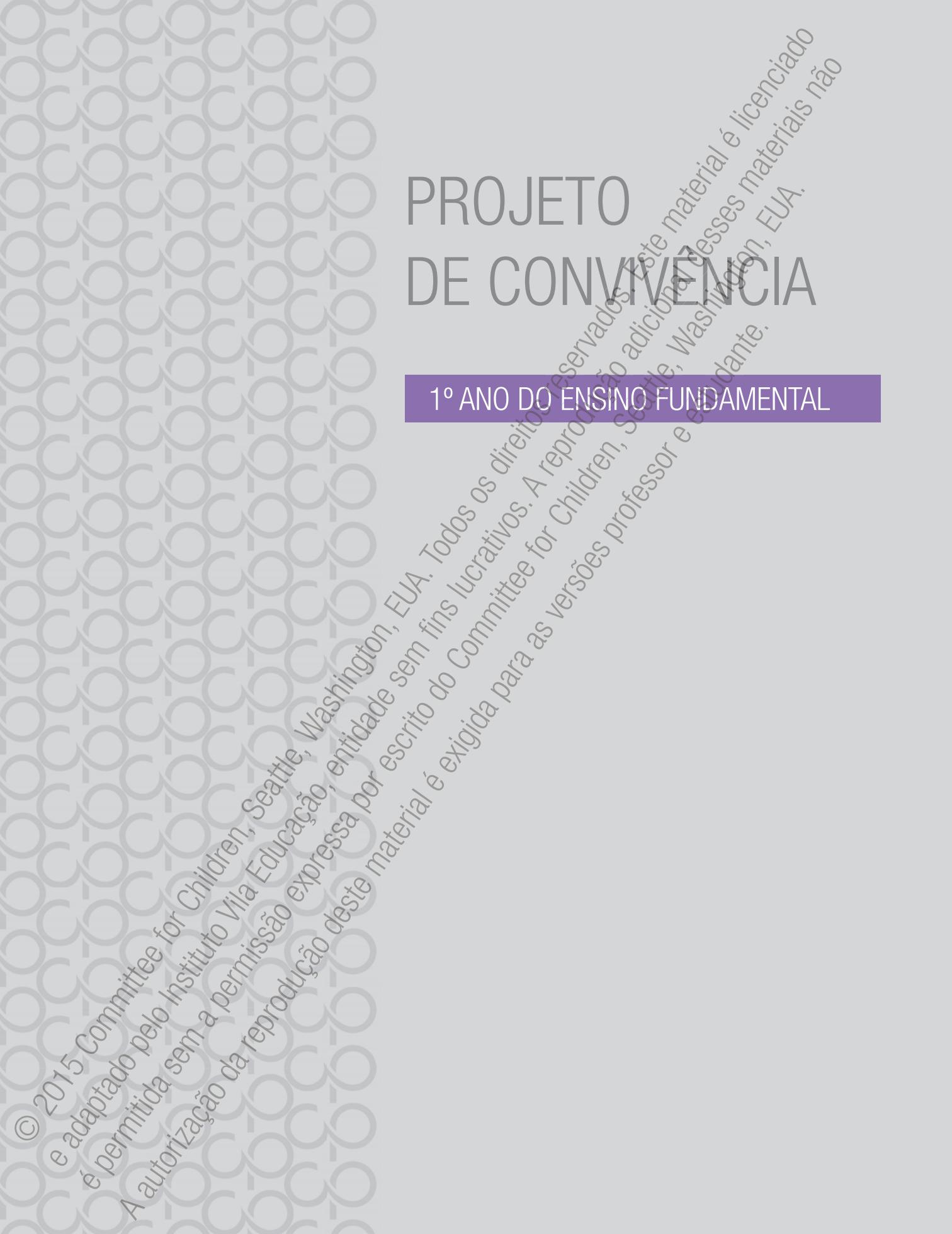


# PROJETO DE CONVIVÊNCIA

1º ANO DO ENSINO FUNDAMENTAL



© 2015 Committee for Children, Seattle, Washington, EUA. Todos os direitos reservados. Este material é licenciado e adaptado pelo Instituto Vila Educação, entidade sem fins lucrativos. A reprodução adicional desses materiais não é permitida sem a permissão expressa por escrito do Committee for Children, Seattle, Washington, EUA. A autorização da reprodução deste material é exigida para as versões professor e estudante.

