliveira - CRB 462/ES



ORGANIZADORES

Andrea Guzzo Pereira

Débora Aparecida Furieri Matos

Rafaela Teixeira Possato de Barros

Tatiana Gomes dos Santos Peterle

Vitor Amorim de Angelo

AUTORES

Adriana Lisboa Chaves Rezende

Alex Almeida Rosa

Jéssica Monteiro Falquetto

Monalisa Di Paula Silva de Albuquerque

Priscila Pereira de Aquino

Simone Maria Oliveira Gonçalves

Stevão Carneiro de Souza

PROFESSORES CONTEUDISTAS COLABORADORES

Alessandra Jordao Bicalho

Amanda Alcure Castro

Ezequiel Bonfim dos Santos

Fabricio Moura Goulart

Gêssica Clevelares Secchin

Jacqueline Brunoro da Costa

Katiuscia de Almeida Tosta Ramos

Marcio Tozani Coelho

Matheus Corassa da Silva

Matheus Icaro Vaz

Natalia Rabello Pastore

Wanesa Gonçalves Cuzzuol Mofardini

REVISÃO TEXTUAL

Débora Aparecida Furieri Matos

Rafaela Teixeira Possato de Barros

ASSISTÊNCIA TÉCNICA

Gabriel Medina de Toledo

Vinícius Tomaz Fernandes

Apresentação

> *Afinal, minha presença no mundo não é a de quem apenas se adapta, mas a de quem nele se insere. É a posição de quem luta para não ser apenas objeto, mas sujeito também da História.*
>
> ***(FREIRE, 2002)***

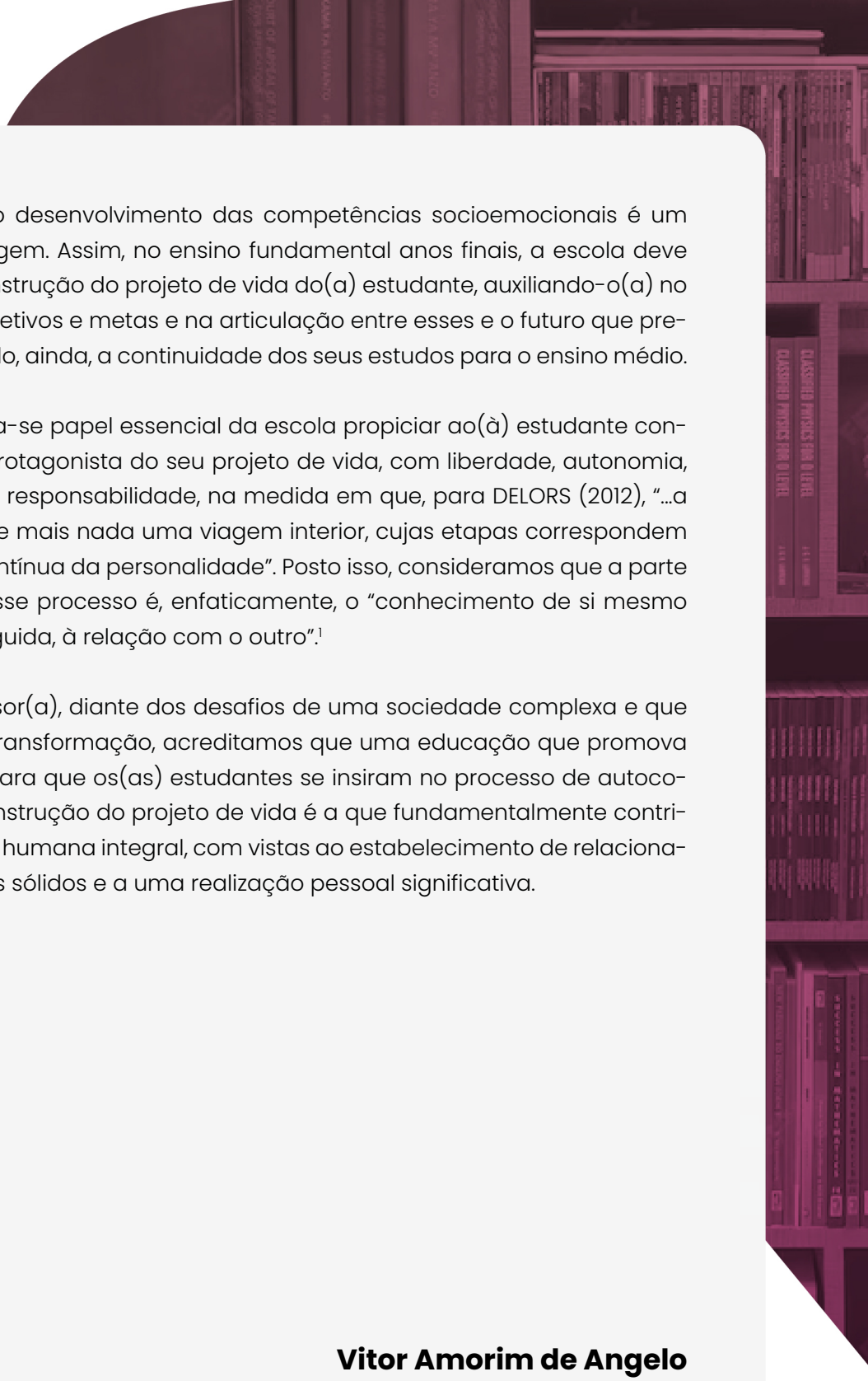
Caro(a) professor(a),

As frequentes transformações que emergem da sociedade contemporânea impõem à educação desafios diversos. Dentre eles, ganha relevo, neste momento sócio-histórico, o da formação humana integral, a qual estabelece o compromisso ético de formar o sujeito em sua integralidade, considerando a diversidade humana e as mudanças sociais, políticas, econômicas e culturais.

À vista disso, o Projeto de Vida existe para que o indivíduo fortaleça o seu processo de autoconhecimento, e, instrumentalizado pela compreensão de seus sonhos e de suas potencialidades, seja capaz de projetar um presente e um futuro pautados em seus interesses.

Nesse sentido, a Gerência de Educação Infantil e Ensino Fundamental da Sedu apresenta este Caderno orientador de Projeto de Vida para o ensino fundamental anos finais, cujo objetivo principal é subsidiar a práxis pedagógica dos(as) professores(as) de Projeto de Vida da rede pública estadual de ensino do Espírito Santo.

Projetar a vida para o momento presente e para o futuro é uma tarefa fundamental ao desenvolvimento humano e cidadão de todo indivíduo. Como o ser humano é gregário, isto é, vive coletivamente e estabelece vínculos, o domínio de competências socioemocionais é substancial para a relação consigo mesmo e com o outro. Assim, a mediação docente é fundamental para a interação dos(as) estudantes entre si e com as propostas de diálogos, reflexões e atividades que lhes serão apresentadas neste Caderno Orientador.



Nessa perspectiva, o desenvolvimento das competências socioemocionais é um direito de aprendizagem. Assim, no ensino fundamental anos finais, a escola deve contribuir para a construção do projeto de vida do(a) estudante, auxiliando-o(a) no delineamento de objetivos e metas e na articulação entre esses e o futuro que pretende ter, fomentando, ainda, a continuidade dos seus estudos para o ensino médio.

Nesse contexto, torna-se papel essencial da escola propiciar ao(à) estudante condições de ser o(a) protagonista do seu projeto de vida, com liberdade, autonomia, consciência crítica e responsabilidade, na medida em que, para DELORS (2012), "...a educação é antes de mais nada uma viagem interior, cujas etapas correspondem às da maturação contínua da personalidade". Posto isso, consideramos que a parte mais importante desse processo é, enfaticamente, o "conhecimento de si mesmo para se abrir, em seguida, à relação com o outro".[1]

Dessa forma, professor(a), diante dos desafios de uma sociedade complexa e que está em constante transformação, acreditamos que uma educação que promova tempos e espaços para que os(as) estudantes se insiram no processo de autoconhecimento e de construção do projeto de vida é a que fundamentalmente contribui para a formação humana integral, com vistas ao estabelecimento de relacionamentos interpessoais sólidos e a uma realização pessoal significativa.

Vitor Amorim de Angelo
Secretário de Estado da Educação

[1] DELORS, J. Educação: Um Tesouro a Descobrir. 7ª. ed. São Paulo: Cortez Editora, 2012. 240 p. ISBN 9788524918452.

O que é Projeto de Vida?

> *[...] sustento que não há ação humana sem uma emoção que a estabeleça como tal e a torne possível como ato.*
>
> ***(MATURANA, 2002)***

O Projeto de Vida na escola tem o objetivo de desenvolver o exercício contínuo de autoconhecimento e de reflexão do(a) estudante sobre sua existência e suas decisões, ajudando-(a) a projetar seus sonhos e suas metas para curto, médio e longo prazo com autonomia e responsabilidade. Além disso, o projeto de vida favorece a conscientização de que os valores e as crenças de um indivíduo impactam direta ou indiretamente suas relações e trajetórias com o outro, sobretudo com a família e com a comunidade.

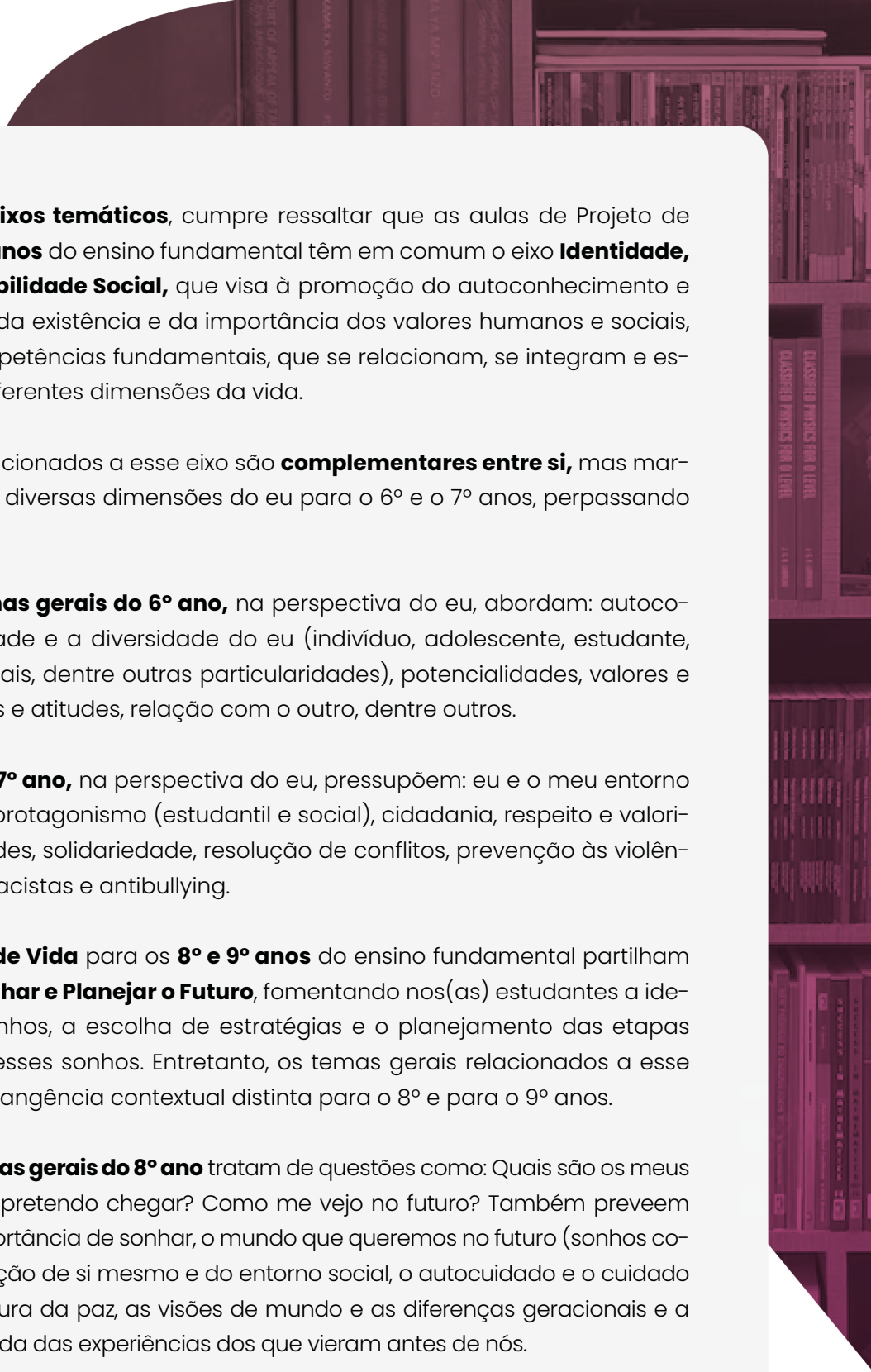
Assim, o Projeto de Vida está relacionado, sobretudo, às Competências 8 e 9 das Competências Gerais da Educação Básica: [2]

> **8. Conhecer-se, apreciar-se e cuidar de sua saúde física e emocional, compreendendo-se na diversidade humana e reconhecendo suas emoções e as dos outros, com autocrítica e capacidade para lidar com elas.**
>
> **9. Exercitar a empatia, o diálogo, a resolução de conflitos e a cooperação, fazendo-se respeitar e promovendo o respeito ao outro e aos direitos humanos, com acolhimento e valorização da diversidade de indivíduos e de grupos sociais, seus saberes, identidades, culturas e potencialidades, sem preconceitos de qualquer natureza.**

Dessa forma, consideramos que o Projeto de Vida na escola é essencial para potencializar o protagonismo e a autoria dos(as) estudantes, condições basilares à compreensão crítica do mundo e à atuação ética e responsável nele.

Nesse sentido, cabe a você, professor(a), acolher os(as) seus(suas) estudantes de forma a considerar seus sonhos, desejos e circunstâncias diversas, por meio de uma práxis pautada no diálogo e na escuta de qualidade, com abertura e respeito às individualidades e à diversidade de sua sala de aula.

[2] http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC_EI_EF_110518_versaofinal_site.pdf



No que tange aos **eixos temáticos**, cumpre ressaltar que as aulas de Projeto de Vida para os **6º e 7º anos** do ensino fundamental têm em comum o eixo **Identidade, Valores e Responsabilidade Social,** que visa à promoção do autoconhecimento e do reconhecimento da existência e da importância dos valores humanos e sociais, bem como das competências fundamentais, que se relacionam, se integram e estão presentes nas diferentes dimensões da vida.

Os **temas gerais** relacionados a esse eixo são **complementares entre si,** mas marcam a distinção das diversas dimensões do eu para o 6º e o 7º anos, perpassando pelos três trimestres.

Sendo assim, os **temas gerais do 6º ano,** na perspectiva do eu, abordam: autoconhecimento, identidade e a diversidade do eu (indivíduo, adolescente, estudante, questões étnico-raciais, dentre outras particularidades), potencialidades, valores e crenças, sentimentos e atitudes, relação com o outro, dentre outros.

Os **temas gerais do 7º ano,** na perspectiva do eu, pressupõem: eu e o meu entorno social, identidade e protagonismo (estudantil e social), cidadania, respeito e valorização das diversidades, solidariedade, resolução de conflitos, prevenção às violências e atitudes antirracistas e antibullying.

As aulas de **Projeto de Vida** para os **8º e 9º anos** do ensino fundamental partilham do eixo temático **Sonhar e Planejar o Futuro**, fomentando nos(as) estudantes a idealização de seus sonhos, a escolha de estratégias e o planejamento das etapas para a realização desses sonhos. Entretanto, os temas gerais relacionados a esse eixo apresentam abrangência contextual distinta para o 8º e para o 9º anos.

Nesse sentido, os **temas gerais do 8º ano** tratam de questões como: Quais são os meus sonhos? A que lugar pretendo chegar? Como me vejo no futuro? Também preveem diálogos sobre a importância de sonhar, o mundo que queremos no futuro (sonhos coletivos), a transformação de si mesmo e do entorno social, o autocuidado e o cuidado com o mundo, a cultura da paz, as visões de mundo e as diferenças geracionais e a aprendizagem derivada das experiências dos que vieram antes de nós.

Os **temas gerais do 9º ano** abarcam sonhar e planejar para realizar o sonho, sistematização do projeto de vida (objetivos, metas, percurso a ser trilhado, desafios, potencialidades), protagonismo, vocação, tomada de decisão responsável, escolhas

para o futuro (pessoais, acadêmicas e profissionais), persistência e resiliência, foco e organização e flexibilidade e desvios de percurso.



Estrutura organizacional

O Caderno está organizado em sequências didáticas, que, por sua vez, estão divididas em aulas e essas, em seções. As aulas estão assim distribuídas em cada trimestre:

1º TRIMESTRE	2º TRIMESTRE	3º TRIMESTRE
6º ano: 13 aulas	6º ano: 10 aulas	6º ano: 10 aulas
7º ano: 13 aulas	7º ano: 10 aulas	7º ano: 10 aulas
8º ano: 10 aulas	8º ano: 10 aulas	8º ano: 10 aulas
9º ano: 10 aulas	9º ano: 10 aulas	9º ano: 10 aulas

Cada sequência didática pode apresentar de uma a quatro aulas, que seguem as seguintes seções:

Aula 1



Descrição da aula – Exposição do assunto que será tratado.



Palavras-chave – Relação dos termos que ajudam a identificar as principais temáticas a serem abordadas.



Contextualização – Definição contextual do que será tratado na sequência didática e na Aula 1.



Vamos conversar – Diálogo acerca do assunto a ser desenvolvido.



Vamos explorar – Exploração mais profunda dos elementos em pauta, a partir de textos, dinâmicas, jogos, dentre outros.



Vamos registrar – Proposta de registro das aprendizagens.



O que aprendi – Breve diálogo ou atividade sucinta para verificação das aprendizagens dos(as) estudantes.



Referências – Disposição dos documentos e endereços eletrônicos consultados para a construção da aula.

Aulas 2, 3 e 4

São compostas pelas seções **Descrição da aula, Palavras-chave, Ampliando as aprendizagens, Vamos registrar, O que aprendi e Referências**. A seção **Ampliando as aprendizagens** é introduzida nessas aulas com o objetivo de promover um aprofundamento dos diálogos e das atividades que envolvem os temas em pauta, sendo desenvolvida a partir do trabalho com gêneros textuais diversos, dinâmicas, júri-simulados, jogos, apresentação de mídias diversas, dentre outras possibilidades de diálogo, reflexão e interação.

A última aula do trimestre é composta pelas seções **Descrição da aula, Palavras-chave, Retomando as aprendizagens, Autoavaliação e Referências.** A seção **Retomando as aprendizagens** é introduzida nesta aula com o objetivo de promover uma revisão conjunta, entre professor(a) e estudantes, dos temas que estiveram em pauta durante todo o trimestre. Já a **Autoavaliação** tem o intuito de constituir um instrumento para que o(a) estudante reflita sobre tudo o que foi aprendido durante o trimestre, analisando, por meio de propostas de reflexão e de uma escala avaliativa, as suas aprendizagens. Essa seção também permitirá a apreciação do(a) professor(a) sobre a turma, favorecendo adaptações metodológicas e ajustes de rotas.



Organização

6º ANO – 1º TRIMESTRE

SEQUÊNCIA 1: DESCOBRINDO O PROJETO DE VIDA – 4 AULAS

Competência Socioemocional: Autoconhecimento
Eixo Temático: Identidade, Valores e Responsabilidade Social
Objetivo Geral: Apresentar o conceito de Projeto de Vida, focando na importância do autoconhecimento.
Objetivo Específico: Engajar os estudantes a refletirem sobre si mesmos e sobre o impacto de suas ações ao seu redor.

Tópicos a serem abordados:

- **Aula 1:** Introdução ao Projeto de Vida (PV) por meio de abordagem dialógica sobre o que significa ter um projeto de vida explorando ideias básicas sobre metas pessoais e sonhos.
- **Aula 2:** Refletindo sobre a importância da construção do PV abordando: O que é PV? Por quê? Para quê?
- **Aula 3:** Quem sou eu? Refletir de forma incipiente sobre autoconhecimento e identidade destacando que nossas características, interesses e valores nos tornam únicos(as).
- **Aula 4:** Evidenciar como valores e crenças influenciam a identidade pessoal formando a base da identidade e do comportamento individual.

SEQUÊNCIA 02: AUTOCONHECIMENTO E IDENTIDADE NA CONSTRUÇÃO DO MEU PROJETO DE VIDA – 4 AULAS

Competência Socioemocional: Autoconhecimento
Eixo Temático: Identidade, Valores e Responsabilidade Social
Objetivo Geral: Reconhecer sua identidade e a importância do autoconhecimento no desenvolvimento de seus valores.
Objetivos Específicos: Refletir sobre si mesmo, reconhecendo a si próprio como um ser único; Agir de modo consciente diante das situações da vida cotidiana.

Tópicos a serem abordados:

- **Aula 1:** Retomar O que é Projeto de Vida, sua importância e como pode orientar nas decisões e ações pessoais.
- **Aula 2:** Explorar os elementos O quê?, Por quê? e Para quê? do Projeto de Vida por meio de atividades para identificar metas pessoais, motivações e impactos desejados de suas ações no futuro.
- **Aula 3:** Quem sou eu? Conversas a partir de atividades sobre autoconhecimento, como desenhos ou redações breves, em que os(as) estudantes expressem seus gostos, desejos e interesses.
- **Aula 4:** Explorar a identidade pessoal evidenciando como a família, os amigos e a comunidade influenciam quem somos (priorizar atividades interativas, como montar um mural de fotos ou histórias que representem suas identidades).

SEQUÊNCIA 3: EXPLORANDO VALORES E ÉTICA – 4 AULAS

Competência Socioemocional: Autoconhecimento
Eixo Temático: Identidade, Valores e Responsabilidade Social
Objetivo Geral: Reconhecer sua identidade e seus valores.
Objetivo Específico: Agir de modo consciente diante das situações da vida cotidiana.

Tópicos a serem abordados:

- **Aula 1:** O que são valores? Conversa introdutória sobre o conceito de valores e sua relevância no cotidiano.
- **Aula 2:** Reflexão sobre os valores pessoais e promoção de atividades que auxiliem os(as) estudantes a reconhecerem seus próprios valores.
- **Aula 3:** Abordar a importância dos valores explorando como eles podem influenciar o comportamento e as decisões individuais.
- **Aula 4:** Introdução à ética: o que é ética e como se relaciona com valores.

SEQUÊNCIA 4: EXPLORANDO VALORES E ÉTICA – 3 AULAS

Competência Socioemocional: Autoconhecimento
Eixo Temático: Identidade, Valores e Responsabilidade Social
Objetivo Geral: Reconhecer sua identidade e seus valores.
Objetivo Específico: Agir de modo consciente diante das situações da vida cotidiana.

Tópicos a serem abordados:

- **Aula 1:** Princípios éticos nas relações cotidianas
- **Aula 2:** Ética e suas influências nas relações sociais.
- **Aula 3:** Aprendizados sobre valores e ética (estudo de casos), por meio de atividades de revisão e reflexão para consolidar os conceitos aprendidos e desenvolver condições de aplicá-los em suas vidas.

6º ANO – 2º TRIMESTRE

SEQUÊNCIA 1: FORTALECENDO A AUTOCONFIANÇA – 2 AULAS

Competência Socioemocional: Autoconfiança.
Eixo Temático: Identidade, Valores e Responsabilidade Social.
Objetivo Geral: Desenvolver a autoconfiança dos(as) estudantes.
Objetivo Específico: Identificar e valorizar as próprias habilidades e qualidades

Tópicos a serem abordados:

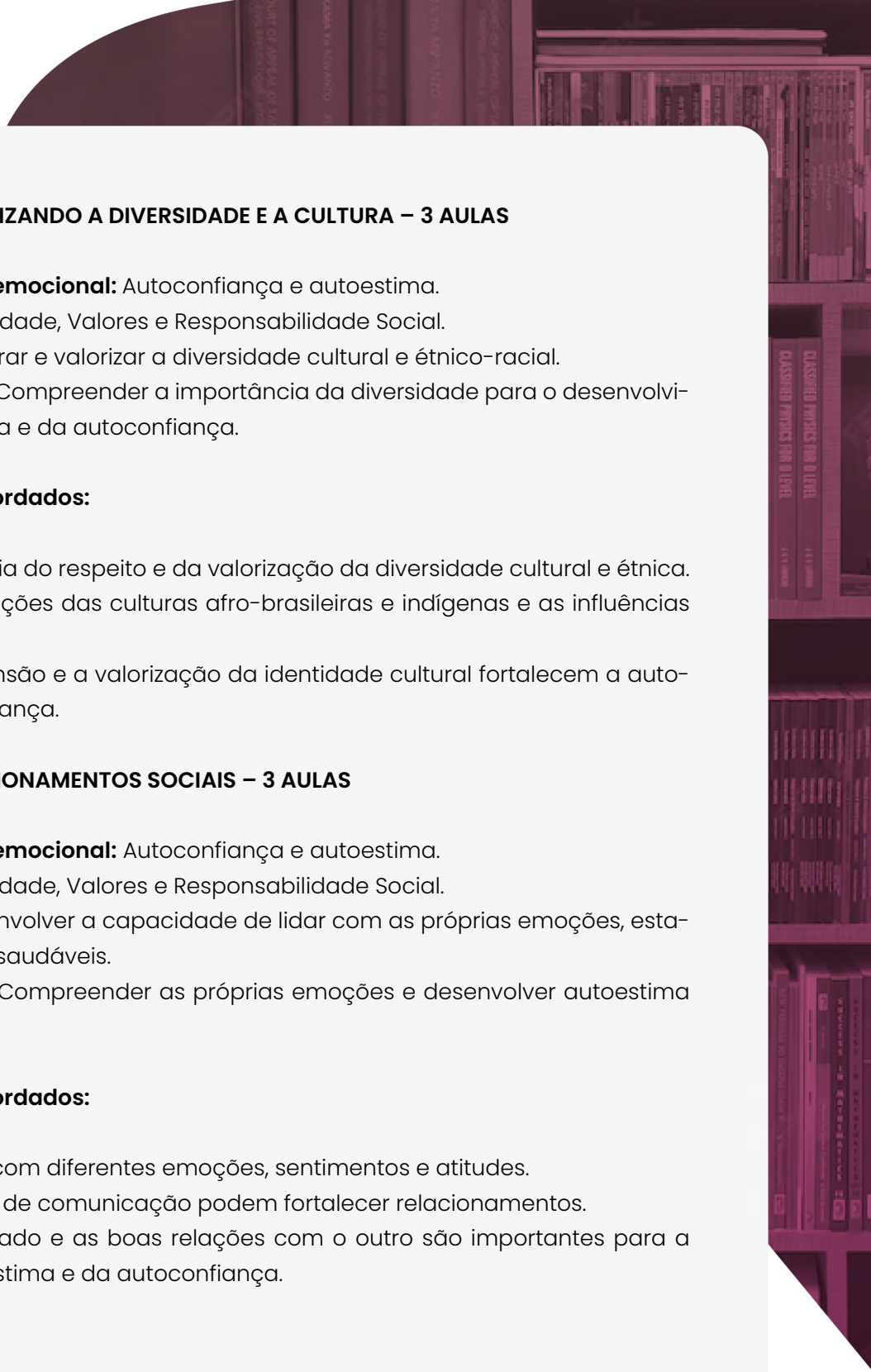
• **Aula 1:** Introdução ao conceito de autoconfiança: (identificação de habilidades e qualidades pessoais).
• **Aula 2:** É preciso cuidar de si mesmo(a) para fortalecer a autoconfiança.

SEQUÊNCIA 2: CONSTRUINDO A AUTOESTIMA – 2 AULAS

Competência Socioemocional: Autoestima.
Eixo Temático: Identidade, Valores e Responsabilidade Social.
Objetivo Geral: Promover a autoestima dos(as) estudantes.
Objetivo Específico: Reconhecer a importância de se valorizar e de se respeitar.

Tópicos a serem abordados:

• **Aula 1:** Introdução ao conceito de autoestima: a importância de uma autoimagem positiva para gerar autorrespeito.
• **Aula 2:** Respeitar a si mesmo(a) é a base para respeitar o outro.



SEQUÊNCIA 3: VALORIZANDO A DIVERSIDADE E A CULTURA – 3 AULAS

Competência Socioemocional: Autoconfiança e autoestima.
Eixo Temático: Identidade, Valores e Responsabilidade Social.
Objetivo Geral: Explorar e valorizar a diversidade cultural e étnico-racial.
Objetivo Específico: Compreender a importância da diversidade para o desenvolvimento da autoestima e da autoconfiança.

Tópicos a serem abordados:

- **Aula 1:** A importância do respeito e da valorização da diversidade cultural e étnica.
- **Aula 2:** As contribuições das culturas afro-brasileiras e indígenas e as influências na sociedade.
- **Aula 3:** A compreensão e a valorização da identidade cultural fortalecem a autoestima e a autoconfiança.

SEQUÊNCIA 4: RELACIONAMENTOS SOCIAIS – 3 AULAS

Competência Socioemocional: Autoconfiança e autoestima.
Eixo Temático: Identidade, Valores e Responsabilidade Social.
Objetivo Geral: Desenvolver a capacidade de lidar com as próprias emoções, estabelecendo relações saudáveis.
Objetivo Específico: Compreender as próprias emoções e desenvolver autoestima e autoconfiança.

Tópicos a serem abordados:

- **Aula 1:** Como lidar com diferentes emoções, sentimentos e atitudes.
- **Aula 2:** Habilidades de comunicação podem fortalecer relacionamentos.
- **Aula 3:** O autocuidado e as boas relações com o outro são importantes para a promoção da autoestima e da autoconfiança.

6º ANO – 3º TRIMESTRE

SEQUÊNCIA 1: AUTOCONFIANÇA E AUTOIMAGEM – 2 AULAS

Competência Socioemocional: Autoconfiança.
Eixo Temático: Identidade, Valores e Responsabilidade Social.
Objetivo Geral: Fortalecer a autoconfiança por meio do entendimento e da valorização da própria imagem.
Objetivo Específico: Reconhecer e valorizar suas qualidades e habilidades.

Tópicos a serem abordados:

• **Aula 1:** Identificar as características pessoais para potencializar as competências individuais e uma imagem positiva de si mesmo(a).
• **Aula 2:** Estimular a autoconfiança dos(as) estudantes por meio de atividades.

SEQUÊNCIA 2: CULTIVANDO O RESPEITO AO OUTRO – 2 AULAS

Competência Socioemocional: Respeito ao outro.
Eixo Temático: Identidade, Valores e Responsabilidade Social.
Objetivo Geral: Desenvolver habilidades de respeito mútuo nas relações interpessoais.
Objetivo Específico: Entender a importância do respeito nas interações com o outro.

Tópicos a serem abordados:

• **Aula 1:** Retomar o conceito de respeito ao outro e propor exemplos de respeito mútuo e sua importância.
• **Aula 2:** Reconhecer a importância da diversidade como elemento enriquecedor do humano em um ambiente diverso.

SEQUÊNCIA 3: AUTOCONFIANÇA NAS RELAÇÕES SOCIAIS – 3 AULAS

Competência Socioemocional: Autoconfiança.
Eixo Temático: Identidade, Valores e Responsabilidade Social.
Objetivo Geral: Estimular a autoconfiança dos(as) estudantes, capacitando-os(as)

para se engajarem de forma assertiva e positiva em diversas situações sociais e estudantis.
Objetivo Específico: Promover a autoconfiança em situações cotidianas.

Tópicos a serem abordados:

• **Aula 1:** Fortalecer a autoconfiança por meio de atividades, incentivando o interesse pelo diálogo, pela colaboração e pelo trabalho em equipe.
• **Aula 2:** Relação entre autoconfiança e habilidades de cooperação e liderança.
• **Aula 3:** Incentivar a cooperação, a colaboração e a liderança entre os(as) estudantes.

SEQUÊNCIA 4: RESPEITO E EMPATIA – 3 AULAS

Competência Socioemocional: Escuta ativa e empatia.
Eixo Temático: Identidade, Valores e Responsabilidade Social.
Objetivo Geral: Compreender a importância da empatia para construir relações cotidianas humanizadas e significativas.
Objetivo Específico: Desenvolver a empatia nas situações cotidianas.

Tópicos a serem abordados:

• **Aula 1:** Diálogos sobre empatia.
• **Aula 2:** Relação entre respeito, compreensão mútua e empatia na vivência diária.
• **Aula 3:** A empatia como elemento essencial à resolução de conflitos.

Como trabalhar com um e-book?

Professor(a), o e-book é um livro em suporte eletrônico que permite o acesso on-line e off-line e que pode ser projetado por meio de recursos digitais, o que amplia as suas possibilidades de utilização. Com este material, você terá um subsídio à atuação Projeto de Vida no ensino fundamental anos finais.
Em algumas aulas, haverá necessidade de reproduzir atividades para os(as) estudantes, o que pode ser feito por meio da projeção, da impressão e da distribuição de cópias ou, ainda, quando se tratar de elementos visuais referenciados com endereços eletrônicos, é possível copiá-los e colá-los no navegador da web, procedendo à pesquisa. Você também pode enriquecer as propostas dispostas nas aulas utilizando outros gêneros textuais, jogos, brincadeiras, mídias diversas, entre outros.

Por fim, professor(a), esperamos que este Caderno orientador de Projeto de Vida para o ensino fundamental anos finais amplie as possibilidades de sua prática docente, sendo utilizado com autonomia e flexibilidade, de acordo com a realidade de cada turma, escola e lugar em que você atua.



Bom trabalho!

GOVERNO DO ESTADO
DO ESPÍRITO SANTO
Secretaria da Educação



1º TRIMESTRE

GOVERNO DO ESTADO
DO ESPÍRITO SANTO
Secretaria da Educação

SEQUÊNCIA DIDÁTICA 1

DESCOBRINDO O PROJETO DE VIDA



GOVERNO DO ESTADO
DO ESPÍRITO SANTO
Secretaria da Educação

SEQUÊNCIA DIDÁTICA 1

DESCOBRINDO O PROJETO DE VIDA

1º TRIMESTRE

SEQUÊNCIA DIDÁTICA 1 | 6º ANO						
Quantidade de aulas	Eixo Temático	Pilar	Unidade temática	Competência socioemocional	Objetivo Geral	Objetivo Específico
4 Aulas	Identidade, Valores e Responsabilidade Social	Aprender a ser	Construção do Projeto de Vida	Autoconhecimento	Apresentar o conceito de Projeto de Vida, focando na importância do autoconhecimento.	Engajar os(as) estudantes a refletirem sobre si mesmos(as) e sobre o impacto de suas ações ao redor.

▶▶▶ AULA 1 ◀◀◀



Descrição da aula

Introdução ao Projeto de Vida (PV), por meio de abordagem dialógica sobre o que significa ter um projeto de vida explorando ideias básicas sobre metas pessoais e sonhos.

Professor(a), ao explorar a temática projeto de vida, é fundamental adotar uma abordagem que leve em conta a singularidade de cada estudante, considerando também a turma, a escola e o contexto em que vocês estão inseridos. Assim, reconhecer essas peculiaridades e criar um ambiente inclusivo e acolhedor são passos cruciais nesse processo.

Desse modo, ao longo de todas as atividades, foque no desenvolvimento das habilidades socioemocionais e na promoção do autoconhecimento. A sua mediação será essencial para que os(as) estudantes se conheçam melhor e desenvolvam valores fundamentais à sua construção humana e cidadã. Além disso, o seu papel irá auxiliá-los(as) na identificação de suas características e potencialidades.



Palavras-chave

Autoconhecimento; diálogo; reflexão.



Contextualização

Professor(a), sabemos que todos os indivíduos estão em permanente desenvolvimento e que o autoconhecimento é um processo que perpassa por todas as fases

da vida, sendo seus desdobramentos mais enfáticos durante a adolescência, fase em que as transformações físicas, emocionais e sociais são mais latentes.

