

Volte com Coragem: Role Play

A lição enfoca o uso da coragem para fazer boas escolhas, mesmo quando parece difícil fazê-lo. Além disso, os alunos têm a oportunidade de desenvolver habilidades assertivas em dizer “não” à pressão negativa dos colegas. Essas habilidades são construídas por meio de brainstorming e role-play com discussão de acompanhamento e possíveis extensões de discussão e questões de reflexão.

Subconceito(s) de Bondade

Vulnerabilidade, Humildade

Horário da Aula

35-40 minutos

Materiais requeridos

- ❑ Volte com Cenários de Role-Play do Courage (veja abaixo)

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:

- Pratique maneiras respeitosas de dizer “não” quando eles experimentar a pressão dos colegas.

Conexão com o professor/autocuidado

Você já ouviu a frase, “pagar adiante”? Refere-se à ação de uma pessoa que faz uma boa ação não reconhecida para um estranho, na premissa de que o receptor, por sua vez, “pagará adiante” fazendo uma boa ação para outra pessoa. Talvez a pessoa à sua frente já tenha pago seu pedido de café ou tenha deixado um bilhete positivo em sua mesa. Ambos são ótimos exemplos desse conceito simples, mas poderoso. Nesta semana, procure maneiras de responder com gentileza, identificando três maneiras diferentes de retribuir de alguma forma aos colegas de trabalho. Passe algum tempo pensando em pequenas surpresas para aqueles ao seu redor, adicionando uma pequena nota com a boa ação que os encoraja a manter a corrente passando um pouco de bondade para o outro também.

Dicas para diversos alunos

- Pré-selecionar grupos se houver personalidades fortes que não deveriam (ou deveriam!) estar no mesmo grupo de dramatização.



Compartilhar

5-7 minutos

Em nossa primeira lição, aprendemos que às vezes é preciso coragem para dar o melhor de nós mesmos e tentar coisas novas. Algum de vocês tentou algo novo entre agora e a última aula? O que foi isso?

Convide as respostas dos alunos.

Para esta atividade, vamos pensar sobre como nossos colegas nos influenciam. Em primeiro lugar, alguém define par.

Convide a resposta do aluno.

Gosma! Como você acha que nossos colegas e amigos podem nos influenciar de maneira positiva?

Convide a resposta do aluno.

Ok, que tal como colegas e amigos podem influenciar de forma negativa?

Convide a resposta do aluno.



Inspirar

7-10 minutos

Às vezes, nossos colegas podem nos pressionar a fazer coisas que não queremos fazer. Manter-se emocional e mentalmente saudável significa saber quando ouvir nossos colegas e quando ouvir nossos corações e cérebros. É importante manter nossa integridade para que possamos nos respeitar e fazer boas escolhas. Isso significa ter coragem de dizer “não” às vezes. Por que você acha que é preciso coragem para dizer não? Convide as respostas dos alunos.

Quais são algumas maneiras pelas quais você pode dizer “não” quando alguém o pressiona para fazer algo que você não quer fazer?

Permita que os alunos pensem em maneiras de dizer “não” quando alguém os pressiona. Escreva as respostas no quadro ou papel de gráfico.

Se eles não apresentarem as cinco estratégias a seguir, certifique-se de adicioná-los:

1. Use um “Não” forte, como “Não, obrigado” ou “Não, não estou interessado”.
2. Olhe a outra pessoa nos olhos.
3. Cruze seus braços; sua linguagem corporal mostra que você não está interessado.
4. Mostre que você está confiante. Não sorria, ria ou ria nervosamente!
5. Ir embora!

Faça uma prática de 30 segundos fazendo com que os alunos formem um grande círculo e, um aluno de cada vez, se revezem ao redor do círculo dizendo “não” para a pessoa à sua esquerda usando as 5 estratégias. “Vá

embora” de volta para sua mesa depois que cada aluno disser “não”. O último aluno deixado no círculo dirá “não” para você e vocês dois “vão embora” para o seumesas.