## QUERIDO(A) PROFESSOR(A),

*A maneira pela qual a sociedade organiza o conhecimento, os comportamentos e as emoções tem se transformado. Isso altera as relações sociais de forma decisiva e os impactos podem ser sentidos nos mais variados campos do conhecimento. Como um dos principais pilares do desenvolvimento humano, a educação precisa acompanhar essas modificações, abrindo espaço para processos de ensino e aprendizagem que dialoguem com os dilemas contemporâneos.*

*O grande desafio, então, passa a ser a capacidade da educação de inovar em suas práticas e de apresentar alternativas para que as crianças sejam ambientadas e saibam conviver nesse universo – cada vez mais rápido, sensorial e globalizado. Se é compartilhada a sensação de que o mundo parece caber na palma da mão, é inevitável a necessidade de adaptação às novas sociabilidades e de percepção dos padrões de comportamento emergentes.*

*Por isso, é importante considerar a criança como um ser que interage e aprende com o meio ao seu redor e que, portanto, é atuante em todo o processo de aprendizagem. Dessa forma, torna-se um diferencial proporcionar ao estudante competências sociais e emocionais, para além dos conteúdos normalmente exigidos no currículo escolar tradicional.*

*Os estudos da pedagogia moderna demonstram um aprimoramento expressivo no desempenho das crianças ao se incluírem temáticas do cotidiano social no desenvolvimento infantil. Nesse sentido, o Projeto de Convivência oferece uma gama de ferramentas universais para que professores e estudantes construam juntos resultados positivos.*

*O Projeto tem como objetivos a prevenção de problemas de comportamento e a promoção do desempenho acadêmico por meio de competências socioemocionais diversas – entre elas, a empatia, a compaixão, o reconhecimento de emoções e a resolução de conflitos – além de habilidades ligadas à amizade e à sociabilidade. A partir de tais premissas, é possível criar um ambiente de aprendizagem mais seguro e afetivo nas escolas, incentivando o respeito mútuo e o desenvolvimento das potencialidades individuais e coletivas dos estudantes, não apenas dentro da sala de aula, mas também fora dela.*

*Esses aspectos norteiam o Projeto e oferecem insumos para o desenvolvimento de habilidades sociais e cognitivas de naturezas distintas, com base em comportamentos e atitudes capazes de mobilizar diferentes recursos de forma inovadora. Além disso, dialoga com as competências estabelecidas pela Base Nacional Comum Curricular (BNCC), homologada pelo Ministério da Educação (MEC) em dezembro de 2017.*

*Neste manual, você encontrará todas as orientações e o planejamento para a implementação do Projeto em sua sala de aula. É muito importante que você esteja familiarizado com o conteúdo e consulte sempre que houver necessidade.*

Uma excelente jornada,  
[ PROJETO DE CONVIVÊNCIA - 1º Ano ]

# PROJETO DE CONVIVÊNCIA

## APRESENTAÇÃO

O Projeto de Convivência é baseado em um currículo de aprendizagem socioemocional desenvolvido pelo Committee for Children. O Instituto Vila Educação, uma organização sem fins lucrativos, realizou em parceria com o Committee for Children essa adaptação para a Secretaria de Educação do Estado de São Paulo.

Este projeto foi elaborado para ser lecionado pelos próprios professores de sala de aula, e o intuito é melhorar o rendimento acadêmico dos estudantes e diminuir problemas de comportamento por meio da aprendizagem socioemocional e da autorregulação.

## OBJETIVOS

### COMPETÊNCIAS SOCIOEMOCIONAIS E SUCESSO ESCOLAR

O Projeto de Convivência ensina aos estudantes um conjunto de conhecimentos, atitudes e habilidades para que eles possam desenvolver empatia, lidar com as emoções e resolver problemas para aprimorar suas competências socioemocionais. Estudantes com essas competências têm mais capacidade de participar e se beneficiar dos conteúdos pedagógicos ensinados em sala de aula. Eles têm uma relação mais positiva com professores e colegas, o que aumenta o sentimento de pertencimento e conexão na escola.

Os estudantes que se sentem conectados com a escola e com seus colegas tendem a ter uma postura acadêmica mais positiva e menos chances de sofrer rejeição, isolamento e bullying. Além disso, são mais motivados ao sucesso acadêmico e mais comprometidos com o aprendizado. Estudantes com competências socioemocionais tornam-se mais conscientes em relação às suas condutas comportamentais que podem vir a comprometer a saúde.

