



Coletânea de Manuais

Curso de Formação de Instrutores

**BRIGADA MILITAR
DEPARTAMENTO DE ENSINO
Centro de Treinamento D.A.R.E. PROERD RS**

VERSÃO 2023

Há 25 anos, escrevendo histórias...



MANUAL DO INSTRUTOR

Currículo Proerd Caindo na REAL para o 5º Ano do Ensino Fundamental

Todos os direitos reservados. Copyright © 2010 D.A.R.E. America.

O presente produto foi elaborado e validado em 2014 pelos Centros de Treinamento Internacionais D.A.R.E./Proerd das Polícias Militares do Rio de Janeiro, de São Paulo, do Distrito Federal, de Santa Catarina, de Minas Gerais, do Rio Grande do Norte e do Rio Grande do Sul, sob a supervisão da Câmara Técnica Nacional do PROERD e o suporte da Secretaria Nacional de Segurança Pública – SENASP.

Governador do Estado de Minas Gerais Antônio Augusto Junho Anastasia Comandante-Geral da PMMG Márcio Martins Sant'ana, Cel. PM Chefe do Estado-Maior da PMMG Divino Pereira de Brito, Cel. PM Diretor de Apoio Operacional Cláudio Antônio Mendes, Cel. PM Subdiretor de Apoio Operacional Eduardo Lucas de Almeida, Ten. Cel. PM Direção de adaptação e revisão: Hudson Matos Ferraz Junior, Maj. PM Alberto Nery Rocha, 2º Ten. PM Assessoria metodológica D.A.R.E./Proerd: Hudson Matos Ferraz Junior, Maj. PM Assessoria pedagógica: Gleisa Calixto Antunes Tradução: Silas Tiago Oliveira de Melo, 2º Sgt. PM Soraya Érica Rodrigues Matoso, Cb. PM Revisão ortográfica: Rede Pitágoras Revisão estatística: Conselho Estadual de Políticas sobre Drogas - CONEAD Adaptação gráfica: Luciana Vidal Rodrigues Gontijo, Cap. PM Junio Leal de Abreu, 3º Sgt. PM Anderson Aparecida da C. Roberto Agradecimentos ao Diretor do D.A.R.E. International e aos facilitadores do D.A.R.E. America pela orientação técnica: Michael Kuhlman, Bobby Robinson e Scott Gilliam.	Título Original: <i>D.A.R.E. 's keepin' It REAL Elementary Curriculum</i> © D.A.R.E. America and The University of Pennsylvania Text: Copyright © 2012 D.A.R.E. America Design and Illustrations: Copyright © 2012 D.A.R.E. America Copyright infringement enforced by D.A.R.E. America Tradução, adaptação e reprodução autorizadas pelo D.A.R.E. International Administração Estado-Maior da Polícia Militar Quartel do Comando-Geral da PMMG Cidade Administrativa do Governo de Minas Gerais Rodovia Prefeito Américo Gianetti, S/N, Bairro Serra Verde Belo Horizonte/MG Realização, suporte metodológico e técnico Diretoria de Apoio Operacional Rua da Bahia, 2115 – Funcionários – Belo Horizonte / MG CEP 30.160-012 Tel.: (31) 3071-2623 E-mail: proerd@pmmg.mg.gov.br Colaborações Institucionais: Centros de Treinamento DARE/Proerd das Polícias Militares dos Estados do Rio de Janeiro, Santa Catarina, Rio Grande do Sul e Rio Grande do Norte. Colaboradores profissionais de outros Estados: Ten. Cel. PMRN Margarida Brandão Fernandes de Araújo Maj. BMRS Cilon Freitas da Silva Cap. BMRS Letícia Dalligna Cb. PMPR Luciano Antunes de Moura Apoio: Secretaria de Estado de Defesa Social – SEDS Conselho Nacional dos Comandantes-Gerais das Polícias Militares e Corpos de Bombeiros Militares – CNCG Câmara Técnica Nacional de Estratégias do Proerd
---	---

Currículo para crianças 5º ano do ensino fundamental: Caindo na REAL / D.A.R.E.
C976 America; PMMG; tradução de Silas Tiago O. Melo e Soraya Érica Rodrigues Matoso.
– Belo Horizonte: PMMG, 2013.
112p. :il.