Assim, ao abordar o autoconhecimento, considere sempre a diversidade de perfis presentes na sua turma. Cada estudante tem experiências de vida, realidades e tempos únicos, que impactam o modo como constroem suas identidades. Esse impacto se estende para o modo como se relacionam com si mesmos e com o outro e como compreenderão e desenvolverão os seus projetos de vida.

Assim, professor(a), a sua mediação ao longo das aulas é fundamental para orientar e incentivar os(as) estudantes, ajudando-os(as) a compreender as próprias mudanças e a cultivar um entendimento profundo de suas identidades e objetivos.



Vamos conversar

Professor(a), ao apresentar o tema projeto de vida, é fundamental criar uma conexão direta com as suas experiências cotidianas, tornando o conceito acessível e relevante para os(as) estudantes.

Inicie a conversa perguntando o que a turma entende pelo termo projeto de vida, demostrando interesse genuíno pelas respostas que forem dadas. Para auxiliar o diálogo, você pode fazer perguntas como: *Vocês já pararam para pensar no que vocês mais gostam em si mesmos(as)? E que características pessoais vocês ainda desejam ter?*

À medida que forem respondendo, explique o que é e o que significa ter um projeto de vida. O projeto de vida é uma iniciativa que cria uma ponte entre quem o indivíduo é e quem ele pretende ser, tanto no presente quanto no futuro, sendo necessário, para isso, que reconheça a sua própria identidade e que identifique suas potencialidades e seus sonhos. Assim, ter um projeto de vida significa ter propósitos bem definidos e pensar no que é preciso fazer para alcançá-los.

Professor(a), para trazer exemplos concretos, dialogue com os(as) estudantes: pergunte se eles(as) já realizaram algum sonho e o que tiveram que fazer para isso, como aprender a tocar um instrumento, conhecer um lugar, iniciar a prática de um

esporte ou até mudar algo em si mesmos(as), como o excesso de ansiedade. Tornar os exemplos palpáveis vai ajudá-los(as) a se apropriarem mais do assunto.

Evidencie a ideia de que um projeto de vida não se trata apenas de alcançar objetivos relacionados a uma profissão, mas também de almejar por conquistas pessoais e por felicidade. Assim, demonstre como a construção do projeto de vida é algo que fazemos diariamente, quando definimos, por exemplo, pequenas metas semanais e pensamos em estratégias para alcançá-las. Isso ajuda a demostrar que o projeto de vida é um processo.

Professor(a), como subsídio à sua explicação, você pode utilizar a definição abaixo:

PROJETO DE VIDA

Um projeto de vida pode ser entendido como um plano pessoal que envolve sonhos, metas e escolhas que uma pessoa faz para orientar a sua vida ao longo do tempo. É como um mapa que ajuda a direcionar suas ações e decisões, considerando o que você deseja ser e conquistar e como pretende chegar lá. Esse projeto envolve a definição de objetivos no tempo presente e no futuro, a identificação de interesses, habilidades e valores pessoais, bem como a busca por oportunidades de aprendizado e crescimento. Em resumo, um projeto de vida é como um guia que ajuda você a construir uma vida que esteja alinhada aos seus sonhos.

Professor(a), durante o diálogo sobre o conceito, utilize perguntas instigantes, como *Vocês já pensaram nas coisas que gostariam de conquistar ou vivenciar no futuro? Pensar no futuro é algo que faz sentido para vocês agora? E acham que é algo importante para se fazer desde já?* Essa autorreflexão estimula a participação e desperta o interesse e a identificação com o assunto.

Se possível, compartilhe brevemente as suas próprias experiências relacionadas ao autoconhecimento e à construção de um projeto de vida, demonstrando que são processos que vivemos ao longo de toda a nossa vida. Encoraje a participação dos(as) estudantes, ressaltando que as suas opiniões e perspectivas são valiosas.

Evidencie como a construção do projeto de vida não é apenas sobre o futuro, mas também envolve ações e decisões no presente. Neste percurso, saliente que pequenas escolhas diárias têm impacto nas trajetórias futuras. Destaque que, ao compartilhar ideias, ouvirem uns aos outros e refletirem coletivamente, eles(as) estão tendo a oportunidade de se conhecer melhor e para o conhecimento sobre os(as) próprios(as) colegas. Lembre-se de que esse diálogo é uma oportunidade para os(as) estudantes começarem a moldar os seus projetos de vida.

Depois desse momento de diálogo, proponha a transformação das reflexões realizadas em algo tangível, proporcionando uma representação visual de seus sonhos. Para isso, a turma deverá realizar a seguinte tarefa:



Vamos explorar

Professor(a), após as reflexões sobre projeto de vida, vamos transformar as reflexões em algo visual e inspirador! A proposta é criar um Mural dos Sonhos, uma representação simples e criativa das metas pessoais dos(as) estudantes. Para isso, providencie um papel grande, canetas coloridas, tesouras, revistas (para recortes) e cola. É importante reforçar que, neste momento, os(as) estudantes estarão refletindo de forma mais ampla sobre seus sonhos.

Peça aos(as) estudantes que desenhem ou colem imagens que representem seus sonhos e suas metas. Podem ser imagens relacionadas à carreira, à educação, a amizades, a hobbies, dentre outros. Incentive-os a serem criativos, sem se preocuparem com perfeição.

Caso os(as) estudantes desejem, podem dividir o papel em seções como O que eu quero ser e O que eu quero aprender, ou simplesmente criar um mosaico de ideias. Ao término, exponha o papel para a turma e explore a ideia de que a diversidade que o compõe é fruto de cada indivíduo. Somos seres únicos, com sonhos e objetivos próprios, e a nossa soma forma uma grande diversidade humana, cultural e social, que deve ser respeitada e valorizada.



Vamos registrar

Após a atividade Mural dos Sonhos, é fundamental orientar os(as) estudantes sobre como registrar e consolidar as reflexões realizadas durante a aula. Incentive-os(as) a manterem um espaço no caderno ou portfólio para documentar as suas experiências. Pode ser no caderno, em um portfólio ou em um arquivo digital, como um blog da turma. Peça que cada estudante registre a data e um título relacionado à aula ou à sequência.

Oriente-os(as) a destacarem as ideias-chave que surgiram durante a atividade, como os sonhos compartilhados, as descobertas sobre si mesmos ou sentimentos relacionados à construção do Mural dos Sonhos.

Para esta aula, sugerimos as seguintes perguntas para registro:

- O que aprendi sobre mim mesmo(a) ao criar meu Mural dos Sonhos?
- Como minhas escolhas diárias podem influenciar a minha vida?
- Que sonhos eu pretendo realizar?

Deixe claro que, se eles(as) se sentirem confortáveis, podem compartilhar as suas reflexões em momentos apropriados durante a aula, estabelecidos por você.

Finalize a orientação dizendo aos(às) estudantes que eles(as) continuarão registrando as suas reflexões ao longo do ano e que esse processo será uma valiosa ferramenta de autoconhecimento.



O que aprendi

Professor(a), esta seção é uma oportunidade valiosa para consolidar as aprendizagens da aula e proporcionar aos(as) estudantes um momento de introspecção sobre suas experiências. Inicie a seção relembrando os momentos-chave da aula, destacando a atividade do Mural dos Sonhos e as discussões sobre sonhos e metas.

Utilize perguntas para orientar a reflexão, como:

- O que mais chamou a sua atenção durante a atividade do Mural dos Sonhos?
- Você descobriu algo novo sobre os seus próprios sonhos e metas?
- Caso tenha compartilhado os seus sonhos com a turma, como se sentiu?

Incentive os(as) estudantes a manifestarem os seus sentimentos em relação à atividade, abarcando outras formas de observação para aqueles(as) que demonstrarem mais dificuldade de se expressar.

Pergunte a eles(as) se há algum aspecto específico que gostariam de explorar mais nas próximas atividades, adaptando as aulas a essas necessidades e interesses.



Referências

https://efape.educacao.sp.gov.br/curriculopaulista/wp-content/uploads/download/habilidades-essenciais-anos-finais%202021/Habilidades%20essenciais%20_%20Anos%20Finais_Projeto%20de%20Vida%20%20-.pdf
https://escolamariaceliafalcaorodrigues.blogspot.com/2021/05/projeto-de-vida-6-anos-b-professora.html#!
https://box.novaescola.org.br/etapa/2/educacao-fundamental-1/caixa/309/como-imaginar-o-futuro-pos-pandemia.com-seus-alunos/conteudo/

▶▶▶ AULA 2 ◀◀◀



Descrição da aula

Refletindo sobre a importância da construção do PV abordando: O que é PV? Por quê? Para quê?

Professor(a), ao aprofundar o tema do projeto de vida, é crucial destacar como esse processo contínuo impacta diretamente as escolhas, as metas e o desenvolvimento pessoal dos(as) estudantes. Enfatize a ideia de que a construção do projeto de vida é importante porque se trata de uma jornada pessoal que vai além das expectativas externas, permitindo que cada um trace o seu caminho com base em sonhos e valores individuais.

Reitere que a construção do projeto de vida não é apenas uma atividade isolada, mas um guia valioso para a jornada da adolescência em direção ao presente que se pretende ter e ao futuro que se pretende construir. Para isso, vamos refletir com os(as) estudantes sobre a importância da construção do projeto de vida, ampliando a ideia do que ele é e para que serve.



Palavras-chave

Projeto de vida; autoconhecimento; sonhos.



Contextualização

Professor(a), amplie a exploração do conceito de projeto de vida, abarcando o que é, qual a sua finalidade e por que é relevante que cada pessoa tenha o seu.

Você pode utilizar como subsídio as perguntas e respostas a seguir:



O que é? O projeto de vida é um modo de conhecer melhor a si mesmo, refletindo sobre os próprios valores e sonhos e, a partir disso, sendo capaz de traçar metas, tanto para o tempo presente quanto para o futuro.

Por quê? O projeto vida é importante porque, por meio dele, é possível definir com mais propriedade os seus objetivos e os caminhos necessários para alcançá-los.

Para quê? Ele é importante para que saibamos, a partir das nossas potencialidades, valores e sonhos, tomar decisões mais conscientes e responsáveis em busca de nossos objetivos, revisitando regularmente o nosso progresso.

É importante ressaltar para a turma que a construção de um projeto de vida não é um privilégio, mas um direito, independentemente da origem e da trajetória de cada um. Essa compreensão é fundamental para que os(as) estudantes vislumbrem que são capazes de desenvolver um projeto de vida

.

Reitere sempre que, ao investirem tempo nesse projeto, os(as) estudantes não apenas definem objetivos, mas também aprofundam a sua compreensão sobre si mesmos(as) e sobre o mundo, desenvolvendo maior consciência de suas habilidades, paixões e valores, o que vai ajudar a orientá-los(as) nos relacionamentos interpessoais e na tomada de decisões ao longo da vida.

Expanda o diálogo: a construção do projeto de vida contribui para o desenvolvimento de habilidades essenciais, como pensamento crítico e resiliência. Assim, ao enfrentar desafios, o autoconhecimento e o projeto de vida permitirão uma melhor adaptação dos planos e a superação mais exitosa de obstáculos.

Por isso, ao incentivar os(as) estudantes a elaborarem projetos de vida, valorizamos a diversidade na sala de aula, capacitando cada um a buscar um futuro alinhado

com as suas potencialidades, valores e sonhos. Isso não apenas enriquece as trajetórias individuais, mas também fortalece a coletividade, fomentando a construção de uma comunidade mais harmônica e funcional.

Para introduzir a temática com os(as) estudantes, sugerimos que apresente o vídeo Dia Mundial da Gentileza 2024, que pode ser acessado por meio do link: https://www.youtube.com/watch?v=A6PWu3EH7Xw.



Após a exibição do vídeo, realize uma reflexão com a turma sobre autoconhecimento, escolhas e construção de um projeto de vida:

- Na história, uma atitude fez com que o protagonista passasse a conhecer melhor o seu potencial. Que atitude foi essa? Que escolhas ele passou a fazer depois disso?
- Que projeto de vida é possível perceber que o personagem passou a construir?

Neste momento de diálogo e reflexão, ajude os(as) estudantes a refletirem sobre como descobrir o nosso próprio potencial modifica positivamente as nossas escolhas, as nossas relações e a maneira como vivemos. Além disso, incentive o compartilhamento de experiências: alguém já viveu alguma situação que fez com que enxergasse a si mesmo e a vida de outra maneira?

Depois desse momento de reflexão, proponha a realização da atividade abaixo.



Vamos explorar

Professor(a), após assistirem ao vídeo e aprofundarem o diálogo sobre escolhas e construção de um projeto de vida, é hora de colocar em prática as reflexões que surgiram durante o diálogo anterior. Para isso, incentive os(as) estudantes a identificarem e implementarem pequenas ações imediatas alinhadas aos seus objetivos pessoais.

Serão necessários os seguintes materiais: papel em branco, canetas coloridas, adesivos ou marcadores para destacar ideias.

Inicie a atividade relembrando as reflexões do diálogo anterior, destacando a importância de ações imediatas para a aproximação dos próprios objetivos. Distribua folhas de papel em branco e canetas para cada estudante e peça que identifiquem uma ação específica que podem realizar ainda nesta semana para se aproximarem de um de seus objetivos. Incentive os(as) estudantes a serem criativos(as) e específicos(as) em suas ações. Por exemplo, em vez de "estudar mais", podem escrever "ler livros semanalmente".

Para tornar a atividade mais atrativa, peça aos(as) estudantes que destaquem visualmente suas ações utilizando adesivos, marcadores coloridos, desenhos ou outros recursos.



Vamos registrar

Professor(a), com base nas ações identificadas, peça aos(as) estudantes para criarem um planner que inclua os passos necessários para implementar a ação definida.

Além de ajudar a melhorar a organização individual, o planner permite a visualização de uma ação a qualquer momento. Você pode reproduzir o modelo abaixo para os(as) estudantes ou permitir que eles(as) criem com autonomia, desde que conheçam previamente seu objetivo e sua estrutura.



O que aprendi

Por fim, professor(a), organize um momento para identificar o que os(as) estudantes aprenderam na aula, levando-os(as) a refletirem sobre o que foi realizado até o momento. Você pode utilizar as seguintes perguntas:

- O que vocês acharam das atividades?
- Vocês acham que se conhecem mais depois das reflexões que realizamos?
- Quais potencialidades vocês descobriram que serão importantes para seus projetos de vida?



Referências

https://www.bing.com/search?q=relfetir+sobre+ter+um+projeto+de+vida+plano+de+aula&qs=n&form=QBRE&sp=-1&ghc=1&lq=0&pq=relfetir+sobre+ter+um+projeto+de+vida+plano+de+aul&sc=2-50&sk=&cvid=AA48927A96F04649926B43CAECE8A7C9&ghsh=0&ghacc=0&ghpl=

http://jornadapedagogica.educacao.ba.gov.br/wp-content/uploads/2020/01/Projeto-de-Vida-_M%C2%A2dulo-I.pdfdf (educacao.ba.gov.br)

https://novaescola.org.br/conteudo/20524/projeto-de-vida-como-apoiar-criancas-e-jovens-a-pensar-no-futuro

▶▶▶ Aula 3 ◀◀◀



Descrição da aula

Quem sou eu? Refletir de forma incipiente sobre autoconhecimento e identidade destacando que nossas características, interesses e valores nos tornam únicos(as).

Para dialogar sobre o tema *Quem sou eu?* é essencial, professor(a), que você conduza os(as) estudantes a uma reflexão inicial sobre autoconhecimento e identidade, enfatizando a valorização de suas características, de seus interesses e de seus valores, concebendo que esses fatores os tornam únicos(as). É importante criar um ambiente acolhedor que encoraje a expressão individual, permitindo que cada estudante se sinta confortável para compartilhar aspectos importantes de sua personalidade. Assim, por meio de perguntas reflexivas, estimule-os(as) a ponderarem sobre o que define quem são, quais são seus gostos e o que consideram relevante em suas vidas. Nesse contexto, é crucial que você realize intervenções para assegurar o respeito mútuo, promovendo um ambiente inclusivo que celebre a diversidade de identidades presentes na sala de aula.



Palavras-chave

Projeto de Vida; autoconhecimento; identidade.



Ampliando as aprendizagens

Nesta aula, vamos expandir o diálogo sobre o autoconhecimento aprofundando o conceito de identidade. O tema *Quem sou eu?* envolve uma jornada essencial de autoconhecimento e reflexão sobre si mesmo. Trata-se de um convite para que os(as) estudantes explorem e compreendam suas características únicas, seus interesses e os valores que fazem com que sejam indivíduos singulares.

Envolva os(as) estudantes em uma reflexão inicial, pedindo para que reflitam sobre a questão *Quem sou eu?*. Proporcione um espaço seguro em que eles(as) possam pensar e se expressar. Auxilie a turma na compreensão de que isso envolve questionamentos sobre suas preferências, paixões, sonhos, características e aquilo que consideram mais relevante em suas vidas.

Explique de forma simples que, para nos conhecermos, também precisamos considerar que a nossa identidade sofre influências de vários aspectos da vida, como cultura, família, amizade, experiências e vivência social. Enfatize que a identidade não é estática; ela passa por mudanças à medida que passamos por diferentes estágios de desenvolvimento e vivemos novas experiências.

Professor(a), é possível que os(as) estudantes apontem, na reflexão sobre quem são, fatores como etnia, gênero, status socioeconômico e outros aspectos socioculturais. Valide esses apontamentos, pois esses fatores também incidem diretamente sobre construção de identidade, autoestima e autoaceitação. Conduza a turma à reflexão de que, diante de todas essas informações, podemos concluir que muitos fatores internos e externos contribuem para a construção da nossa identidade e do nosso autoconhecimento, e, por isso, cada um de nós é um ser único no mundo.

Para ajudar a ampliar esse diálogo, reproduza para a turma a canção *Aprender a me amar*, de Mariana Nolasco. Distribua cópias com a letra para que, enquanto ouvem a música, também possam lê-la: https://www.youtube.com/watch?v=O-TUsPwr5oGk.



Aprender a Me Amar
Mariana Nolasco

Sabe lá por que a gente carrega tanta coisa
Tanta culpa, tanto medo, tanta emoção
Foge de sentir, fecha a cara e aponta o dedo
Se esconde de si mesmo, pra quê?
Eu preciso crescer e assumir
o que eu nasci pra ser
Eu quero, quero ser meu amigo
Fazer as pazes comigo
Eu quero me dar amor
Eu quero, quero viver um recomeço

Tudo que eu sei que mereço
Aprender a me amar
Só assim vou me libertar, me libertar
E me despedir de quem eu era
Crescer e assumir o que eu nasci pra ser
Eu quero, quero ser meu amigo
Fazer as pazes comigo
Eu quero me dar a mão
Eu quero, quero viver um recomeço
Tudo que eu sei que mereço
Aprender a me amar
Só assim vou me libertar, me libertar
E me despedir de quem eu era



Após a apreciação da canção, converse com os(as) estudantes: que relação essa canção estabelece com identidade, autoconhecimento e crescimento pessoal? Promova uma conversa aberta, encorajando-os(as) a compartilharem suas percepções sobre o significado de se conhecerem. Faça perguntas provocativas, como:

- A letra da canção fala sobre a importância de ser nosso próprio amigo e se dar amor. Como vocês se sentem em relação à aceitação pessoal? Há algo que vocês gostariam de aceitar mais plenamente?
- Foi fácil para vocês se tornarem quem são hoje?
- Como a falta de autoconhecimento pode afetar a nossa relação com nós mesmos? E como pode afetar a nossa relação com as pessoas?
- Que características vocês acham que nos tornam únicos como indivíduos?
- Como seus interesses moldam suas escolhas diárias e contribuem para a construção de quem vocês são?

Professor(a), enquanto os(as) estudantes dialogam, é muito importante que você demonstre interesse em ouvi-los(as), a fim de que tanto o compartilhamento quanto a escuta se tornem significativos. Ajude a turma a compreender a importância de ouvir respeitosamente o outro, demonstrando empatia e acolhimento.



Vamos explorar

Professor(a), dialogue com a turma: ao longo da história, muitos indivíduos tentaram expressar suas identidades de diferentes maneiras, seja por meio da arte, da literatura, da música, da pintura, dentre outros. Uma forma muito comum dessa expressão é o autorretrato, seja por meio de desenhos ou de selfies, que são fotografias de um indivíduo tira de si mesmo. Questione: eles(as) costumam se desenhar? Já tiraram uma selfie?

Reproduza para os(as) estudantes o autorretrato abaixo e questione: como, provavelmente, a autora percebe a si mesma? Observando os elementos que compõem o desenho, é possível perceber quais são os principais interesses dela?



Professor(a), neste autorretrato, há um símbolo que pode gerar dúvidas nos(as) estudantes, a ponta de lança com as letras KC. Caso perguntem, explique que se trata do símbolo do time estadunidense Kansas City.

Autorretrato de uma estudante.

Disponível em: <https://i.pinimg.com/564x/a2/69/9d/a2699d90d6dca18bc3f-2f76e5efa4359.jpg>. Acesso em 15 jan. 2023.

Em seguida, peça que cada estudante faça um autorretrato livre, utilizando desenho, pintura, colagens, adesivos ou outros recursos. O objetivo é que, ao planejarem a própria representação, os(as) estudantes pensem em suas principais características e gostos, fomentando a compreensão de suas identidades. Para auxiliá-los(as), disponibilize materiais de apoio, como tintas, papéis coloridos, revistas e outros itens.

Professor(a), procure observar os autorretratos e potencializar as produções com comentários positivos. Caso perceba representações negativas, oriente: será que realmente são essas características que representam a identidade desse(a) estudante? Receber ajuda para direcionar o olhar sobre si mesmo(a) faz parte do processo de construção do autoconhecimento.



Vamos registrar

Após a construção do autorretrato, peça que os(as) estudantes colem a folha no caderno ou no portfólio que vocês estiverem construindo. Em seguida, assim como ocorre em obras artísticas, peça para cada um(a) criar um título para a sua representação. Esse processo reitera a reflexão sobre si mesmo(a) e sobre o modo como o(a) estudante se vê, fatores fundamentais ao processo de autoconhecimento, que, por sua vez, é essencial à construção do projeto de vida.



O que aprendi

Convide os(as) estudantes a compartilharem como foi a experiência vivida. Levante a reflexão com perguntas provocadoras, como *O que essa atividade representou para cada um de vocês?* e *O que você sentiu enquanto produzia o seu autorretrato?*

Encerre a aula evidenciando que nenhum autorretrato ficou igual ao outro e questione: por que isso aconteceu? Ajude-os(as) a consolidarem a percepção de que eles(as) são indivíduos únicos em suas diferentes dimensões.



Referências

https://www.youtube.com/watch?v=eu7svvWK1YI
https://educacao.sedu.es.gov.br/Media/EducacaoSedu/Arquivos/TempoIntegral/ProjetoDeVida/PV_6-%C2%A6%20ANO_COMPLETO.pdf
https://editorarealize.com.br/editora/anais/cintedi/2021/TRABALHO_EV156_MD1_SA3_ID202_01102021183123.pdf

Aula 4



Descrição da aula

Evidenciar como valores e crenças influenciam a identidade pessoal formando a base da identidade e do comportamento individual.

Na aula anterior, exploramos o tema *identidade* e sua relação com a construção do projeto de vida, suscitando uma reflexão sobre os elementos que compõem a identidade pessoal. Agora, nosso foco se volta para valores e crenças, reconhecendo sua importância na formação da identidade e no direcionamento do comportamento individual. A competência do autoconhecimento, importante para o desenvolvimento dos(as) estudantes, está diretamente ligada à compreensão dos valores que moldam as suas escolhas. Assim, ao estimular a reflexão sobre a interconexão entre valores, crenças e identidade pessoal, promovemos um desenvolvimento mais completo da competência de autoconhecimento, proporcionando aos(às) estudantes uma compreensão mais profunda de si mesmos e de suas escolhas.



Palavras-chave

Projeto de vida; autoconhecimento; valores; crenças.



Ampliando as aprendizagens

Professor(a), na aula anterior, a abordagem sobre identidade propiciou aos(às) estudantes uma reflexão inicial sobre os diferentes elementos que fazem parte de sua formação como indivíduos. Agora, vamos expandir essa discussão, focando nos valores e nas crenças que desempenham um papel central na formação da identidade pessoal e na orientação do comportamento individual.

A competência de autoconhecimento, fundamental para o desenvolvimento integral dos(as) estudantes, está intrinsecamente ligada à compreensão dos valores e das crenças que moldam as suas escolhas. No contexto do projeto de vida, é essencial que os(as) estudantes percebam quais são os seus principais valores pessoais e de que modo eles impactam as suas vivências e os sonhos que estão delineando para o futuro. Integrar essa reflexão aos planos e objetivos do projeto de vida contribui para um entendimento mais robusto de quem são e do que pretendem alcançar.

Dessa forma, professor(a), para esta aula, sugerimos uma discussão aberta. Explique para os(as) estudantes que o objetivo é explorar os conceitos de *valores* e *crenças* de forma colaborativa. Para estimular a reflexão inicial, faça perguntas que mobilizem os seus conhecimentos prévios, como *Vocês sabem o que são valores? Sabem o que são crenças? O que imaginam que essas palavras significam?* Encoraje-os(as) a compartilharem seus conhecimentos e a levantarem hipóteses, caso não saibam os significados dos termos.

Para apresentar as conceituações de forma lúdica, utilize a história abaixo:

Imagine que você tem um parente que promove, todos os anos, uma doação de brinquedos no Natal. Em um determinado dia, você resolve perguntar a ele o motivo desse gesto. Ele explica que acredita que toda pessoa precisa dividir o que possui com aquelas que têm pouco ou nada.

O fato de ele promover doações demonstra que ele tem apreço pelo *valor* da solidariedade. **Valor é aquilo que consideramos importante em nossas vidas, aquilo que guia nossas escolhas e ações.** Já a justificativa que ele dá para a sua ação demonstra a sua *crença*. **Crenças são as convicções que temos sobre o mundo, baseadas em nossas experiências, educação e cultura.**

Agora, vamos trazer essa história para o nosso cotidiano. Pense em situações em que você faz escolhas movido(a) por seus valores e crenças. Talvez você escolha ser honesto(a) em todas as situações porque valoriza a honestidade. Ou talvez você ajude as pessoas sempre que pode porque valoriza a compaixão e a solidariedade.

Entender nossos valores e crenças é como ter um mapa para guiar as nossas decisões diárias.

A partir dessa história, levante exemplos de outros valores com os(as) estudantes e peça para apontarem como cada valor ajuda nas tomadas de decisões do seu dia a dia. Ajude-os(as) a pensarem em valores mais comuns ao cotidiano deles(as), como respeito, gentileza, amizade, bondade, amor, responsabilidade, compreensão, honestidade e cooperação.

Em seguida, aprofunde a discussão sobre crenças, incentivando os(as) estudantes a compartilharem uma crença e como ela molda a sua visão de mundo. Você pode apresentar alguns exemplos: 1) a crença de que o tempo é precioso pode fazer com que uma pessoa decida aproveitá-lo sempre da melhor forma; 2) a crença de que a família é a prioridade da vida de uma pessoa pode fazer com que alguém decida investir seu tempo, seus recursos e seus sentimentos sempre na família primeiro; e 3) a crença de que a educação é a base de tudo pode levar um indivíduo a dedicar seus esforços à sua formação, valorizando e aproveitando oportunidades educacionais.

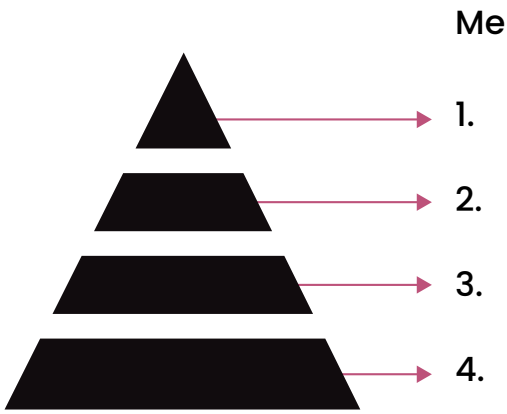
Destaque para a turma que todos os pontos de vista são valiosos e contribuem para a riqueza da discussão.



Vamos registrar

Proponha aos(às) estudantes a realização da atividade abaixo. Ela pode ser realizada no caderno ou em outro instrumento que vocês estejam utilizando nas aulas de Projeto de Vida, como portfólio ou diário de bordo. Dialogue com eles(as): o objetivo da atividade é promover a autorreflexão, incentivando-os(as) a analisarem as suas atitudes à luz dos seus valores pessoais. Ao preencherem a pirâmide e refletirem sobre suas escolhas, eles(as) podem desenvolver uma compreensão mais profunda de como seus valores influenciam suas ações e seus sonhos.

1 - Preencha a pirâmide com os seus valores, distribuindo-os nas diferentes camadas de acordo com a relevância que eles têm para você. Quanto mais significativo você considerar o valor, mais elevada deverá ser a camada da pirâmide que ele vai ocupar.



Observe o que você escreveu na sua pirâmide e responda ao que é proposto:

a) Recentemente, você teve alguma atitude motivada por um dos valores da sua pirâmide?
b) Você considera importante ter diferentes valores pessoais? Por quê?
c) Quais valores não estão presentes na sua pirâmide, mas que você acredita que seriam importantes para a sua vida?



O que aprendi

Professor(a), proponha aos(às) estudantes a atividade que seguirá abaixo. Oriente-os(as) a pintarem a quantidade de estrelas que melhor representa o nível de apropriação deles(as) em cada uma das afirmações. Para a execução da tarefa, você pode distribuir cópias ou reproduzir no quadro para que eles(as) possam fazê-la no caderno.

Ao longo desta aula, eu...

Compreendi o que são valores e crenças.	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
Compreendi a influência dos valores nas minhas escolhas e decisões.	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
Refleti sobre a importância dos valores na construção do meu projeto de vida.	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
Refleti sobre como meus valores e minhas crenças impactam os objetivos que tenho para o meu futuro.	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
Compreendi que a construção da minha identidade está ligada à compreensão dos meus valores e das minhas crenças.	☆ ☆ ☆ ☆ ☆



Referências

https://efape.educacao.sp.gov.br/curriculopaulista/wp-content/uploads/2021/05/PV_Caderno-do-Professor_1%C2%AA-s%C3%A9rie_2%C2%BA-bimestre_Vers%C3%A3o-Preliminar.pdf
https://www.soescola.com/glossario/o-que-e-autoconhecimento-na-filosofia
http://educa.fcc.org.br/pdf/de/v09n28/v09n28a16.pdf
https://www.emcaic.com.br/2021/05/etica-moral-o-que-e-do-que-se-trata.html

GOVERNO DO ESTADO
DO ESPÍRITO SANTO
Secretaria da Educação

SEQUÊNCIA DIDÁTICA 2

AUTOCONHECIMENTO E IDENTIDADE NA CONSTRUÇÃO DO MEU PROJETO DE VIDA



GOVERNO DO ESTADO
DO ESPÍRITO SANTO
Secretaria da Educação

SEQUÊNCIA DIDÁTICA 2

AUTOCONHECIMENTO E IDENTIDADE NA CONSTRUÇÃO DO MEU PROJETO DE VIDA

1º TRIMESTRE

SEQUÊNCIA DIDÁTICA 2 | 6º ANO						
Quantidade de aulas	Eixo Temático	Pilar	Unidade temática	Competência socioemocional	Objetivo Geral	Objetivo Específico
4 Aulas	Identidade, Valores e Responsabilidade Social	Aprender a ser	Construção do Projeto de Vida	Autoconhecimento	Reconhecer sua identidade e a importância do autoconhecimento no desenvolvimento de seus valores.	• Refletir sobre si mesmo, reconhecendo a si próprio como um ser único; • Agir de modo consciente diante das situações da vida cotidiana.

Aula 1



Descrição da aula

Retomar o que é projeto de vida e sua importância, evidenciando como pode orientar nas decisões e ações pessoais.

Professor(a), nesta aula, inicie uma conversa para identificar se os(as) estudantes já conseguem reconhecer como o projeto de vida pode auxiliá-los no direcionamento de suas ações e decisões.

Lembre-se de, ao longo da aula, identificar os(as) estudantes que demonstram dificuldades em participar dos diálogos e das demais atividades. É importante que você registre suas percepções das aulas em um diário de bordo para facilitar as mudanças nos planejamentos e propiciar a criação de novas estratégias metodológicas, quando necessário.



Palavras-chave

Projeto de vida; autoconhecimento.



Contextualização

Professor(a), auxilie os(as) estudantes na compreensão de que o **autoconhecimento**, como o próprio termo indica, diz respeito à capacidade que o indivíduo tem de se conhecer melhor e de ter a possibilidade de lidar com suas próprias emoções e sentimentos, definindo o conhecimento que uma pessoa tem a respeito de si mesma. Assim, trata-se de uma investigação que o indivíduo faz para identificar quais são suas características, seus gostos, suas inclinações, seus padrões de

comportamento e seus sentimentos. Esse aspecto pode colaborar com o desenvolvimento da autoconfiança necessária para tomar decisões, planejar o futuro e definir objetivos e metas de forma consciente e eficaz.

Na adolescência, especificamente, o indivíduo é marcado por mudanças no seu "desenvolvimento físico, mental, moral, espiritual e social" (ECA, Lei 8.069/1990) e por descobertas, inclusive sobre a própria personalidade. Assim, o **autoconhecimento** é muito importante na formação de adultos capazes de tomar decisões responsáveis e de desenvolver habilidades de vivência coerente e harmoniosa.

Sendo assim, conhecer a si mesmo(a) é o primeiro passo no caminho da construção do projeto de vida.



Vamos conversar

O vídeo *O que é projeto de vida?* (https://www.youtube.com/watch?v=Zzq9susfhzw) nos ajuda a entender que projeto de vida não necessariamente precisa estar associado a ações que serão desenvolvidas no futuro. A construção do **projeto de vida** também significa dar sentido às escolhas que são feitas pelos(as) estudantes ao longo de toda a sua trajetória.

Segundo Ailton Krenak, líder indígena, ambientalista, filósofo, poeta e escritor brasileiro da etnia Krenaque, "Perguntar para uma criança o que ela quer ser quando crescer é uma ofensa. Como se ela fosse receber um crachá de 'ser' só quando adulto. Isso é apagar o que ela já é.". Isso nos leva a pensar que o **projeto de vida** deve se ocupar também com o momento presente. Se hoje o nosso ambiente social é constituído por escola, família, amigos e comunidade, devemos ter atenção às relações estabelecidas nesses espaços e como elas se constroem, pois é nesses lugares que começamos a formar nossos valores e a aprimorar as nossas qualidades.

Dessa forma, professor(a), é muito importante que os(as) estudantes compreendam que há motivos também no tempo presente para construir um projeto de vida, o qual estará em constante evolução ao longo de suas trajetórias.

Professor(a), reproduza o quadro abaixo para a turma e organize um momento de escuta dos(as) estudantes.

Alguns **motivos importantes** para você construir um **Projeto de Vida**:			
Ajuda a alcançar seus objetivos e a realizar seus sonhos	Contribui para o desenvolvimento da autoconfiança, do discernimento, das competências e de outras inteligências.	Auxilia a melhora dos relacionamentos com os outros e com você mesmo	Colabora para um mundo melhor e para o exercício da cidadania.

Você pode conduzir a conversa a partir de perguntas sobre **projeto de vida**:

- Quem eu realmente sou?
- Quais são as minhas maiores realizações na vida até agora?
- Quais sonhos eu ainda pretendo realizar?
- Quais são as minhas qualidades? Como posso utilizá-las para dar minha contribuição para o mundo?
- Por que é importante construir um projeto de vida?
- Existe hora certa para começar a pensar em um projeto de vida?