### AUTORREGULAÇÃO E SUCESSO ESCOLAR

Para ter êxito na escola, os estudantes devem também ser capazes de regular emoções, pensamentos e comportamentos. Essa habilidade é chamada de autorregulação. A autorregulação facilita a participação construtiva dos estudantes em atividades de aprendizagem e nas relações com colegas e adultos. As habilidades de autorregulação auxiliam o sucesso acadêmico e o desenvolvimento de competências socioemocionais de estudantes do Ensino Fundamental.

Nas aulas do Ensino Fundamental até o 3º ano, o Projeto de Convivência inclui brincadeiras, conhecidas como Exercícios para o cérebro, que trabalham para aumentar a atenção dos estudantes, desenvolver a memória operacional e o controle inibitório. Essas habilidades, algumas vezes classificadas como habilidades de função executiva, são aspectos importantes da autorregulação que podem influenciar de maneira positiva o sucesso acadêmico dos estudantes na escola.

Aumentar a atenção se refere à capacidade do estudante de direcionar, focar e mudar a atenção enquanto seleciona ou ignora distrações. Desenvolver a memória operacional envolve a habilidade do estudante de se lembrar e usar a informação, tais como as instruções do professor ou instruções para uma atividade. Desenvolver o controle inibitório ajuda os estudantes a não responderem ou tomarem ações automáticas inapropriadas e, por outro lado, adotarem comportamentos adequados, como parar para pensar na resposta antes de falar.

Os Exercícios para o cérebro proporcionam a prática dessas habilidades, que são vitais para o desenvolvimento da autorregulação.

## REDUÇÃO DE PROBLEMAS DE COMPORTAMENTO: FATORES DE RISCO E PROTEÇÃO

O Projeto de Convivência ajuda a prevenir uma série de problemas de comportamento através da abordagem dos fatores de risco e proteção que são tratados em sala de aula. Fatores como rejeição pelos colegas, impulsividade e comportamento agressivo podem colocar os estudantes em risco de envolvimento em situações prejudiciais como delinquência e abuso de substâncias. Fatores de proteção, incluindo competências socioemocionais, habilidades de autorregulação e comprometimento escolar, previnem ou atenuam os riscos com problemas de comportamento e contribuem para o sucesso escolar.

## UNIDADES DO PROJETO

Cada ano do Projeto de Convivência é dividido em quatro unidades, com exceção do 4o e 5o anos, nos quais as Unidades Empatia e Habilidades para Aprendizagem são uma única unidade. As unidades são as temáticas que guiam as aulas na construção das competências socioemocionais e de autorregulação, e seguem de forma espiralada ao longo dos anos, são elas:

### UNIDADE 1 - HABILIDADES PARA APRENDER

O objetivo desta unidade é a construção das habilidades fundamentais para os estudantes participarem com êxito do processo de aprendizagem. Os estudantes aprendem estratégias que irão ajudá-los a escutar de forma eficaz, focar a atenção, e serem assertivos.

### UNIDADE 2 - EMPATIA

O objetivo desta unidade é desenvolver nos estudantes a habilidade de ter empatia e demonstrar compaixão pelo próximo. Os estudantes aprendem a identificar e entender seus próprios sentimentos e os dos outros, assumir perspectivas e demonstrar compaixão por seu semelhante.

### UNIDADE 3 - LIDANDO COM AS EMOÇÕES

O objetivo desta unidade é desenvolver habilidades de identificação e manejo das emoções intensas. Os estudantes aprendem a reconhecer os próprios sentimentos intensos e os do próximo e a acalmar-se: nomeando o que estão sentindo, realizando a respiração abdominal, contando e falando consigo mesmos de forma positiva.

### UNIDADE 4 - RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS

Os dois objetivos desta unidade são o desenvolvimento de habilidades para resolver problemas de forma segura e respeitosa e o cultivo das habilidades de fazer e manter amizades. Os estudantes aprendem como se acalmar antes de tentar resolver os problemas e como aplicar as Etapas de resolução de problemas do Projeto de Convivência:

1. Diga o problema sem culpar ninguém.
2. Pense em soluções seguras e respeitosas.
3. Considere as consequências.
4. Escolha a melhor solução.

## COMO O PROJETO FUNCIONA

O Projeto contém 22 aulas, para serem lecionadas uma vez por semana, com duração média de 45 minutos por aula. Cada aula oferece um roteiro estruturado para o professor, com os conceitos e práticas que devem ser aplicados na aula.