Título original: *D.A.R.E. 's keepin' It REAL Elementary Curriculum*

Contém: Livro do Estudante Proerd do 5º Ano e segmentos de *slides* com interface de vídeos.

1. Projeto de Estratégias de Resistência às Drogas. 2. **R.E.A.L.** (Recusar, Explicar, Abster-se e Livrar-se). 3. Currículo - Caindo na REAL. I. Hecht, Michael. II. Pegueros, Frank.
- III. D.A.R.E. América. IV. Centro de Treinamento Internacional DARE/Proerd - PMMG.
- IV. Melo, Silas Tiago O.(Trad.)

CDU 351.761.3
CDD 350.765

Ficha catalográfica elaborada pela Biblioteca da Academia da Polícia Militar de Minas Gerais
1ª Edição – 2013

Edição original, cedida para esta reprodução pelos autores

Créditos:

Este currículo foi desenvolvido sob a orientação e perícia de muitos, tantos que não seria possível citar todos. Agradecimentos especiais e grande apreço são dedicados à seguinte equipe de especialistas nacionais, autores e colaboradores.

Equipe de Desenvolvimento do Currículo:

Universidade Estadual da Pensylvania:

Dr. Michael L. Hecht,
Professor Reitor

Dr. Michelle Miller-Day,
Professor Associado

Allison Kootsikis,
Coordenadora de Projetos

Jonathan Pettigrew,
Coordenador de Projeto

Magaret Colby,
Coordenadora de Projeto

Sunam Ellis,
Pesquisadora

Emily Reichert,
Pesquisadora

D.A.R.E. America:

Frank Pegueros,
Diretor Operacional

Scott Gilliam,
Diretor de Treinamento

Anita Bryan,
Vice-Diretora de Educação

Dr. Benita Cahalane,
Pedagoga Proerd – 17 anos

Karen Simon,
NYSDOA, Pedagoga

Dr. Jolene Cassa-Granier,
Pedagoga Proerd – 20 anos

Comandante Bobby Robinson,
Departamento de Xerife de Calcasieu Parish

Randy J. Wiler,
Diretor Programa de Prevenção ao
Bullying do Kansas

Especialistas Nacionais:

Virginia Molgaard
Professora Emérita Associada
Universidade Estadual de Iowa

Jeffrey Temple
Professor Assistente
Departamento de Medicina da Universidade do Texas

Muitos Instrutores do Proerd estiveram envolvidos no projeto piloto do currículo e no desenvolvimento dos materiais de apoio. Somos gratos pela participação e pelo auxílio de todos eles na criação do Currículo Proerd “Caindo na REAL” para o 5º ano do Ensino Fundamental.

SUMÁRIO

Ementa do Currículo	04
O Projeto do Currículo Proerd “Caindo na REAL” para o 5º ano do Ensino Fundamental	05
Padrões Técnicos Fundamentais do Currículo Proerd	09
 AS LIÇÕES	
LIÇÃO 1 – Introdução ao Programa Proerd “Caindo na REAL”	11
LIÇÃO 2 – Informações Sobre Drogas para Tomada de Decisão Responsável	19
LIÇÃO 3 – Riscos e Consequências	28
LIÇÃO 4 – Pressão dos Colegas	36
LIÇÃO 5 – Lidando com Situações de Tensão	45
LIÇÃO 6 – Bases da Comunicação	56
LIÇÃO 7 – Comunicação não verbal e Escuta Enfática	66
LIÇÃO 8 – <i>Bullying</i>	78
LIÇÃO 9 – Ajudando os Outros	93
LIÇÃO 10 – Obtendo Ajuda dos Outros e Revisão	103
 ANEXOS	
LIÇÃO SUPLEMENTAR 1 – Conversas em família	111