Vamos explorar

Professor(a), com base nos diálogos estabelecidos, você pode desenvolver a dinâmica *Quadrados coloridos*. Por meio dela, será possível verificar na prática os conceitos de planejamento e organização, primordiais ao desenvolvimento de um projeto de vida. Explique para a turma que o objetivo da atividade é demonstrar a importância do planejamento nas atividades que desenvolvemos em nosso cotidiano.

Para a execução da dinâmica, a turma deverá ser dividida em equipes de 5 ou 6 membros. Serão necessários os seguintes materiais:

- 1 caixa de lápis de cor por equipe;
- Cronômetro (uma alternativa é usar o do celular);
- Folhas A4 impressas com as tabelas abaixo, sendo 3 cópias por equipe da tabela 1 e 1 cópia por equipe da tabela 2.

Tabela 1

CINZA	VERDE CLARO	ROSA	VERDE ESCURO	LARANJA	AMARELO
LARANJA	MARROM	AZUL	MARROM	VERMELHO	AZUL CLARO
PRETO	AZUL	ROSA	CINZA	ROSA	AMARELO
LARANJA	VERDE ESCURO	PRETO	ROSA	VERMELHO	AZUL ESCURO
LARANJA	AZUL ESCURO	AMARELO	AZUL CLARO	AMARELO	AZUL CLARO
PRETO	MARROM	VERDE CLARO	PRETO	PRETO	VERMELHO

Tabela 2 – Professor(a), faça a adequação da tabela de acordo com o quantitativo de equipes que serão formadas.

Planilha de apoio						
	Equipe 1		Equipe 1		Equipe 1	
	Planejado	Realizado	Planejado	Realizado	Planejado	Realizado
1ª rodada	-					
2ª rodada	-					
3ª rodada	-					

Para começar a dinâmica, divida a turma em equipes de 5 ou 6 estudantes, de modo que cada equipe se reúna em torno de uma mesa. Anuncie cada tarefa de uma vez, sem adiantar os próximos passos da atividade. Inicialmente, entregue uma cópia da tabela 1 e uma caixa de lápis de cor para cada equipe. Cada uma deverá numerar a sua folha (equipe 1, equipe 2, equipe 3...). Na primeira rodada, cada equipe deverá colorir os quadrados da tabela com as respectivas cores indicadas, seguindo o seguinte critério de qualidade: é proibido deixar espaços em

branco e invadir o espaço dos quadrados ao lado. Para isso, as equipes terão o tempo de 1 minuto e 30 segundos, cronometrados por você, professor(a). Oriente a turma durante essa execução.

Após o término do tempo, recolha as tabelas e faça uma apuração de quantos quadrados serão considerados válidos por equipe, sempre tendo em vista o critério de qualidade. Após apurar, registre na tabela 2 o número de quadrados devidamente coloridos por equipe na linha 1, preenchendo a coluna 2 (Realizado).

Na segunda rodada, entregue outra cópia da tabela 1 para as equipes e repita a orientação: cada equipe deve registrar seu número na folha. Dessa vez, professor(a), conceda 2 minutos para que as equipes se organizem e pensem na melhor estratégia para conseguir entregar o maior número de quadrados coloridos com qualidade. Somente após esse tempo de planejamento pergunte quantos quadrados cada grupo pretende colorir e registrar na coluna Planejado da tabela 2. Só então anuncie que elas terão mais 1 minuto e 30 segundos a partir do momento em que o cronômetro for acionado novamente.

Professor(a), recolha as folhas e faça a conferência após o término do tempo, atentando-se aos critérios. Após apurar, registre na tabela 2 o número de quadrados devidamente coloridos por equipe na linha 2 da coluna 2 (Realizado), verificando quais equipes mais se aproximaram de entregar o resultado pretendido, comparando as colunas Planejado e Realizado.

Agora que as equipes já conhecem as regras, dê novamente 2 minutos para planejarem, sendo que nessa terceira rodada elas já sabem que podem escolher quantos quadrados pretendem colorir, para que o resultado se aproxime do objetivo. Após o planejamento, pergunte quantos quadrados cada equipe planeja colorir na rodada e registre na coluna Planejado da tabela 2. Em seguida, acione o cronômetro e ao término de 1 minuto e 30 segundos recolha as folhas. Registre o total de quadrados validados na coluna Realizado e faça novamente a conferência comparando as colunas Planejado e Realizado.

Professor(a), declare qual foi a equipe vencedora e parabenize toda a turma pela participação. Essa dinâmica deve ser encerrada com uma conversa sobre organização e planejamento, evidenciando como planejar uma ação considerando as circunstâncias que a envolvem pode trazer melhores resultados.

Para mais detalhes sobre a dinâmica, acesse o link a seguir: https://www.youtube.com/watch?v=_UWagyBcnL4



Vamos registrar

Professor(a), aproveite para pedir aos(às) estudantes que se expressem (no caderno ou em outro instrumento que vocês estejam utilizando): como se sentiram durante a realização da dinâmica? Como administraram as emoções em relação à pressão do tempo? Como se sentiram com a divulgação do resultado dos vencedores? Gostariam de que o resultado tivesse sido diferente? Por quê?



O que aprendi

Por fim, professor(a), organize um momento de reflexão, ajudando a turma a refletir sobre o que foi realizado até o momento, a partir das seguintes perguntas:

- O que vocês acharam das atividades?
- Vocês acham que se conhecem mais depois das atividades?
- Quais potencialidades vocês descobriram que serão importantes para a construção de seus projetos de vida?



Referências

https://certus.com.br/blog/canal-certus/autoconhecimento-para-criancas-veja-como-a-escola-pode-ajudar/
https://www.fundacaotelefonicavivo.org.br/noticias/a-importancia-de-construir-um-projeto-de-vida/
https://www.youtube.com/watch?v=Zzq9susfhzw
http://jornadapedagogica.educacao.ba.gov.br/wp-content/uploads/2022/06/Projeto-de-Vida-na-Escola-EBook2021-FTV-SEC-AFETO-CIPO-3.pdf
https://lunetas.com.br/perguntar-para-uma-crianca-o-que-ela-quer-ser-e-uma-ofensa-isso-e-apagar-o-que-ela-ja-e/
https://www.youtube.com/watch?v=_UWagyBcnL4
https://drive.google.com/file/d/1PrW-iwXgjdfh0Jq71sCuRp-b82T0AYyN/view
BRASIL. Estatuto da Criança e do Adolescente. Lei 8.069/90. São Paulo, Atlas, 1991.

Aula 2



Descrição da aula

Explorar os elementos *O quê?*, *Por quê?* e *Para quê?* do Projeto de Vida por meio de atividades para identificar metas pessoais, motivações e impactos desejados de suas ações no futuro.

Professor(a), dando continuidade às descobertas sobre **projeto de vida,** inicie uma conversa para identificar o que os(as) estudantes compreenderam sobre o que foi dialogado na Aula 1. Esse é um bom momento para valorizar e compartilhar os entendimentos e para inserir novos conceitos e esclarecimentos.

Ao longo da aula, conduza a conversa e organize as falas, mas também deixe que os(as) estudantes se expressem livremente. Além disso, lembre-se de identificar aqueles(as) que participam pouco ou que demonstram dificuldades em participar dos diálogos e das demais atividades, auxiliando-os(as) em diferentes formas de expressarem suas percepções e de evidenciarem suas habilidades.



Palavras-chave

Projeto de Vida; autoconhecimento.



Ampliando as aprendizagens

Nesta aula, vamos expandir um pouco mais nossa conversa sobre a importância de se construir um **projeto de vida** para o(a) estudante e aprofundar esse conceito. A construção do Projeto de vida é um caminho de muitos passos, que estamos percorrendo juntos durante as aulas. Você, professor(a), é um importante

mediador desse processo de busca pelo autoconhecimento dos(as) estudantes.

Inicialmente, o(a) estudante deve compreender **o que é projeto de vida**. Esse entendimento facilitará a compreensão do **motivo** pelo qual é importante que ele(a) construa um projeto de vida. Assim, é importante relembrar:

O que é projeto de vida?

O **projeto de vida** é uma iniciativa cujo objetivo é criar uma ponte entre quem o(a) estudante é e quem ele(a) quer ser. Por meio desse planejamento, o(a) estudante ganha uma melhor compreensão sobre os interesses profissionais, sociais e pessoais que compõem sua personalidade.

Disponível em: <https://blog.plataformaaz.com.br/>. Acesso em 3 jan. 2024.

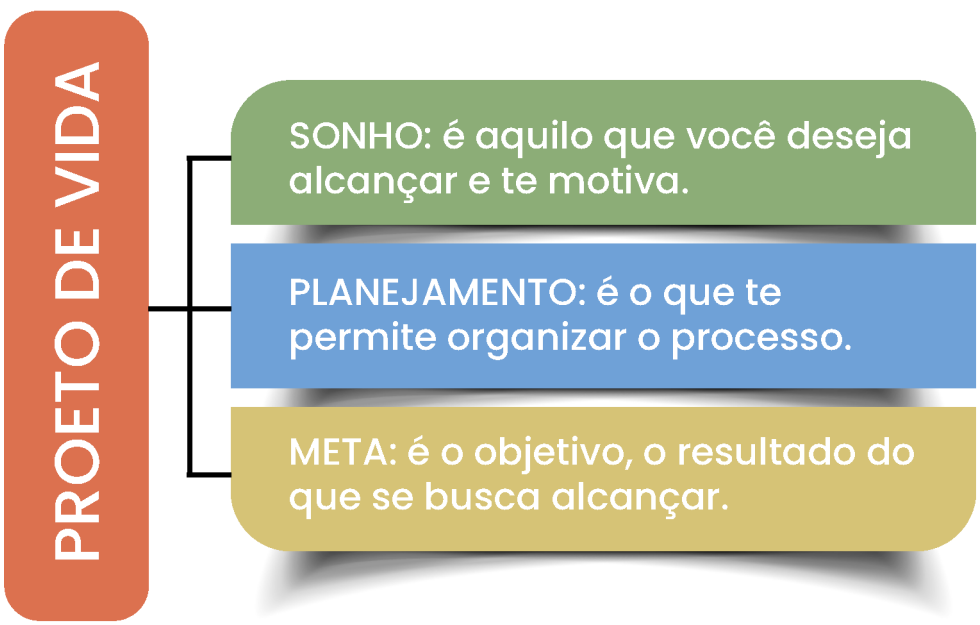
Isso significa que o projeto de vida vai muito além de um instrumento para preparar o(a) estudante para a vida profissional: ele também favorece o autoconhecimento, o planejamento e, consequentemente, o alcance de resultados desejados. Assim, o **projeto de vida** aproxima o(a) estudante dos seus objetivos, potencializa as suas qualidades e direciona o seu foco, sem que ele(a) perca a sua individualidade. Por isso, é fundamental que durante a construção do Projeto de Vida o(a) estudante reflita sobre seus **objetivos**, **metas** e **planos**.



Por quê? e Para quê?

Há algumas razões pelas quais o(a) estudante deve construir o seu **projeto de vida.** Tão importante quanto a linha de chegada é o ponto de partida. O **projeto de vida** permite que o(a) estudante tenha uma visão ampla de toda a sua trajetória, pois, ao perceber-se como protagonista do processo, ele(a) tem mais clareza de suas ações e de como suas escolhas e atitudes no presente podem gerar consequências no futuro. Assim, é preciso entender que ter metas claras e planos bem estruturados nos permite maior coerência em nossas ações. Nesse sentido, é essencial ter prioridades e valorizar atitudes que favoreçam o alcance de objetivos.

A Base Nacional Comum Curricular reforça que o **projeto de vida** é importante para crianças do ensino fundamental, pois permite "projetar a vida adulta com simulações de experiências do mundo do trabalho mais lúdicas, métodos ativos, encenações, brincadeiras, jogos cooperativos e teatrais mantêm o brilho e a espontaneidade, além de contribuir para o processo de internalização de regras e saberes". (BRASIL, 2018). Dessa forma, mesmo entendendo que o(a) estudante de ensino fundamental tem capacidade de compreensão e dimensão do futuro, ele(a) pode precisar de ajuda na descoberta do autoconhecimento para organizar seus sentimentos e conseguir se entender no espaço que ocupa. É por isso que atividades que o(a) auxiliem a compreender seu papel como cidadão(ã) e suas possibilidades de atuação na sociedade são tão importantes nessa etapa do desenvolvimento.



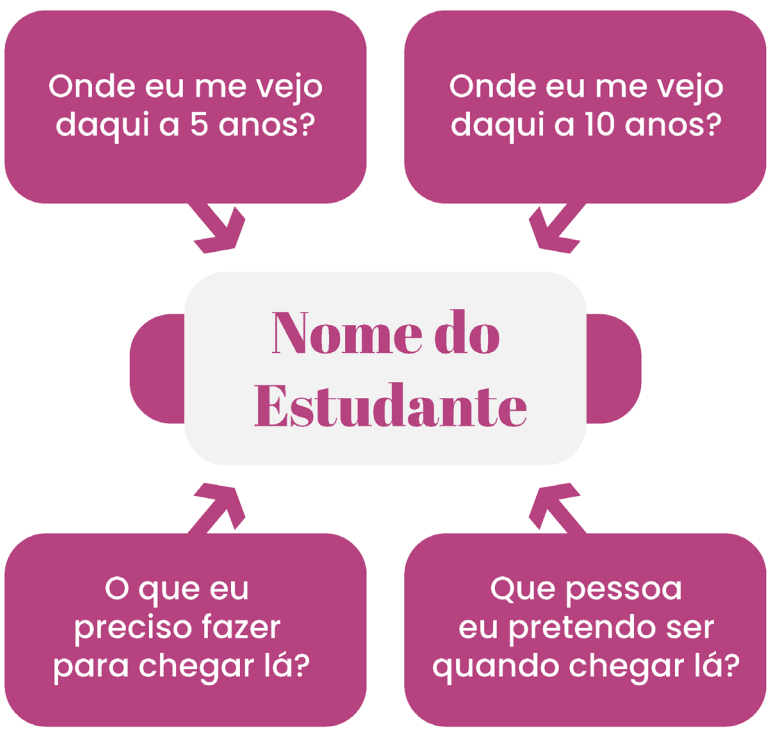


Vamos registrar

Professor(a), propomos um registro que pode revelar em que parte do processo de compreensão, identificação e construção do **projeto de vida** os(as) estudantes estão:

- O que é e para que serve o projeto de vida?
- Por que planejar é tão importante?
- Quem é a pessoa mais importante no processo de construção do meu projeto de vida?
- Do que eu preciso para começar um projeto de vida?

Como complemento às reflexões acima, peça também que realizem o preenchimento do esquema abaixo. Você pode entregar fotocópias ou pedir que desenhem a partir do modelo proposto, que você pode reproduzir no quadro.





O que aprendi

Professor(a), organize um momento de debate levando os(as) estudantes a pensarem sobre a atividade.

- O que você aprendeu hoje que não sabia antes dessa aula?
- Qual palavra representa seu sentimento em relação ao tema projeto de vida?



Referências

https://blog.plataformaaz.com.br/projeto-de-vida/
https://inovaedu.com.br/o-que-e-projeto-de-vida/
https://novoensinomedio.educacao.rj.gov.br/pdfs/materiais/opa-pv-prof.-1ano-1sem.-identidade.pdf
https://www.neca.org.br/wp-content/uploads/2022/02/Meu-Futuro-e-o-Meu-Projeto-de-Vida.-Guia-Pratico-para-a-Construcao-de-um-Projeto-de-Vida.pdf
https://www.tjdft.jus.br/informacoes/programas-projetos-e-acoes/pro-vida/dicas-de-saude/pilulas-de-saude/projetos-de-vida-qual-e-a-importancia-de-planejar
BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular. Brasília, 2018.

▶▶▶ Aula 3 ◀◀◀



Descrição da aula

Quem sou eu? Conversas a partir de atividades sobre autoconhecimento, como desenhos ou redações breves, em que os(as) estudantes expressem seus gostos, desejos e interesses.

Professor(a), dando continuidade à sequência de aulas sobre **autoconhecimento** e **identidade** na construção do projeto de vida, é importante que você realize uma conversa para identificar o que os(as) estudantes compreenderam sobre o que foi dialogado até agora.



Palavras-chave

Projeto de vida; autoconhecimento; identidade.



Ampliando as aprendizagens

Professor(a), nesta aula, vamos nos aprofundar em dois conceitos: **autoconhecimento** e **identidade**, compreendendo que, apesar de semelhantes, esses termos têm sentidos e implicações distintas.



O **autoconhecimento** está ligado à auto-observação e, portanto, a conhecer-se a si próprio, percebendo e entendendo seus sentimentos e atitudes nas situações cotidianas ou

inesperadas. Assim, **autoconhecimento** é ter conhecimento sobre si mesmo(a), é ter clareza sobre a sua existência, é ter propósitos traçados, é entender a sua forma de pensar e de se relacionar. Por meio do processo de autoconhecimento, um indivíduo entende mais sobre suas características pessoais e se aproxima de seus propósitos.

"Conhece-te a ti mesmo":

Essa frase se tornou uma referência quando se fala de **autoconhecimento** e do conhecimento do mundo. Para o pensador grego Sócrates, autor da frase, conhecer-se é o ponto de partida para ter uma vida equilibrada e mais feliz.

A **identidade** diz respeito a um conjunto de características de uma pessoa, que fazem com que ela seja um indivíduo único. Por isso, é tão importante que, além de nos conhecermos, também saibamos fortalecer a nossa identidade.

Entende-se que a **identidade** começa a se desenvolver na infância e estará em constante evolução durante a vida. Segundo Sara Macedo (2020), o início da construção "desta identidade se dá em nossa convivência familiar, quando recebemos diversas informações e estímulos de nossos pais, irmãos e pessoas que convivemos". Sendo assim, é fundamental que você, professor(a), seja um facilitador desse processo de construção contínua, que começa no ambiente familiar e atravessa o ambiente escolar. Todo indivíduo precisa construir e fortalecer a sua **identidade** com base em referências. Nessa perspectiva, o acolhimento, o afeto, o cuidado e a atenção que você direciona aos(às) estudantes também serão elementos de construção de suas identidades.



Vamos registrar



Professor(a), incentive os(as) estudantes a registrarem suas descobertas e seus sonhos, orientando-os(as) a colá-las ou grampeá-las no caderno ou no portfólio. Existem muitas formas de registro que podem ser utilizadas nas aulas de Projeto de Vida. A atividade da aula de hoje é o *Stop*: *Quem sou eu*? Imprima uma cópia da planilha a seguir para cada estudante.

STOP: QUEM SOU EU?								
NOME:							DATA:	
Letra sorteada	Nome de alguém que eu admiro	Uma qualidade que eu tenho	Uma qualidade que eu gostaria de ter	Uma emoção que gosto de sentir	Meu maior sonho é ser...	Tenho talento para...	Eu me sinto bem quando...	Total

Instruções: Para definir a letra de cada rodada, escreva cada letra do alfabeto em um papel. Em seguida, dobre cada um, colocando-os em um pote ou caixa. Inicie o sorteio das letras. A primeira coluna será preenchida, a cada rodada, com a letra sorteada, que servirá para guiar o registro dos(as) estudantes nas demais colunas. Lembre-os(as) de que o primeiro que terminar de preencher todas as colunas deve gritar STOP e todos devem parar. Você irá fazer a conferência oralmente e orientar que registrem a nota 10 cada vez que preencherem uma coluna com a letra certa, sem que ninguém mais tenha escrito a mesma coisa ou com o mesmo sentido.

Quando mais de um(a) estudante escrever a mesma coisa ou com sentido muito parecido, esses devem registrar nota 5. Todos devem escrever nota 0 (zero) para os espaços que deixaram em branco. Ao final da conferência, cada um(a) soma o total de pontos da rodada e preenche no quadrinho da última coluna. Durante a execução, você conseguirá dimensionar quantas rodadas serão possíveis, pois o tempo disponível e a quantidade de estudantes da turma poderão alterar o número de rodadas. Ao final, vence quem obtiver mais pontos somando todas as rodadas.



O que aprendi

Professor(a), organize um momento de debate levando os(as) estudantes a pensarem sobre a atividade.

- Vocês tiveram dificuldade em realizar a atividade? Por quê?
- Vocês acham que se conhecem bem?
- Como vocês acham que podem se conhecer melhor?



Referências

https://institutoresonare.com.br/identidadeeautoconhecimento/
https://www.protagonizecursos.com.br/blog/autoconhecimento/autoconhecimento/
https://www.todamateria.com.br/conhece-te-a-ti-mesmo/
https://aprimoramente.com/blog/50-perguntas-para-o-autoconhecimento
https://institutoresonare.com.br/tag/sara-macedo/ Dossiê da Identidade e Autoconhecimento por Sara Macedo jun, 2020.

▶▶▶ Aula 4 ◀◀◀



Descrição da aula

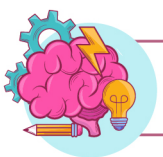
Explorar a identidade pessoal evidenciando como a família, os amigos e a comunidade influenciam quem somos (priorizar atividades interativas, como montar um mural de fotos ou histórias que representem suas identidades).

Professor(a), dando continuidade à sequência de aulas sobre **autoconhecimento** e **identidade** na construção do projeto de vida, é importante que você inicie uma conversa para identificar o que os(as) estudantes compreenderam sobre o que foi dialogado nas aulas anteriores. Ao longo desta aula, incentive a participação da turma e ouça atentamente as suas colocações.



Palavras-chave

Projeto de vida; autoconhecimento; identidade.



Ampliando as aprendizagens

Professor(a), retome com os(as) estudantes o que foi dialogado até aqui, relembrando os principais valores estudados e os principais pontos de diálogo que vocês estabeleceram nesta sequência didática.

Para sintetizarem o que aprenderam, eles(as) realizarão o Varal-Mural da Identidade.

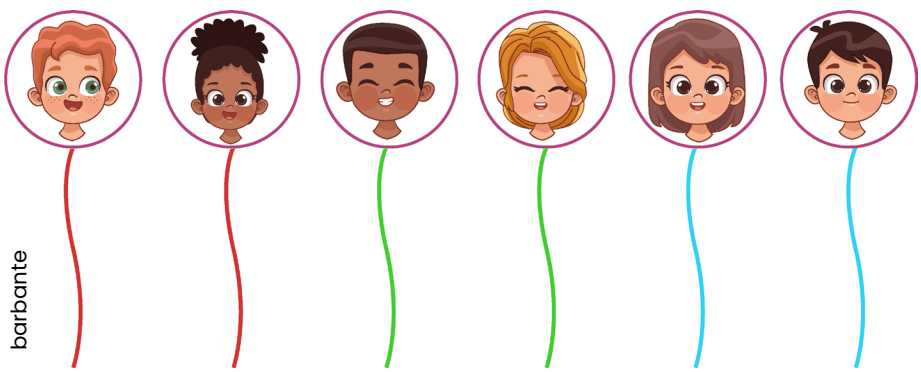


Para a execução da tarefa, serão necessários os seguintes materiais:

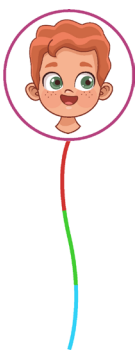
- 1 rolo de barbante (caso seja possível, utilizem barbantes coloridos);
- 1 foto de cada estudante;
- Revistas variadas para recorte;
- Quadrados de 12cm x 12cm de papel-cartão;
- Tesoura;
- Durex;
- Cola.

Professor(a), você precisará fixar uma foto de cada estudante, lado a lado, no topo do mural, respeitando um espaço de aproximadamente 3 cm entre as fotos.

Depois, prenda com durex um pedaço de barbante de 1,50 cm por baixo de cada foto em direção ao chão, como no modelo abaixo:



Se for possível, utilize barbantes coloridos a cada 50 cm, formando uma linha com 3 cores, conforme modelo abaixo:



Com base no que temos trabalhado durante toda essa sequência didática, entregue revistas para os(as) estudantes recortarem imagens que representem seus sonhos e metas. Oriente-os(as): as gravuras devem contar uma história. Desse modo, não devem ser contraditórias, ou seja, uma gravura deve complementar a informação de outra. Peça que procurem 3 imagens que representem o lado pessoal, 3 que representem o lado profissional e outras 3 que representem sua relação com a comunidade (por isso, os barbantes coloridos podem ser interessantes, pois demarcam a identidade dos(as) estudantes em 3 âmbitos: pessoal, profissional e social).

Entregue 9 recortes de papel-cartão para cada estudante e peça para colarem as gravuras, pois assim ficarão mais firmes depois de fixadas no barbante. Caso não consiga usar os barbantes coloridos, você pode optar por cartões com cores diferentes para cada âmbito.

O importante, aqui, é que os(as) estudantes possam visualizar possibilidades e fazer distinção entre o que é pessoal, o que é profissional e o que social.

Após a conclusão do mural, peça à turma para realizar uma rápida apuração, identificando sonhos particulares e aqueles que aparecem de forma mais frequente.



Referências

https://institutoresonare.com.br/identidadeeautoconhecimento/
https://www.protagonizecursos.com.br/blog/autoconhecimento/autoconhecimento/
https://www.todamateria.com.br/conhece-te-a-ti-mesmo/
https://aprimoramente.com/blog/50-perguntas-para-o-autoconhecimento
https://inovaedu.com.br/o-que-e-projeto-de-vida/
https://novoensinomedio.educacao.rj.gov.br/pdfs/materiais/opa-pv-prof.-1ano-1sem.-identidade.pdf
http://www.pensamentopositivo.com.br/projetodevida/

GOVERNO DO ESTADO
DO ESPÍRITO SANTO
Secretaria da Educação

SEQUÊNCIA DIDÁTICA 3

CONCEITUANDO VALORES E ÉTICA



GOVERNO DO ESTADO
DO ESPÍRITO SANTO
Secretaria da Educação

SEQUÊNCIA DIDÁTICA 3

CONCEITUANDO VALORES E ÉTICA

1º TRIMESTRE

SEQUÊNCIA DIDÁTICA 3 | 6º ANO						
Quantidade de aulas	Eixo Temático	Pilar	Unidade temática	Competência socioemocional	Objetivo Geral	Objetivo Específico
4 Aulas	Identidade, Valores e Responsabi-lidade Social	Aprender a ser	Construção do Projeto de Vida	Autoconhecimento	Reconhecer sua identidade e seus valores.	Agir de modo consciente diante das situações da vida cotidiana.

Aula 1



Descrição da aula

O que são *valores*? Conversa introdutória sobre o conceito de valores e sua relevância no cotidiano.

Professor(a), para introduzir a temática de **valores** e ética com os(as) estudantes, é importante que você inicie uma conversa para identificar o nível de conhecimento deles(as) acerca do assunto. Instigue-os(as) a definirem com autonomia o que eles(as) entendem por **valores** e peça que apontem exemplos. Esse é um bom momento para valorizar e compartilhar os entendimentos prévios sobre o assunto e inserir novos conceitos e esclarecimentos.

Ao longo das aulas, é importante que você identifique os(as) estudantes que participam pouco ou que demonstram dificuldades em estabelecer diálogos. Relate suas percepções em um diário de bordo para facilitar as mudanças nos planejamentos e permitir a criação de novas estratégias metodológicas, quando necessário.



Palavras-chave

Projeto de vida; autoconhecimento; valores.



Contextualização

Professor(a), trabalhe com os(as) estudantes o fato de que na adolescência passamos por algumas mudanças e muitas descobertas sobre nossa própria personalidade. Nessa fase da vida, o **autoconhecimento** é muito importante para lidar consigo mesmo e com o outro, além de ser de grande relevância à tomada

de decisões, ao planejamento do futuro, ao desenvolvimento de habilidades e à construção de uma vida emocionalmente saudável. Sendo assim, conhecer a si mesmo é o ponto de partida para o projeto de vida.

O **autoconhecimento**, como o próprio termo indica, é o conhecimento que uma pessoa tem sobre si mesma. Trata-se de uma investigação em que o indivíduo busca identificar quais são suas características mais marcantes, seus gostos, suas inclinações, seus padrões de comportamento e seus sentimentos. Assim, o autoconhecimento é o ponto de partida para o nosso constante aprimoramento e para a realização de escolhas saudáveis e bem-sucedidas.

Prossiga definindo que os **valores** são princípios norteadores de ações, responsáveis por promover etiquetas de convivência, respeito e boas atitudes, sobretudo perante os desafios da vida. Entende-se que os valores são universais e que devem ser comuns a todas as culturas e sociedades, sendo cultivados e praticados ao longo do tempo. Desse modo, é essencial que se compreenda que bons exemplos são fundamentais para ampliar valores, uma vez que devemos seguir os princípios que desejamos transmitir. Por isso, é preciso que todos estejam atentos aos seus pensamentos e ações, refletindo sobre como o próprio comportamento influencia outros indivíduos. O **autoconhecimento** é muito importante para que não haja inversão de **valores**, ou seja, para que os princípios fundamentais de ética e moral não sejam menosprezados ou esquecidos, independentemente da situação ou do contexto social.

Nesta primeira aula, vamos nos aprofundar em dois valores: **responsabilidade e autorregulação.** Como subsídio, apresentamos abaixo um breve conceito sobre cada um deles.

RESPONSABILIDADE

- É a capacidade de assumir a responsabilidade pelas consequências das nossas ações e decisões e de tomar medidas para corrigir quaisquer erros ou problemas que tenhamos causado. A responsabilidade é importante porque nos ajuda a desenvolver uma forte ética nas relações interpessoais, contribuindo para que sejamos cidadãos responsáveis e empenhados.

AUTOREGULAÇAO

- A autorregulação refere-se à capacidade de controlar as nossas emoções frente às circunstâncias da vida, o que influencia diretamente nossas ações e decisões. Esse valor nos permite manter o foco constante e consistente em nossas metas e objetivos. A autorregulação é importante porque nos ajuda a lidar melhor com nós mesmos, com o outro e com o mundo, além de conribuir na busca adequada por objetivos de longo prazo e pelo bem-estar em nossas vidas.

Responsabilidade e autorregulação são valores que dizem muito sobre as pessoas e sobre como elas se relacionam com o meio em que vivem. Cultivando esses valores, os indivíduos podem desenvolver qualidades que propiciam as boas relações interpessoais, como ser responsável por seus atos e palavras, tratar o outro de maneira ética e responsável, cumprir corretamente suas obrigações e ser disciplinado e focado.



Vamos conversar

Antes de proceder à prática, é adequado, professor(a), que você tenha um momento de escuta dos(as) estudantes para identificar conceitos que eles(as) já trazem consigo, respeitando e auxiliando aqueles(as) que têm dificuldades para se expressar. Assim, organize a turma em círculo e conduza a conversa a partir das perguntas abaixo (lembre-se de utilizar linguagem apropriada à faixa etária dos(as) estudantes, instigando-os(as) a ampliarem os conhecimentos que já dominam).

- Você tem responsabilidades em casa? E na escola?
- Você gosta de regras?
- Você segue regras, horários e limites? Acha que eles são importantes? Por quê?
- Como você acha que seria o mundo sem responsabilidades e regras?
- Como você se sente quando alguém não cumpre as próprias responsabilidades?



Vamos explorar

Professor(a), explore com os(as) estudantes os sentidos da tirinha abaixo. O que significa, para eles(as), ter responsabilidade? Que principais responsabilidades eles(as) têm? Como lidam com elas? Uma pessoa com a autorregulação mais apurada consegue lidar melhor com responsabilidades?



Disponível em: <https://br.pinterest.com/pin/106890191134249239/>. Acesso em: 12 jan. 2024.

Vamos registrar

Professor(a), durante as aulas de Projeto de Vida, é essencial que os(as) estudantes façam registros de suas impressões, descobertas e sonhos. Para esta aula, com base nos diálogos sobre responsabilidade e autorregulação, distribua para cada estudante um painel impresso, que deverá ser preenchido individualmente no decorrer das três primeiras aulas desta sequência didática. A seguir, apresentamos um modelo para o painel:

Trabalhando valores		
AULA 1	**AULA 2**	**AULA 3**
Cumpro minhas responsabilidades adequadamente quando...	Posso cooperar no dia a dia com...	Respeito o outro quando...

Oriente os(as) estudantes a preencherem apenas a coluna referente à Aula 1, com base no diálogo sobre os valores **responsabilidade** e **autorregulação**.



O que aprendi

Por fim, professor(a), organize um momento de reflexão, levando os(as) estudantes a rememorarem o que foi realizado até o momento. Você pode utilizar as seguintes perguntas:

- O que vocês acharam da nossa aula? E das atividades?
- Vocês conseguiram refletir um pouco sobre vocês mesmos?
- Quais potencialidades vocês descobriram que serão importantes para a construção do Projeto de Vida?



Referências

https://escolaportalsorocaba.com.br/blog/como-ensinar-etica-aos-filhos/
https://wellwo.es/pt/os-9-valores-humanos-mais-importantes/
https://k21.global/br/blog/tutorial-do-mural-3-principais-funcionalidades
https://br.pinterest.com/pin/431923420496121002/
https://www.significados.com.br/valores-humanos/

Aula 2



Descrição da aula

Reflexão sobre os valores pessoais e promoção de atividades que auxiliem os(as) estudantes a reconhecerem seus próprios valores.

Professor(a), dando continuidade à temática de **valores** com os(as) estudantes, é importante que você inicie uma conversa para identificar o que os(as) estudantes compreenderam sobre o que foi dialogado na Aula 1. Esse é um bom momento para valorizar e compartilhar os entendimentos e para inserir novos conceitos e esclarecimentos.

Ao longo da aula, conduza a conversa e organize as falas, mas também deixe que os(as) estudantes se expressem livremente. Lembre-se de identificar aqueles(as) que participam pouco ou que demonstram dificuldades em dialogar e em participar das demais atividades, auxiliando-os em diferentes formas de expressarem suas percepções e de evidenciarem suas habilidades.



Palavras-chave

Projeto de Vida; autoconhecimento; valores.



Ampliando as aprendizagens

Nesta aula, vamos nos aprofundar em três valores: **gentileza, cooperação e generosidade**. Para subsidiar a proposta, apresentaremos adiante um quadro com as definições necessárias.

Gentileza, cooperação e generosidade são valores que remetem à boa convivência e à capacidade de praticar o bem sem esperar algo em troca. Os verdadeiros

significados desses valores estão relacionados à forma como as pessoas se comportam, por meio de gestos, condutas e práticas.



Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=NBDlyTNUyAc . Acesso em: 09 jan. 2024.

Para introduzir a temática com os(as) estudantes, sugerimos a reprodução do vídeo *Joy Story: Uma Mensagem de Solidariedade*. Assistam e dialoguem sobre a mensagem que a história busca transmitir.

Amplie o diálogo sobre o vídeo a partir das definições abaixo. Antes, indague os(as) estudantes sobre o que eles(as) compreendem acerca de cada um desses valores. À medida que responderem, introduza os conceitos do quadro, ampliando os apontamentos realizados pela turma.

GENTILEZA

- A gentileza é a qualidade do que é gentil, amável. Gentileza é uma amabilidade, uma delicadeza praticada por algumas pessoas. É uma forma de atenção e de cuidado que torna os relacionamentos mais humanos e mais amorosos.

Disponível em https://www.significados.com.br/gentileza

COOPERAÇÃO

- Um dos valores humanos mais importantes é a cooperação. Trata-se da solidariedade e do apoio mútuo entre as pessoas. A cooperação é importante porque nos ajuda a ultrapassar as adversidades e a enfrentar os desafios da vida cotidiana em conjunto.

GENEROSIDADE

- A generosidade refere-se à partilha e à doação desinteressada aos outros, seja em termos de tempo, dinheiro, recursos ou outro. A generosidade é importante porque nos ajuda a desenvolver uma atitude de serviço e colaboração com os outros, fomentando a compaixão e a empatia e a contribuição para o bem-estar da nossa comunidade e da sociedade em geral.