Sugerimos que o roteiro seja seguido da forma mais fiel possível. Antes de ensinar uma aula, leia o roteiro e antecipe as possíveis questões dos seus estudantes. Faça anotações de qualquer coisa que você possa precisar adaptar para seu grupo de estudantes. Depois de se familiarizar com o roteiro, você poderá adaptá-lo para refletir o seu jeito de dar aula ou às necessidades dos seus estudantes.

Você irá perceber que no roteiro existem frases que estão em itálico e outras que não estão. As partes que estão em itálico, são aquelas que você deve ler para os estudantes. As partes que não estão em itálico, sugerem estratégias de como você deve proceder para engajar todos os estudantes nas discussões e dinâmicas das aulas. Entre parênteses são as respostas possíveis das perguntas. Aqui está um exemplo: ***O que empatia significa para você?*** Dê aos estudantes tempo para pensar e depois peça que compartilhem suas ideias. (Compreender como outra pessoa se sente. Demonstrar compaixão.)

***É fundamental que você se planeje previamente para manter um cronograma das aulas, aplicando-as sempre no mesmo dia e horário da semana. Dessa forma você garante que o processo de construção das competências dos estudantes aconteça de forma regular e assídua.***

Algumas aulas demandam materiais como, por exemplo: cartolina - para o registro de aprendizados, ou bola - para realizar algumas brincadeiras. É imprescindível que as aulas sejam lidas com antecedência para que você possa se organizar. A organização prévia em relação aos materiais necessários para a aplicação da aula é fundamental para uma boa execução das práticas.

***A organização da sala é outro aspecto importante do projeto. Algumas aulas trazem atividades em círculo, em pé, em duplas etc. Para que você esteja preparado para organizar a dinâmica das atividades em sala é fundamental que entenda o funcionamento das práticas, para isso, leia antecipadamente as instruções para a execução das atividades propostas nas aulas.***

## ESTRUTURA DAS AULAS

### APRESENTAÇÃO DA UNIDADE

No início de cada unidade, você encontrará a descrição da unidade, os conceitos, os objetivos e resultados esperados da respectiva unidade. É importante que você leia antecipadamente para que, ao lecionar as aulas, acompanhe o progresso do Projeto.

### APRESENTAÇÃO DA AULA

No Início de cada aula você encontrará os:

#### CONCEITOS

Os conceitos que serão trabalhados na aula e que podem ser incentivados durante a semana.

#### OBJETIVOS

Apresentam os objetivos de aprendizagem e as habilidades que os estudantes serão capazes de demonstrar ao final da aula.

### ROTEIRO DA AULA

O roteiro da aula orienta o professor para a condução da aula. Ele é estruturado em cinco seções, que estão presentes em todas as aulas. Abaixo você encontrará todas as informações sobre cada uma delas.

#### INTRODUÇÃO

Esta seção revisa a aula anterior e apresenta o tópico da aula atual de maneira divertida e interativa.

No 1º ano você irá encontrar os Exercícios para o cérebro, antes de jogar, incentive os estudantes a usar as Habilidades para aprender. Ao terminar o jogo, peça aos estudantes que reflitam sobre as habilidades que os ajudaram a jogar de forma bem-sucedida. Os Exercícios para o cérebro podem ser jogados com graus de dificuldade variados para atingir as necessidades dos estudantes. Os desafios podem aumentar a dificuldade do jogo conforme os estudantes conseguem cumprir o desafio apresentado.

Durante a semana, você pode praticar os Exercícios para o cérebro entre as transições das aulas, na volta do recreio ou para energizar os estudantes em outras aulas. Leia as instruções cuidadosamente antes de começar cada exercício.

#### HORA DA HISTÓRIA

A Hora da História é a seção da aula na qual os estudantes têm a oportunidade de discutir os conhecimentos, atitudes e habilidades da aprendizagem socioemocional, por meio de uma realidade comum a eles. As histórias se passam com crianças da mesma faixa etária dos estudantes, e são situações que fazem parte de seu contexto escolar ou familiar.

Você encontrará uma foto referente à história, que também estará presente no Caderno do estudante, para que eles possam observar e reconhecer as emoções e as situações vividas pelos personagens, enquanto você lê a história e faz as perguntas propostas no roteiro.

Todas as histórias contam com uma série de perguntas para provocar a discussão e a participação dos estudantes no processo de aprendizagem socioemocional. É muito importante seguir as estratégias propostas nas perguntas e respostas possíveis desta seção, e convidar todos os estudantes para se engajar na discussão.

