

correntes de gratidão

Esta lição enfoca o cuidado por meio da gratidão. Sua classe é uma equipe gigante que deve trabalhar em conjunto todos os dias para aprender e crescer. Destacar uns aos outros de forma positiva aumenta o moral e inspira cada membro da equipe em direção à grandeza! Criar correntes de gratidão fará exatamente isso.

Cuidador Sub-Conceitos)

Compaixão,
Gratidão, Gentileza, Gentileza

Horário da Aula

45 minutos

Materiais requeridos

- ☐ Várias cores de papel de construção, cortadas em tiras longas de 2 a 3 polegadas de largura
- ☐ bastões de cola

Mapa de Padrões

Esta lição está alinhada com as Competências CASEL, os Padrões Nacionais de Educação em Saúde e os Padrões Comuns do Estado. Por favor, consulte o [Mapa de Padrões](#) Para maiores informações.



**DESIGNADO POR CASEL
COMO PROGRAMA RECOMENDADO
PARA O APRENDIZADO SOCIAL E EMOCIONAL.**
Consulte a última página para obter detalhes.

Objetivo da lição

Os alunos irão:

- Destaque ações e palavras de gratidão entre seus pares.
- Demonstre gratidão por meio da expressão verbal e escrita.
- Reconheça a utilidade entre os colegas, agradecendo-lhes por suas contribuições.

Conexão com o professor/autocuidado

Utilidade: a palavra sozinha pode trazer imagens positivas e negativas à mente. Você é do tipo que ajuda em tudo? Ou você evita ajudar porque não consegue encontrar tempo? Encontrar um equilíbrio quando se trata de utilidade é vital para a autopreservação nesta profissão.

Estabelecer e manter limites claros com sua equipe, sua escola e, sim, até mesmo sua própria família, ajudará você a organizar melhor seu tempo, permitindo que você separe a ajuda que está fornecendo ou encontre tempo para realmente contribuir com mais ocasiões. A utilidade é um traço de caráter fantástico, mas muitas vezes pode ser superestimado pelos professores. Fale quando for tributado.

Ninguém gosta de um ajudante rabugento! Precisa de ideias sobre COMO dizer não?

Confira este recurso:

<http://teacherhabits.com/effective-way-teachers-say-no/>

Dicas para diversos alunos

- Faça com que os alunos não verbais ou com fala limitada façam desenhos em suas correntes de gratidão.
- Encene cada link de gratidão conforme é lido em voz alta para ajudar na compreensão



Compartilhar

3-5 minutos

Peça a todos que tragam seus quadros “My Happy Place” para sua comunidade/área de reunião. Use o seguinte para orientar uma conversa:

- Levante a mão se tiver a foto de um animal no quadro.
- Levante-se se tiver pelo menos uma foto de um lugar especial em seu quadro.
- Agache-se se tiver uma foto de qualquer tipo de comida em sua prancha.
- Qual é a foto mais feliz do seu quadro? Por que?
- Se você pudesse adicionar uma foto extra ao seu quadro, qual seria? Por que?
- Há alguma foto em seu quadro que mostre pessoas ajudando? Conte-me sobre isso!
- Se você pudesse adicionar uma foto de alguém que o ajudasse, quem seria e por quê?



Inspirar

O que é Gratidão?

5-7 minutos

Temos falado sobre como cuidamos dos outros, mas e quando os outros cuidam de nós? O sentimento que temos quando cuidam de nós chama-se Gratidão. Somos gratos por suas palavras gentis, ações atenciosas e generosas ofertas de ajuda. Eles ajudaram a tornar nosso dia um pouco mais fácil ou feliz e somos gratos por tudo o que fazem. Pelo que você é grato aqui na escola? Qual é a coisa pela qual você é grato em casa? Você demonstrou gratidão por essas coisas contando à sua família como elas o faziam sentir-se feliz?

Como mostramos Gratidão em nossa sala de aula?