Disponível em https://wellwo.es/pt/os-9-valores-humanos-mais-importante

Professor(a), continue o diálogo com os(as) estudantes: José Datrino, um pregador urbano brasileiro, ficou conhecido como Profeta Gentileza por difundir no Rio de Janeiro suas mensagens de gentileza. Sua frase mais célebre, *Gentileza gera gentileza*, difundiu-se pelo Brasil. Pergunte: os(as) estudantes já a ouviram em algum lugar? Eles(as) concordam com essa afirmação? O que a cooperação e a generosidade têm a ver com a gentileza?



Reprodução das pinturas que o Profeta Gentileza fazia nos muros do Rio de Janeiro. Disponível em: < https://rgproprio.com/2015/05/15/gentileza-gera-gentileza/>. Acesso em: 11 jan. 2024.

Depois desse momento de reflexão, proponha aos(às) estudantes a realização da atividade da próxima seção.



Vamos registrar

Professor(a), incentive os(as) estudantes a registrarem suas descobertas e seus sonhos. Cada atividade realizada poderá ser impressa e colada ou grampeada no caderno ou no portfólio. Existem muitas formas de registro que podem ser utilizadas nas aulas de Projeto de Vida, mas, para esta aula, sugerimos o painel impresso, que, desde primeira aula, deve ter sido colado nos cadernos dos(as) estudantes – ou em outro instrumento que vocês estejam utilizando.

Professor(a), com base nos diálogos estabelecidos sobre **gentileza, cooperação e generosidade**, retome com os(as) estudantes o painel impresso que foi colado nos cadernos. Oriente-os(as), agora, a preencherem apenas a coluna referente à Aula 2, com base nas reflexões sobre os valores vistos nesta aula: gentileza, cooperação e generosidade.

Trabalhando valores		
AULA 1	AULA 2	AULA 3
Cumpro minhas responsabilidades adequadamente quando...	Posso cooperar no dia a dia com...	Respeito o outro quando...



O que aprendi

Professor(a), organize um momento de escrita em que os(as) estudantes respondam à seguinte pergunta: *A sociedade brasileira é gentil?*

Você pode utilizar as perguntas abaixo para norteá-los no processo de escrita:

- Vocês já haviam parado para pensar no quanto a gentileza, a cooperação e a generosidade são importantes para as nossas vidas?
- O que falta para que esses valores se tornem mais presentes no cotidiano do nosso país?



Referências

https://escolaportalsorocaba.com.br/blog/como-ensinar-etica-aos-filhos/
https://wellwo.es/pt/os-9-valores-humanos-mais-importantes/
https://k21.global/br/blog/tutorial-do-mural-3-principais-funcionalidades
https://www.significados.com.br/valores-humanos/
https://www.youtube.com/watch?v=NBDlyTNUyAc
https://www.significados.com.br/valores-morais/

Aula 3



Descrição da aula

Abordar a importância dos valores explorando como eles podem influenciar o comportamento e as decisões individuais.

Professor(a), amplie, nesta aula, a perspectiva do quanto os valores humanos são importantes e instigue os(as) estudantes a pensarem: todas as pessoas partilham dos mesmos valores? Por quê? De que forma nossos valores impactam as nossas decisões? E como impactam a sociedade?



Palavras-chave

Projeto de Vida; autoconhecimento; valores.



Ampliando as aprendizagens

Nesta aula, vamos expandir o diálogo sobre valores apresentando mais três: **honestidade**, **respeito** e **gratidão**. Pergunte aos(às) estudantes: o que eles(as) entendem por cada um desses conceitos? À medida que forem respondendo, introduza as definições. Como subsídio, utilize os quadros abaixo:

HONESTIDADE

- Refere-se à integridade e à sinceridade nas nossas ações e nas nossas relações com os outros. A honestidade é importante porque nos ajuda a construir relações de confiança e a promover a credibilidade e a transparência nas nossas interações sociais. Quando somos honestos, respeitamos a confiança que o outro depositou em nós.

RESPEITO

- Entre os valores humanos mais proeminentes está o respeito, que se refere sobretudo às diferenças entre os indivíduos, seja em termos de cultura, classe social, religião, raça, gênero, orientação sexual, dentre outros. O respeito é importante porque nos ajuda a promover a inclusão e a diversidade, a ultrapassar preconceitos e discriminações e a construir comunidades mais justas, harmoniosas e equitativas.

GRATIDÃO

- É reconhecer e valorizar as coisas boas que temos na vida, expressando o nosso apreço por elas. A gratidão é importante principalmente porque nos ajuda a desenvolver uma visão mais positiva e otimista da vida, a cultivar relações mais saudáveis e significativas e, consequentemente, a melhorar o nosso bem-estar emocional e mental.

Disponível em https://wellwo.es/pt/os-9-valores-humanos-mais-importante

Professor(a), antes de iniciar a conversa, com o intuito de envolver os(as) estudantes na abordagem sobre os **valores** que serão trabalhados na aula de hoje, sugerimos que você ouça, junto com a turma, a música *Dia especial*, de Cidadão Quem. Distribua cópias da letra para que os(as) estudantes realizem a leitura enquanto ouvem a canção.

Dia especial
Cidadão Quem

Se alguém
Já lhe deu a mão
E não pediu mais nada em troca
Pense bem
Pois é um dia especial
Eu sei
Não é sempre
Que a gente encontra alguém
Que faça bem
Que nos leve deste temporal

O amor é maior que tudo do que todos,
Até a dor se vai
Quando o olhar é natural
Sonhei que as pessoas eram boas
Em um mundo de amor
[...]
Mas te vejo e sinto
O brilho desse olhar
Que me acalma
E me traz força pra encarar tudo

Professor(a), envolvidos pela temática da música, dê prosseguimento às atividades com os(as) estudantes.

Em seguida, dialogue com a turma: alguém já conhecia essa canção? Qual mensagem ela transmite? Amplie o momento com as perguntas abaixo:

- Você já foi ajudado(a) por alguém que não pediu nada em troca? Como se sentiu?
- Você também costuma ajudar as pessoas sem pedir nada por isso?
- Você sente gratidão por alguma coisa? Se sim, costuma demonstrar?
- Como você se sente quando as pessoas são gratas com você? E quando não são?

Amplie o debate para os demais valores que trabalharemos:

- Você já se sentiu feliz diante de alguma situação de honestidade?
- Você acha que honestidade tem a ver com falar a verdade?
- Você é tratado(a) com respeito pelas pessoas? E costuma respeitá-las?
- Os valores honestidade, respeito e gratidão nos ajudam a tomar boas decisões? Por quê?
- Você tem paciência com os outros e sabe respeitar as diferenças?



Vamos registrar

Professor(a), depois desse momento de reflexão, proponha aos(às) estudantes a realização da atividade abaixo. Com base nos diálogos sobre honestidade, respeito e gratidão, retome com a turma o painel impresso que foi colado nos cadernos e que continuará a ser preenchido individualmente nesta aula.

Trabalhando valores		
AULA 1	AULA 2	AULA 3
Cumpro minhas responsabilidades adequadamente quando...	Posso cooperar no dia a dia com...	Respeito o outro quando...

Oriente os(as) estudantes a preencherem apenas a coluna referente à Aula 3, com base no que vocês conversaram sobre os valores gentileza, cooperação e generosidade.

Professor(a), solicite aos(às) estudantes os seguintes registros:

- Receber gestos de gentileza nos ajuda a ser mais gentis?
- De que forma podemos cooperar positivamente com as vidas das outras pessoas?
- Se todos os indivíduos passassem a se respeitar, que mudanças poderíamos observar na sociedade?



O que aprendi

Professor(a), peça aos(às) estudantes que registrem, em forma de desenho ou pintura, como eles(as) imaginam que seria um mundo mais gentil e harmonioso. A atividade pode ser realizada no caderno ou em folhas separadas, que posteriormente podem compor um mural na sala de aula ou em outro espaço da escola.



Referências

https://escolaportalsorocaba.com.br/blog/como-ensinar-etica-aos-filhos/
https://wellwo.es/pt/os-9-valores-humanos-mais-importantes/
https://k21.global/br/blog/tutorial-do-mural-3-principais-funcionalidades
https://www.significados.com.br/valores-humanos/
https://nossacausa.com/tolerancia-como-praticar/
https://www.youtube.com/watch?v=I8keeMHiUw8

Aula 4



Descrição da aula

Introdução à ética: o que é ética e como se relaciona com valores.

Professor(a), para trabalhar a **ética** com os(as) estudantes, inicie uma conversa para identificar o conhecimento prévio da turma a respeito do assunto.

É muito importante que você se atente aos diferentes apontamentos que serão feitos, pois a ética é um conceito que objetiva estabelecer padrões de comportamento e conduta, mas que varia de acordo com os valores, as crenças e as vivências que os(as) estudantes já possuem. Assim, pode ser que eles(as) considerem algumas situações antiéticas como éticas, por serem socialmente naturalizadas. Auxilie-os(as) nessa importante compreensão.



Palavras-chave

Projeto de vida; autoconhecimento; ética.



Retomando as aprendizagens

Professor(a), até aqui, dialogamos sobre a importância de um projeto de vida e sobre valores que ajudam a construí-lo. Agora, vamos aprofundar esses assuntos para um de seus desmembramentos mais importantes e que depende dos valores humanos e sociais: a ética.

> *Segundo o dicionário, a ética «[...] tem o objetivo de refletir sobre a essência dos princípios, valores e problemas fundamentais da moral, tais como a finalidade e o sentido da vida humana, a natureza do bem e do mal, os fundamentos da obrigação e do dever, tendo como base as normas consideradas universalmente válidas e que norteiam o comportamento humano."*

Disponível em: <https://michaelis.uol.com.br/>. Acesso em: 05 jan. 2024.

O termo *ética* tem sua origem na Grécia Antiga e pode ser entendido como *costumes, hábitos, caráter e índole*. Sendo assim, a **ética** se resume como o estudo de ações que são representadas nos costumes das pessoas, nos seus hábitos sociais e no comportamento individual e coletivo. No campo da ética, os **valores** representam a base da conduta dos indivíduos no meio que habitam.

Um bom caminho para começar a entender o conceito de **ética** é se atentar ao modo como o resultado das nossas ações impacta a coletividade. O exercício dos principais valores estudados nessa sequência didática (responsabilidade, autorregulação, respeito, gentileza cooperação, generosidade, honestidade e gratidão) fortalecem o comportamento ético, porque ser **ético** é fazer o que é certo, não causando danos ao outro.

Professor(a), identifique, com os(as) estudantes, exemplos da vida cotidiana em que as pessoas não agem de maneira ética. Ajude-os(as) a pensarem:

- O comportamento ético é constituído por um conjunto de valores. Quais outros valores além dos que estudamos vocês acham valiosos para a boa convivência entre as pessoas?
- Quais os principais valores que você consegue identificar em sua sala de aula?
- Como indivíduo ético, quais os principais valores que você reconhece em si mesmo?
- Eu costumo ser ético no meu cotidiano?
- Como eu me sinto diante de atitudes antiéticas que presencio no meu dia a dia?
- As minhas ações são corretas em relação às regras da minha casa e da minha escola?

Depois desse momento de reflexão, proponha aos(às) estudantes a atividade abaixo:

Professor(a), após refletir com os(as) estudantes que valores são a base do comportamento **ético**, distribua um cartão para cada estudante. Eles(as) deverão elaborar uma frase autoafirmava reconhecendo seus principais valores como indivíduo **ético** (por exemplo: Eu sempre devolvo o dinheiro que recebo a mais em trocos). Faça a mediação desse momento de escrita e oriente a turma: cada um deve refletir sobre as próprias atitudes e relações antes de fazer seus registros.

Depois que a turma terminar de preencher, recolha os cartões, solicite que formem um círculo e que depositem os cartões no centro do círculo de modo que todos fiquem visíveis. Em seguida, peça que alguns(mas) estudantes escolham cartões, que não sejam os próprios, e que os leiam em voz alta.

A turma deverá se manifestar: as frases estão alinhadas com os acordos firmados pela sala?

Ao final, cada estudante recolhe o seu cartão para colar no caderno.



Referências

https://escolaportalsorocaba.com.br/blog/como-ensinar-etica-aos-filhos/
https://wellwo.es/pt/os-9-valores-humanos-mais-importantes/
https://k21.global/br/blog/tutorial-do-mural-3-principais-funcionalidades
https://www.significados.com.br/valores-humanos/
https://www.todamateria.com.br/etica/
https://brasilescola.uol.com.br/sociologia/o-que-etica.htm
https://educacao.uol.com.br/faq/o-que-e-etica-veja-os-diferentes-tipos-e-como-aplicar-no-dia-a-dia.htm

GOVERNO DO ESTADO
DO ESPÍRITO SANTO
Secretaria da Educação

SEQUÊNCIA DIDÁTICA 4

EXPLORANDO VALORES E ÉTICA



GOVERNO DO ESTADO
DO ESPÍRITO SANTO
Secretaria da Educação

SEQUÊNCIA DIDÁTICA 4

EXPLORANDO VALORES E ÉTICA

1º TRIMESTRE

SEQUÊNCIA DIDÁTICA 4 | 6º ANO						
Quantidade de aulas	Eixo Temático	Pilar	Unidade temática	Competência socioemocional	Objetivo Geral	Objetivo Específico
3 Aulas	Identidade, Valores e Responsabi-lidade Social	Aprender a ser	Construção do Projeto de Vida	Autoconhecimento	Reconhecer sua identidade e seus valores.	Agir de modo consciente diante das situações da vida cotidiana.

Aula 1



Descrição da aula

Princípios éticos nas relações cotidianas.

Professor(a), dando continuidade ao tema **ética**, é importante que você inicie uma conversa com os(as) estudantes para identificar se eles(as) compreenderam adequadamente esse conceito.

Reiteramos a importância de você orientá-los(as) na identificação de situações que eles(as) podem considerar como éticas quando, na verdade, rompem esse princípio.



Palavras-chave

Projeto de vida; autoconhecimento; valores; ética.



Contextualização

Professor(a), conforme dialogado até aqui, o **autoconhecimento** deve ser uma construção constante nas vidas de todas as pessoas, sendo fundamental que seu início ocorra antes da vida adulta.

Dialogue com os(as) estudantes sobre a ideia de que pensar no processo de autoconhecimento desde a adolescência pode torná-los(as) mais preparados(as) para superar algumas transformações comuns a essa fase, agregando valores pessoais significativos para que aproveitem o melhor das relações com familiares, amigos e outros indivíduos de sua convivência.

Assim, ao desenvolverem o autoconhecimento e reconhecerem os seus valores, colocando-os em prática, os(as) estudantes aproximam-se cada vez mais ao exercício da **ética**, que é o tema desta sequência didática.

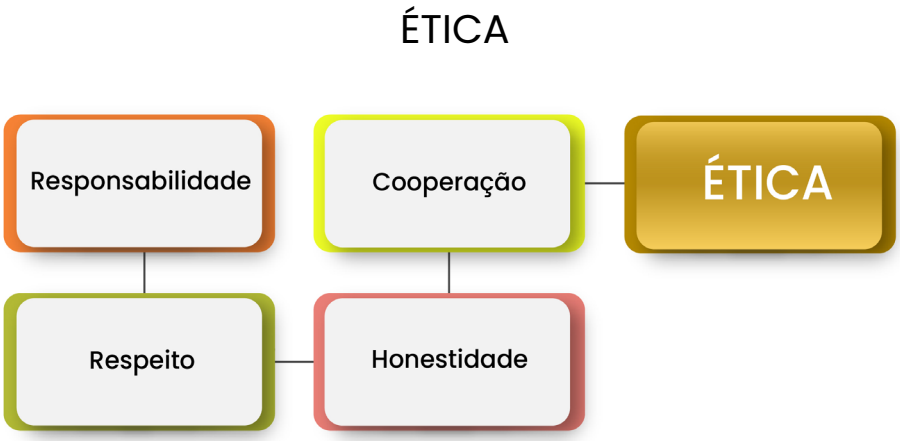
Vamos conversar

Professor(a), expanda a ideia de **ética** explicando que esse princípio se preocupa principalmente com questões morais a respeito de nossas ações e valores nas relações que estabelecemos com outros indivíduos.

Nesse sentido, é importante que os(as) estudantes compreendam que a **ética** está sempre em evolução, pois, à medida que novas situações, desafios e comportamentos surgem na sociedade, a ética passa a abranger novas questões. Por exemplo: há 50 anos, não se discutia sobre a ética na utilização de redes sociais digitais. Hoje, com a criação dos ambientes virtuais, esse é um debate imperante.

Assim, ensinar sobre ética é uma forma de contribuir para a formação de indivíduos e de uma sociedade cada vez mais íntegros, justos e tolerantes.

Agora, professor(a), promova um momento de diálogo com os(as) estudantes, reproduzindo para eles(as) o esquema a seguir:



Em seguida, peça aos(às) estudantes que respondam: qual é a relação entre os valores acima? É possível um valor existir sem os demais? Por exemplo, pode haver respeito sem honestidade? Ajude-os(as) na compreensão de que os valores são interdependentes e complementares, pois um expande o caráter do outro. Por exemplo: a gentileza e a generosidade são extensões da cooperação e podem gerar gratidão. A coexistência de todos os valores contribui para a construção da ética.

Incentive os(as) estudantes a socializarem o que registraram nos painéis das aulas 1, 2 e 3. O resgate dessas respostas fortalecerá a construção da atividade a seguir.



Vamos explorar

Professor(a), com base nos diálogos estabelecidos sobre **valores** e sobre **ética**, dê início a um mural que será construído ao longo de toda essa sequência didática.

Leve para a sala de aula dois cartazes com frases já iniciadas para serem concluídas em conjunto pela turma. Esclareça que, juntos, vocês definirão valores significativos para o grupo, e, por isso, é importante que a mensagem construída em cada frase seja debatida, assimilada e acordada por todos(as).

O primeiro cartaz deverá trazer a frase **Respeitar as diferenças significa...**

Essa atividade deve ser mediada por você, professor(a), para que não se perca o foco nos valores trabalhados. Oriente os(as) estudantes para que pensem de forma abrangente no que significa conviver de forma harmônica e respeitosa com a diversidade humana, social e cultural, buscando alcançar a boa convivência. Reitere a ideia de que, para que isso ocorra, o exercício dos valores deve fazer parte da nossa rotina, e que, além disso, nutrir bons sentimentos, boas escolhas e boas atitudes ajuda a moldar o nosso caráter.

No segundo cartaz, você deverá trazer a frase **Para um ambiente organizado e uma convivência harmônica, é importante que cada um de nós...**

Relembre à turma o fato de que esse é um exercício coletivo e que as respostas dadas devem refletir a convivência respeitosa do grupo. Após a finalização, professor(a), estimule a leitura dos registros e peça para que todos assinem os seus nomes nos dois cartazes, como um gesto de confirmação dos acordos firmados

pela turma. As produções finais podem ser afixadas na sala em local de fácil visualização.



Vamos registrar

Por fim, professor(a), organize um momento de reflexão, perguntando aos(às) estudantes o que eles(as) acharam das atividades e pedindo que respondam por escrito à seguinte pergunta:

- Ser uma pessoa ética faz parte do meu projeto de vida? Por quê?



O que aprendi

Professor(a), disponibilize para a turma a atividade abaixo, a fim de que os(as) estudantes realizem um registro lúdico das aprendizagens construídas ao longo desta aula. A avaliação por estrelas é uma metodologia que permite ao avaliado demonstrar em uma escala o seu nível de entendimento acerca de um assunto. Você pode reproduzi-la com as perguntas abaixo, fazendo os ajustes que considerar necessários.

Ao longo desta aula, eu...	
Compreendi melhor o que é ética.	☆☆☆☆☆
Refleti sobre o meu comportamento em relação às pessoas.	☆☆☆☆☆
Refleti sobre o comportamento do outro em relação a mim.	☆☆☆☆☆
Entendi que a ética é necessária para a boa convivência.	☆☆☆☆☆
Conheci algumas opiniões dos meus colegas.	☆☆☆☆☆
Pensei em formas de melhorar o meu convívio na escola e nos outros espaços em que convivo.	☆☆☆☆☆



Referências

https://escolaportalsorocaba.com.br/blog/como-ensinar-etica-aos-filhos/
https://wellwo.es/pt/os-9-valores-humanos-mais-importantes/
https://k21.global/br/blog/tutorial-do-mural-3-principais-funcionalidades
https://br.pinterest.com/pin/431923420496121002/
https://www.significados.com.br/valores-humanos/
https://assinvexis.org/artigos/5-tecnicas-para-autoconhecimento-na-adolescencia/
https://novosalunos.com.br/etica-para-criancas/

▶▶▶ Aula 2 ◀◀◀



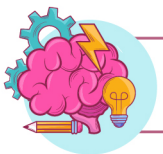
Descrição da aula

Ética e suas influências nas relações sociais.
Professor(a), para prosseguir com a temática **da ética,** dialogue com a turma para verificar o que foi compreendido até aqui. Caso seja necessário, retome as discussões anteriores. Como a ética é um conceito complexo e de muitos desdobramentos, permita que os(as) estudantes se sintam confortáveis para expressar as suas dúvidas.



Palavras-chave

Projeto de vida; autoconhecimento; ética.



Ampliando as aprendizagens

Professor(a), para desenvolver um valor, é necessário potencializar um sentimento humano, uma aproximação sincera, uma parceria com finalidade comum. Para tanto, precisamos praticar o afeto e o diálogo, que são bases para a boa convivência.

Dessa forma, para auxiliarmos os(as) estudantes no planejamento de seus projetos de vida, precisamos fomentar a consolidação da ideia de que a ética é uma bússola que nos orienta para o reconhecimento da responsabilidade por nossas escolhas, e que, portanto, pressupõe uma constante reflexão crítica, sobretudo a respeito de nós mesmos e de como agiremos em relação ao outro. Assim, é essen-

cial, professor(a), que você direcione os(as) estudantes para essa reflexão, levantando a hipótese: se a ética não existisse, como seria a vida em sociedade?

Algumas respostas possíveis para essa questão seriam:

- Haveria comprometimento do bem-estar da sociedade, pois um grande número de indivíduos não obedeceria a regras nem a leis.
- Ocorreria a diminuição do respeito ao outro, pois a individualidade prevaleceria sobre a coletividade.
- A Terra não suportaria, pois, sem as regras, as leis e a noção de coletividade, fenômenos como desmatamento, poluição e caça irregular destruiriam as espécies animais, a espécie humana e o planeta em que vivemos.



Vamos registrar

Professor(a), para que os(as) estudantes consolidem a ideia de que a ética é essencial para o funcionamento da sociedade, proponha a atividade a seguir, em que a turma deverá registrar, com a sua ajuda, o que aprendeu. Reproduza o título e os textos dos tópicos abaixo no quadro e peça a eles(as) que estruturem colunas no caderno. Dialoguem sobre um item de cada vez, registrando juntos as respostas dadas.



Como seria se não existisse a ética...

Na escola



No trabalho



Nas ruas



Em indústrias e comércios



Professor(a), é possível, como subsídio, pensar nas seguintes respostas:

Na escola: não haveria regras, de modo que a estrutura curricular, as aulas, os horários e as relações entre estudantes e funcionários seriam uma desordem total.

No trabalho: como cada indivíduo poderia agir conforme a própria vontade, sem uma orientação coletiva, a qualidade dos produtos e serviços seria drasticamente baixa, afetando quem precisa dessas ofertas.

Nas ruas: sem um princípio de coletividade e sem regras, o fluxo de veículos e de pedestres seria caótico. Essa desarticulação geraria uma complexa desarmonia e um grande número de acidentes.

Em indústrias e comércios: assim como no trabalho, o fato de os profissionais agirem sem orientações e princípios faria com que a dignidade, a saúde, as finanças e a vida de outras pessoas fossem constantemente prejudicadas.



O que aprendi

- Professor(a), para finalizar esta aula, organize um momento de reflexão oral:Como a ética pode auxiliar na construção do nosso projeto de vida?



Referências

https://escolaportalsorocaba.com.br/blog/como-ensinar-etica-aos-filhos/
https://wellwo.es/pt/os-9-valores-humanos-mais-importantes/
https://k21.global/br/blog/tutorial-do-mural-3-principais-funcionalidades
https://br.pinterest.com/pin/431923420496121002/
https://www.significados.com.br/valores-humanos/
https://institutoinclusaobrasil.com.br/etica-nas-relacoes-humanas/
https://beieducacao.com.br/o-que-e-etica/

Aula 3



Descrição da aula

Aprendizados sobre valores e ética (estudo de casos), por meio de atividades de revisão e reflexão para consolidar os conceitos aprendidos e desenvolver condições de aplicá-los em suas vidas.

Professor(a), este é o momento de os(as) estudantes aplicarem o que aprenderam sobre autoconhecimento, valores e ética.



Palavras-chave

Projeto de vida; autoconhecimento; valores; ética.



Retomando as aprendizagens

Professor(a), esta atividade consiste na leitura do relato de uma visita fictícia que estudantes fazem a idosos(as) com o objetivo de ler para eles(as) e de compreender mais os indivíduos que estão em uma fase da vida diferente da deles. Embora a história apresentada aqui não seja verídica, a ação existe e é chamada de leitura intergeracional. As orientações para a realização desse tipo de atividade podem ser encontradas no documento *Possibilidades de difusão a prática leitora em espaços escolares e comunitários*, disponível para acesso nas *Diretrizes Pedagógicas Sedu 2024*.

Caso você tenha interesse e possibilidade de reproduzir a prática com a sua turma, detalhamos abaixo como proceder à leitura intergeracional.

A **leitura intergeracional** é uma prática que prevê a aproximação de gerações diferentes a fim de que uma realize leituras para a outra, de modo a promover interação, diálogo, compreensão e apreciação das características de diferentes fases da vida. Além das memórias afetivas e da integração em diferentes culturas etárias, a leitura intergeracional contribui para a qualidade de vida de idosos - sobretudo os que se encontram em situação de acolhimento asilar - e para o desenvolvimento cidadão dos(as) estudantes. Como recursos, podem ser utilizados livros, câmeras fotográficas, blocos de anotação, dentre outros.

Para essa prática, deve-se promover visitas pedagógicas a instituições de acolhimento de idosos ou convidar aqueles que fazem parte do convívio dos(as) estudantes para momentos de leitura e diálogo na escola. Também é possível, em instituições que ofertam mais de uma etapa de ensino, promover a intergeracionalidade entre estudantes do ensino fundamental e do ensino médio, por exemplo.

Professor(a), leia o estudo de caso abaixo para ou com a turma:

> Os(as) estudantes do 6º ano da Escola Pequeno Príncipe, localizada na cidade de Talento, estavam ansiosos(as) devido a uma novidade: na semana anterior, a professora Sílvia avisou que a turma faria uma atividade de leitura intergeracional, o que gerou expectativa em todos. A professora explicou que as atividades intergeracionais promovem interação, diálogo, compreensão e apreciação entre pessoas que estão vivenciando diferentes fases da vida e expressou o desejo de que seus estudantes tivessem essa rica experiência. Em seguida, anunciou que havia agendado para a classe uma visita ao Asilo Felicidade.
>
> Desde o anúncio da visita, todos estavam se preparando para o grande dia: Aninha escolheu para a leitura o seu poema favorito, *A bailarina*, de Cecília Meireles, e perguntou se poderia usar sua roupa de balé. A professora Silvia ficou contente com a empolgação de Aninha, mas explicou que nesse dia seria muito importante que to-

dos estivessem usando seus uniformes, para facilitar a identificação de que são estudantes da Escola Pequeno Príncipe, e informou que haveria outra oportunidade para Aninha usar o seu traje de bailarina.

Pedro quis saber se poderia ler uma história em quadrinhos, porque ama gibis do Homem-Aranha. A professora Silvia concordou com a escolha e disse que seria interessante que todos escolhessem textos ou livros pequenos, pois não haveria tempo para leituras muito longas.

Nessa hora, Manu se lembrou de seu livro do Harry Potter e decidiu que leria a parte em que o personagem principal liberta o Dobby.

- Silvia ficou feliz em perceber a animação dos(as) estudantes e preparou tudo com muito cuidado:apresentou opções de leitura para serem escolhidas;
- pediu para que eles(as) fizessem sugestões de outras leituras que gostariam de desenvolver;
- fez a análise cuidadosa do que foi selecionado;
- enviou o comunicado aos(às) responsáveis com pedido de autorização para a visita e para o uso da imagem dos(as) estudantes, pois tiraria muitas fotos;
- pediu à direção da escola que contratasse um ônibus para transportar a turma;
- solicitou que a coordenação providenciasse um lanche saudável e gostoso para todos(as).

Tudo estava pronto e preparado! Só faltava chegar o dia em que todos(as) poderiam vivenciar a experiência da leitura intergeracional.

Como previsto, a turma deixou transparecer um misto de expectativa, euforia e carinho durante a visita. Ao chegarem ao Asilo Felicidade, todos(as) foram apresentados(as) aos(às) residentes, que os(as) aguardavam em um pátio aberto e rodeado de árvores verdinhas. Duas senhoras estavam sentadas em suas cadeiras de rodas perto da entrada, e Clara e Jaime logo se afeiçoaram a elas.

O senhor Cristiano, responsável pelo Asilo, cumprimentou a professora e a turma e informou que nem todos(as) os(as) residentes puderam estar ali, pois alguns estavam acamados, mas que poderiam ser visitados em seus quartos. Depois dos cumprimentos, cada estudante se aproximou de um(a) idoso(a) para dar início à conversa e à leitura.

Débora escolheu dona Rita, porque gostou dos óculos dela e os achou parecidos com os seus. Tiago correu na direção do senhor Carlos, que estava usando uma camisa do Flamengo, pois sabia que teriam muita coisa em comum, principalmente o time. Como Aninha não pôde usar a sua roupa de bailarina, pediu para a irmã prender o seu cabelo em um coque com gel e redinha com glitter. Agora, sim, ela estava pronta para interpretar seu poema favorito! Dona Célia, que ouviu a menina atentamente, se encantou pelo texto e contou que, nos tempos de sua juventude, havia um grande teatro no centro da cidade em que aconteciam espetáculos de dança. Aninha ficou muito surpresa ao descobrir esse fato.

E, dessa forma, todos foram se aproximando e as leituras foram sendo feitas. Muitas emoções foram vividas, muitas experiências foram trocadas e muitas coisas foram aprendidas pelas duas gerações.

No retorno para casa, Aila estava quietinha no ônibus e a professora Silvia foi perguntar se ela se sentia bem. A estudante contou que estava pensando no porquê de aqueles idosos estarem ali. Será que não tinham famílias para cuidar deles e dar carinho? Já prevendo que os estudantes seriam impactados por esse tipo de sentimento, a professora teve o cuidado de estudar previamente o Estatuto do Idoso, Lei nº 10.741, de 1º de outubro de 2003, que é "destinado a regular os direitos assegurados às pessoas com idade igual ou superior a 60 anos". Assim, Silvia explicou que nem todos os idosos que estão em asilos são doentes ou debilitados; alguns são abandonados por suas famílias e precisam do suporte de entidades que os acolham e cuidem de sua segurança e saúde. A professora explicou também que,

segundo a lei, "é obrigação da família, da comunidade, da sociedade e do Poder Público assegurar ao idoso, com absoluta prioridade, a efetivação do direito à vida, à saúde, à alimentação, à educação, à cultura, ao esporte, ao lazer, ao trabalho, à cidadania, à liberdade, à dignidade, ao respeito e à convivência familiar e comunitária" e, portanto, quando a família, por algum motivo, não pode garantir esse zelo, o estado assume a responsabilidade, mas que, claro, nada supre a falta de afeto e carinho que a família pode dar.

Professor(a), ao final da leitura, dialogue com os(as) estudantes a partir das seguintes perguntas:

- Vocês conhecem ou convivem com pessoas idosas?
- Vocês acham que têm algo para aprender com pessoas de outras gerações?
- Vocês já visitaram ou gostariam de visitar algum asilo?
- Os direitos previstos na Lei, como "direito à vida, à saúde, à alimentação, à educação, à cultura, ao esporte, ao lazer, ao trabalho, à cidadania, à liberdade, à dignidade, ao respeito e à convivência familiar e comunitária" são respeitados para os(as) idosos(as) que vocês conhecem ou com os quais convivem?

Neste momento, peça aos(às) estudantes que apontem quais foram as principais aprendizagens em Projeto de Vida neste trimestre e quais eles(as) consideram mais importantes. Ajude-os(as) a refletirem sobre a importância dessas aprendizagens e sobre o impacto que elas terão no seu cotidiano e no seu projeto de vida. Como subsídio ao seu diálogo, reunimos abaixo os principais pontos deste trimestre:

- O que é e para que serve o projeto de vida.
- O que é autoconhecimento.
- O que são valores.
- O que são crenças.
- Reflexões sobre identidade e relação com o outro.
- O que é ética.

Após esse momento, proponha a autoavaliação a seguir.



Autoavaliação

Professor(a), a fim de que você consiga acompanhar a progressão das aprendizagens dos(as) estudantes ao longo deste trimestre, apresentamos uma proposta de autoavaliação. Por meio dela, os(as) próprios(as) estudantes terão a oportunidade de se avaliar a partir de uma escala lúdica. A autoavaliação está composta por um conjunto de frases que expressam as aprendizagens do trimestre, e, à frente de cada uma, estão dispostas cinco estrelas vazias. Eles(as) deverão pintá-las de acordo com o que consideram ter aprendido. Assim, quanto maior a apropriação acerca de um assunto, mais estrelas deverão pintar.

Nesse processo, professor(a), a sua mediação também é essencial, uma vez que alguns(mas) estudantes podem ter visões muito depreciativas sobre si mesmos(as). Por isso, é importante que você acompanhe a realização da autoavaliação, intervindo quando necessário. Por exemplo: caso um(a) estudante não pinte nenhuma estrela em um item, ajude-o(a) a pensar nos aspectos que foram dialogados durante as aulas e a repensar no nível de conhecimento que ele(a) tem a respeito do assunto e no modo como pensa a seu próprio respeito.

Para aplicar a autoavaliação, disponibilize a proposta a seguir, que deverá ser escrita ou colada no caderno - ou em outro instrumento que vocês estejam utilizando.

Ao longo desta aula, eu...	
Compreendi o que é autoconhecimento.	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
Compreendi que o autoconhecimento pode ser influenciado por fatores como família, escola, cultura e sociedade.	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
Refleti sobre as minhas características e potencialidades.	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
Compreendi que sou um ser único.	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
Compreendi que posso definir objetivos e metas a partir dos meus sonhos.	☆ ☆ ☆ ☆ ☆

Entendi o que são valores.	
Entendi o que são crenças.	
Entendi o que é um projeto de vida.	
Compreendi como meus valores e crenças influenciam as minhas decisões e, portanto, a construção do meu projeto de vida.	
Refleti sobre a minha identidade.	
Compreendi que a identidade e o autoconhecimento estão sempre em construção.	
Compreendi que as minhas escolhas diárias influenciam o alcance dos meus objetivos.	
Compreendi que o meu comportamento individual afeta a coletividade.	
Compreendi o que é ética.	
Aprendi que a ética é essencial para a minha relação com as pessoas.	
Compreendi que a ética é muito importante para a construção do meu projeto de vida.	

Após essas reflexões e aprendizagens, sinto que sou capaz de construir o meu projeto de vida.





Referências

https://escolaportalsorocaba.com.br/blog/como-ensinar-etica-aos-filhos/
https://wellwo.es/pt/os-9-valores-humanos-mais-importantes/
https://k21.global/br/blog/tutorial-do-mural-3-principais-funcionalidades
https://www.significados.com.br/valores-humanos/
https://www.todamateria.com.br/etica/
https://brasilescola.uol.com.br/sociologia/o-que-etica.htm
https://educacao.uol.com.br/faq/o-que-e-etica-veja-os-diferentes-tipos-e-como-aplicar-no-dia-a-dia.htm
BRASIL, Lei n.º 10.741, de 1º de outubro de 2003.
ESPÍRITO SANTO. Secretaria de Estado da Educação.
Diretrizes Pedagógicas – ensino fundamental. Vitória: SEDU, 2024.

