

# Pausas para Bondade

GENTILEZA ALÉM DA SALA DE AULA™  
IMPULSO DE GENTILEZA • OPÇÃO 1 • INTEGRIDADE

## Horário da Aula

25-30 minutos

## Materiais

- ☐ papel de construção
- ☐ Materiais básicos de arte
- ☐ Cartões de índice (opcional)
- ☐ Integridade cartaz (opcional)



## Compartilhar

Discuta a conexão entre GENTILEZA, INTEGRIDADE e PERSEVERANÇA. Definirei integridade: INTEGRIDADE É AGIR DE FORMA QUE VOCÊ SABE SER CERTO E GENTIL EM TODAS AS SITUAÇÕES. (Mostre o pôster de Integridade se desejard.) Podemos praticar bondade e integridade toda vez que trabalharmos para perseverar e atingir uma meta.

Em grupo, pense em maneiras de mostrar gentileza ao trabalhar em equipe para concluir um projeto.

- Que ações gentis você pode usar ao trabalhar com outras pessoas?

Peça voluntários; apontar para 2-3 pessoas de diferentes faixas etárias.



## Inspirar

Explique que, durante nosso tempo aqui, temos inúmeras oportunidades de usar palavras e ações gentis como um grupo. Trabalhamos juntos quando jogamos jogos de tabuleiro, quando saímos para brincar e quando fazemos projetos de arte ou artesanato. Todos esses momentos nos dão oportunidades de ser gentis ao usarmos a perseverança para terminar nossas tarefas. Pode ser tentador assumir o controle e se tornar mandão ou até rude durante nosso tempo juntos, especialmente quando você está jogando com outras pessoas que podem ser mais jovens ou novas em nosso programa. Vamos trabalhar juntos para manter a bondade na vanguarda de tudo o que fazemos!



## Empoderamento

Hoje trabalharemos na criação de cartões de pausa de bondade que podemos usar ao longo do dia e/ou semana. Em horários variados ao longo do dia, pararemos e completaremos uma Pausa para a Gentileza. Um adulto (ou trabalhador adolescente) escolherá um dos cartões e o lerá em voz alta. Todos nós faremos o que a carta diz, mesmo que seja bobo ou ultrajante. Lembre-se, nosso objetivo é mostrar integridade portanto, certifique-se de ser honesto e realmente fazer a atividade, mesmo que não queira.

- Divida os alunos em grupos de 2-3 (com pelo menos uma pessoa capaz de escrever). Cada pequeno grupo criará um cartão próprio que fornece uma atividade gentil para todo o grupo concluir. (Exemplo: Dê mais cinco a alguém, pegue um pedaço de lixo, etc.)
- Se desejar, faça um brainstorm de possíveis intervalos de gentileza para ajudar a gerar ideias antes que os alunos comecem.



## refletir

Intervalos de bondade podem ser muito úteis quando você sente que sua atitude pode ser cruel ou negativa. Oriente uma discussão sobre GENTILEZA dentro do nosso programa.

- Que tipos de ações gentis podemos mostrar uns aos outros durante nosso tempo aqui?
- Como podemos usar palavras gentis mesmo quando discordamos?
- O que podemos fazer quando os outros escolhem ser indelicados?