Ementa do Currículo

Desde 1983, o programa D.A.R.E./Proerd tem liderado as ações de prevenção ao abuso de drogas. Os esforços colaborativos entre a Polícia Militar, o sistema de educação e as teorias científicas sobre prevenção são o diferencial desse Programa. O Currículo Proerd “Caindo na REAL” para o 5º ano do Ensino Fundamental mantém esse compromisso de fornecer instrução de ponta, capaz de prevenir o uso de drogas por meio do desenvolvimento das habilidades básicas necessárias para se fazer escolhas seguras e responsáveis. Essas habilidades vão além da questão das drogas, pois possibilitam escolhas saudáveis e maduras em todos os aspectos da vida do jovem cidadão. Ao desenvolver as principais habilidades acadêmicas e práticas, o currículo promove tanto os objetivos educacionais quanto os de prevenção.

O Currículo Proerd “Caindo na REAL” para o 5º ano foi projetado com base na Teoria de Aprendizagem Socioemocional (*Socio-Emotional Learning Theory - SEL*). A teoria SEL identifica as habilidades básicas e fundamentais e o processo de desenvolvimento do indivíduo, necessários à promoção da saúde, incluindo:

- autoconhecimento e autogerenciamento;
- tomada de decisão responsável;
- compreensão dos outros (alteridade);
- habilidades de comunicação e relacionamento interpessoal;
- habilidade de lidar com desafios e responsabilidades.

O presente currículo utiliza essa teoria para ensinar aos jovens como controlar seus impulsos e pensar nos riscos e consequências, o que resultará em escolhas mais responsáveis. Acreditamos que se conseguirmos ensinar aos jovens a tomarem decisões seguras e responsáveis, eles serão capazes de fazer escolhas saudáveis não somente sobre drogas, mas em todos os aspectos de suas vidas. À medida que os jovens forem educados para se tornarem cidadãos responsáveis, consequentemente conduzirão suas vidas de forma mais produtiva e livre de drogas.

As dez lições são organizadas em um processo de escalonamento ascendente (andaime), começando pelo básico sobre responsabilidade e tomada de decisão, para então construir cada uma das demais habilidades, de forma que os alunos desenvolvam suas próprias respostas às situações da vida real. A primeira lição se inicia com o tema “responsabilidades” e introduz o tema “tomada de decisões”, sendo que as lições subsequentes aplicam essas habilidades de formas gradativamente mais complexas, relacionadas ao uso de drogas e outras escolhas na vida dos jovens.

A visão do Proerd é que os jovens que refletem sobre as diversas situações são capazes de fazer melhores escolhas, de forma não impulsiva, e de comunicar e relacionar-se melhor com as pessoas, além de manterem-se livres de drogas e obterem maior sucesso em todas as áreas de suas vidas. Essa é a nossa visão para o sucesso da jornada que se inicia com a Lição 1.

O Projeto do Currículo Proerd “Caindo na REAL” para o 5º ano do Ensino Fundamental

Bem-vindo ao Currículo Proerd “Caindo na REAL” para alunos do 5º ano do Ensino Fundamental. Esse currículo inovador é fruto da parceria entre a ONG norte-americana intitulada “D.A.R.E.” e o programa “*keepin’ it REAL*” com a finalidade de fornecer ferramentas avançadas para manter os jovens seguros e livres de drogas.

O Policial Proerd continua sendo a mola mestra para a aplicação do currículo. Os policiais são essenciais para tornar as lições realísticas, ao mesmo tempo que representam um modelo incrivelmente positivo para os alunos do Proerd. O currículo baseia-se no Modelo de Tomada de Decisão Proerd, na comunicação didática e nas habilidades práticas, por meio da eficiente abordagem narrativa denominada “de criança, pela criança e para as crianças” (“*from kid, through kid, to kids*”), que também são os traços marcantes do bem-sucedido Currículo Proerd “Caindo na REAL” para o 7º ano. As lições se iniciam com uma história, em vídeo, na qual os personagens enfrentam situações da vida real, para que os alunos passem a conhecê-las e a se preocuparem com elas. Essas histórias foram criadas com base em experiências reais dos estudantes de diversas escolas, nos Estados Unidos da América. As situações e encenações estão integradas às lições para propiciar a prática de cada habilidade. Os alunos serão encorajados a compartilhar suas próprias histórias utilizando o método de diálogo conhecido por “alguém que eu conheço” (“*someone I know*”). É isso que torna as lições “reais” para eles. O Modelo de Tomada de Decisão Proerd ajuda os alunos a processar seus pensamentos e a fazer escolhas seguras e responsáveis.