GOVERNO DO ESTADO
DO ESPÍRITO SANTO
Secretaria da Educação



2º TRIMESTRE

GOVERNO DO ESTADO
DO ESPÍRITO SANTO
Secretaria da Educação

SEQUÊNCIA DIDÁTICA 1

FORTALECENDO A AUTOCONFIANÇA



GOVERNO DO ESTADO
DO ESPÍRITO SANTO
Secretaria da Educação

SEQUÊNCIA DIDÁTICA 1

FORTALECENDO A AUTOCONFIANÇA

2º TRIMESTRE

SEQUÊNCIA DIDÁTICA 1 | 6º ANO						
Quantidade de aulas	Eixo Temático	Pilar	Unidade temática	Competência socioemocional	Objetivo Geral	Objetivo Específico
2 Aulas	Identidade, Valores e Responsabilidade Social	Aprender a ser	Construção do Projeto de Vida	Autoconfiança	Desenvolver a autoconfiança dos(as) estudantes	Identificar e valorizar as próprias habilidades e qualidades.

Aula 1



Descrição da aula

Introdução ao conceito de *autoconfiança* (identificação de habilidades e qualidades pessoais)

Professor(a), ao explorar a temática do projeto de vida, é imperativo adotar uma abordagem que leve em consideração a singularidade de cada estudante, considerando também a dinâmica da turma, a realidade da escola e o contexto no qual vocês estão inseridos(as). Nesse sentido, é fundamental reconhecer essas peculiaridades e criar um ambiente inclusivo e acolhedor.

Desse modo, a sua mediação desempenha um papel essencial para que os(as) estudantes possam se conhecer melhor e cultivar valores necessários à sua construção como seres humanos e como cidadãos(ãs), subsidiados pela identificação de suas características individuais e de suas potencialidades.



Palavras-chave

Projeto de vida; autoconfiança; potencialidades.



Contextualização

Professor(a), a partir do reconhecimento de que o desenvolvimento humano é um processo contínuo, devemos reconhecer a importância da construção da autoconfiança, especialmente durante a fase da adolescência. Nesse período, as transformações físicas, emocionais e sociais se manifestam de forma intensa, impactando diretamente a maneira como os(as) estudantes desenvolvem suas identidades.

Dessa forma, considerar a diversidade presente em cada turma é muito importante, uma vez que cada estudante tem experiências de vida únicas, experimentando realidades e tempos distintos. Essas vivências moldam suas percepções sobre si mesmos(as), abarcando as suas relações interpessoais e a forma como encaram e planejam seus projetos de vida.

Ao reconhecer e respeitar a diversidade presente na turma, você se torna um(a) facilitador(a) no processo de autodescoberta, auxiliando os(as) adolescentes a compreenderem suas identidades e a construírem um futuro alinhado aos seus valores e objetivos.

Para o desenvolvimento desta aula, precisamos compreender que a **autoconfiança** é a convicção que temos a respeito de nossas próprias qualidades e habilidades, o que desempenha uma função significativa na nossa saúde emocional e no nosso bem-estar. Ao confiar em si mesma, uma pessoa se torna mais segura em suas relações com o outro e com as instituições sociais e se torna mais propensa a abraçar novas oportunidades. Indivíduos confiantes geralmente estabelecem conexões mais saudáveis, comunicando-se e atuando de maneira eficaz e inspirando confiança nos outros.

Nesse processo, a prática de enfrentar gradualmente situações desafiadoras pode ajudar a construir e a fortalecer a autoconfiança ao longo do tempo, uma vez que, ao experimentarmos confiança em nossas habilidades, percebemos nossa capacidade para lidar com diferentes situações. Assim, na construção do projeto de vida, a autoconfiança impulsiona o(a) estudante a se relacionar melhor com as pessoas ao seu redor, dentro e fora da escola, bem como a lidar de forma mais favorável com os processos cotidianos, sejam escolares ou não.

Dessa forma, é importante estabelecer com a turma a ideia de que precisamos reconhecer que todos(as) nós possuímos muitas habilidades e características que nos distinguem, já que isso nos ajuda a potencializar as nossas próprias qualidades e as do outro. Por exemplo: uma pessoa que tem como qualidade pessoal marcante a generosidade, ao ter suas atitudes generosas reconhecidas e valorizadas, tende a aprimorar e a perpetuar essa característica.

Nesse contexto, é preciso compreender que **qualidades pessoais** se referem às características intrínsecas de cada indivíduo, as quais exercem influência direta sobre comportamento, relacionamentos e formas de lidar com situações diversas. Essas características são fundamentais para o desenvolvimento de personalidade, atitudes e comportamentos.



Vamos conversar

Professor(a), ao abordar o tema da autoconfiança, precisamos promover um ambiente inclusivo, respeitando as singularidades de cada estudante. Nesse aspecto, incentivar a expressão individual, valorizando as diferentes experiências, contribui para que os(as) estudantes se sintam acolhidos(as) e compreendidos(as). Além disso, a construção da autoconfiança deve ser encarada como um processo gradual, no qual o(a) professor(a) desempenha o papel de guia, encorajando o desenvolvimento pessoal e auxiliando na definição de metas.

Para iniciar uma conversar sobre identificação da autoconfiança, você pode fazer uma série de perguntas que abordem diferentes aspectos das vidas dos(as) estudantes, incluindo seus comportamentos e atitudes. Aqui estão algumas perguntas que podem ajudar a incentivar a autoconfiança deles(as):

- Quais são as suas principais qualidades?
- Quais foram as suas maiores conquistas até agora?
- Como você se sente ao expressar suas ideias e opiniões?
- Você se prepara para alcançar seus objetivos?

Enquanto os(as) estudantes respondem às perguntas sobre autoconfiança, destaque que essa confiança em si mesmo(a) influencia a definição e o desenvolvimento de um projeto de vida significativo, uma vez que alimenta a determinação, a resiliência e a capacidade de superar desafios, fatores fundamentais para transformar o projeto de vida em uma jornada de crescimento pessoal.



Vamos explorar

Agora, professor(a), vamos transformar as reflexões em atividade prática! Para esta atividade, você irá precisar de: **um espelho de tamanho médio**, **duas caixinhas pequenas com tampa** e **pedacinhos de papel**. É importante evidenciar que, neste momento, os(as) estudantes refletirão de forma mais ampla sobre as suas principais qualidades.

Peça a eles(as) que se sentem em círculo (no chão ou em cadeiras). Entregue ao(à) primeiro(a) estudante - que dará início à atividade - o espelho, uma caixinha com pedaços de papel cortadinhos dentro e outra vazia. Ele(a) deverá se olhar no espelho por 15 segundos e identificar sua principal qualidade ou habilidade. Após esse tempo, ele(a) deverá retirar um papelzinho da primeira caixa e escrever a sua principal qualidade ou habilidade, passando o papel para a caixa vazia. Ao terminar, ele(a) deverá escolher outro(a) colega para dar sequência à atividade, que continuará até que todos(as) tenham feito seus registros.



Vamos registrar

Professor(a), agora que todos os(as) estudantes já concluíram as suas reflexões com ajuda do espelho, você irá ler em voz alta todas as qualidades e habilidades que foram registradas pelos(as) estudantes, pedindo que todos(as) anotem as respostas da turma. Nesse momento, dialogue com a turma sobre o fato de que temos muito mais habilidades e qualidades do que podemos reconhecer em um curto espaço de tempo e que a nossa autoconfiança pode ser desenvolvida na interação com outras pessoas, principalmente diante de estímulos como elogios e autocuidado. Assim, além de reconhecermos e expressarmos o que há de bom em nós, também é importante que façamos isso com as pessoas a nossa volta.



O que aprendi

Professor(a), esta seção é uma oportunidade valiosa para consolidar as aprendizagens da aula e proporcionar aos(as) estudantes um momento de introspecção sobre suas experiências. Utilize perguntas para orientar a reflexão, como:

- Você já havia parado para se observar? Acha que é importante analisar a si mesmo(a)?
- Você descobriu algo novo sobre suas qualidades?



Referências

https://www.nube.com.br/blog/2022/01/13/autoconfianca-e-autoconhecimento-para-uma-carreira-de-sucesso
https://www.socursoead.com/blog/habilidades-pessoais-definicao-e-exemplos/
https://www.vittude.com/blog/autoconfianca/
https://resumos.soescola.com/glossario/o-que-e-qualidades-pessoais/
https://www.dicionarioinformal.com.br/diferenca-entre/qualidade/habilidade/

▶▶▶ Aula 2 ◀◀◀



Descrição da aula

É preciso cuidar de si mesmo(a) para fortalecer a autoconfiança.

Nesta aula, vamos direcionar nossa atenção para o autocuidado, reconhecendo a sua relevância fundamental na formação da identidade e na orientação do comportamento individual.

Nossa abordagem visa não apenas transmitir informações, mas estimular o pensamento crítico e a autorreflexão, visto que promover uma compreensão de como cuidar de si mesmo(a) é o primeiro passo para construir uma imagem segura.



Palavras-chave

Autoconfiança; autocuidado.



Ampliando as aprendizagens

Professor(a), ampliando a exploração do conceito de projeto de vida e a importância de desenvolver a autoconfiança, evidenciamos o que apregoa a Base Nacional Comum Curricular (BNCC): [os(as) estudantes devem] *conhecer-se, apreciar-se e cuidar de sua saúde física e emocional, compreendendo-se na diversidade humana e reconhecendo suas emoções e as dos outros, com autocrítica e capacidade para lidar com elas.*

À vista disso, dialogue com eles(as): **autocuidado** é tudo aquilo que fazemos por nós mesmos, para manter a nossa saúde em dia, prevenir doenças, garantir o bem-estar e nos sentirmos felizes. De modo geral, é preciso que a turma compreenda que o autocuidado é o cuidado consigo mesmo.

Assim, o autocuidado é primordial para o nosso desenvolvimento. Explique para os(as) estudantes que, ao dedicar tempo e energia a si mesmo(a), um indivíduo pode encontrar diferentes formas de cuidar de seu desenvolvimento, de sua saúde, de seus estudos, de suas relações interpessoais, dentre outros aspectos. Portanto, entende-se que investir no próprio bem-estar é necessário para alcançar uma vida com mais qualidade e mais significação.

Professor(a), antes de iniciar a atividade prática, você pode instigar os(as) estudantes a refletirem sobre as rotinas de autocuidado que praticam no dia a dia por meio de perguntas:

- Você costuma ler livros para aprender a lidar melhor com si mesmo(a)?
- Você tem um horário certo para dormir?
- Você brinca com seus(as) amigos(as) ao ar livre? Costuma se exercitar?
- O que você gosta de fazer para relaxar o corpo e a mente?



Vamos explorar

Professor(a), após trabalhar com os(as) estudantes a temática do autocuidado e reiterar a importância de cuidar de si para fortalecer a autoconfiança, reproduza para os(as) estudantes o quadro abaixo e oriente-os(as) quanto ao preenchimento.

Inicie a atividade relembrando as reflexões do diálogo anterior, destacando a importância de cuidar de si próprio. Peça que reproduzam no caderno - ou em folha separada – e respondam individualmente, pensando em ações de autocuidado que realizam em casa e na escola, quando estão com os amigos e nos momentos em que estão sozinhos.

Incentive-os(as) a refletirem sobre as ações que realizam de forma rotineira. Após concluída a tarefa, proponha uma leitura coletiva das respostas dadas. Durante esse processo, ajude a turma a pensar que ações como hidratar-se, tentar alimentar-se adequadamente, dormir bem e por períodos adequados, cuidar da pele, dos cabelos e da barba, ler para relaxar a mente e tomar banhos relaxantes são exemplos de autocuidado que, por vezes, passam despercebidos.





Vamos registrar

Professor(a), agora que todos preencheram as ações de autocuidado que prati-

cam de forma rotineira, solicite que os(as) estudantes registrem no caderno ações que ainda não praticam, mas que, após conhecerem um pouco mais sobre os benefícios do autocuidado, podem adequar à suas rotinas. Por exemplo: "Eu não tenho horário certo para dormir, mas posso definir um horário para dormir todas as noites" ou "Eu não tenho o hábito de ler, mas posso passar menos tempo em joguinhos e redes sociais e dedicar um tempo à leitura".



O que aprendi

Por fim, professor(a), organize um momento para identificar o que os(as) estudantes aprenderam na aula, levando-os(as) a refletirem sobre o que foi realizado até o momento. Você pode utilizar as seguintes perguntas:

- O que você achou das atividades? Elas te ajudaram a refletir mais sobre você mesmo(a)?
- Quais potencialidades você descobriu que serão importantes para seu projeto de vida?



Referências

https://questoesconcursopedagogia.com.br/wp-content/uploads/2019/05/28.-Resumo-08-Compet%C3%AAncia-8_-Autoconhecimento-e-Autocuidado.pdf
https://www.cuidar.me/blog/saude-e-bem-estar/o-que-e-autocuidado
https://alexandreacuna.com.br/tipos-de-autocuidado/
https://planejamento.rs.gov.br/upload/arquivos/202110/07114243-cartilha-4-auto-cuidado-e-saude-integrativa-2.pdf
BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular. Brasília, 2018.

GOVERNO DO ESTADO
DO ESPÍRITO SANTO
Secretaria da Educação

SEQUÊNCIA DIDÁTICA 2

CONSTRUINDO A AUTOESTIMA



GOVERNO DO ESTADO
DO ESPÍRITO SANTO
Secretaria da Educação

SEQUÊNCIA DIDÁTICA 2

CONSTRUINDO A AUTOESTIMA

▶ ▶ ▶ 2º TRIMESTRE ◀ ◀ ◀

SEQUÊNCIA DIDÁTICA 2 | 6º ANO						
Quantidade de aulas	Eixo Temático	Pilar	Unidade temática	Competência socioemocional	Objetivo Geral	Objetivo Específico
2 Aulas	Identidade, Valores e Responsabilidade Social	Aprender a ser	Construção do Projeto de Vida	Autoestima	Promover a autoestima dos(as) estudantes.	Reconhecer a importância de se valorizar e de se respeitar.

Aula 1



Descrição da aula

Introdução ao conceito de *autoestima*: a importância de uma autoimagem positiva para gerar autorrespeito.

Professor(a), nesta etapa de descobertas, você será o mediador(a) que auxiliará os(as) estudantes no caminho do desenvolvimento de uma autoimagem adequada e realista que amplifica as capacidades e talentos individuais.

Lembre-se de, ao longo da aula, identificar os(as) estudantes que demonstram dificuldades em participar dos diálogos e das demais atividades. É importante que você registre suas percepções sobre as aulas em um diário de bordo para facilitar as mudanças nos planejamentos e propiciar a criação de novas estratégias metodológicas, quando necessário.



Palavras-chave

Autoestima; autoconhecimento, autoimagem, autorrespeito.



Contextualização

Para dar início à nossa abordagem sobre autoestima, precisamos entender como esse conceito se relaciona à ideia que estabelecemos a respeito de nós mesmos, incidindo sobre o quanto nos respeitamos como indivíduos únicos.

Nesse sentido, precisamos compreender que a **autoestima** é "um conjunto de sentimentos e pensamentos do indivíduo em relação ao seu próprio valor, competên-

cia, confiança, adequação e capacidade para enfrentar desafios, o que repercute em uma atitude positiva ou negativa em relação a si mesmo" (Rosenberg, 1965). Assim, podemos entender que uma autoestima elevada é a soma do autorrespeito com uma boa autoimagem.

É necessário explicar para os(as) estudantes que a **autoimagem** ajuda a moldar a percepção que temos de nós mesmos, o que impacta nossa vida pessoal e social. Por isso, o desenvolvimento de uma autoimagem adequada e realista nos ajuda a identificar as nossas potencialidades e a identificar o que precisamos aprimorar em nós mesmos(as). Trabalhar a autoimagem torna-se, portanto, um exercício de equilíbrio, em que devemos alinhar de maneira coerente o que somos, o que pretendemos ser e o que transmitimos ao mundo.

Nesse sentido, o **autorrespeito** vai além da própria percepção, abrangendo a valorização e a consideração que uma pessoa tem por si mesma. É a prática de tratar a si próprio(a) com dignidade, aceitação e cuidado, independentemente da autoimagem que tenha. Dessa forma, autorrespeito significa reconhecer e atender às suas necessidades, estabelecendo limites e relações saudáveis consigo mesmo.

Portanto, a autoestima, a autoimagem e o autorrespeito são elementos que ajudam o indivíduo a se conhecer e a lidar melhor consigo mesmo, possibilitando, ao mesmo tempo, um desenvolvimento mais amplo de suas dimensões pessoais e sociais.

Vamos conversar

Professor(a), reproduza para a turma as tirinhas abaixo:



Disponível em: < https://www.pinterest.it/pin/445997169349654639/>. Acesso em: 24 abr. 2024.



Disponível em: < https://br.pinterest.com/pin/617134573849304 40/>. Acesso em: 24 abr. 2024.



Disponível em: <https://www.tumblr.com/tirasarmandinho/143703532119/tirinha-original>. Acesso em: 24 abr. 2024.

Conduza uma conversa com a turma abordando a compreensão das tirinhas. Você pode utilizar as seguintes perguntas:

- O que há em comum entre as três tirinhas?
- Em qual das tirinhas o personagem precisa melhorar sua autoestima?
- Em qual das tirinhas o personagem tem a autoestima fortalecida?
- Em qual das tirinhas é possível refletir sobre o fato de que a autoestima não é a crença de que somos melhores do que as outras pessoas?

À medida que os(as) estudantes forem respondendo, fortaleça a ideia de que também precisamos refletir sobre como é nossa própria autoestima e sobre como podemos potencializá-la de forma adequada.

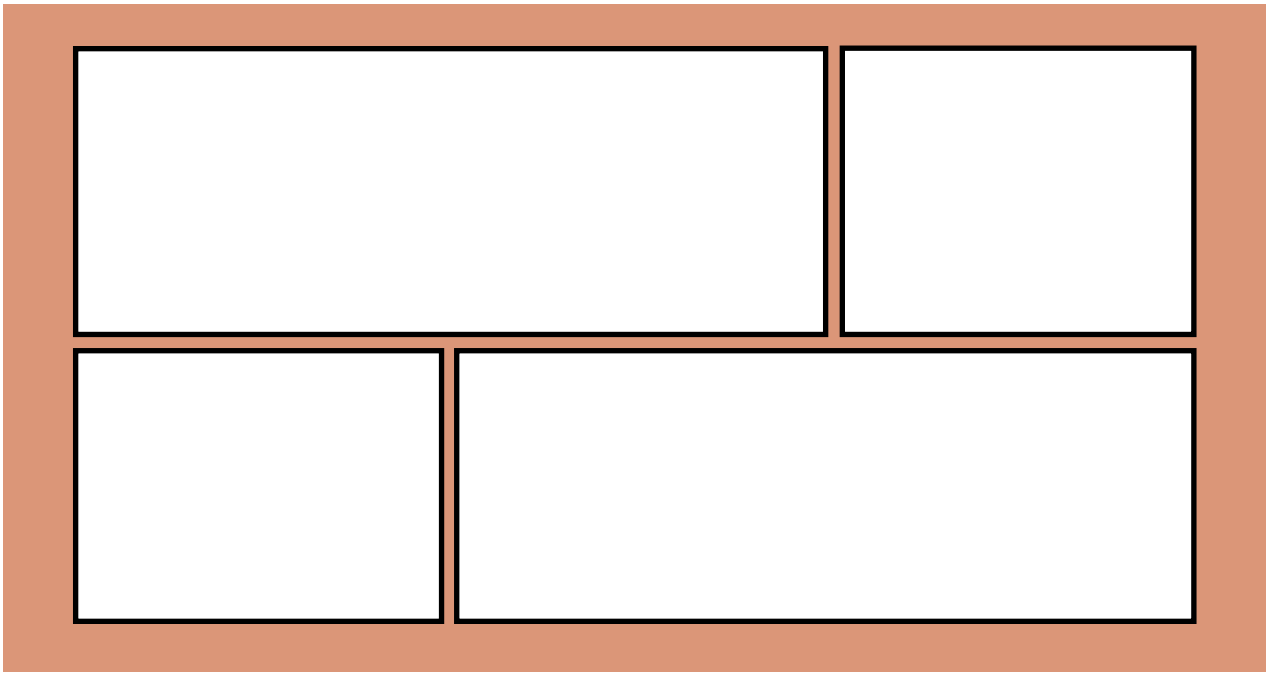


Vamos registrar

Professor(a), dando continuidade à atividade com as tirinhas, peça aos(às) estudantes que criem histórias em quadrinhos inspiradas em situações reais que vivenciaram sobre autoestima e autorrespeito.

Incentive-os(as) a pensarem em histórias positivas que reforcem valores, qualidades e habilidades. Não se esqueça de orientá-los(as) a darem um título à tirinha.

Como subsídio, você pode reproduzir para a turma o quadro a seguir, que apresenta um modelo de estrutura para elaboração de história em quadrinhos (no entanto, explique que o tamanho e a disposição dos quadros são adaptáveis ao que cada um pretende registrar).



Professor(a), disponibilize para a turma a atividade de caça-palavras a seguir, cujo tema é "Apaixone-se por si mesmo(a)!". O objetivo é que os(as) estudantes continuem refletindo sobre o que foi discutido na aula de hoje.

As oito palavras escondidas são: autoestima, autoimagem, bem-estar, habilidade, limites, qualidade, talento e vivência.

Apaixone-se por si mesmo(a)!

N	V	I	V	Ê	N	C	I	A	O	A	A
U	Q	B	M	R	A	H	O	N	A	S	U
B	U	T	N	E	U	E	E	H	D	S	T
E	A	T	D	O	T	A	L	E	N	T	O
M	L	R	E	L	O	S	S	D	R	E	I
E	I	H	O	N	E	S	K	L	H	U	M
S	D	S	E	H	S	H	I	M	W	M	A
T	A	H	N	P	T	M	S	S	E	T	G
A	D	H	A	B	I	L	I	D	A	D	E
R	E	E	A	T	M	N	T	I	O	O	M
Y	S	R	E	T	A	A	I	I	E	I	W
E	O	S	E	C	T	M	T	T	E	Y	T



Referências

Hutz, C. S., & Zanon, C. (2011). Revisão da adaptação, validação e normatização da Escala de Autoestima de Rosenberg. Avaliação Psicológica, 10(1), 41-49.

https://educador.brasilescola.uol.com.br/orientacao-escolar/autoestima.htm

https://www.psicologacomportamental.com.br/autoestima/

https://educacaointegral.org.br/reportagens/qual-papel-da-autoimagem-desenvolvimento-dos-individuos/

https://www.geniol.com.br/palavras/caca-palavras/criador/

▶▶▶ Aula 2 ◀◀◀



Descrição da aula

Respeitar a si mesmo(a) é a base para respeitar o outro.

Professor(a), dando continuidade às descobertas sobre autorrespeito, inicie uma conversa para identificar o que os(as) estudantes compreenderam sobre o que foi dialogado na Aula 1. Esse é um bom momento para valorizar e compartilhar os entendimentos sem julgamentos.

Durante a aula, conduza a conversa de forma colaborativa, dando espaço para que todos(as) possam expressar suas opiniões e ideias de forma respeitosa. É importante que cada estudante tenha a oportunidade de compartilhar suas percepções. Como nem todos(as) têm a mesma facilidade para se expressar, considere diferentes possibilidades de participação em que estudantes menos participativos se sintam encorajados a participar do modo como se sentirem mais confortáveis.

Nesta aula, evidencie que, quando aprendemos a nos respeitar, desenvolvemos bases mais sólidas para respeitar o outro, uma vez que, ao identificarmos nossas potencialidades e limites, reconhecemos que o outro também é dotado dessas dimensões.



Palavras-chave

Autoestima; autoconhecimento, autorrespeito.



Ampliando as aprendizagens

Professor(a), é muito importante que os(as) estudantes consolidem a ideia de

que o *respeito* e o *autorrespeito* são conceitos interligados que fundamentam as relações com o outro e consigo mesmo, respectivamente, uma vez que essa noção pode orientá-los(as) em sua vida cotidiana.

Para tanto, dialogue com a turma:

- **Por que o respeito é importante?**
- **E por que o autorrespeito é necessário?**

Reflitam juntos(as): o **respeito** é a demonstração de consideração, aceitação e reconhecimento da individualidade e dignidade do próximo. Envolve tratar os outros com cortesia, ouvir suas opiniões e valorizar suas contribuições. Nas relações sociais, o respeito cria bases sólidas para a convivência harmoniosa e promove um ambiente onde as diferenças são valorizadas.

Já o **autorrespeito** é o ato de tratar a si mesmo com dignidade, valorizando suas próprias necessidades, limites e sentimentos. Envolve a aceitação de quem se é, reconhecendo as próprias qualidades e os pontos de melhoria. O autorrespeito implica o estabelecimento de limites saudáveis, o cuidado com a saúde física e emocional e o desenvolvimento de uma relação positiva consigo mesmo(a).

Para elucidar ainda mais a relação entre esses dois conceitos, você pode reproduzir para os(as) estudantes o quadro a seguir:



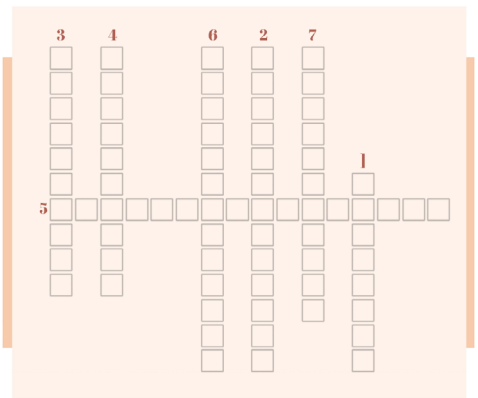


Vamos registrar

Professor(a), reproduza para a turma a atividade de palavras cruzadas abaixo, a fim de que os(as) estudantes consolidem os conceitos de **autoconfiança** e **autoestima**.

As dicas para as palavras são:

1. Conviver harmonicamente com as diferenças. **Respeito**
2. Cuidar da sua saúde física e emocional. **Autorrespeito**
3. A percepção que uma pessoa tem de si mesma. **Autoimagem**
4. Conjunto de sentimentos e pensamentos do indivíduo sobre o seu próprio valor. **Autoestima**
5. O conhecimento que cada pessoa tem de si e de seus comportamentos. **Autoconhecimento**
6. Convicção nas próprias habilidades e qualidades. **Autoconfiança**
7. Tudo aquilo que fazemos por nós mesmos(as). **Autocuidado**





O que aprendi

Professor(a), organize um momento de debate levando os(as) estudantes a pensarem sobre as atividades.

- O que você aprendeu hoje que não sabia antes desta aula?
- Como você acha que o respeito e o autorrespeito podem contribuir com o seu projeto de vida?



Referências

https://mundoeducacao.uol.com.br/educacao/diversidade.htm
https://respeitarepreciso.org.br/cadernos-respeitar/respeito-na-escola/
https://educador.brasilescola.uol.com.br/comportamento/boas-maneiras-na-escola.htm
https://www.gazetadopovo.com.br/opiniao/artigos/escola-um-espaco-de-trabalho-acolhimento-e-respeito/

GOVERNO DO ESTADO
DO ESPÍRITO SANTO
Secretaria da Educação

SEQUÊNCIA DIDÁTICA 3

VALORIZANDO A DIVERSIDADE E A CULTURA



GOVERNO DO ESTADO
DO ESPÍRITO SANTO
Secretaria da Educação

SEQUÊNCIA DIDÁTICA 3

VALORIZANDO A DIVERSIDADE E A CULTURA

2º TRIMESTRE

SEQUÊNCIA DIDÁTICA 3 | 6º ANO						
Quantidade de aulas	Eixo Temático	Pilar	Unidade temática	Competência socioemocional	Objetivo Geral	Objetivo Específico
3 Aulas	Identidade, Valores e Responsabilidade Social	Aprender a ser	Construção do Projeto de Vida	Autoconfiança e autoestima	Explorar e valorizar a diversidade cultural e étnico-racial.	Compreender a importância da diversidade para o desenvolvimento da autoestima e da autoconfiança.

Aula 1



Descrição da aula

A importância do respeito e da valorização da diversidade cultural e étnica.

Professor(a), para introduzir a temática do respeito e da valorização da diversidade cultural e étnica com os(as) estudantes, é importante que você inicie uma conversa para identificar o nível de conhecimento deles(as) acerca do assunto. Além disso, é fundamental compreender que é função das escolas e dos(as) professores(as) o combate ao racismo e o zelo pelo processo de emancipação de grupos discriminados.



Palavras-chave

Projeto de vida; respeito; diversidade cultural e étnica.



Contextualização

Professor(a), desde 2003, a Lei Nº 10.639 estabelece as diretrizes e bases da educação nacional, que preveem a inclusão da temática "História e Cultura Afro-Brasileira e Africana" de forma obrigatória em todo o currículo escolar, em especial nas áreas de Educação Artística e de Literatura e História Brasileiras. Além disso, a Lei N.º 11.645, de 10 de março de 2008, prevê a inclusão obrigatória da temática "História e Cultura Afro-Brasileira e Indígena" no currículo oficial da rede de ensino.



Para expandir a temática junto aos(às) estudantes, é necessário entender a diversidade cultural como parte da essência

humana, intrínseca à nossa formação como seres sociais, históricos e culturais. Por essa perspectiva, perceber o outro como ser humano significa reconhecê-lo em sua diferença, entendendo que essa singularidade possui valor inestimável. Ser único é um fenômeno fascinante: cada indivíduo é dotado de uma combinação única de características, experiências, perspectivas e potenciais que o tornam incomparável. Essa singularidade vai além das características físicas, estendendo-se aos aspectos emocionais, intelectuais e sociais de cada ser humano.

Quanto à diversidade racial étnica, essa diz respeito à individualidade e à unicidade que cada pessoa possui dentro do contexto de sua identidade racial. Cada indivíduo é formado por uma gama complexa de fatores, incluindo raça, etnia, cultura e experiências pessoais. Dentro desse contexto, a singularidade racial reconhece que, mesmo dentro de grupos étnicos ou raciais mais amplos, cada pessoa possui história, perspectiva e vivências únicas, que influenciam a sua identidade. Ao abordar a singularidade racial, é crucial compreender que as experiências e desafios enfrentados por pessoas de diferentes raças podem variar amplamente. A singularidade reside não apenas na raça ou etnia, mas também nas histórias familiares, nas tradições culturais, nas experiências de discriminação e nas perspectivas individuais sobre a identidade racial.

Ao discutir a diversidade racial, é fundamental lembrar que o diálogo aberto e a empatia são fundamentais para compreender as experiências individuais e coletivas. Isso contribui para a construção de sociedades mais inclusivas, em que a singularidade racial é reconhecida e celebrada como parte integrante da riqueza da diversidade humana.

É importante, nesse aspecto, dialogar com a turma: o ambiente escolar deve figurar como um espaço marcado pelo convívio respeitoso entre as diversas manifestações culturais e individuais. Diante desse cenário, é importante que você, professor(a), esteja atento a questionamentos importantes, tais como: As diferenças estão sendo verdadeiramente respeitadas em sua sala de aula? Qual é a abordagem pedagógica que você e a escola têm adotado para lidar com as diferenças? Existe alguma abordagem específica para questões raciais?

Esses questionamentos são importantes para promover uma reflexão crítica sobre o papel da escola na promoção da diversidade e da inclusão. Respeitar as diferenças não é apenas um imperativo ético, mas um compromisso educacional essencial para o desenvolvimento integral de todos(as) os(as) estudantes. Portanto,

é preciso não apenas reconhecer a diversidade, mas também adotar práticas pedagógicas inclusivas que valorizem e respeitem cada trajetória cultural e individual, contribuindo, assim, para a construção de um ambiente escolar mais equitativo e enriquecedor para todos(as).

Vamos conversar

Como vimos, é papel da escola, como espaço formativo, promover a convivência saudável e o desenvolvimento dos(as) estudantes. A escola deve se configurar como um ambiente inclusivo e acolhedor para todos os(as) estudantes, independentemente de suas características individuais. Para que essa abordagem se concretize, é fundamental que a diversidade seja incorporada ao longo do ano letivo como uma abordagem constante, levantada em todas as perspectivas e movimentos da escola. Isso implica a necessidade de práticas pedagógicas que promovam a compreensão, o respeito e a valorização das diferenças entre os(as) estudantes.

Professor(a), sugerimos, aqui, uma roda de conversa. Conversar com os(as) estudantes é uma das abordagens mais eficazes para trabalhar a diversidade na escola. Isso porque, muitas vezes, eles(as) podem reproduzir estereótipos sem estar plenamente conscientes do impacto que certos comentários e atitudes podem ter em relação a determinados grupos.



É importante que você, professor(a), como mediador, esteja preparado para ajudar a desconstruir estereótipos prejudiciais e promover uma compreensão mais ampla e respeitosa entre os(as) estudantes. Aqui estão algumas estratégias que podem te ajudar a mediar a conversa:

Professor(a), ao adotar uma abordagem proativa e sensível para conversar com os(as) estudantes sobre diversidade, você contribui significativamente para a construção de um ambiente escolar mais inclusivo, respeitoso e educativo. Essas conversas não apenas auxiliam na desconstrução de estereótipos, mas também na formação de cidadãos mais conscientes e preparados para a vida em sociedade.



Vamos explorar

Professor(a), você precisa conhecer o podcast "Deixa que eu te conto" (www.deixaqueeuconto.org.br), uma iniciativa do Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF). Nele, você encontra uma variedade de podcasts (com uma média de 30 minutos) especialmente destinados a crianças, famílias e professores(as).

Você pode usar palavras-chave para escolher por tipo de conteúdo (como "Deixa que eu Conto", "Afro-brasileiro" ou "Amazônia") ou filtrar por "Direito de Aprendizagem" ou até mesmo por tipo de atividade, como trava-línguas ou personagens. Assim, você verá uma lista dos podcasts cujo conteúdo se relaciona diretamente com o que você está buscando.

Ao selecionar um podcast, você também terá acesso a uma ficha no Guia de Possibilidades Pedagógicas, que contém informações detalhadas sobre o episódio e sugestões de brincadeiras e interações que podem ser realizadas de forma remota, híbrida ou presencial com os(as) estudantes.

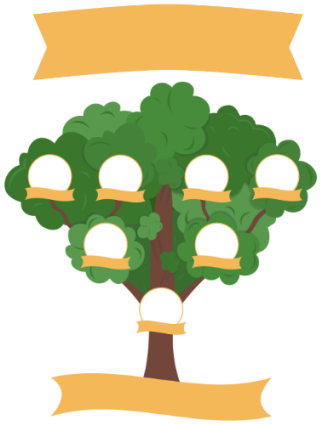


Vamos registrar

Professor(a), esta atividade visa estimular em cada estudante a investigação de suas raízes étnicas, fortalecendo o processo identitário e compreendendo quem são a partir de suas raízes familiares.

Você criará a sua própria árvore no quadro, que servirá de modelo para a construção dos(as) estudantes. Entregue uma folha A4 para cada um(a).

Desenhe uma árvore grande no quadro e oriente-os(as) a fazerem o mesmo na folha que receberam. Você pode seguir este modelo, inserindo mais campos para a escrita dos nomes:



Cada um(a) deverá escrever o próprio nome na faixa acima da árvore. Nas folhagens, deverá acrescentar os nomes daqueles que vieram antes dele(a) (pais/responsáveis, avós paternos e maternos, dentre outros). Também devem ser acrescentados os nomes dos irmãos e das irmãs, se tiverem. Na base da árvore, deve ser colocada uma palavra que represente a família (por exemplo: *Amor*, *Acolhimento*, *Segurança*, dentre outras). Esta atividade deve se iniciar na sala e ser concluída em casa, por demandar pesquisa e discussão familiar para validar e complementar as informações.

Lembre aos(às) estudantes que a atividade deverá ser colada no caderno e revisitada cada vez que sua estrutura familiar passar por uma modificação, como o nascimento de um(a) sobrinho(a).