7-10 minutos

Usando o gráfico de tarefas de sua sala de aula, analise maneiras pelas quais podemos mostrar gratidão pelas pessoas quando elas demonstram ajuda ao concluir suas tarefas de classe.

- Podemos usar palavras gentis para agradecê-los.
- Podemos usar ações respeitadas para mostrar nossa gratidão.
- Podemos dizer aos outros como eles são úteis (como o professor!).

Também podemos mostrar gratidão quando alguém mostra gentileza e carinho inesperadamente. Pense em uma época durante nosso ano letivo em que um de seus colegas forneceu ajuda inesperada por meio de palavras gentis ou ações atenciosas. Como você demonstrou gratidão por isso?



Empoderamento

20 minutos

Explique que cada dia desta semana terminará com um resumo da gratidão. Isso ajudará nossa classe a destacar todas as maneiras maravilhosas pelas quais as pessoas estão cuidando de nós e demonstrando ajuda ao longo do dia. Usando tiras de cartolina, cada criança escreverá e/ou desenhará algo pelo qual é grata naquele dia.

- Depois que cada tira for concluída, peça aos alunos que compartilhem sua gratidão em voz alta.
- Combine todos os elos para criar uma corrente de gratidão.
- Pendure nossa corrente no topo do teto, começando em um canto do seu quarto.
- Continue esta atividade todos os dias (e até durante todo o ano, se desejar) com o objetivo principal de tentar fazer com que toda a sala de aula cercado por sua corrente de gratidão.
- Decida um prêmio por completar toda a sua cadeia de gratidão. Uma opção pode ser convidar as famílias para uma festa de pizza para mostrar a eles o quanto você é grato por eles!



refletir

5-7 minutos

Faça as seguintes perguntas para sua classe e discuta as respostas.

- Que Gratidão você recebeu durante este jogo?
- Como aquilo fez você se sentir?
- Como você se sentiu quando recebeu gratidão depois de ajudar alguém?

O ato de expressar gratidão é um ótimo hábito para começar nessa idade. A introdução de vocabulário e ações que conectam esse conceito desde cedo ajuda a criar um coração de gratidão e carinho desde o início, levando a um hábito de gratidão ao longo da vida.



Ideias de extensão

- Use a corrente de gratidão para praticar padrões, pular contagem e somar na base de dez. Use cores diferentes para cada 2, 5 ou 10 correntes para ajudar na prática de conceitos básicos de matemática. Depois de adicionar correntes no final de cada dia, conte o total de correntes usando diferentes padrões para ilustrar a adição e a multiplicação de baixo nível.
- Concentre sua gratidão nos alunos do dia/semana. Regue-os com gratidão todos os dias para edificá-los!
- Extensão em casa: comece uma corrente de gratidão para a família de cada criança também durante esta semana! Concentrar-se no positivo em casa é uma ótima ferramenta para inspirar carinho e ajuda também entre as crianças.
- Continue esta corrente de gratidão além deste mês, codificando com cores as correntes todos os meses. Isso ajudará você a ver o quanto sua turma é grata e quando pode ser a hora de colocar a atitude de gratidão em alta velocidade!



DESIGNADO POR CASEL
COMO PROGRAMA
RECOMENDADO PARA
APRENDIZADO SOCIAL E
EMOCIONAL.

O Colaborativo para Aprendizagem Acadêmica, Social e Emocional (**CASEL**) revisa programas SEL baseados em evidências desde 2003. Kindness in the Classroom® atende ao Programa SElect da CASEL e está incluído no Guia CASEL para Programas Eficazes de Aprendizagem Social e Emocional.

Kindness in the Classroom® atendeu ou superou todos os critérios da CASEL para alta qualidade
programação SEL. Kindness in the Classroom® recebeu a mais alta designação da CASEL para programação SEL de alta qualidade.

<https://casel.org/guide/kindness-in-the-classroom/>