

100 maneiras de cuidar

Um projeto que os professores costumam acompanhar são os primeiros 100 dias de aula. Este quadro de avisos usa a mesma premissa, mas se concentra em 100 maneiras diferentes pelas quais a classe foi “pega” cuidando de si e dos outros.

Cuidador Sub-Conceitos)

Compaixão, Prestatividade, Gratidão, Gentileza

Prazo do projeto

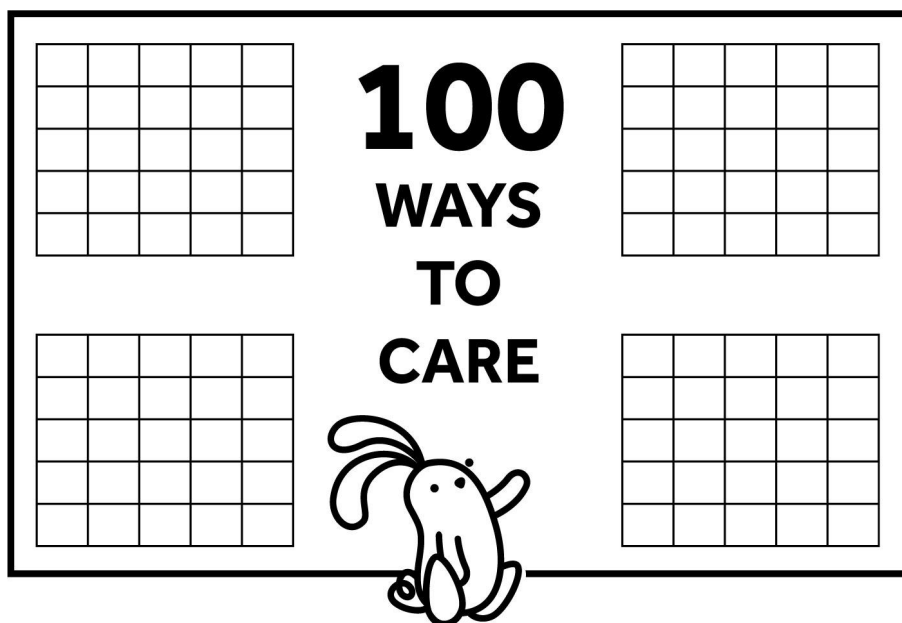
25-30 minutos

Materiais requeridos

- ☐ Pequenas pedras, blocos ou bilhetes
- ☐ 1 xícara para cada aluno
- ☐ Adesivos de estrela
- ☐ Suprimentos para quadros de avisos

Passo 1:

Crie seu quadro de avisos “100 maneiras de cuidar”. Use o seguinte como modelo, adicionando seu toque pessoal!



Cada grade consiste em 25 quadrados: 5 linhas de 5. Isso permite que você também pratique a contagem de saltos durante esta atividade. A maneira mais fácil de criar as grades é simplesmente fazer uma tabela 5 por 5 em seu aplicativo de processamento de texto e, em seguida, imprimi-la e montá-la em cartolina colorida antes de adicioná-la ao quadro de avisos.

Passo 2:

Coloque um copo para cada criança na mesa ou no centro da mesa comunitária. Explique que você verá os alunos se preocupando ao longo de cada dia. Ao ver o cuidado ou qualquer um de seus ajudantes (compaixão, prestatividade e gratidão), você jogará uma pedra (ou qualquer item que escolher) em seu copo. Incentive os alunos a também avisarem quando observarem outras pessoas se preocupando também. Este é o bom tipo de "tattleing"! O objetivo é destacar o cuidado durante todo o dia escolar.

Etapa 3:

No final da semana, reúna-se em seu círculo/área comunitária e peça aos alunos que tragam seus copos. Peça aos alunos que batam nos joelhos e se juntem a você em uma música/canto sobre o cuidado. Isso reforçará a definição de cuidado enquanto cria uma batida constante para ajudar a acalmar seus corpos e aumentar a capacidade de concentração. Chame cada aluno e peça-lhes que joguem suas pedras (ou blocos, etc.) em uma tigela grande. À medida que os alunos aparecerem, peça-lhes que compartilhem uma maneira pela qual demonstraram cuidar de si mesmos ou de outras pessoas durante esta semana. Uma vez que cada aluno tenha adicionado seu carinho à tigela, adicione uma estrela no quadro de avisos para cada ato de cuidado. Você pode pedir ao aluno do dia/semana para ajudá-lo, escolher os alunos aleatoriamente ou dividir os adesivos igualmente entre os alunos, se possível. Repita por 4 semanas OU até atingir 100 atos de carinho!

Passo 4:

Comemore 100 maneiras de cuidar! Assim como você faz uma festa de 100 Dias de Escola, faça uma festa para este evento também. Para enfatizar a gentileza envolvida em atingir esse objetivo, convide especial professores, o diretor e os pais da sua festa também!

Idéia de canção/canto carinhoso (ao som de “Row, Row, Row, Your Boat”):

Eu posso cuidar de você,
Eu posso cuidar de mim.
Ajudar alguém
realmente me deixa feliz.



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

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

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

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