O que aprendi

Professor(a), finalize esta aula com uma reflexão sobre a atividade anterior. Peça aos(às) estudantes que respondam:

- Como conhecer as próprias raízes familiares pode contribuir para o seu autoconhecimento? E como pode ajudar na construção do seu projeto de vida?



Referências

https://drive.google.com/file/d/1O9TzW8BZAAEDk-tYVVTtAMFqADqvrxoI/viewhttps://www.marupiara.com.br/respeito-as-diferencas/
https://www.deixaqueeuconto.org.br/
https://novaescola.org.br/conteudo/21401/relacoes-etnico-raciais-na-alfabetizacao-leve-o-assunto-para-a-sala-de-aula-de-forma-significativa
https://blog.plataformaaz.com.br/diversidade-na-escola/
https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/relacoesetnicoraciais/
Lei n.º 10.639, de 9 de janeiro de 2003.
Lei n.º 11.645, de 10 de março de 2008.

▶▶▶ Aula 2 ◀◀◀



Descrição da aula

As contribuições das culturas afro-brasileiras e indígenas e as influências na sociedade.

Professor(a), dando continuidade à temática de **diversidade cultural e étnica** com os(as) estudantes, é importante que você inicie uma conversa para identificar o que os(as) estudantes compreenderam sobre o que foi dialogado na Aula 1. Este é um bom momento para abranger a necessidade de reconhecimento e valorização das diferentes influências que formam o nosso país.



Palavras-chave

Respeito; diversidade cultural e étnica.



Ampliando as aprendizagens

Professor(a), nesta aula, vamos nos aprofundar sobre as contribuições que as culturas afro-brasileiras e indígenas trouxeram e ainda trazem para o enriquecimento e a construção da identidade do povo brasileiro.

A abordagem da professora Rosa Margarida de Carvalho Rocha sobre a Educação Antirracista reflete uma compreensão profunda da importância de integrar os estudos africanos e afro-brasileiros ao currículo educacional. A implementação da Lei Federal 10.639/03, posteriormente atualizada pela Lei 11.645/08, representa um passo significativo na promoção da diversidade e no combate ao racismo no sistema educacional brasileiro.

Os três pontos fundamentais destacados pela professora Rosa Margarida fornecem diretrizes valiosas para a construção de uma educação mais inclusiva e antirracista:

1- RECONHECIMENTO E VALORIZAÇÃO DAS DIFERENÇAS

- Este primeiro ponto destaca a importância de reconhecer e valorizar a diversidade étnica e cultural presente na sociedade brasileira. Ao incorporar e respeitar as diferentes origens, experiências e perspectivas, o ambiente educacional se torna mais inclusivo e enriquecedor para todos(as) os(as) estudantes.

2- FORTALECIMENTO DA MEMÓRIA HISTÓRICA BRASILEIRA

- Valorizar a diversidade étnica na construção da identidade nacional é crucial. Isso implica reconhecer e destacar as contribuições significativas dos povos africanos e afrodescendentes ao longo da história brasileira, desmistificando a narrativa única centrada no grupo hegemônico branco europeu. O fortalecimento da memória histórica contribui para uma compreensão mais completa e precisa da formação do país e ressalta as personalidades negras e suas contribuições durante o processo de luta pela liberdade, oferencendo outra versão da história.

3-DESENVOLVIMENTO DE ATITUDES E VALORES ANTIRRACISTAS

- Este ponto destaca a importância de promover atitudes e valores que se oponham a qualquer forma de discriminação. Ao conscientizar os(as) estudantes sobre a existência do racismo e suas implicações, a educação antirracista busca instigar a empatia, a solidariedade e o respeito mútuo. A formação de uma consciência crítica é essencial para a construção de uma sociedade mais justa e igualitária.

A promoção de uma educação antirracista não apenas contribui para a valorização da diversidade, mas também para a construção de uma sociedade mais justa e equitativa.

Para isso, professor(a), estabeleça um diálogo com a turma: a história do Brasil é profundamente marcada pela presença e contribuição da herança afro-brasileira e indígena. Desde os tempos da escravização, que perduraram por séculos até a abolição, em 1888, os africanos trazidos para o Brasil influenciaram significativamente a cultura, a música, a religião, a culinária, a ciência e a arte. Ao mesmo tempo, os povos indígenas, que já habitavam o Brasil antes da colonização, também contribuíram e ainda contribuem amplamente para a formação do nosso povo.

É importante que você, professor(a), seja o facilitador do processo de letramento racial dos(as) estudantes. Você poderá elevar a compreensão deles(as) sobre essa temática ao realizar uma contextualização histórica. É essencial relembrar que, durante o período da escravização, os africanos trouxeram consigo uma riqueza de tradições culturais, que se misturaram com as culturas indígena e europeia, formando uma identidade única no Brasil. Essa interação cultural resultou na formação de uma sociedade que combina elementos de vários povos e etnias.

Por exemplo: no campo da música, o samba, um dos gêneros mais emblemáticos, origina-se da cultura afro-brasileira. Desenvolvido nas comunidades negras do Rio de Janeiro, o samba tornou-se uma expressão cultural popular e influenciou diversos outros estilos musicais no Brasil. Além dele, o maracatu, com suas raízes em Pernambuco, é outra manifestação artística que incorpora elementos africanos em sua música, dança e vestuário.

À medida que for dialogando a respeito desses pontos, pergunte à turma se alguém gostaria de dar outros exemplos de contribuições africanas. Estenda o diálogo: a expressão artística afro-brasileira também se destaca nas artes visuais, com artistas explorando temas diversos, sobretudo relacionados à identidade negra, à resistência e à ancestralidade. Observamos, também, muitos elementos que refletem a rica tradição artística tanto da cultura afro-brasileira quanto da indígena em diversas esculturas, pinturas, obras literárias, artesanato, dentre outros.

Além disso, a culinária brasileira foi profundamente influenciada pelas heranças africana e indígena. Pratos como o acarajé, a feijoada e o vatapá são exemplos de alimentos que têm suas raízes na culinária africana, enquanto alimentos derivados da mandioca, do caju e do guaraná trazem a referência indígena em sua elaboração. Questione os(as) estudantes: alguém pode dar outros exemplos de alimentos

que consumimos por influência indígena? Ajude-(os) a pensarem em açaí, pipoca, canjica e paçoca.

Nas Ciências, desde a arqueologia à medicina, passando por biologia e astronomia, cientistas do continente africano contribuíram com grandes feitos. Um exemplo contemporâneo é o do jovem ugandês Brian Turyabagye, estudante de engenharia de telecomunicações que aos 24 anos inventou um colete que identifica pneumonia em crianças.

A arte e a expressão cultural afro-brasileira enriqueceram a sociedade brasileira e desempenharam um papel fundamental na promoção da diversidade, no combate ao racismo e na construção de uma identidade nacional mais inclusiva. Essas manifestações culturais continuam a ser uma parte vital e vibrante do tecido social brasileiro, celebrando a diversidade e a riqueza da herança afro-brasileira.



Vamos conversar

Professor(a), agora, continue o diálogo com os(as) estudantes abordando personalidades negras e indígenas que contribuíram enfaticamente para a formação da cultura brasileira.

Para o autor do livro *O Caçador Cibernético da Rua Treze*, Fábio Kabral, "A importância dos heróis com rosto africano é apresentar uma possibilidade de cura para o nosso trauma histórico, é conhecer os heróis ancestrais que existem dentro de nós e dessa forma dar um novo passo para construir um novo futuro". Essa afirmação fortalece a necessidade de inserir no universo dos(as) estudantes referências importantes com os quais eles(as) possam se identificar. Para isso, traga exemplos de alguns nomes e ouça as contribuições que os(as) estudantes trouxerem. É possível que alguém se lembre de nomes de pessoas que não sejam personalidades públicas conhecidas pelo conjunto, mas que precisam ser validados e receber a mesma importância que os demais.

Cite alguns exemplos e pergunte o que eles(as) sabem sobre essas pessoas e como elas enriqueceram nossa cultura. Deixamos sugestões de alguns nomes que podem ser citados:

Alguns nomes:

Luis Gama, Machado de Assis, Lima Barreto, Maria Firmina dos Reis, Carolina Maria de Jesus, Conceição Evaristo, Elisa Lucinda, Chiquinha Gonzaga, Pixinguinha, Cartola, Grande Otelo, Abdias do Nascimento, Sueli Carneiro, Lázaro Ramos, Leônidas da Silva, José Reinaldo de Lima, João do Pulo, Daniel Munduruku, Olívio Jekupé, Ailton Krenak, Eliane Potiguara, Davi Kopenawa, Márcia Wayna Kambeba, Estêvão Silva, Wilson Tibério, Emanuel Araújo, Arissana Pataxó, Denilson Baniwa, Ibã Huni Kuin, Jaider Esbell, Elza Soares, Rincon Sapiência, MV Bill, Mano Brown, Emicida, Criolo, Sandra de Sá, Dona Ivone Lara, Brô MCs, Djuena Tikuna, Edivan Fulni-ô...

E há muitos outros!

Livro Caderno Orientador ERER- SEDU, pág. 22.

Enquanto menciona os nomes, verifique se os(as) estudantes sabem quem são essas pessoas. Sugerimos que vocês escolham algumas personalidades apontadas para realizar pesquisas breves, a fim de compreender quem são e quais são/foram suas principais contribuições.



Vamos registrar

Existem muitas formas de registro que podem ser utilizadas nas aulas de Projeto de Vida, mas, para esta aula, sugerimos a escrita de uma história guiada. Para começar, você deverá entregar para os(as) estudantes um relato iniciado ao qual eles(as) irão dar sequência.

Você poderá iniciar o enredo de uma história que tenha como protagonista um herói ou heroína negro(a) ou indígena, permitindo que cada estudante continue a narrativa livremente. Por ser uma atividade de escrita criativa, pode ser que os(as) estudantes não consigam terminar durante a aula. Nesse caso, oriente-os(as) a terminarem em casa, mas retome a atividade na próxima aula, solicitando que alguns(mas) leiam suas histórias para a turma.



O que aprendi

Por fim, professor(a), organize um momento para identificar o que os(as) estudan-

tes aprenderam na aula, levando-os(as) a refletirem sobre o que foi realizado até o momento. Você pode utilizar as seguintes perguntas:

- O que mais chamou a atenção de vocês nesta aula?



Referências

https://nova-escola-producao.s3.amazonaws.com/2NTUZEK7W3GGQM5vRqGaf7smPNvYj7BkGRV5YJUDS8NMdqyYAAAgamA7WVDA/e-book-educacao-antirracista-nova-escola.pdf
https://novaescola.org.br/conteudo/21321/educacao-antirracista-caminhos-para-trabalhar-a-tematica-nos-anos-finais-do-fundamental
https://nova-escola-producao.s3.amazonaws.com/pYZ5Uc8N5rubKAWQcAVqpcd24kUEUwsfMUnk7nvCRrtEjfQmjbYzKUXUGzM8/diagrama-educacao-antirracista-anos-finais.pdf
https://www.focoeducacaoprofissional.com.br/blog/importancia-da-cultura-afro-brasileira-na-construcao-da-riqueza-social
ttps://www.cartacapital.com.br/cultura/herois-com-rosto-africano-sao-cura-para-o-nosso-trauma-historico/
https://super.abril.com.br/ciencia/ciencia-da-africa

▶▶▶ Aula 3 ◀◀◀



Descrição da aula

A compreensão e a valorização da identidade cultural fortalecem a autoestima e a autoconfiança

Professor(a), amplie, nesta aula, a perspectiva do quanto conhecer e valorizar a própria identidade cultural proporciona um sentimento de pertencimento a um grupo ou comunidade e fortalece a autoestima e a autoconfiança. Desenvolva o assunto com os(as) estudantes de modo que todos(as) tenham oportunidade de participar das atividades. Para isso, esteja atento aos diferentes perfis e personalidades.



Palavras-chave

Identidade cultural; autoestima; autoconfiança.



Ampliando as aprendizagens

Como já vimos nesse trimestre, autoestima é um componente fundamental do desenvolvimento físico e emocional de adolescentes e jovens, desempenhando um papel crucial em várias áreas de suas vidas. Uma autoestima saudável facilita a passagem pela adolescência, permitindo que os(as) estudantes desenvolvam uma visão positiva de si mesmos(as) e compreendam quem são e o que valorizam.

Essa autoaceitação reforça a autoconfiança e pode influenciar as habilidades sociais dos(das) estudantes. Aqueles(as) com uma visão positiva de si mesmos(as) podem ser mais propensos(as) a se envolverem em diferentes atividades sociais, desenvolvendo vínculos e relacionamentos interpessoais saudáveis.

Depois que relembrar com os(as) estudantes os conceitos de *autoestima* e *autoconfiança*, explore com eles(as) o entendimento sobre **identidade cultural**, que pode ser entendido como o sentimento de pertencimento à cultura em que nascemos e que absorvemos ao longo de nossas vidas. Essa identidade, portanto, não é natural, isto é, herdada geneticamente, mas construída. Comumente, a nossa identidade cultura está intimamente ligada à nossa cultura nacional, que Hall (1999: 50) define como "[...] um discurso – um modo de construir sentidos que influencia e organiza tanto nossas ações, quanto a concepção que temos de nós mesmos".

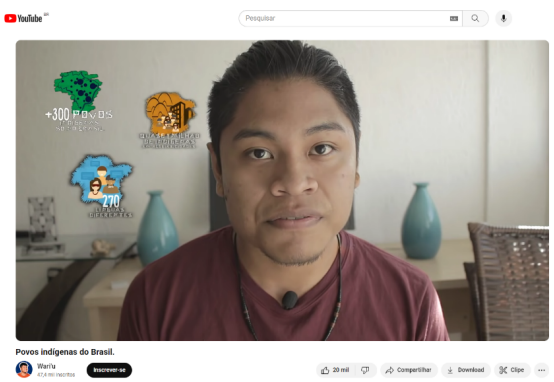
Assim, a identidade cultural é um padrão que associa uma produção cultural a determinado grupo social, abrangendo uma ampla gama de elementos, incluindo costumes, tradições, arte, música, ciência, vestimenta, linguagem, culinária e outros aspectos que contribuem para a caracterização de uma comunidade ou sociedade. Esses elementos culturais não apenas refletem a diversidade, mas também são parte integrante do tecido social, proporcionando uma maneira única de entender e expressar a identidade de uma comunidade ou nação.

Vamos destacar alguns exemplos de identidade cultural que são associados a algumas culturas:



Vamos conversar

Professor(a), para conversar com os(as) estudantes sobre a temática desta aula, sugerimos que você assista, junto com a turma, ao vídeo "Povos indígenas do Brasil", em que o jovem Cristian Wari'u Tseremey'wa esclarece aspectos que podem contribuir com a compreensão sobre a valorização da identidade cultural.



Acesse o vídeo por meio do *link* https://www.youtube.com/watch?v=unkNJF_mINQ

Professor(a), envolvidos pela temática do vídeo, proponha um momento de reflexão com a turma sobre as informações trazidas por Cristian. Como subsídio, você pode utilizar as perguntas abaixo:

- Você já sabia que não devemos nos referir a pessoas indígenas como índios?
- Você entende a diferença entre indígena e índio?
- Você já havia ouvido falar sobre povos nativos originários?
- Você sabia que a palavra tribo não é correta para se referir ao local onde os indígenas moram?
- Você gostou de aprender mais sobre esse tema?
- O que mais te chamou atenção no vídeo?
- Você sabia que a miscigenação também interfere na aparência física dos povos nativos originários?
- Você sabia que no Espírito Santo há territórios indígenas?
- Você conhece alguma aldeia, comunidade ou território indígena?



Vamos registrar

Professor(a), depois desse momento de reflexão, proponha aos(às) estudantes a realização da atividade a seguir. No recorte abaixo, temos uma fala do jovem Cristian Wari'u Tseremey'wa sobre alguns equívocos comuns utilizados ao referenciar povos nativos originários. Leia com os(as) estudantes. Reproduza-o para a turma.

> Diferente do que muitas pessoas pensam, *índio* não seria a palavra correta ao se referir aos indígenas - ou *povos nativos*. *Índio* foi um equívoco dos primeiros navegantes ao pisarem nestas terras, por acreditarem ter chegado às Índias. Outro equívoco é a maneira como deveriam ser nomeados os grupos indígenas. *Tribo*, por exemplo, é incorreto [...].

Em seguida, peça a eles(as) que registrem no caderno uma resposta para a seguinte pergunta:

- Por que é importante saber nomear corretamente os nossos povos originários?

Incentive o compartilhamento das respostas e ajude-os(as) na compreensão de que nomear é uma prática social e que nomear corretamente faz parte do respeito ao outro e à sua identidade.



O que aprendi

Professor(a), peça aos(às) estudantes que registrem, em forma de desenho ou pintura, elementos que representam sua identidade cultural quanto à música, culinária e religiosidade. A atividade pode ser realizada no caderno ou em folhas separadas, que posteriormente podem compor um mural na sala de aula ou em outro espaço da escola.



Referências

HALL, S. A identidade cultural na pós-modernidade. Rio de Janeiro: DP&A, 1999.
https://www.nube.com.br/blog/2022/01/13/autoconfianca-e-autoconhecimento-para-uma-carreira-de-sucesso
https://www.socursoead.com/blog/habilidades-pessoais-definicao-e-exemplos/
https://www.vittude.com/blog/autoconfianca/
https://mundoeducacao.uol.com.br/educacao/diversidade.htm
https://respeitarepreciso.org.br/cadernos-respeitar/respeito-na-escola/
https://educador.brasilescola.uol.com.br/comportamento/boas-maneiras-na-escola.htm
https://www.gazetadopovo.com.br/opiniao/artigos/escola-um-espaco-de-trabalho-acolhimento-e-respeito/
https://mundoeducacao.uol.com.br/sociologia/identidade-cultural.htm
https://drive.google.com/file/d/1yoKQiiAwZ8OUiFF3hWT8M9L0yk9Jd7ku/view

GOVERNO DO ESTADO
DO ESPÍRITO SANTO
Secretaria da Educação

SEQUÊNCIA DIDÁTICA 4

RELACIONAMENTOS SOCIAIS



GOVERNO DO ESTADO
DO ESPÍRITO SANTO
Secretaria da Educação

SEQUÊNCIA DIDÁTICA 4

RELACIONAMENTOS SOCIAIS

2º TRIMESTRE

SEQUÊNCIA DIDÁTICA 4 | 6º ANO						
Quantidade de aulas	Eixo Temático	Pilar	Unidade temática	Competência socioemocional	Objetivo Geral	Objetivo Específico
3 Aulas	Identidade, Valores e Responsabilidade Social	Aprender a ser	Construção do Projeto de Vida	Autoconfiança e Autoestima	Desenvolver a capacidade de lidar com as próprias emoções, estabelecendo relações saudáveis.	Compreender as próprias emoções e desenvolver autoestima e autoconfiança.

Aula 1



Descrição da aula

Como lidar com diferentes emoções, sentimentos e atitudes.

Inicie uma conversa com os(as) estudantes para retomar os conceitos que julgar necessários e dar início a novos aprendizados. É importante que você os(as) incentive a participar das aulas e atividades propostas, reiterando a importância de explorar as competências socioemocionais para a produção do projeto de vida.



Palavras-chave

Emoções; sentimentos; atitudes.



Contextualização

Professor(a), nesta aula, vamos nos aprofundar na percepção e na busca por formas que podemos encontrar para lidar com as diferentes emoções e sentimentos que a adolescência apresenta, enfatizando como boas atitudes podem ser realçadas, tornando-se habituais.

Lidar com diferentes emoções, sentimentos e atitudes é parte fundamental da experiência humana. O processo de conhecer-se, embora muito evidenciado na adolescência, é contínuo e requer gerenciamento constante. Nesse sentido, experimentar diferentes abordagens pode permitir descobertas que ajudam cada indivíduo a respeitar sua singularidade no processo de reconhecer e administrar as próprias emoções.

Sob essa ótica, é preciso que os(as) estudantes compreendam que trabalhar com as emoções que podem interferir na vida cotidiana requer uma abordagem cuidadosa e construtiva e que é essencial reconhecer que cada emoção tem uma função específica, agindo como um guia interno que comunica, motiva e sinaliza quando algo significativo está acontecendo. Mesmo as emoções desconfortáveis possuem um propósito e fornecem informações valiosas que merecem ser compreendidas.

Por isso, explique que, em vez de resistir ou reprimir as emoções, uma sugestão é dedicar tempo para observar e explorar a experiência que está gerando esses sentimentos. Isso envolve um processo de autoconsciência, no qual cada pessoa se permite sentir, sem julgamentos, e procura entender a mensagem que cada emoção está transmitindo. Compreendendo a ideia de que todas as emoções têm um propósito e uma função, você pode transformar a maneira como as percebe, criando possibilidades de uma vida mais equilibrada e significativa. Essa abordagem não apenas promove o autodesenvolvimento, mas também fortalece a capacidade de construir relacionamentos mais saudáveis e resilientes.

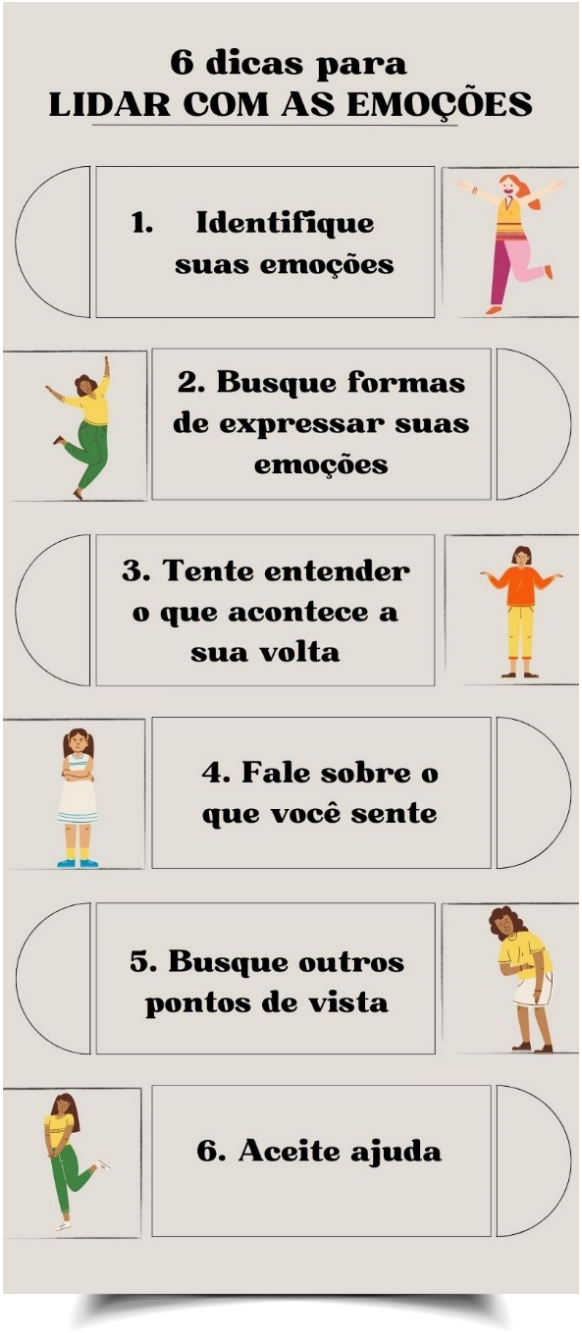
Ao adotar essa abordagem, é possível cuidar dos seus sentimentos e não reagir impulsivamente, priorizando pausar, refletir e consultar as emoções antes de decidir como agir. Isso permite que as atitudes geradas com base nas emoções e sentimentos sejam mais alinhadas com as suas necessidades individuais e valores pessoais.

Explique aos(às) estudantes que, ao incorporar uma abordagem emocionalmente inteligente na construção do projeto de vida, eles(as) podem criar uma base sólida para o crescimento pessoal. Isso não apenas aumenta a probabilidade de alcançar seus objetivos, mas também promove um sentido mais profundo de realização e satisfação ao longo da jornada.

A gestão emocional requer a habilidade de identificar e dar nomes às emoções que experimentamos. A maioria de nós cresce sem um repertório emocional satisfatório, enfrentando estímulos emocionais sem ter as ferramentas para articulá-los. A ausência desse vocabulário emocional torna mais desafiador lidar com as experiências internas e dificulta a busca de ajuda quando necessário. Ao nomear e expressar de maneira saudável o que sentimos, estamos capacitados a enfrentar nossas emoções de forma mais construtiva.

Ao lado, sintetizamos algumas dicas que podem ajudar a gerenciar as emoções.

Após identificar e validar suas emoções, é importante buscar maneiras de expressá-las, e há diversos caminhos para isso. Pode-se optar por escrever sobre as emoções, aceitar as respostas corporais sem julgamentos (como permitir-se chorar, por exemplo), praticar esportes, engajar-se em atividades artísticas como pintura, dança, música ou artesanato, ou simplesmente compartilhar seus sentimentos com alguém. O essencial é encontrar o método que melhor se adapta a você, proporcionando uma forma de liberar e expressar suas emoções de maneira saudável.



Nesse sentido, professor(a), explique para a turma que, ao tentar ver as situações por diferentes ângulos, podemos eliminar interpretações distorcidas e avaliar os fatos de forma mais equilibrada. Explorar outros pontos de vista enriquece nossa compreensão e nos ajuda a evitar conclusões precipitadas, o que nos permite cultivar uma abordagem mais realista frente aos desafios. Essa prática de buscar diferentes pontos de vista contribui para um equilíbrio emocional mais saudável.

Também é importante destacar para os(as) estudantes que a complexidade da vida emocional é muito desafiadora para enfrentarmos sozinhos, gerando um peso emocional significativo. Por isso, aceitar ajuda proporciona segurança para explorar e compreender suas emoções. Buscar apoio para se fortalecer é um passo corajoso em direção ao autocuidado e ao fortalecimento do bem-estar mental.



Vamos explorar

Professor(a), amplie a compreensão sobre a validação das emoções com os(as) estudantes. Oriente-os(as) as se sentarem em círculo e proponha uma atividade que chamaremos de Roda das Emoções. Você precisará de imagens variadas de pessoas que representem as diversas emoções: raiva, alegria, susto, timidez, amor, medo, monotonia e entusiasmo. Você deverá apresentar uma imagem de cada vez e solicitar que eles(a) nomeiem a emoção que identificam. Depois, valide com todos(as) se eles(as) reconhecem a mesma emoção naquela imagem.

Em seguida, explore os motivos que os(as) levaram a esse entendimento. Você pode utilizar as perguntas a seguir:

- Que elementos permitiram a identificação das emoções?
- É fácil identificar o que uma pessoa está sentindo apenas pela imagem?
- Vocês conhecem pessoas que têm dificuldades em expressar suas emoções e sentimentos?

Aproveite a oportunidade para falar sobre a dificuldade que algumas pessoas têm em expressar emoções. Essa expressão deveria ser uma experiência comum, mas muitas vezes é um grande desafio. Nesse sentido, desenvolver a comunicação pode ser uma estratégia eficaz para a expressão das emoções e para o entendimento mútuo nas relações humanas.



Vamos registrar

Professor(a), após concluir a atividade anterior, peça que cada estudante abra seu caderno e escreva três emoções vivenciadas na aula de hoje. Se houver tempo hábil, eles(as) podem compartilhá-las. Você pode conferir se as emoções listadas por eles(as) são homogêneas ou se houve impressões diferentes sobre a aula.



O que aprendi

Professor(a), esta seção é uma oportunidade valiosa para consolidar as aprendizagens da aula e proporcionar aos(às) estudantes um momento de introspecção sobre suas experiências. Consolide as reflexões com a seguinte pergunta:

- Como o entendimento das próprias emoções pode melhorar as nossas relações sociais?



Referências

https://conteudo.saraivaeducacao.com.br/saude/como-lidar-com-as-emocoes/
https://terapiascontextuais.com.br/emocoes-frequentes-na-adolescencia/
https://porvir.org/como-identificar-emocoes/
https://novaescola.org.br/planos-de-aula/fundamental/4ano/historia/das-cartas-as-redes-sociais-a-velocidade-da-comunicacao/4934

▶▶▶ Aula 2 ◀◀◀



Descrição da aula

Habilidades de comunicação podem fortalecer relacionamentos

Professor(a), para prosseguir nesta sequência didática, colocaremos nosso foco sobre a comunicação e a capacidade de aprimoramento das relações por meio do diálogo. Inicialmente, incentive os(as) estudantes a falarem sobre o que eles(a) entendem sobre o assunto e escute sem interferências antes de explorar a temática.

Isso irá possibilitar que você identifique o quanto os(as) estudantes avançaram na compreensão das competências socioemocionais até aqui. Caso seja necessário, retome alguma discussão anterior antes de prosseguir com o conteúdo.



Palavras-chave

Habilidades de comunicação; relacionamentos.



Ampliando as aprendizagens

A comunicação, conforme definido por Ferreira (1986, p. 443 apud DEVESA, 2016), é "a transmissão de uma mensagem entre uma fonte e um destinatário, distintos no tempo e/ou espaço, utilizando um código comum". Nesse sentido, a comunicação representa a transferência de informações de um ponto a outro. Assim, nos diversos tipos de relacionamentos, seja em família, na escola ou na sociedade, a comunicação desempenha um papel fundamental, permitindo que os indivíduos compartilhem suas experiências e expressem suas necessidades.

Ao se comunicar efetivamente, é possível expressar o que pensamos e sentimos, acessar nossos direitos, cumprir nossos deveres e estabelecer conexões com o outro. Uma pessoa com grande habilidade de comunicação interpessoal demonstra a capacidade de realizar a 'escuta ativa'. Esse processo significa ouvir o outro atentamente, percebendo o tom de voz, a velocidade da fala e a linguagem corporal.

Dentro desse contexto, podemos pensar que a escuta ativa, atitude fundamental às relações pessoais, exige sensibilidade, pois escutar o outro para acolher suas individualidades é fundamental para fortalecê-lo.

Assim, entendemos que uma **comunicação eficaz** é formada pela **habilidade de se comunicar** e pela **prática da escuta ativa**. Essas atitudes podem ser cultivadas por meio da prática e do interesse genuíno pelo que o outro tem a dizer e expressar.

Algumas práticas também podem potencializar a comunicação interpessoal. Veja alguns exemplos:



Evidencie para os(as) estudantes que, além da linguagem, há outras formas de comunicação, como:

- **Não verbal** - Uso de expressão corporal (dança, mímica, dentre outros), emocional (riso e choro) e comportamental (ficar agitado ou retraído, por exemplo).
- **Escrita** - Por meio de palavras e textos.
- **Digital** - Quando há utilização de dispositivos eletrônicos (celular, notebook, dentre outros).

Professor(a), considere com os(as) estudantes que, no século XXI, a comunicação foi revolucionada pelo advento da internet, o que propiciou a difusão exponencial das redes sociais, conectando pessoas em escala global ao ultrapassar fronteiras digitalmente. Dentre os benefícios proporcionados pelas redes sociais, destaca-se a oportunidade de estabelecer uma comunicação direta (com mensagens, áudios, fotos e vídeos) com indivíduos de diferentes partes do globo.

Pergunte aos(às) estudantes: Vocês costumam se comunicar com pessoas distantes geograficamente? Consideram a tecnologia importante para essa comunicação? Por quê?



Vamos registrar

Professor(a), para que a turma consolide a ideia de que a habilidade de comunicação pode favorecer bons relacionamentos, sugerimos que você proponha um caminho hoje pouco valorizado: a escrita de cartas. A grande vantagem de uma carta é que o(a) destinatário(a) pode guardá-la pelo tempo que desejar, revisitando-a quando quiser.

Para que os(as) estudantes vivenciem a experiência de receber uma carta, eles(as) também precisarão escrever. Para isso, você pode levar envelopes ou distribuir folhas de papel A4 para confecção pela turma (é possível acessar tutoriais de confecção de envelopes em diferentes sites). Se possível, leve também adesivos e folhas de revista para recorte, a fim de que as cartas sejam feitas de forma mais criativa.

Como subsídio, você pode acessar o conteúdo disposto no link a seguir, que aborda a estrutura do gênero textual carta: https://mundoeducacao.uol.com.br/redacao/carta.htm#:~:text=Apresenta%20os%20seguintes%20elementos%20estruturais,o%20assunto%20a%20ser%20tratado.

Distribua também folhas para a escrita da carta e oriente a turma: cada estudante deverá escolher um colega para destinar sua produção, preenchendo no envelope os nomes do(a) remetente e do(a) destinatário(a). O assunto é livre: o(a) estudante pode falar sobre como está a sua vida atualmente e sobre quais são as suas expectativas para o futuro ou expressar seus sentimentos de amizade, orgulho e admiração, por exemplo.

Solicite que todos(a) entreguem as cartas para você, que atuará como carteiro(a). Observe como cada um(a) se sentirá ao receber a carta e dialogue com a turma sobre as suas impressões.



O que aprendi

Professor(a), para finalizar esta aula, organize um momento de reflexão oral:

- Você já havia destinado uma carta a alguém antes? E já havia recebido?
- Como se sentiu ao receber a carta hoje?
- De qual forma você costuma se comunicar com pessoas com as quais se relaciona no dia a dia?
- Você se preocupa em se comunicar com pessoas de idade diferente da sua? O que acha que pode aprender ao dialogar com elas?



Referências

DEVESA, Laura Moura. A importância da comunicação no contexto organizacional: A comunicação organizacional como ferramenta de desenvolvimento e eficácia de uma organização. Dissertação de mestrado apresentado ao Instituto Politécnico de Setúbal, 2016. Disponível em: https://comum.rcaap.pt/bitstream/10400.26/17915/1/Laura%20Devesa_140327005%20Ci%C3%AAncias%20Empresariais.pdf, último acesso em 04/07/2018.

https://online.pucrs.br/blog/comunicacao-assertiva

https://inpaonline.com.br/boa-comunicacao/?doing_wp_cron=1708452651.5073809623718261718750

https://novaescola.org.br/planos-de-aula/fundamental/4ano/historia/das-cartas-as-redes-sociais-a-velocidade-da-comunicacao/4934

https://www.pontotel.com.br/comunicacao-interpessoal/

https://revistaalceu.com.puc-rio.br/alceu/article/view/18

Aula 3



Descrição da aula

O autocuidado e as boas relações com o outro são importantes para a promoção da autoestima e da autoconfiança.

Professor(a), este é o momento de compilar tudo o que aprendemos no decorrer das aulas deste trimestre. É importante que você esteja atento aos(às) estudantes que têm dificuldades de se expressar oralmente, proporcionando e valorizando diferentes formas de participação.



Palavras-chave

Autocuidado; autoestima; autoconfiança.



Retomando as aprendizagens

Professor(a), esta atividade consiste na leitura de um estudo de caso que resume as temáticas trabalhadas neste trimestre: autocuidado, autoestima e autoconfiança.

A partir do estudo de caso, você poderá trazer situações reais vivenciadas pelos(as) estudantes e desenvolver a temática, preocupando-se em reiterar a boa comunicação, os valores e as boas atitudes para a construção de relações harmônicas e respeitosas.

Caso tenha interesse e possibilidade de reproduzir a prática do "E se..." (citada no estudo de caso) com a sua turma, essa é uma atividade interessante para identificar os(as) estudantes que têm habilidades de oratória e hábito de leitura.

Leia o estudo de caso abaixo para ou com a turma:

Desde bem pequenininha, Tati já demonstrava interesse por livros. Passava horas observando as gravuras dos livrinhos das irmãs mais velhas e repetia as historinhas que já conhecia de cor.