## VAMOS PRATICAR

Na seção Vamos Praticar, os estudantes são convidados a praticar as habilidades que aprenderam na aula. É importante que eles as pratiquem, para que sejam capazes de usá-las na vida real. As atividades são elaboradas para envolver todos os estudantes.

Para garantir que os estudantes entendam a atividade, leia primeiro as instruções com eles. Você pode demonstrar as atividades com a ajuda de um estudante, certificar-se de que eles entenderam e em seguida, guie o restante da classe nas situações propostas no roteiro. Estas atividades podem demandar materiais ou uma organização prévia, então é importante compreendê-las com antecedência e ler com atenção antes de ensinar. Considere possíveis questionamentos ou explicações adicionais que seus estudantes poderão precisar.

## CONCLUSÃO

Esta seção revisa as habilidades e os conceitos ensinados em cada aula. É importante que os estudantes consigam perceber o que aprenderam na aula e como podem usar estes novos aprendizados na escola e na vida.

## HOJE EU APRENDI

Esta seção contém uma atividade de encerramento da aula, onde os estudantes fazem o registro do que aprenderam de forma lúdica e a partir de sua própria perspectiva.

# UNIDADE 1

## HABILIDADES PARA APRENDER

### APRESENTAÇÃO DA UNIDADE

O objetivo desta unidade é a construção das habilidades fundamentais para os estudantes participarem com êxito do processo de aprendizagem. Para atingir este objetivo, os estudantes do 1º ano aprenderão a:

- 1.** Focar a atenção:
  - Usar a metáfora concreta do “atentoscópio” a fim de eliminar distrações;
  - Usar a dica de falar consigo mesmo e manter a atenção.

- 2.** Escutar com atenção:

- Aprender as Regras para escutar: olhos observando, ouvidos escutando, voz em silêncio, corpo calmo;
- Aplicar as Regras para escutar.

### 3. Falar consigo mesmo:

- Entender que falar consigo mesmo significa falar para si mesmo em voz baixa ou em pensamento;
- Aplicar o recurso de falar consigo mesmo positivamente para ajudar a focar a atenção, recordar instruções, ignorar distrações e manter-se na tarefa.

### 4. Ser assertivo:

- Usar postura e tom de voz assertivos;
- Usar palavras respeitosas;
- Utilizar as habilidades de assertividade para pedir ajuda.

## AULA 1 - ESCUTAR PARA APRENDER

### CONCEITOS:

- Seguir as Regras para escutar ajuda a aprender;
- Seu cérebro fica mais inteligente toda vez que se esforça.

### OBJETIVOS

Os estudantes serão capazes de:

- Nomear e demonstrar as Regras para escutar;
- Aplicar as habilidades de atenção, memória e controle inibitório em um Exercício para o cérebro.

### INTRODUÇÃO

Em todas as aulas do Projeto de Convivência, os estudantes trabalharão em duplas. Planeje as duplas antecipadamente. Se um estudante faltar, forme um trio somente nesse dia.

*Hoje vamos começar as aulas do Projeto de Convivência Nós iremos aprender sobre sentimentos e como se relacionar bem com as outras pessoas. Na primeira aula, vamos começar aprendendo como ser um bom estudante. estudantes precisam do cérebro! Onde fica o nosso cérebro? Os estudantes irão, provavelmente, apontar para a cabeça.*

*Sim, o cérebro está dentro da cabeça e é responsável por nossos movimentos, nossos sentimentos e nossos pensamentos. Vocês sabiam que nosso cérebro fica mais inteligente toda vez que nos esforçamos?*

*Vamos fazer uma brincadeira para fortalecer as partes do cérebro que são responsáveis por nos fazerem prestar atenção e lembrar das coisas para seguir regras.*

### EXERCÍCIO PARA O CÉREBRO MINHA VEZ, SUA VEZ

Peça aos estudantes que se levantem e mantenham espaço para se movimentarem. *Este jogo se chama “Minha vez, sua vez”. Quando for a “Minha vez”, eu vou dizer e fazer três movimentos. Em seguida, vou dizer “Sua vez”, então façam os três movimentos na mesma ordem. A única regra do jogo é: vocês devem esperar eu dizer “Sua vez” antes de se moverem. Repita a regra. Pratique cada etapa devagar.*

**1.** Diga “Minha vez” e mostre três movimentos. (ex. mãos nos ombros, mãos nos joelhos e bater palmas). Os estudantes devem esperar e ficar parados.