Empoderamento

15-20 minutos

Agora vamos encenar dramatizações que focam no que podemos fazer quando as pessoas nos pressionam a fazer coisas que não queremos fazer.

Divida os alunos em quatro a seis grupos e entregue a cada grupo uma encenação. Dê a cada grupo uma encenação. Você precisará determinar as seguintes funções:

- Um membro do grupo lerá a situação para a turma.
- Um membro do grupo representará a “pressão dos colegas” e tentará pressionar os outros a fazerem algo errado.
- Todos os outros membros do grupo precisarão dizer “não” à pressão amigos usando uma das habilidades que discutimos e está escrita no quadro.

Peça aos alunos que passem alguns minutos imaginando como vão representar a encenação. Em seguida, peça-lhes que representem as dramatizações para a classe.



refletir

7-10 minutos

Depois de todas as dramatizações, faça as seguintes perguntas:

- Qual dessas situações você acha que exigiria mais coragem para se levantar e fazer a coisa certa? Por que?
- Qual das técnicas que praticamos hoje funcionaria melhor para você? Quais são algumas outras maneiras de dizer “não”?
- Como usamos a coragem e o respeito próprio nessas situações?

É importante lembrar que quando outras pessoas veem você fazendo boas escolhas com coragem, mesmo quando parece difícil dizer “não” ou fazer a coisa certa, você está influenciando positivamente os outros. Você está pegando uma situação de pressão negativa dos colegas e transformando-a em uma situação de pressão positiva dos colegas! Quão incrível é isso?!



Ideias de extensão

- Peça aos alunos que escrevam suas próprias dramatizações.
- Para reforçar os conceitos mais tarde (talvez como uma atividade de bilhete de saída), você pode fazer com que os alunos usem uma das estratégias para sair da sala no final do dia ou fazer um diário sobre o seguinte:
 - O que é a pressão dos colegas?
 - Quais são algumas maneiras respeitadas de dizer “não”?
 - O que é integridade?
 - Escreva sobre uma ocasião em que você foi pressionado a fazer algo que não queria. O que você fez? Como você se sentiu?

- Depois de aprender algumas técnicas para dizer “não” hoje, qual você acha que seria mais fácil de usar?
- É difícil ter integridade quando confrontado com a pressão dos colegas?



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 programação SEL de alta qualidade. 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/>

Volte com Coragem Role-Play

Cenários de dramatização	Como você 'volta com coragem'?
Fumar Você está visitando seus avós no verão e conheceu um grupo de amigos que o desafia a fumar cigarros com eles. Você sabe que fumar é prejudicial. Seu tio tem câncer de pulmão e os médicos acham que fumar foi a causa.	
Roubando Você está em uma loja e vê um CD que deseja comprar, mas não tem dinheiro suficiente. Seus amigos dizem que ficarão de olho nos funcionários e nas câmeras da loja para que você possa colocar o CD na mochila. Você realmente quer o CD, mas sabe que roubar é errado.	
Assédio moral Você e um grupo de amigos estão no parquinho quando um aluno que tem dificuldade em controlar seu comportamento na aula caminha em sua direção. A maioria das crianças zomba dele e não quer ficar perto dele. Seu melhor amigo diz: "Você viu como ele estava agindo na aula hoje? Teve um ataque porque não queria resolver o problema de matemática. Que perdedor!"	
Estranho Você está voltando da escola para casa com seu amigo e está chovendo torrencialmente. Alguém estaciona um novo carro esportivo vermelho brilhante e pergunta se você quer uma carona. A pessoa parece muito legal, mas você nunca viu o motorista antes. Seu amigo quer entrar no carro, mas você não acha uma boa ideia.	
em pé Sua amiga tem uma camisa nova de que você gosta muito, mas um grupo de garotas a provoca e diz que ela é feia. Essas garotas dizem que você precisa dizer à sua amiga como ela fica boba na camisa.	
Matar aula É um lindo dia de primavera e seu amigo pergunta se você quer ir ao parque e matar aula. Você nunca faltou à escola antes, mas não quer que seu amigo tire sarro de você.	