Simone, a mãe de Tati, ficava encantada com o fascínio da pequena pelos livros. Tati dizia gostar de ler porque se sentia bem ao fazer isso. Sempre que se sentia triste ou ansiosa, a menina mergulhava na leitura de seus livros e, por longos momentos, esquecia-se do mundo real. Em seus aniversários, Tati sempre pedia livros de presente. Aos poucos, passou a recontar suas próprias versões das histórias que lia: imaginava novos cenários, enredos paralelos e mais personagens – ou, simplesmente, mudava o final da história quando queria gerar mais suspense ou dar um final mais feliz para algum personagem.

Quando entrou no 6º ano, Tati era vista como uma menina tímida, caladinha e que tinha dificuldade de se relacionar com os colegas. Simone e Alex, os pais da menina, participaram de uma reunião de pais com os professores e a equipe pedagógica da escola e ouviram atentos o que os professores falavam. No decorrer da reunião, conversaram com o professor de Língua Portuguesa, que já havia percebido o quanto Tati era inteligente e o quanto amava livros.

Rafael trabalhava nessa mesma escola há 3 anos e já havia encontrado outras crianças como Tati. Para Rafael, era questão de tempo até que Tati começasse a se abrir e brilhar.

Em uma segunda-feira, Rafael propôs uma atividade de contação de histórias e contou para a turma, de maneira resumida, uma história conhecida, chamada Os três mosqueteiros, de Alexandre Dumas. A história é sobre o jovem Dartagnan, que viajou para Paris porque

queria se tornar um mosqueiro. Lá, o jovem se envolve em várias aventuras e se aproxima de Athos, Porthos e Aramis, que já eram mosqueteiros. Ele então aproveita a oportunidade para se unir aos novos amigos e lutar em defesa do reino. Ao terminar de contar a história, Rafael sugeriu uma atividade chamada "E se...". Nessa atividade, uma pessoa conta uma história e em determinado momento para e sugere um "e se..." e propõe uma mudança de roteiro para outra pessoa dar sequência até um novo "E se...". Rafael já sabia o que queria quando pensou nessa atividade. No primeiro "E se...", ele mudou a história para "E se Dartagnan fosse uma menina..." e pediu para Tati dar sequência. A menina se iluminou e fez o que sabia fazer de melhor: criou uma versão animada e com novas aventuras para a personagem. Todos ficaram tão envolvidos na narrativa criativa criada por Tati que não quiseram acrescentar o "E se...". Os colegas pediram para Tati continuar porque queriam saber como a história que ela iniciou terminaria. Professor Rafael sugeriu, então, que Tati pensasse no desenvolvimento de sua narrativa e disse que na próxima aula ela traria para a turma o final da história, para assim conseguir retomar a atividade proposta. Todos, inclusive Tati, ficaram muito animados com a ideia.

Nesse dia, Tati se sentiu confiante e valorizada que ficou radiante! Passou muito tempo conversando com os colegas no horário do recreio contando sobre as aventuras que ela criava a partir dos livros que lia. Os colegas gostaram de conhecer melhor a menina que era tão quietinha, mas que demonstrou uma grande habilidade de ler e de contar histórias. A turma percebeu que as pessoas têm, de fato, diferentes formas de ser e de se expressar.

Quando Tati retornou da escola exalando felicidade e relatando tudo o que havia acontecido, a mãe de Tati entendeu que a filha tinha muito a expressar, mas de uma forma própria. Tati, por sua vez, percebeu que a sua forma de comunicação alcançava as pessoas de uma maneira fascinante, o que fez com que ela acreditasse muito mais em si mesma.

Professor(a), ao final da leitura, reflita com os(as) estudantes sobre a história lida. Você pode fomentar o seu diálogo com as seguintes perguntas:

- Vocês conhecem ou convivem com alguém como Tati?
- Vocês preferem ler livros ou ouvir histórias?
- Vocês acreditam que quem tem o hábito da leitura se comunica melhor?
- O que vocês acharam da atitude do professor de Tati?
- Vocês acreditam que quem pratica o autocuidado se relaciona melhor com outras pessoas?
- Quais habilidade vocês acham que ainda precisam ter para se relacionar melhor consigo mesmos e com o outro?

Neste momento, peça aos(às) estudantes que apontem quais foram as principais aprendizagens em Projeto de Vida neste trimestre e quais eles(as) consideram mais importantes. Ajude-os(as) a refletirem sobre a importância dessas aprendizagens e sobre o impacto que elas terão no seu cotidiano e no seu projeto de vida. Como subsídio ao seu diálogo, reunimos abaixo os principais pontos deste trimestre:



- O que é autocuidado.
- O que é autoestima.
- O que é autoconfiança.
- Diversidade cultural e étnica.
- Relacionamentos sociais.

Em seguida, proponha a autoavaliação.



Autoavaliação

Professor(a), a fim de que você consiga acompanhar a progressão das aprendizagens dos(as) estudantes ao longo deste trimestre, apresentamos uma proposta de

autoavaliação. Por meio dela, os(as) próprios(as) estudantes terão a oportunidade de se avaliar a partir de uma escala lúdica. A autoavaliação está composta por um conjunto de frases que expressam as aprendizagens do trimestre, e, à frente de cada uma, estão dispostas cinco estrelas vazias. Eles(as) deverão pintá-las de acordo com o que consideram ter aprendido. Assim, quanto maior a apropriação acerca de um assunto, mais estrelas deverão pintar.

Nesse processo, professor(a), a sua mediação também é essencial, uma vez que alguns(mas) estudantes podem ter visões muito depreciativas sobre si mesmos(as). Por isso, é importante que você acompanhe a realização da autoavaliação, intervindo quando necessário. Por exemplo: caso um(a) estudante não pinte nenhuma estrela em um item, ajude-o(a) a pensar nos aspectos que foram dialogados durante as aulas e a repensar no nível de conhecimento que ele(a) tem a respeito do assunto e no modo como pensa a seu próprio respeito.

Para aplicar a autoavaliação, disponibilize a proposta a seguir, que deverá ser escrita ou colada no caderno.

Ao longo deste trimestre, eu...	
Compreendi o que é autoconfiança.	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
Compreendi que é preciso cuidar de si mesmo para fortalecer a autoconfiança.	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
Refleti sobre as minhas habilidades e qualidades pessoais.	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
Compreendi a importância da autoimagem para gerar autorrespeito.	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
Entendi o que é autoestima	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
Entendi a importância do respeito aos outros.	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
Compreendi a importância e passei a valorizar mais a diversidade cultural e étnica.	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
Refleti sobre as contribuições da culturas afro-brasileiras e indígenas.	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
Compreendi que a identidade cultural fortalece a autoestima e a autoconfiança.	☆ ☆ ☆ ☆ ☆

Compreendi o que é autoestima.	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
Entendi que preciso lidar adequadamente com diferentes emoções e sentimentos para ter atitudes melhores.	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
Compreendi que a habilidade de comunicação fortalece os relacionamentos.	☆ ☆ ☆ ☆ ☆

Após essas reflexões e aprendizagens, sinto que sou capaz de construir o meu projeto de vida.

☆ ☆ ☆ ☆ ☆



Referências

https://inpaonline.com.br/boa-comunicacao/?doing_wp_cron=1708452651.5073809623718261718750
https://www.psicologacomportamental.com.br/autoestima/
https://educacaointegral.org.br/reportagens/qual-papel-da-autoimagem-desenvolvimento-dos-individuos/
https://www.vittude.com/blog/autoconfianca/
https://resumos.soescola.com/glossario/o-que-e-qualidades-pessoais/
https://www.focoeducacaoprofissional.com.br/blog/importancia-da-cultura-afro-brasileira-na-construcao-da-riqueza-social
https://www.dicio.com.br/mosqueteiro/
Dumas, Alexandre. Os Três Mosqueteiros. 1ºed. São Paulo: Editora, 2003.

GOVERNO DO ESTADO
DO ESPÍRITO SANTO
Secretaria da Educação



3º TRIMESTRE

GOVERNO DO ESTADO
DO ESPÍRITO SANTO
Secretaria da Educação

SEQUÊNCIA DIDÁTICA 1

AUTOCONFIANÇA E AUTOIMAGEM



GOVERNO DO ESTADO
DO ESPÍRITO SANTO
Secretaria da Educação

SEQUÊNCIA DIDÁTICA 1

AUTOCONFIANÇA E AUTOIMAGEM

▶ ▶ ▶ 3º TRIMESTRE ◀ ◀ ◀

SEQUÊNCIA DIDÁTICA 1 | 6º ANO						
Quantidade de aulas	Eixo Temático	Pilar	Unidade temática	Competência socioemocional	Objetivo Geral	Objetivo Específico
2 Aulas	Identidade, Valores e Responsabilidade Social	Aprender a ser	Construção do Projeto de Vida	Autoconfiança	Fortalecer a autoconfiança por meio do entendimento e da valorização da própria imagem.	Reconhecer e valorizar suas qualidades e habilidades.

Aula 1



Descrição da aula

Identificar as características pessoais para potencializar as competências individuais e uma imagem positiva de si mesmo(a).

Professor(a), ao reconhecer nossos pontos fortes, podemos direcionar nossos esforços para maximizar nosso potencial. Isso envolve reflexão e prática, no processo de aprendizado e crescimento, seja na escola, nos relacionamentos ou em nossos objetivos pessoais.



Palavras-chave

Autoconfiança; características pessoais; competências individuais.



Contextualização

Professor(a), no 2º trimestre exploramos com atenção o entendimento do desenvolvimento pessoal em várias esferas, como a social e a educacional. No ambiente escolar, o desenvolvimento pessoal se manifesta na capacidade de comunicação eficaz, na liderança e na resolução de problemas, por exemplo, estendendo-se aos relacionamentos interpessoais que se delineiam fora do âmbito escolar. Em ambos os contextos, são fundamentais a empatia, a resiliência, a assertividade e a habilidade de resolver conflitos. Ao desenvolver e aprimorar esses aspectos, tornamo-nos mais aptos a enfrentar os desafios da vida com confiança e eficácia, avançando na busca por nossos objetivos.

Portanto, professor(a), é importante que você dialogue sobre esses pontos com os(as) estudantes de modo que eles(as) compreendam a necessidade de desenvolverem e aprimorarem constantemente suas características pessoais.



Vamos conversar

Professor(a), para abordar sobre características pessoais, resgate alguns conceitos com os(as) estudantes, a fim de agregar subsídios para a aula de hoje. Convide-os(as) a se sentarem em círculo e faça perguntas de bate e volta que os(as) façam ativar a memória sobre o que já foi trabalhado com o objetivo de contextualizá-los sobre a prática que será desenvolvida nesta aula.

A ideia é que você diga palavras e eles(as) respondam com o quem lhes vem à cabeça. Algumas palavras que podem ser ditas são:

autoconfiança; resiliência; empatia; criatividade; honestidade; determinação; autocuidado; autoimagem; respeito; autorrespeito; valores; autoestima.

Professor(a), permita que os(as) estudantes se expressem, sem muitas interferências, e percorram por si mesmos(as) a memória de assuntos que já foram trazidos por você para o trabalho em sala. Aqui você atuará como mediador(a) da aprendizagem, em que o conhecimento prévio será a base para a atividade prática.



Vamos explorar

Professor(a), para colocar em prática, de maneira lúdica, as características pessoais, de modo a potencializar as competências individuais, sugerimos que você desenvolva uma dinâmica de grupo em que os(as) estudantes precisarão exercitar a organização, a proatividade, a liderança, o respeito ao outro, o trabalho em equipe e a criatividade. Para isso você irá aproveitar o círculo em que os(as) estudantes já estão posicionados(as) e riscar no centro desse um círculo bem menor, em que caibam todos os(as) estudantes, porém bem próximos uns aos outros.

O primeiro passo é pedir que todos(as) fiquem de pé e se deem as mãos para formar uma roda. Depois, sem acrescentar nenhuma informação adicional, você irá riscar no chão um pequeno círculo, como foi detalhado acima. Na sequência, oriente que todos(as) olhem bem para os lados direito e esquerdo e memorizem as pessoas que estão ao seu lado. A seguir, avise que você irá colocar uma música e eles deverão se movimentar no ritmo da música, podem dançar, andar, fingir que estão tocando um instrumento musical, dublar... Quando estiverem bem envolvidos(as) pela música, você dirá que todos(as) devem ocupar imediatamente o círculo que foi riscado no centro da roda. Nesse momento poderá acontecer algum tumulto, por pensarem que não haverá espaço suficiente para todos(as). A intenção é justamente causar essa sensação. O próximo e último comando será que, sem ultrapassar as linhas do círculo eles(as) devem se posicionar entre as mesmas pessoas que estavam na roda anterior.

Deixe-os(as) arriscar possibilidades. A opção que mais se aproximará da roda anterior é um caracol, mas vários formatos podem ser pensados e executados por eles(as). Destine um tempo para isso e ao final desenvolva o tema das características pessoais e reitere como elas são importantes para a construção coletiva. Lembre-os(as) de que, quando desenvolvemos e aprimoramos nossas características, capacitamo-nos a enfrentar os desafios da vida com confiança e eficácia, construindo relações sólidas, avançando em nossos objetivos e alcançando um bem-estar duradouro.



Vamos registrar

Após a atividade em círculo, oriente os(as) estudantes a retornarem a seus lugares, pois realizarão uma nova atividade. Agora, convide os(as) estudantes para realizem uma autoidentificação das características que consideram mais potentes em si mesmos(as), como criatividade, liderança, proatividade, flexibilidade, dentre outras. Eles deverão elencar essas características em um quadro, indicando como cada característica pode contribuir para desenvolver o seu potencial. Como exemplo, você pode reproduzir para a turma o modelo a seguir:



O que aprendi

Professor(a), quando os(as) estudantes terminarem o preenchimento do quadro, reflita com eles(as) sobre as perguntas abaixo:

1. Foi fácil pensar nas próprias características?
2. Por que é importante reconhecer as nossas próprias características e as características das pessoas com as quais convivemos?
3. Por que é importante utilizar as nossas características para o nosso bem e para o bem do próximo?



Referências

https://escoladocaos.com/dinamica-rh/
https://leiturinha.com.br/blog/estimulando-a-autonomia-da-crianca/
https://escoladainteligencia.com.br/blog/habilidades-emocionais/
https://efape.educacao.sp.gov.br/curriculopaulista/wp-content/uploads/download/cadernos-do-professor-v4-2020/EM_PR_PV_3EM_VOL4_V5_Vers%C3%A3o%20Preliminar.pdf

▶▶▶ Aula 2 ◀◀◀



Descrição da aula

Estimular a autoconfiança dos(as) estudantes por meio de atividades. Gentileza alterar na estrutura

Estimular a autoconfiança dos(as) estudantes é fundamental para o desenvolvimento e o crescimento pessoal deles(as). Nesse sentido, há atividades que constituem oportunidades valiosas para que eles(as) desenvolvam habilidades de comunicação, expressão e argumentação, ao mesmo tempo em que constroem sua confiança pessoal e a capacidade de enfrentar desafios.



Palavras-chave

Autoconfiança; atividades; autoimagem.



Ampliando as aprendizagens

Professor(a), atividades práticas promovem o desenvolvimento educacional dos(as) estudantes, além de impactarem significativamente na autoconfiança, preparando-os(as) para enfrentar desafios futuros com resiliência e determinação.

Atividades como apresentações individuais curtas, exposições de textos e debates são ferramentas eficazes para promover a autoconfiança em estudantes de diversas idades. Essas atividades proporcionam oportunidades para que eles(as) se desenvolvam e demonstrem suas habilidades de comunicação e expressão, além de evidenciarem seus diferentes talentos. Ao se apresentarem individualmente em frente aos(as) colegas, os(as) estudantes têm a oportunidade de aprender a lidar com a pressão e a superar o receio de ser julgado(a), fortalecendo assim sua autoconfiança.

As apresentações musicais, esportivas, artísticas, de trabalhos manuais, de desenhos e de textos (poemas e letras de canção, por exemplo) permitem que os(as) estudantes se expressem de maneira criativa, desenvolvendo mais confiança em seu potencial.

Professor(a), dessa forma é importante que você promova um ambiente de respeito e valorização dos diferentes talentos que se manifestam em sua sala de aula. Essa postura fortalece a autoconfiança dos(as) estudantes à medida que percebem que seus talentos são reconhecidos e admirados pelo(a) professor e pelos(as) colegas.

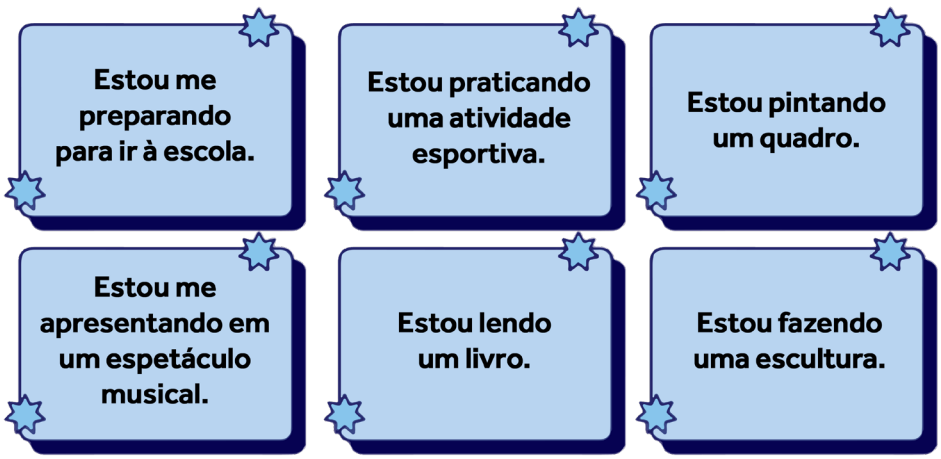


Vamos registrar

Professor(a), para estimular a autoconfiança, associada à comunicação visual e expressão criativa, sugerimos que você trabalhe uma atividade lúdica nos moldes do conhecido jogo "Imagem e Ação". A atividade deve ser executada em grupos e envolve a representação de palavras ou frases específicas por meio de gestos físicos de um(a) dos(as) integrantes de um grupo, enquanto os(as) outros(as) integrantes tentam adivinhar o que está sendo representado.

O jogo geralmente começa com os(as) estudantes divididos(as) em equipes. Cada equipe então seleciona um(a) jogador(a) para ser o(a) "ator/atriz" da rodada. Este jogador pega uma carta que contém palavras ou frases para representar. Enquanto ele(a) representa, os(as) outros(as) representantes da equipe tentam adivinhar a palavra ou frase o mais rápido possível. O objetivo é adivinhar corretamente antes que o tempo acabe, que é definido por um cronômetro.

Sugerimos que você, professor(a), registre em pequenas fichas palavras ou fases que estimulem a expressão dos(as) estudantes como:



Produza quantas fichas com palavras ou frases você achar necessário, de acordo com o tamanho da turma. O jogo "Imagem e Ação" é uma ótima maneira de promover a comunicação, a criatividade e o trabalho em equipe, além de proporcionar muita diversão para os(as) participantes. Ele desafia os(as) jogadores(as) a pensarem rapidamente e a serem expressivos(as) em suas representações, enquanto também os(as) mantêm engajados(as) e entretidos(as) ao longo do jogo.



O que aprendi

Por fim, professor(a), organize um momento para identificar o que os(as) estudantes aprenderam na aula, levando-os(as) a refletirem sobre o que foi realizado até o momento. Você pode utilizar as seguintes perguntas:

- Como vocês se sentiram com essa atividade? Foi fácil ou difícil expressar-se diante de todos(as)? Por quê?
- Quais são os seus principais talentos? Alguém gostaria de fazer uma demonstração para turma? Vocês podem cantar uma música, apresentar um desenho, declamar um poema, demonstrar uma habilidade manual, dentre outros.

  Professor(a), valorize as diferentes formas de expressão dos(as) estudantes, incentivando-os(as) a aprimorarem seus talentos. Você pode planejar, com a turma, um momento para socialização dessas demonstrações, que pode ocorrer por meio de um show de talentos. O importante é incentivá-los(as) a identificarem e expressarem o próprio potencial, uma vez que isso pode ajudá-los(as) a fortalecerem, progressivamente, a crença em si mesmos(as). Lembre-se de que essa autoconfiança é fundamental o desenvolvimento de seus projetos de vida.



Referências

https://tablegames.com.br/wp-content/uploads/2017/10/imagem_e_acao_manual_table_games.pdf
https://monografias.brasilescola.uol.com.br/educacao/a-importancia-ludico-na-educacao-infantil.htm
https://www.omo.com/br/se-sujar-faz-bem/dicas-para-pais/o-lado-brincalhao-brincadeiras-para-criar-confianca-e-estimular-o-desenvolvimento-infantil.html

GOVERNO DO ESTADO
DO ESPÍRITO SANTO
Secretaria da Educação

SEQUÊNCIA DIDÁTICA 2

CULTIVANDO O RESPEITO AO OUTRO



GOVERNO DO ESTADO
DO ESPÍRITO SANTO
Secretaria da Educação

SEQUÊNCIA DIDÁTICA 2

CULTIVANDO O RESPEITO AO OUTRO

▶ ▶ ▶ 3º TRIMESTRE ◀ ◀ ◀

SEQUÊNCIA DIDÁTICA 2 | 6º ANO						
Quantidade de aulas	Eixo Temático	Pilar	Unidade temática	Competência socioemocional	Objetivo Geral	Objetivo Específico
2 Aulas	Identidade, Valores e Responsabi-lidade Social	Aprender a conviver	Entender e apreciar as diferenças.	Respeito ao outro	Desenvolver habilidades de respeito mútuo nas relações interpessoais.	Entender a importância do respeito nas interações com o outro.

▶▶▶ Aula 1 ◀◀◀



Descrição da aula

Retomar o conceito de respeito ao outro e propor exemplos de respeito mútuo e sua importância.

Professor(a), desde o 1º trimestre estamos ampliando nossa compreensão sobre respeito ao outro e sua importância. Nesta aula, iremos avançar na proposta de atividades que podem ser desenvolvidas para fortalecer a convivência pautada no respeito mútuo.



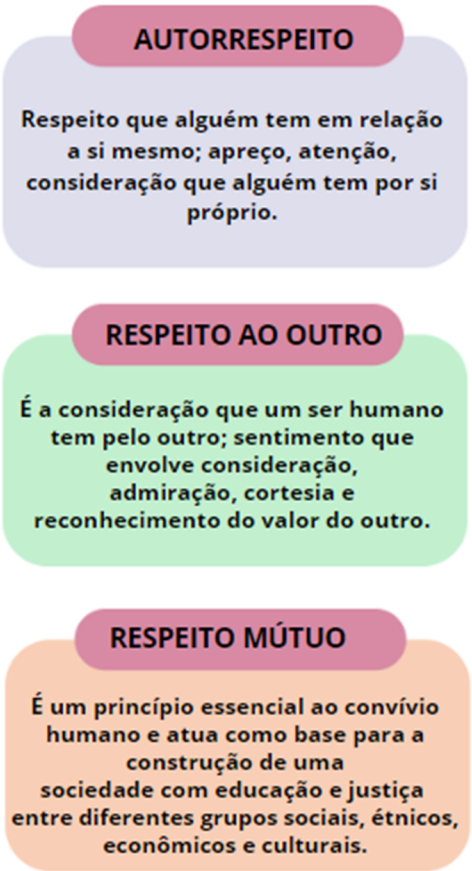
Palavras-chave

Respeito ao outro; respeito mútuo; convivência.



Contextualização

Professor(a), antes de apresentar atividades com a temática do respeito, retome brevemente conceitos já explorados de: autorrespeito, respeito ao outro e respeito mútuo. Para auxiliá-lo(a), trazemos algumas definições que detalham a diferença entre esses três termos:



Reflita com os(as) estudantes: nas relações de respeito, é muito importante que um indivíduo saiba entender os seus próprios limites e reconhecer e valorizar cada pessoa com sua individualidade, opiniões, características pessoais, sentimentos e direitos, mesmo que sejam diferentes dos nossos. O respeito mútuo envolve o princípio de que todas as pessoas se tratem com cortesia, empatia e consideração, sem discriminação ou julgamento, estabelecendo a construção de relacionamentos saudáveis, o convívio harmonioso em sociedade e a promoção da igualdade e dignidade de todas as pessoas.

Vamos conversar

Professor(a), inicie esta aula contextualizando o tema, explicando por que o respeito mútuo é importante nas relações interpessoais. Você pode citar exemplos posi-

tivos do cotidiano para ilustrar a importância do respeito nas interações humanas. Peça aos(às) estudantes para compartilharem experiências pessoais relacionadas ao respeito, tanto situações em que se sentiram respeitados quanto momentos em que sentiram falta de respeito. Isso pode estimular a reflexão e promover uma discussão mais profunda sobre o tema. Faça perguntas para incentivar os(as) estudantes a pensar criticamente sobre o assunto.

Por exemplo:

- O que significa respeito para você?
- Como você se sente quando é respeitado?
- Por que é importante respeitar os outros?

Finalize a conversa incentivando os(as) estudantes a refletirem sobre como podem aplicar os princípios do respeito mútuo em suas próprias vidas e como podem contribuir para criar um ambiente mais respeitoso em suas comunidades.



Vamos explorar

Professor(a), com base nos diálogos estabelecidos, você pode desenvolver a dinâmica *Mural dos desafios*. A atividade consiste em estabelecer uma lista de desafios diários que deverão ser cumpridos pelos(as) estudantes durante uma semana letiva. Por meio desses desafios, será possível colocar em prática as definições de respeito que estamos explorando. Explique para a turma que situações desafiadoras oferecem oportunidades para que eles(as) explorem e desenvolvam o respeito mútuo, promovendo uma cultura de inclusão, empatia e cortesia nos contextos em que estão inseridos(as).

Para a realização dessa atividade, distribua um ícone (apresentado na cartela a seguir) para representar cada estudante (emojis, frutas, animais, flores, dentre outros):

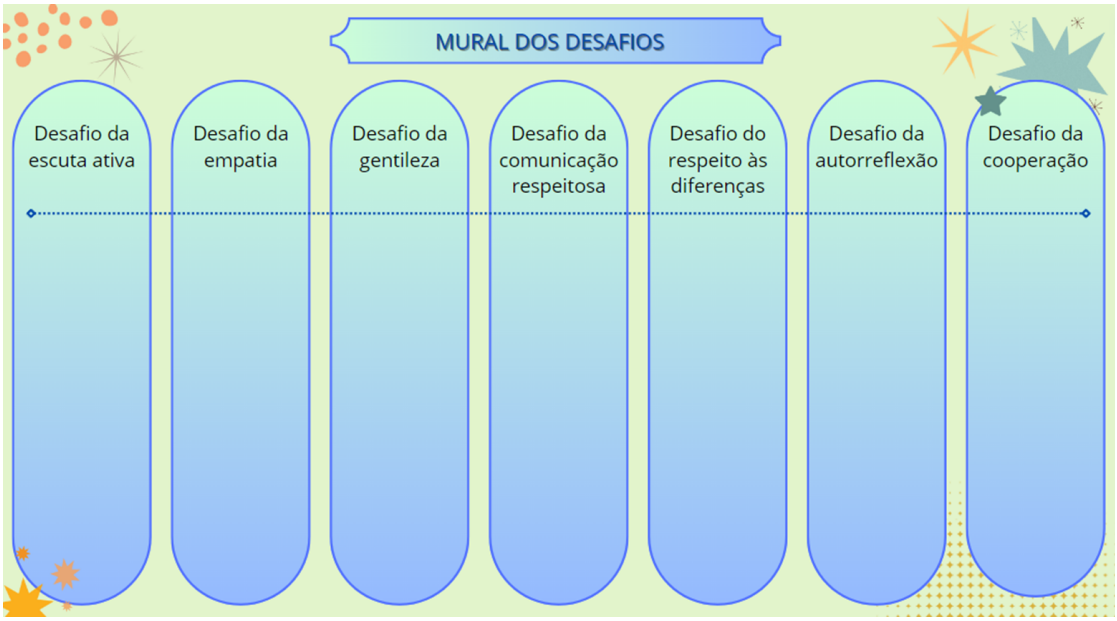


Entregue a cada estudante 5 cópias do seu próprio ícone de identificação (será necessário que você imprima cinco cópias dessa cartela. Você pode recortar os ícones com a ajuda da turma). Prepare um cartaz grande com 5 colunas (cada coluna para um desafio da semana). Você poderá definir os desafios junto com os(as) estudantes ou, se preferir, pode levar o cartaz com os desafios que você já definiu previamente.

Abaixo, deixamos um modelo do Mural dos Desafios, com alguns desafios que você poderá adaptar conforme a compreensão e a maturidade da turma.

Você deverá orientar os(as) estudantes: durante a semana, eles(as) irão definir um desafio a cada dia, não importando a ordem de qual desafio será executado primeiro. Ou seja, enquanto um(a) estudante escolhe começar pelo desafio da gentileza, outro poderá escolher começar por qualquer outro desafio. Lembre-os-(as) de que no decorrer do dia do desafio eles(as) deverão focar sua atenção em desenvolver ações que correspondam ao desafio que escolheram.

A cada desafio cumprido, eles(as) deverão colar o seu ícone de identificação na coluna que descreve o desafio. A ideia é que, ao final da atividade, todos(as) os(as) estudantes tenham seus ícones colados em todas as colunas.



É importante, aqui, reiterar a compreensão de que respeito envolve os vários valores e/ou atitudes que já foram trabalhados(as) durante as aulas de Projeto de Vida.



Vamos registrar

Professor(a), peça que os(as) estudantes reproduzam nos cadernos os títulos dos 5 desafios do mural e que, para cada um deles(as), escrevam pelo menos uma ação que poderão executar para colocar em prática os desafios da semana. Caso eles(as) tenham dificuldades, você poderá ajudá-los(as) com algumas sugestões:

- Desafio da escuta ativa: não interromper outra pessoa que estiver falando.
- Desafio da empatia: se colocar no lugar do outro.
- Desafio da gentileza: oferecer ajuda a alguém.
- Desafio da comunicação respeitosa: ter cuidado com as palavras e o tom de voz.
- Desafio do respeito às diferenças: ler um livro para se informar sobre outra cultura.
- Desafio da autorreflexão: fazer um registro escrito de como se sentem ao longo de um dia.
- Desafio da cooperação: exercitar o trabalho em equipe.



O que aprendi

Por fim, professor(a), organize um momento de reflexão, ajudando a turma a pensar sobre o que foi realizado até o momento, a partir da seguinte pergunta:

- Vocês concordam que o respeito se concretiza por meio de atitudes? Por quê?
- Como têm sido as relações interpessoais na turma, respeitosas ou não? O que acham que é necessário para melhorar esses relacionamentos?

Professor(a), lembre-se de, nas próximas aulas, dialogar sobre como foi o cumprimento dos desafios propostos.



Referências

https://www.dicio.com.br/autorrespeito/
https://www.significados.com.br/respeito-mutuo/
https://www.significados.com.br/respeito/

▶▶▶ Aula 2 ◀◀◀



Descrição da aula

Reconhecer a importância da diversidade como elemento enriquecedor do humano em um ambiente diverso.

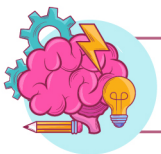
Professor(a), o Currículo do Espírito Santo (2020) é um documento "compreendido como trajetória, viagem, percurso, documento de identidade, potencializador das relações entre a nossa vida e a do outro" (p. 17). Sua proposta abrange "o fazer e o pensar práticas pedagógicas comprometidas com a valorização e o respeito à diversidade, com o desenvolvimento integral dos estudantes e com os princípios constitucionais de respeito à liberdade e à dignidade humana" (p. 29).

Nessa perspectiva, avançaremos na compreensão da diversidade como elemento fundamental que enriquece profundamente a experiência humana em ambientes diversos. Ao abraçarmos uma ampla gama de perspectivas, culturas e experiências de vida, podemos explorar e compreender questões sob diferentes ângulos, fortalecendo as relações por meio do respeito à diversidade de pensamentos, aspecto essencial ao desenvolvimento dos projetos de vida dos(as) estudantes.



Palavras-chave

Respeito ao outro; diversidade.



Ampliando as aprendizagens

Professor(a), a diversidade traz uma variedade de experiências culturais e de vida, permitindo que os indivíduos se desenvolvam na interação com o outro. A variedade de pensamentos e abordagens promove um aprendizado contínuo e o crescimento pessoal, além de fomentar a empatia e o respeito mútuo. Além disso, ao celebrar e valorizar as diferenças individuais, contribuímos para a promoção da inclusão, fortalecendo os laços comunitários e propiciando um sentimento de pertencimento para todos.



Vamos registrar

Professor(a), propomos, agora, que você reproduza para a turma o vídeo disponível em https://www.youtube.com/watch?v=oueAfq_XJrg. Em seguida, estabeleça uma reflexão com os(as) estudantes:

De acordo com o vídeo, o que podemos compreender sobre a importância das diferenças?

Após o diálogo, solicite que cada um(a) registre uma resposta individual no próprio caderno, representando a diversidade por meio da criação de desenhos, poemas ou letras de canção. Oportunize a socialização e a valorização das produções.



O que aprendi

Professor(a), para reiterar com os(as) estudantes a compreensão de que a diferença é uma oportunidade para expandir conhecimentos e compartilhar culturas e vivências de maneira significativa, você pode utilizar algumas perguntas:

- Como vocês lidam com a diversidade?
- Vocês já haviam parado para pensar no quanto é importante respeitar as diferenças?
- Ao longo da vida, quais foram as lições mais importantes que vocês extraíram da convivência com outras pessoas?

Lembre-os(as) de que respeitar a valorizar a diversidade faz parte do nosso desenvolvimento pessoal e cidadão.



Referências

https://www.incluo.com.br/blog/convivendo-com-a-diversidade-porque-e-importante/
https://portal.unit.br/blog/noticias/o-que-e-diversidade-cultural-e-por-que-ela-e-importante/
https://educacaopublica.cecierj.edu.br/artigos/19/30/a-diversidade-de-culturas-no-brasil-como-valoriza-las-na-pratica-educativa-da-sala-de-aula
BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular. Brasília, 2018.
ESPÍRITO SANTO (Estado). Secretaria de Estado da Educação. Assessoria de Apoio Curricular e Educação Ambiental. Currículo do Espírito Santo. Vitória:AE11/SEDU, 2022. Disponível em: https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/. Acesso em 25 de out. de 2022.

GOVERNO DO ESTADO
DO ESPÍRITO SANTO
Secretaria da Educação

SEQUÊNCIA DIDÁTICA 3

AUTOCONFIANÇA NAS RELAÇÕES SOCIAIS



GOVERNO DO ESTADO
DO ESPÍRITO SANTO
Secretaria da Educação

SEQUÊNCIA DIDÁTICA 3

AUTOCONFIANÇA NAS RELAÇÕES SOCIAIS

▶ ▶ ▶ 3º TRIMESTRE ◀ ◀ ◀

SEQUÊNCIA DIDÁTICA 3 | 6º ANO						
Quantidade de aulas	Eixo Temático	Pilar	Unidade temática	Competência socioemocional	Objetivo Geral	Objetivo Específico
3 Aulas	Identidade, Valores e Responsabilidade Social	Aprender a ser	Construção do Projeto de Vida	Autoconfiança	Estimular a autoconfiança dos(as) estudantes, capacitando-os(as) para se engajarem de forma assertiva e positiva em diversas situações sociais e estudantis.	Promover a autoconfiança em situações cotidianas.

Aula 1



Descrição da aula

Fortalecer a autoconfiança por meio de atividades, incentivando o interesse pelo diálogo, pela colaboração e pelo trabalho em equipe.

Professor(a), ao longo deste ano letivo, estamos nos aprofundando no conceito de autoconfiança, a fim de fortalecer junto com os(as) estudantes a compreensão das próprias emoções, a superação de desafios e o comportamento consciente diante de suas responsabilidades.

Nesta aula, apresentaremos algumas sugestões de atividades em que a autoconfiança promove o protagonismo nos processos de diálogo, colaboração e trabalho



Palavras-chave

Autoconfiança; colaboração; diálogo; trabalho em equipe.