**2.** Diga “Sua vez”. Os estudantes devem fazer os três movimentos na mesma ordem.

Faça a brincadeira várias vezes. Lembre aos estudantes que eles não devem se mover até que você diga “sua vez”.

*Vamos fazer uma pausa para pensarmos sobre o que fizemos que nos ajudou na brincadeira. Dê aos estudantes tempo para pensar e chame-os aleatoriamente para compartilhar as ideias com a classe. Peça aos outros estudantes que façam um movimento, tal como levantar a mão, se eles tiverem o mesmo pensamento do colega. (Prestou atenção. Escutou cuidadosamente. Esperou. Seguiu as Regras). Se os estudantes não tiverem uma ideia quando chamados, peça que eles escutem os outros colegas e chame-os novamente após um tempo.*

### HORA DA HISTÓRIA



Peça que os estudantes abram seus cadernos na aula 1 e observem a foto. Pergunte o que estão vendo. Depois de ouvi-los, inicie a história. *Eu vou contar para vocês uma história que aconteceu na sala de aula da professora Marta. A professora Marta estava lendo um livro para seus estudantes do 1º ano do ensino fundamental, assim como vocês! A maioria dos estudantes estava ouvindo e prestando atenção na professora enquanto ela falava, mas o Marco estava olhando para a janela, virado de costas para a professora.*

*Vocês acham que o Marco escutou o que a professora estava lendo para os estudantes? Balance a cabeça negativamente. Ele estava fazendo algo diferente dos outros estudantes.*

*Na escola, precisamos escutar bastante para aprendermos e sermos bons estudantes. Hoje vou ensinar pra vocês o que fazer quando vocês precisam escutar e prestar atenção em quem está falando. Vou apresentar as Regras para escutar da professora Marta. As regras nos ajudam a saber como agir para que todos aprendam.*

*Cada regra tem um movimento que eu vou mostrar para vocês.*

- Olhos observando: Aponte para o canto dos olhos.
- Ouvidos escutando: Coloque as mãos atrás das orelhas.
- Voz em silêncio: Coloque seu dedo indicador nos lábios.
- Corpo calmo: Abraçe seu corpo com os braços.

Convide os estudantes para repetir as Regras para escutar todos juntos.

- Olhos observando: Aponte para o canto dos olhos.
- Ouvidos escutando: Coloque as mãos atrás das orelhas.
- Voz em silêncio: Coloque seu dedo indicador nos lábios.
- Corpo calmo: Abraçe seu corpo, cruzando os braços à sua frente.

*A maioria dos estudantes da Prof.<sup>a</sup> Marta estavam seguindo as Regras para Escutar. Quando uma pessoa está falando e todos seguem as Regras para Escutar, o que acontece? (Nós todos podemos ouvir a pessoa que está falando. Nós podemos ser estudantes melhores.)*

*As regras nos ajudam a tratar os outros de maneira justa e com respeito. Quando escutamos uns aos outros, todos aprendemos.*

## VAMOS PRATICAR

*Agora nós vamos jogar “Minha vez, Sua vez” novamente, mas com as Regras para escutar. Na minha vez, vou dizer uma das quatro Regras para escutar, em seguida vou dizer “Sua vez”, e vocês demonstrarão o movimento para a regra. Lembrem-se: vocês devem esperar eu dizer “Sua vez” antes de se moverem.*

As Regras para escutar e os respectivos movimentos:

- Olhos observando: Aponte para o canto dos olhos.
- Ouvidos escutando: Coloque as mãos atrás das orelhas.
- Voz em silêncio: Coloque seu dedo indicador nos lábios.
- Corpo calmo: Abraçe seu corpo, cruzando os braços à sua frente.

Diga cada regra e peça aos estudantes para fazerem os movimentos. Jogue “Minha vez, sua vez” várias vezes, alterando a sequência das Regras para escutar.

*Agora eu farei somente os movimentos e vocês dirão quais são as palavras para cada regra. Por exemplo, se eu fizer assim (coloque as mãos atrás das orelhas), quando for a Sua vez, vocês dirão: “Ouvidos escutando”. Jogue várias vezes, mudando a sequência das Regras para escutar.*

## CONCLUSÃO

Hoje nós aprendemos que as Regras para escutar nos ajudam a ser melhores estudantes. O que acontece com nosso cérebro quando nos esforçamos muito? (Ele fica mais inteligente). Como vocês ficam quando estão seguindo as Regras para Escutar? Comente as diferentes posturas e gestos.