O **novo Currículo Proerd “Caindo na REAL” para o 5º ano** mantém muitas das características fortes do currículo anterior, contudo, foram implementados alguns melhoramentos para torná-lo ainda mais eficiente em capacitar os jovens para conduzirem suas vidas de forma segura, responsável e livre de drogas. Alguns pontos de destaque são:

- A nova temática de **escolhas seguras e responsáveis** fornece um quadro favorável ao ensino sobre tomada de decisão, riscos, tensões, comunicação e pressão dos colegas, ao passo que também fornece aos jovens as informações sobre drogas das quais necessitam para fazerem escolhas conscientes.
- Foram ampliadas as oportunidades para **praticar o Modelo de Tomada de Decisão Proerd e aplicá-lo às situações da vida real**.
- O novo currículo abrange uma **ampla gama de riscos** com os quais os alunos se deparam em seu dia a dia, incluindo os relacionados às drogas e outros riscos que eles provavelmente enfrentarão em um futuro próximo.
- As habilidades são ensinadas por meio de **histórias**. Nesse sentido, utilizam-se vídeos, situações, encenações e anotações diárias para fornecer aos alunos oportunidades de praticar tais habilidades, escrever sobre elas e planejar sua futura utilização.
- O currículo está em consonância com o novo **padrão nacional de educação**. Foi incluída neste manual uma tabela que demonstra a conexão de cada lição com os referidos padrões.

Conceitos principais

Após participarem do novo currículo, os alunos serão capazes de:

- Exercitar o **autocontrole**, particularmente quando estiverem sob tensão e pressão. O novo currículo os ensinará a controlar as emoções, evitar comportamentos impulsivos e refletir criticamente sobre suas próprias experiências com o objetivo de planejarem uma vida livre de drogas.
- Identificar **os riscos e as consequências** de suas escolhas. Por ensinar aos alunos a avaliar os riscos e as consequências de suas escolhas, o currículo os prepara para as mudanças repentinas e para os desafios que poderão enfrentar, como um possível aumento da presença de drogas em seu meio social.
- Tomar **decisões seguras e responsáveis**. O Modelo de Tomada de Decisão Proerd continua sendo a estratégia central, porque os jovens dessa faixa etária precisam entender como pensar de forma clara e crítica sobre suas possíveis escolhas e, talvez ainda mais importante, precisam planejar como enfrentarão as escolhas que se-lhes apresentarão em um futuro breve.
- **Comunicar-se** de maneira mais confiante e eficiente, desenvolvendo, assim, **relações** mais consistentes com seus colegas, familiares e autoridades públicas.
- Tornar-se um **cidadão seguro e responsável** por meio do aprendizado sobre como ajudar o próximo e como obter ajuda. Sabemos que jovens dessa faixa etária não são capazes de fazer tudo sozinhos, por isso o novo currículo enfatiza formas seguras e responsáveis de ajudar e obter ajuda.

Visão Geral das Lições

O currículo foi construído em dez lições, baseadas nos conceitos principais. Ensinar algo uma única vez não é o suficiente para a maioria dos jovens aprendizes. É por isso que cada habilidade é decomposta em partes, construindo as bases de cada conceito, de forma que eles apareçam e reapareçam nas lições, de maneira mais avançada e sofisticada a cada vez (escalonamento ascendente). O melhor exemplo disso é o Modelo de Tomada de Decisão Proerd. Esse modelo é introduzido e demonstrado na Lição 1. Na Lição 2, os alunos utilizam o “D” para definir um problema envolvendo droga. Na Lição 3, eles definem e analisam os riscos e as consequências em situações nas quais eles se encontram com frequência. Na Lição 4, os alunos definem, analisam e decidem como atuar em situações reais de tensão. Na Lição 5, eles já estarão utilizando o modelo de forma completa para definir, analisar, atuar e avaliar as estratégias para lidar com a pressão dos colegas. Nas lições 6 a 9, os alunos vão refletir e expandir suas habilidades de tomada de decisão. Todas as habilidades são revisadas na Lição 10.