Contextualização

Para fortalecer a autoconfiança por meio de atividades que incentivem o interesse pelo diálogo, pela colaboração e pelo trabalho em equipe, é essencial criar um ambiente de aprendizado dinâmico e participativo. Isso pode ser alcançado por meio de uma variedade de atividades, como jogos coletivos que promovam a comunicação aberta e a resolução conjunta de problemas, simulações de situações reais em que os participantes devem colaborar para alcançar metas comuns, projetos em grupo que incentivem a divisão de tarefas e a valorização das habilidades individuais e oportunidades para comunicação e interação social, em que os parti-

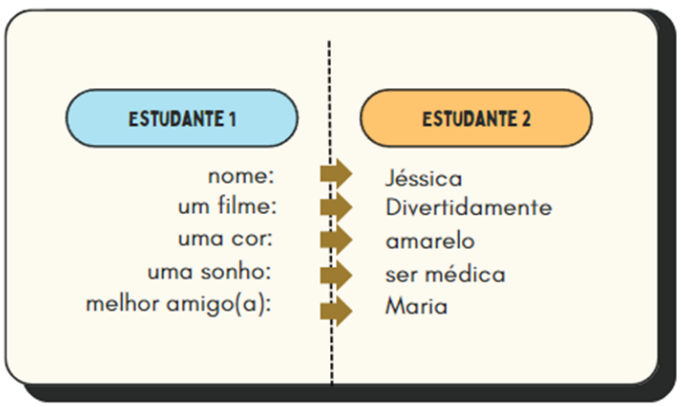
cipantes possam compartilhar experiências e construir relacionamentos de apoio mútuo.

Ao participar dessas atividades, os(as) estudantes podem desenvolver confiança em si mesmos(as) e habilidades essenciais para o trabalho em equipe e a comunicação eficaz.

Vamos conversar

A primeira atividade proposta é o Desafio da Improvisação, que será realizado em duplas, formadas, preferencialmente, por estudantes que ainda não tenham desenvolvido uma relação de amizade. Cada dupla de estudantes deverá fazer uma troca de palavras bate e volta, em que uma das partes pergunta e a outra responde.

Professor(a), você definirá um tempo que pode ser de 1 minuto para cada um responder as perguntas do outro. Sendo assim, essa parte da atividade deverá ocupar poucos minutos da aula. Veja um exemplo ao lado:



Por ser realizada em duplas, essa atividade pode ajudar os(as) estudantes que têm mais dificuldades de falar em público a se expressarem com confiança e a se sentirem mais confortáveis em interagir com os outros. Você pode orientá-los a fazerem perguntas como o propósito de conhecer mais sobre o colega ou, caso você prefira, um tema pode ser escolhido para o bate e volta. Ao concluírem o bate e volta, todos(as), cada um a seu tempo, irão apresentar para a turma o colega a quem fizeram as perguntas.

Ao desenvolver essa atividade, é importante criar um ambiente seguro e de apoio, em que os(as) participantes se sintam encorajados a sair de suas zonas de conforto e a desenvolver a autoconfiança.



Vamos explorar

Professor(a), ainda pensando em desenvolver a autoconfiança para incentivar o trabalho colaborativo, passaremos para uma nova atividade chamada de *Impressora,* em que cada estudante irá receber uma folha A4. Primeiramente, a dupla deverá escolher quem será o(a) desenhista e quem será o(a) impressora. O(a) estudante que escolher a impressora ficará sentado(a) com a folha apoiada na mesa e a caneta em mãos, enquanto o(a) estudante que representará o desenhista ficará de pé e irá apoiar sua folha nas costas da impressora.

O desenhista fará lentamente um desenho de acordo com o tema sugerido pelo(a) professor(a), como um animal ou uma fruta. Enquanto isso, a impressora irá reproduzir o mesmo desenho na sua folha. Essa atividade incentiva a confiança, já que os(as) participantes precisam confiar um no outro para realizar o desenho com precisão. Além disso, promove a colaboração, pois ambos(as) devem trabalhar juntos(as) para alcançar um objetivo comum. Durante o desenvolvimento da atividade, os(as) estudantes devem ser orientados(as) por você, professor(a), a passar confiança um para o outro, para que o desenho seja representado conforme o que o desenhista expressou.

Ao final, os(as) estudantes devem refletir sobre suas experiências, aprendizados e sentimentos, fortalecendo os laços entre eles(as).



Vamos registrar

Professor(a), ainda em duplas, os(as) estudantes realizarão uma atividade de escrita colaborativa. Você deverá escrever um trecho introdutório no quadro e solicitar que, a partir desse trecho, a dupla produza uma história. Você pode utilizar o exemplo a seguir:

Nas últimas férias, resolvi visitar um amigo que não via há alguns anos. Criei muitas expectativas e até comprei um presente para levar. Eu só não esperava que...

Estabeleça o mínimo de 20 linhas para o texto que irão criar. Permita que decidam se preferem trocar ideias e apenas um(a) realize o registro ou se preferem que cada um redija um parágrafo - ou ainda qualquer outro formato de elaboração e escrita que escolham, contanto que produzam o texto juntos. Essa atividade de escrita colaborativa potencializa a escrita e incentiva a comunicação eficaz e a criatividade, fortalecendo o trabalho em equipe.

Ao término das produções, solicite que três duplas voluntárias socializem com a turma as suas produções, refletindo sobre como se comportam diante da necessidade de produzir algo em conjunto.



O que aprendi

Para finalizar esta aula, professor(a), organize um momento de reflexão, levando os(as) estudantes a rememorarem o que foi realizado até o momento. Você pode utilizar as seguintes perguntas:

- Vocês gostam de trabalhar em duplas? Por quê?
- Você se sentiu à vontade em manter um diálogo com um(a) colega?
- Como foi a experiência de realizar várias atividades com outro colega?



Referências

https://zenklub.com.br/blog/palavra-de-especialista/tudo-que-voce-precisa-saber-sobre-autoconfianca/
https://www.colegiokoelle.com.br/blog/5-brincadeiras-ludicas-para-fazer-em-casa-com-seu-filho/
https://escolhalivre.org.br/escrita-colaborativa/

▶▶▶ Aula 2 ◀◀◀



Descrição da aula

Relação entre autoconfiança e habilidades de cooperação e liderança.

Professor(a), ao longo desta aula, conduza a conversa e organize as falas, deixando que os(as) estudantes se expressem livremente. Nesses momentos, você consegue identificar aqueles(as) que têm um perfil mais voltado à liderança e à cooperação. Essa também é uma oportunidade de auxiliar aqueles(as) que demonstram dificuldades de se expressar e de participar das atividades voluntariamente.



Palavras-chave

Autoconfiança; cooperação; liderança.



Ampliando as aprendizagens

A **autoconfiança** é a base sobre a qual a cooperação e a liderança se constroem, pois pessoas autoconfiantes e cooperativas inspiram e motivam outras pessoas.

A crença em si mesmo(a) e em suas próprias capacidades permite que um indivíduo se posicione com segurança e expresse suas ideias de forma clara e assertiva, o que facilita a comunicação e a colaboração. Sendo assim, indivíduos confiantes geralmente são mais propensos a se envolver ativamente em situações de cooperação, por acreditarem em sua capacidade de contribuir de maneira significativa. Esses também assumem perfis de liderança, uma vez que enfrentam desafios com determinação e podem inspirar os colegas.

Visando fortalecer o protagonismo e a liderança estudantis, o Governo do Estado do Espírito Santo, por meio da Portaria estadual Nº 329-R, de 30 de dezembro de 2021, atualizou "as diretrizes para a organização do Conselho de Líderes de Turma dos estudantes das escolas que ofertam ensino fundamental anos finais e ensino médio da rede pública estadual, tendo por base o processo de escolha do líder e do vice-líder de turma". Além disso, apresenta o perfil esperado para jovens líderes e vice-líderes de turma, que devem ser capazes de incentivar positivamente a turma desenvolvendo ações de cooperação e de protagonismo. Esses(as) estudantes devem ter características como:

- **A** Bom relacionamento com a comunidade escolar.
- **B** Responsabilidade.
- **C** Presteza.
- **D** Tolerância.
- **E** Organização.
- **F** Boa capacidade para se comunicar.
- **G** Imparcialidade.
- **H** Proatividade.

Além disso, a Secretaria de Estado da Educação do Espírito Santo elaborou um documento intitulado *Guia prático do estudante*: *Jovens protagonistas*, que versa sobre as lideranças de turma. De acordo com o Guia, o líder de turma *é o principal elo entre a turma e o Diretório dos Estudantes, quando o assunto é demanda de aprendizagem*, sendo também *o responsável por um diálogo ético e eficaz com seus colegas de turma, garantindo espaço na construção de políticas educacionais, por meio da colaboração ativa, construtiva e solidária entre os seus pares.*

Caso deseje, professor(a), você pode aprofundar o entendimento do papel das lideranças estudantis por meio dos documentos disponíveis em https://drive.google.com/drive/folders/1sgWeutGE3_RRhdIK15jx-ec40hSJVdea.

Nesse contexto, é preciso que os(as) estudantes estabeleçam o entendimento de que a cooperação é um princípio que visa facilitar, incentivar e promover a aprendizagem por meio de interações positivas e colaborativas. Isso possibilita que eles(as) compartilhem entre si conhecimentos e experiências de vida, fortalecendo a compreensão de que o protagonismo pode ser desenvolvido por todos(as) eles(as), não somente pelos(as) líderes de turma.

No âmbito escolar capixaba, o jovem líder e protagonista é reconhecido e valorizado. De acordo com o documento *Orientação pedagógica*: *passo a passo*, disponível no drive https://drive.google.com/file/d/1PW88xZfczmiGJwPlVwHHmmBeW7eH-4fCD/view, o protagonismo estudantil deve ser desenvolvido por todos(as) os(as) estudantes ao longo de todo o ano letivo. Dessa forma, é preciso que os(as) estudantes compreendam que, para o desenvolvimento do protagonismo, são essenciais atitudes de cooperação e de liderança.



Vamos registrar

Professor(a), para aprofundar o entendimento dos(as) estudantes sobre liderança e cooperação, dialogue com eles(as) acerca da vida da jovem Malala Yousafzai. O texto a seguir traz algumas informações introdutórias sobre sua trajetória:

Malala Yousafzai

Quando tinha 11 anos, Malala Yousafzai escreveu e publicou um diário anônimo sobre a sua vida no Paquistão sob o regime do Talibã. A obra virou um sucesso rapidamente. Logo depois, ela começou a falar publicamente sobre a necessidade de as meninas do país terem acesso à educação.

Porém, três anos depois, a vida de Malala mudou para sempre quando extremistas tentaram impedi-la de falar em nome da liberdade e da promoção da educação para meninas. Ao contrário do que esperavam, o seu ativismo só aumentou desde então. Em 2014, ela foi capa da revista americana Time e, nesse mesmo ano, tornou-se a pessoa mais jovem da história a ganhar o Prêmio Nobel da Paz. "Esse prêmio não é somente para mim. Ele é para aquelas crianças esquecidas, que querem Educação", disse Malala em seu discurso de agradecimento. O prêmio "é para aquelas crianças assustadas que querem paz. É para aquelas crianças que não têm voz e querem mudança. Estou aqui para defender seus direitos, para fazer com que suas vozes sejam ouvidas... não é tempo para termos pena deles. É o tempo de atuar para que essa seja a última vez que nós vemos uma criança privada da educação.", afirmou a jovem.

Disponível em https://www.bbc.com/portuguese/geral-48046264

Você também pode optar pela leitura do livro interativo *Malala, a menina que queria ir para a escola*, de Adriana Carranca, que você encontrará disponível para acesso em https://www.euleioparaumacrianca.com.br/historias/malala-a-menina-que-queria-ir-para-a-escola/. Depois de ler para a turma esse breve trecho ou o livro na íntegra, desenvolva um diálogo que os(as) leve a refletir sobre questões importantes sobre protagonismo. As perguntas a seguir podem auxiliar a condução dessa conversa:



Imagem: Estante Digital Itaú

1. Vocês já haviam ouvido falar sobre Malala?

2. Vocês conseguem se imaginar vivendo em um país em que estudar não seja um direto para todos(as)?

3. Como vocês acham que é o desenvolvimento de um país que limita o acesso à educação?

Na sequência, oriente os(as) estudantes a expressarem, por meio de um desenho, um poema, um texto ou uma paródia, as reflexões que realizaram. Essa atividade deve ser realizada no caderno. Por fim, pergunte se algum(a) estudante deseja compartilhar seu registro com a turma e falar brevemente sobre como se sentiu ao executar a atividade.



O que aprendi

Professor(a), proponha um desafio para os(as) estudantes: sugira que cada um(a) escolha uma personalidade (pode ser um herói, um familiar, uma celebridade, dentre outros) em que identificam um perfil de liderança. Após a definição, solicite que façam um pequeno discurso de como esse personagem poderia ser um bom líder para representar a turma. A atividade deverá ser realizada em uma folha avulsa para compor um mural com o tema: "Esse líder me representa".



Referências

ESPÍRITO SANTO. Portaria 329-R, de 30 de dezembro de 2021. Diário Oficial de Espírito Santo.
https://drive.google.com/drive/folders/1TjUQ3d-jAQpBFmWD_sK0DbT7Vv7FVp-I
https://drive.google.com/file/d/1PW88xZfczmiGJwPlVwHHmmBeW7eH4fCD/view
https://www.euleioparaumacrianca.com.br/historias/malala-a-menina-que-queria-ir-para-a-escola/
https://drive.google.com/file/d/1rBNYCNu5noCmcccgLpktcLDSj8gZkr2i/view

Aula 3



Descrição da aula

Incentivar a cooperação, a colaboração e a liderança entre os(as) estudantes.
GENTILEZA ALTERAR NA ESTRUTURA

Professor(a), nesta aula, apresentaremos atividades desafiadoras que incentivem a interação entre os(as) estudantes, estimulando-os(as) a trabalhar conjuntamente para superar obstáculos e alcançar objetivos comuns.



Palavras-chave

Cooperação; colaboração; liderança.



Ampliando as aprendizagens

A promoção da cooperação, da colaboração e da liderança entre os(as) estudantes fortalece o desenvolvimento de competências socioemocionais. Isso pode ser alcançado por meio de atividades desafiadoras. Ao enfrentarem desafios de forma conjunta, os(as) estudantes têm a oportunidade de compartilhar conhecimentos, ao mesmo tempo em que aprendem a confiar uns(mas) nos(as) outros(as) e a reconhecer as contribuições de cada um.

Além disso, essas atividades podem proporcionar um ambiente oportuno para o desenvolvimento da liderança, possibilitando que os(as) estudantes desenvolvam o protagonismo, sobretudo por meio da tomada consciente de decisões e da resolução de conflitos. Assim, ao promover a cooperação, a colaboração e a liderança,

as atividades desafiadoras enriquecem a experiência educacional dos(as) estudantes, colaborando na preparação para o enfrentamento mais eficaz dos desafios do mundo contemporâneo.



Vamos registrar

Professor(a), nesta aula traremos algumas atividades que podem ser desenvolvidas com os(as) estudantes para a promoção da cooperação, da colaboração e da liderança. As atividades a seguir são relativamente simples e curtas, de modo que você poderá optar por executar mais de uma ou até mesmo adaptá-las à realidade de sua turma.

Vamos às atividades!

1ª atividade – Obstáculos no caminho

Você dividirá a turma em 4 ou 5 grupos. Os(as) estudantes devem escolher um membro da equipe para ser vendado e atravessar uma área repleta de obstáculos (que você deverá preparar previamente utilizando materiais disponíveis na escola, como mochilas, mesas, cadeiras, dentre outros) sem esbarrar em nenhum. Usando apenas comandos diretos e limitados – como as palavras "esquerda", "direita", "frente" e "trás", os outros participantes deverão guiar a pessoa vendada pelos obstáculos. A atividade pode ser realizada em um ambiente externo ou na própria sala de aula. Ganha aquele que passar perto de todos os obstáculos sem encostar neles. O objetivo dessa atividade é aprimorar habilidades de comunicação e construir confiança, colaboração e liderança. Essa é uma boa oportunidade para incentivar o trabalho em equipe a partir da ideia de que um deve colaborar com o outro, sem culpabilizações.

2ª atividade – Dinâmica da história contada

Organize a turma em 4 equipes e separe 4 diferentes imagens que contam uma única história. Distribua uma imagem para cada grupo. Você pode utilizar as imagens a seguir:



FREIRE, E. SEDUC, 2019.

Cada grupo deverá narrar, por escrito, a história contida na imagem. Os grupos não devem ver as imagens uns dos outros, nem saber que parte da história a imagem representa, se o início, o meio ou o fim. Ao término das escritas, peça para que cada grupo, de acordo com a ordem que você conhece, leia para a turma o seu trecho da história. Vocês deverão observar se as escritas se complementam, formando uma história coerente e coesa, ou se a união produz um texto confuso. Em conjunto, toda a turma deverá fazer adaptações para forma um único texto com sentido completo. A atividade estimula a comunicação, a criatividade e a cooperação, além de permitir a reflexão sobre a importância de trabalhar em equipe em prol de um mesmo objetivo.

3ª atividade – Dinâmica da ilha deserta

Esta é uma atividade que estimula a imaginação. Os(as) estudantes devem fingir que serão enviados para uma ilha deserta e que cada um poderá levar apenas um item para colaborar com a sobrevivência do grupo. Cada estudante deve falar o item que irá levar e defender sua utilidade, que será aprovada ou reprovada em consenso pelos(as) colegas. Um(a) estudante deverá ser escolhido(a) pelos(as) demais para listar, por escrito, os itens que forem aprovados. Ao final, eles(as) devem avaliar a verdadeira utilidade dos itens da lista. Essa atividade estimula a solução criativa de problemas e a colaboração.

4ª atividade – Caça ao tesouro

Esta atividade é ótima estratégia para promover habilidades importantes. Para realizá-la, você deverá esconder alguns itens previamente na sala de aula, comunicando posteriormente aos(às) estudantes e oferecendo prêmios para as equipes que encontrarem (podem ser clipes de papel, bilhetes, lápis de cor, dentre outros). Para fomentar ainda mais o espírito de liderança, peça que eles(as) definam um(a) representante para cada equipe, que deverá orientar os(as) colegas com estratégias para otimizar o trabalho da equipe na busca pelos objetos. Ao final, estabeleça um momento de reflexão sobre como foi trabalhar em equipe para cumprir a tarefa proposta, pedindo que a turma aponte o que foi positivo e quais são os pontos que precisam ser aprimorados para melhorar a efetividade do trabalho em equipe.



O que aprendi

Professor(a), para finalizar esta aula, peça aos(às) estudantes que registrem em seus cadernos uma resposta para a seguinte pergunta:

- De que forma ser uma pessoa colaborativa pode contribuir com o meu projeto de vida?



Referências

https://blog-forbusiness.vagas.com.br/dinamicas-de-lideranca/

GOVERNO DO ESTADO
DO ESPÍRITO SANTO
Secretaria da Educação

SEQUÊNCIA DIDÁTICA 4

RESPEITO E EMPATIA



GOVERNO DO ESTADO
DO ESPÍRITO SANTO
Secretaria da Educação

SEQUÊNCIA DIDÁTICA 4
RESPEITO E EMPATIA

3º TRIMESTRE

SEQUÊNCIA DIDÁTICA 4 | 6º ANO						
Quantidade de aulas	Eixo Temático	Pilar	Unidade temática	Competência socioemocional	Objetivo Geral	Objetivo Específico
3 Aulas	Identidade, Valores e Responsabi-lidade Social	Aprender a fazer e Aprender a conviver.	Comunicação e Aprender a desenvolver, interesse por conviver, se relacionar e se solidarizar com pessoas.	Escuta ativa e empatia.	Compreender a importância da empatia para construir relações cotidianas humanizadas e significativas.	Desenvolver a empatia nas situações cotidianas.

▶▶▶ Aula 1 ◀◀◀



Descrição da aula

Diálogos sobre empatia.

Professor(a), nesta aula, aprofundaremos o significado da empatia, que deve ir além da escuta ativa e da compreensão.



Palavras-chave

Empatia.



Contextualização

Professor(a), para compreender a empatia, é preciso que os(as) estudantes compreendam que ela pode ser uma ferramenta que permite que os indivíduos se conectem verdadeiramente com os outros. Originário do grego "empatheia", o termo *empatia* descreve a habilidade de compreender e sentir as emoções de outra pessoa, colocando-se no lugar dela. Em suma, ser empático é perceber o mundo pelos olhos de outra pessoa, reconhecendo suas experiências, sentimentos e perspectivas como válidas e importantes.

No cerne da empatia, está a capacidade de escutar atentamente, sem julgamentos, respondendo com sensibilidade e compreensão. Quando praticada de forma genuína, a empatia fortalece os laços interpessoais, promove a cooperação e constrói um senso mais profundo de comunidade, uma vez que é essencial para promover a inclusão e a diversidade. Assim, ao nos colocarmos no lugar do outro,

somos capazes de superar preconceitos e estereótipos, cultivando um ambiente mais justo e digno para todos.

Nesse sentido, professor(a), é possível que os(as) estudantes apontem que o individualismo é preponderante na nossa sociedade, de modo que os(as) estudantes podem conceber que a empatia é um valor que está em desuso. Por isso, é muito importante dialogar com a turma: cultivar a empatia é, hoje, mais importante do que nunca. Ela nos lembra que a nossa humanidade é compartilhada com outros indivíduos e nos motiva a agir para o bem-estar coletivo. Portanto, ao dialogar sobre empatia, abrimos caminho para uma sociedade mais solidária e compassiva.

Vamos conversar

Professor(a), vamos expandir a compreensão sobre empatia com o auxílio do vídeo *Believe in love*, disponível para acesso em https://www.youtube.com/watch?v=C-qOqj5hwY4Y. Exiba o vídeo para a turma e, na sequência, incentive os(as) estudantes a relatarem suas impressões. Para isso, você pode usar algumas perguntas norteadoras:

- O que vocês acham que aconteceu na história do vídeo?
- Por que os animais se afastavam do porco-espinho?
- Como vocês acham que o porco-espinho se sentia quando seus colegas o evitavam?
- Como a atitude dos animaizinhos mudou a relação deles com o porco-espinho?
- Vocês já se sentiram diferentes dos outros e ficaram desconfortáveis em alguma situação?
- Vocês já vivenciaram alguma situação em que puderam acolher a diferença de alguém?

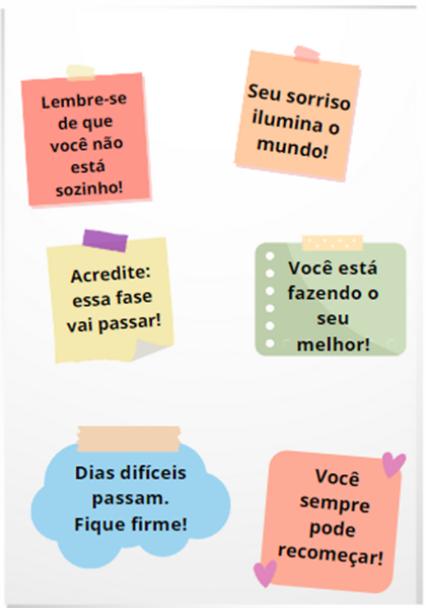


É importante que os(as) estudantes compreendam que, ao praticar a empatia, contribuímos para o bem-estar do outro e, consequentemente, ajudamos a constituir uma sociedade mais harmônica.



Vamos explorar

Professor(a), com base em todas as informações que foram trabalhadas na aula de hoje, sugerimos que você desenvolva com os(as) estudantes a atividade *Lembretes para dias difíceis*. Para realizar essa atividade, você precisará de: cartolina grande, post-its e durex coloridos, adesivos, canetinhas e lápis de cor.



Distribua os materiais e, no topo da cartolina, escreva o título da atividade, explicando aos(às) estudantes que eles(as) deverão escrever nos post-its pequenas frases de motivação, incentivo, apoio e solidariedade, afixando-os, em seguida, no cartaz.

O cartaz deverá ser afixado em algum lugar de fácil acesso na sala, para que, quando alguém sentir que está passando por um dia difícil, possa ir até o mural e retirar um dos post-its para ajudá-lo(a) naquele momento. Os post-its podem ser renovados à medida que os(as) estudantes quiserem ou perceberem que o cartaz está ficando com poucos post-its.



Vamos registrar

Por fim, professor(a), organize um momento de reflexão, pedindo aos(às) estudantes que escrevam uma pequena reflexão sobre a seguinte frase: "O endereço mais difícil de encontrar é o lugar do outro" (autor desconhecido).



O que aprendi

Professor(a), para encerrar esta aula, peça que alguns(mas) estudantes socializem as reflexões que fizeram a respeito da frase da seção anterior. Aproveite o momento para retomar o conceito de empatia, relacionando-o às reflexões dos(as) estudantes.



Referências

https://www.significados.com.br/empatia/
https://conceito.de/empatia
https://g1.globo.com/mg/minas-gerais/especial-publicitario/bem-viver-em-minas/noticia/2021/02/08/empatia-como-anda-a-sua-capacidade-de-se-colocar-no-lugar-do-outro.ghtml

▶▶▶ Aula 2 ◀◀◀



Descrição da aula

Relação entre respeito, compreensão mútua e empatia na vivência diária.



Palavras-chave

Respeito; compreensão mútua; empatia.



Ampliando as aprendizagens

Professor(a), o respeito e a compreensão mútua são elementos essenciais ao desenvolvimento de relacionamentos saudáveis e significativos. Nesse sentido, incentivar a empatia na vivência diária fortalece a capacidade de os indivíduos se colocarem no lugar do outro, compreendendo que cada um tem as próprias experiências e histórias e que essas influenciam suas formas de ser e de estar no mundo.

Desse modo, a fim de estimular o exercício da empatia na vivência diária e tendo em vista fortalecimento do respeito e da compreensão mútua, podemos adotar algumas práticas:

- Escuta ativa – envolve prestar atenção ao que a pessoa está dizendo, sem interromper, julgar ou formular respostas antes mesmo de ela terminar de falar.
- Colocar-se no lugar do outro – é essencial vislumbrar-se vivenciando as experiências e circunstâncias do outro para compreender o que ele está sentindo.
- Respeitar as diferenças – é fundamental respeitar as características, vivências e valores de cada um.

Reflita com os(as) estudantes:

- Em que momentos sentimos falda da empatia do outro?
- Em que situações ainda precisamos ser mais empáticos?

Professor(a), apresente para a turma o trecho abaixo da música *Laços,* de Ana Vilela e Nando Reis, e, para enriquecer ainda mais o momento, reproduza o vídeo disponível para acesso pelo link https://www.youtube.com/watch?v=PQ5cNYyRsxg.

Laços

Quem cuida com carinho de outra pessoa
Se importa com alguém que nem conheceria
Quem abre o coração e ama de verdade
Se doa simplesmente por humanidade
Se coloca no lugar do outro, sente empatia

Você que vai à luta e segue sempre em frente
Enfrenta os desafios que o destino traz
A vida é preciosa, todo mundo sente
Afeto e compaixão, a gente sempre entende
Máximo respeito a você que faz



Laços de ternura e aliança
Hão de ser a diferença
O impossível pode acontecer
Só o amor é capaz de dar a vida
E encontrar uma saída
Pra esperança vir de novo a cada novo amanhecer

Depois de ouvirem a música, incentive os(as) estudantes a fazerem uma reflexão sobre a letra da canção com base no que já aprenderam sobre empatia. Para isso, você pode fazer as seguintes perguntas:

- Vocês pensaram em alguma pessoa específica quando ouviram a música?
- Vocês conhecem alguém que sempre está disposto a ajudar os outros?
- Para vocês, o quanto é importante ter por perto pessoas que se colocam no seu lugar em momentos de dificuldade e te apoiam sem julgamentos?
- Vocês também auxiliam outras pessoas dessa forma em momentos difíceis?
- Como vocês se sentem quando estabelecem laços de ternura e empatia?



Vamos registrar

Professor(a), para este momento da aula, peça para que os(as) estudantes escrevam em um pedaço de papel alguma dificuldade que eles(as) têm para em relação ao convívio social. Dê exemplos para ajudá-los(as) nessa identificação: não se sentir à vontade quando alguém lhe apressa; ter dificuldade para me concentrar quando muitas pessoas falam ao mesmo tempo; ficar tímido(a) ao falar em público, sentir-se deslocado em lugares muito cheios, dentre outros. Oriente-os(as): ao escrever, eles(as) não devem se identificar.

Em seguida, você deve recolher todos os papeizinhos, colocando-os em um pote ou caixa. Sorteie alguns para ler e suscite uma análise coletiva. A ideia é fazer sugestões que possam contribuir para minimizar as dificuldades que foram apresentadas. Estimule a expressão de opiniões dos(as) estudantes em relação às dificuldades apontadas pelos(as) colegas de turma. Ao final da reflexão, questione:

1. As dificuldades apresentadas foram tratadas com empatia?
2. Você conseguiu se colocar no lugar de quem vivencia as dificuldades relatadas?
3. De forma geral, a turma buscou alternativas para colaborar na busca de soluções sem julgamentos?



O que aprendi

Professor(a), para finalizar esta aula de maneira leve, peça que os(as) estudantes façam um desenho sobre o trecho da música *Laços* que ouviram anteriormente, representando sua compreensão sobre ternura, empatia, afeto e compaixão.



Referências

https://leiturinha.com.br/blog/como-trabalhar-a-empatia-com-criancas/
https://www.youtube.com/watch?v=Ho4ZgjG_QWc
https://blog.saseducacao.com.br/desenvolver-empatia-criancas-adolescentes/
https://institutobhfuturo.com.br/dicas-de-atividades-para-desenvolver-a-empatia-em-criancas-e-adolescentes/
https://www.youtube.com/watch?v=y0wzDTutlmE

▶▶▶ Aula 3 ◀◀◀



Descrição da aula

A empatia como elemento essencial à resolução de conflitos.

Professor(a), este é o momento de os(as) estudantes refletirem sobre como a empatia contribui para a prevenção e a resolução de conflitos, além de potencializar uma cultura de diálogo e de paz.



Palavras-chave

Empatia; resolução de conflitos.



Retomando as aprendizagens

Professor(a), como vimos ao longo desta sequência didática, ao nos colocarmos no lugar do outro, somos capazes de evitar situações que podem gerar ou agravar conflitos. Dessa forma, entendemos que promover a comunicação aberta e honesta, a escuta ativa e sobretudo a empatia fomenta o delineamento de relações interpessoais mais saudáveis e de uma sociedade mais integrada.

A empatia está prevista na Competência 9 da Base Nacional Comum Curricular (BNCC), que prevê que *Exercitar a empatia, o diálogo, a resolução de conflitos e a cooperação, fazendo-se respeitar e promovendo o respeito ao outro e aos direitos humanos, com acolhimento e valorização da diversidade de indivíduos e de grupos sociais, seus saberes, identidades, culturas e potencialidades, sem preconceitos de qualquer natureza.* (BRASIL: 2018, p.10)

Assim, nas relações de convivência, a empatia envolve acolher e valorizar a diversidade e reconhecer diferentes experiências, conhecimentos, identidades e culturas como fontes de enriquecimento pessoal e coletivo. Essa abordagem pressupõe que devemos nos opor a qualquer forma de preconceito ou discriminação, motivando-nos a criar espaços inclusivos em que todos se sintam respeitados e integrados, independentemente de suas origens ou características pessoais.

Para potencializar a reflexão sobre essa temática, exiba o vídeo disponível em https://www.youtube.com/watch?v=hsECYeYB2po e, na sequência, convide a turma para trabalhar em grupos. Você precisará de cartolinas e canetinhas.



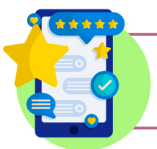
Divida a turma em 5 grupos e distribua 1 título para cada grupo. Oriente os(as) estudantes a, em conjunto, produzirem cartazes com os títulos abaixo:

1. A empatia nos ajuda a entender as motivações, preocupações e experiências das partes envolvidas, para evitar conflitos.

2. A empatia cria um ambiente seguro e receptivo para a comunicação aberta e honesta.
3. A empatia nos ajuda a promover a cooperação e colaboração e a trabalhar juntos em busca de um objetivo compartilhado.
4. A empatia pode acalmar as emoções que podem desencadear conflitos, ao nos colocarmos no lugar do outro, compreendermos suas emoções.
5. A empatia fortalece os relacionamentos interpessoais, criando laços de confiança, respeito e compreensão mútua.

Na sequência, vocês irão refletir sobre as mensagens de cada cartaz. Você pode pedir para que um integrante de cada grupo se disponha a fazer uma análise da frase de seu cartaz. Incentive a turma a colaborar com reflexões complementares.

É importante que, ao final da reflexão, os cartazes sejam afixados na parede, com vistas a evidenciar para a turma o resultado da construção de todo o aprendizado conjunto realizado ao logo desse percurso nas aulas de Projeto de Vida.



Autoavaliação

Professor(a), a fim de que você consiga acompanhar a progressão das aprendizagens dos(as) estudantes ao longo deste trimestre, apresentamos uma proposta de autoavaliação. Por meio dela, os(as) próprios(as) estudantes terão a oportunidade de se avaliar a partir de uma escala lúdica. A autoavaliação está composta por um conjunto de frases que expressam as aprendizagens do trimestre, e, à frente de cada uma, estão dispostas cinco estrelas vazias. Eles(as) deverão pintá-las de acordo com o que consideram ter aprendido. Assim, quanto maior a apropriação acerca de um assunto, mais estrelas deverão pintar.

Nesse processo, professor(a), a sua mediação também é essencial, uma vez que alguns(mas) estudantes podem ter visões muito depreciativas sobre si mesmos(as). Por isso, é importante que você acompanhe a realização da autoavaliação, intervindo quando necessário. Por exemplo: caso um(a) estudante não pinte nenhuma estrela em um item, ajude-o(a) a pensar nos aspectos que foram dialogados durante as aulas e a repensar no nível de conhecimento que ele(a) tem a respeito do assunto e no modo como pensa a seu próprio respeito.

Para aplicar a autoavaliação, disponibilize a proposta a seguir, que deverá ser escrita ou colada no caderno - ou em outro instrumento que vocês estejam utilizando.

Ao longo desta aula, eu...	
Compreendi que as habilidades pessoais podem impulsionar as competências individuais.	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
Compreendi que atividades práticas podem promover o meu desenvolvimento acadêmico, além de potencializar minha autoconfiança.	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
Refleti sobre autorrespeito, respeito ao outro e respeito mútuo, compreendendo que há diferença entre eles.	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
Compreendi que nas relações de respeito é muito importante entender meus limites e os limites do outro.	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
Compreendi que ouvir o outro atentamente também é uma forma de respeito.	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
Entendi o que é diversidade cultural.	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
Entendi que devemos valorizar as diferenças individuais, fortalecendo a inclusão e combatendo o preconceito e a discriminação.	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
Entendi que a autoconfiança pode ser fortalecida pelo diálogo, pela colaboração e pelo trabalho em rede.	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
Compreendi a autoconfiança é a base sobre a qual a cooperação e a liderança se constroem.	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
Aprendi sobre as características de jovens líderes.	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
Compreendi que a cooperação é um princípio que visa facilitar, incentivar e promover a aprendizagem dentro de um grupo.	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
Compreendi que, quando enfrentamos desafios juntos, temos a oportunidade de compartilhar conhecimentos, habilidades e recursos.	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
Compreendi o conceito de empatia.	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
Compreendi que, ao nos colocarmos no lugar do outro, somos capazes de superar preconceitos.	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
Aprendi que o respeito e a compreensão mútua são elementos essenciais à construção de relacionamentos saudáveis e significativos.	☆ ☆ ☆ ☆ ☆

Após essas reflexões e aprendizagens, sinto que sou capaz de desenvolver o meu projeto de vida.



Referências

https://www.youtube.com/watch?v=hsECYeYB2po
BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular. Brasília, 2018.