Quando seguimos as Regras para escutar aprendemos a ser melhores estudantes e mostramos respeito com quem está falando e com nossos amigos.

## HOJE EU APRENDI

Faça um desenho para cada Regra para escutar que você aprendeu na aula de hoje!

OLHOS OBSERVANDO	OUVIDOS ESCUTANDO	CORPO CLAMO	VOZ EM SILÊNCIO

## AULA 2 - FOCAR A ATENÇÃO

### CONCEITOS:

- Para focar a atenção é necessário usar olhos, ouvidos e cérebro;
- Quanto mais você pratica focar a atenção, melhor você fica nisso;
- Falar consigo mesmo ajuda a focar a atenção.

### OBJETIVOS

Os estudantes serão capazes de:

- Nomear e demonstrar as Regras para escutar;
- Utilizar a habilidade de focar a atenção no contexto de um jogo.

## INTRODUÇÃO

### EXERCÍCIO PARA O CÉREBRO: “MINHA VEZ, SUA VEZ”

Peça aos estudantes que se levantem, com espaço suficiente para se movimentarem. *Vamos começar a preparar o nosso cérebro com o jogo “Minha vez, Sua vez”. Quando for a “Minha vez”, eu vou dizer e mostrar dois movimentos. A regra é esperar eu dizer “Sua vez”, então, façam os dois movimentos na mesma ordem. Repita a regra e pratique as etapas devagar.*

1. Diga “Minha vez” e mostre dois movimentos. Os estudantes devem esperar, observar e ficar parados;
2. Diga “Sua vez” Os estudantes devem fazer os dois movimentos na mesma ordem.

Faça a brincadeira várias vezes. Lembre aos estudantes que eles não devem se mover até que você diga “Sua vez”.

**Quais habilidades nos ajudaram no jogo? Chame os estudantes aleatoriamente para compartilharem suas ideias.** (Ouvi com atenção. Disse os movimentos em minha cabeça, fiquei parado e atento). **Coloque a mão na cabeça quem teve a mesma opinião/ideia.**

## REVISÃO

Peça aos estudantes que se sentem. **Na aula passada aprendemos sobre as Regras para escutar da professora Marta. Vamos relembrar juntos quais são as Regras para Escutar. Convide os estudantes para repetirem os movimentos. Quando seguimos as Regras para escutar aprendemos a ser melhores estudantes e mostramos respeito com quem está falando e com nossos amigos.**

**Hoje vamos aprender como focar a atenção. Ser capaz de focar a atenção é uma habilidade que todos nós precisamos para aprender.**

## HORA DA HISTÓRIA



Peça que os estudantes abram seus cadernos na aula 2 e observem a foto. Pergunte o que os estudantes estão vendo. Depois de ouvi-los, inicie a história. **Hoje vou contar para vocês a história do André. O André estava na aula de educação física, e o seu professor João estava ensinando um novo jogo para a turma. André queria muito aprender como jogar esse novo jogo, que parecia ser muito divertido, então ele ficou parado de frente para o professor observando e escutando ele ensinar cada etapa do jogo.**

**Pensem sobre o que André fez para entender e lembrar como jogar o novo jogo. Dê aos estudantes tempo para pensar e chame-os aleatoriamente para compartilharem suas ideias.** (Olhou para o professor João. Ouviu com atenção. Usou as Regras para escutar). **Levante a mão quem teve a mesma ideia.**

**André aprendeu a focar a atenção no ano passado. Quando você foca a atenção em alguma coisa, está usando o seu cérebro (toque sua cabeça) para pensar sobre isso e também seus olhos (aponte para seus olhos) e ouvidos (aponte para seus ouvidos). Focar a atenção é uma habilidade para aprender muito importante!**

*Eu vou mostrar para vocês como André aprendeu a focar a atenção. Coloque as mãos ao redor de cada olho deste jeito. Demonstre como fazer binóculos com as mãos. Este é o “atentoscópio”. Peça aos estudantes que coloquem as mãos para baixo.*

*Vamos fazer o “atentoscópio” de novo e focaremos no ventilador da sala. Agora vamos abaixar as mãos, mas vamos fazer de conta que o “atentoscópio” continua nos nossos olhos. Repita o processo com outros objetos na sala de aula para focar a atenção.*

*Para ligar o “atentoscópio” usamos algumas palavras especiais. Quando você fala para si mesmo “foque”, “preste atenção” ou “escute”, você está ligando o “atentoscópio”!*

*Pensem em algumas palavras que eu falo aqui na sala de aula quando estou ensinando algo novo e que avisam que vocês devem ligar o “atentoscópio” e focar a atenção. Dê aos estudantes tempo para pensar e chame-os aleatoriamente para compartilhar suas ideias. (Vamos prestar atenção? Olhem para mim. Ouçam estas instruções. Vejam como faço isso).*

## VAMOS PRATICAR

*Peça aos estudantes que se levantem. Agora vamos praticar focar a atenção jogando “Minha vez, sua vez”. Liguem o “atentoscópio” e foquem em mim, agora abaixem as mãos, mas continuem focando em mim enquanto eu passo as instruções do jogo.*

*Quando for a minha vez, eu vou dizer e mostrar três movimentos. Lembrem-se de esperar até que eu diga “Sua vez”, então façam os três movimentos na mesma ordem. Repita a regra e pratique o jogo devagar. Jogue algumas vezes. Se os estudantes perderem o foco durante o jogo, peça que eles coloquem o “atentoscópio” sobre os olhos para reforçar a atenção.*

*Levante o polegar quem teve que se esforçar para focar atenção. Fale sobre o número de polegares levantados. Seu cérebro estava se esforçando muito, então estava ficando mais inteligente!*

## CONCLUSÃO

*Hoje praticamos focar a atenção e ignorar as distrações usando o nosso “atentoscópio”. Quais são algumas palavras especiais que nos lembram de ligar o “atentoscópio”? (Foco. Prestar atenção. Observar com atenção). Quando focamos a atenção, usamos nossos olhos, ouvidos e cérebro. Quanto mais praticamos, melhor ficamos! Antes de fazer uma atividade na escola, lembrem-se de ligarem seus “atentoscópios”.*

## HOJE EU APRENDI

*Agora que você aprendeu a usar seu “atentoscópio” imaginário, faça um desenho de como você imagina o seu.*

© 2015 Committee for Children, Seattle, Washington, USA. Todos os direitos reservados. Este material é licenciado e adaptado pelo Instituto da Educação para Crianças e Adolescentes, Seattle, Washington, EUA. A autorização da reprodução expressa do conteúdo é permitida sem a permissão expressa do Instituto da Educação para Crianças e Adolescentes para as escolas primárias e secundárias.

## AULA 3 - SEGUIR INSTRUÇÕES

### CONCEITOS:

- Escutar e seguir instruções são Habilidades para aprender importantes;
- Para seguir as instruções é necessário usar os olhos, os ouvidos e o cérebro.

### OBJETIVOS

Os estudantes serão capazes de:

- Demonstrar a habilidade de ouvir;
- Seguir instruções no contexto de um jogo.

## INTRODUÇÃO

### EXERCÍCIO PARA O CÉREBRO: “MINHA VEZ, SUA VEZ” NA VERSÃO BATER PALMAS.

Os estudantes ficam sentados. *Vamos começar a preparar o nosso cérebro com o jogo “Minha vez, Sua vez”, só que hoje teremos novas instruções. Então, foquem a atenção em mim e liguem seus “atentoscópios”.*

*Na minha vez, eu vou bater algumas palmas e vou fazer algumas pausas. Por exemplo: bate, espera, bate, espera. Demonstre para os estudantes.*

*Vocês irão observar, contar o número de palmas e de esperas que eu fiz e devem repetir no mesmo ritmo, na sua vez. Mas lembrem-se: apenas quando eu falar “Sua vez”, faça o número exato de batidas e esperas que eu fiz.*

*Sugestão: comece com um ritmo firme e fácil para as sequências.*

*Bate, espera, bate, espera*

*Bate, bate, espera, espera*

*Bate, bate, espera, bate, bate, espera*

*Quais habilidades nos ajudaram no jogo?*

*(Focar a atenção. Seguir as regras. Usar o cérebro.)*

### REVISÃO

*Na última aula vocês praticaram como focar a atenção ao usar os seus “atentoscópios”. Vamos lembrar como fazemos para ligar o nosso “atentoscópio”. Quero ver os “atentoscópios” de vocês. Peça aos estudantes para demonstrarem seus atentoscópios com as mãos ao redor dos olhos. Quando focamos a atenção, usamos os olhos, os ouvidos e o cérebro. Quanto mais praticamos, melhor ficamos!*