Tabulação dos Conceitos das Lições

CONCEITOS	LIÇÕES									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Responsabilidade	X	X	X	X	X	X			X	X
Tomada de decisão	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Informações sobre drogas		X	X							X
Riscos e consequências			X	X				X	X	X
Pressão dos colegas				X	X	X			X	X
Tensão					X	X		X	X	X
Comunicação confiante						X	X	X	X	X
Comunicação não verbal							X	X	X	X
Escuta enfática							X	X	X	X
<i>Bullying</i>								X	X	X
Ajudando os outros									X	X
Obtendo ajuda										X

Estrutura da Lição

A mesma estrutura básica em todas as lições promove maior consistência na aplicação de cada uma delas:

- Revisão da lição anterior;
- Desenho animado introdutório para conectar e revisar a lição anterior, além de introduzir a lição da semana atual;
- Explicação dos conceitos básicos;
- Descrição dos conceitos e habilidades;
- Prática das habilidades;
- Aplicação do Modelo de Tomada de Decisão Proerd;
- Revisão e anotações diárias;
- História de encerramento.

Videos Proerd

O novo currículo usa videos próprios para introduzir e resumir as lições. As histórias foram criadas com base em entrevistas realizadas junto a alunos Proerd em todos os Estados Unidos. Começando pela Lição 1, os alunos conhecerão o Mateus e os amigos dele em um video que resume esta lição e introduz a Lição 2. As demais lições se iniciam com histórias de abertura que revisam a lição anterior e apresentam o principal conceito a ser trabalhado na lição seguinte. Essas histórias são contadas pela versão em desenho animado de Mateus e seus amigos.

Objetivos das lições

LIÇÃO 1: Introdução ao Programa Proerd “Caindo na REAL”

- Definir o que significa ser responsável.
- Identificar as responsabilidades dos alunos em seu dia a dia.
- Conhecer cada passo do Modelo de Tomada de Decisão Proerd (MTDP).

LIÇÃO 2: Informações Sobre Drogas para Tomada de Decisão Responsável

- Identificar como o uso de álcool e tabaco (cigarro) afeta as responsabilidades do aluno.
- Examinar informações sobre o álcool e o tabaco (cigarro).
- Compreender os efeitos do álcool e do tabaco (cigarro) sobre a saúde do corpo.
- Usar o **MTDP** para definir o problema em cenários relacionados ao álcool ou ao tabaco (cigarro).

LIÇÃO 3: Riscos e Consequências

- Definir riscos e consequências e aplicar esses conceitos em situações reais.
- Avaliar as consequências positivas e negativas das escolhas feitas nas situações de risco.
- Usar o **MTDP** para avaliar como tomar decisões responsáveis envolvendo situações de risco.

LIÇÃO 4: Pressão dos Colegas

- Definir pressão e pressão dos colegas.
- Reconhecer quais são as fontes de pressão dos colegas.
- Identificar formas de responder à pressão dos colegas.
- Usar o **MTDP** para criar respostas à pressão dos colegas.

LIÇÃO 5: Lidando com Situações de Tensão

- Identificar possíveis sinais de tensão.
- Reconhecer os sinais físicos e comportamentais de tensão.
- Usar o **MTDP** para avaliar as situações de tensão.

LIÇÃO 6: Bases da Comunicação

- Definir e explicar a importância da comunicação na vida diária.
- Demonstrar a comunicação confiante.
- Usar o **MTDP** para avaliar e criar opções alternativas de comunicação eficiente.

LIÇÃO 7: Comunicação Não Verbal e Escuta Enfática

- Definir comportamentos eficazes de escuta enfática.
- Demonstrar a escuta efetiva usando comportamentos verbais e não verbais.
- Usar o **MTDP** para avaliar e criar opções alternativas de comunicação eficiente.

LIÇÃO 8: *Bullying*

- Definir e reconhecer as características do *bullying*.
- Identificar comportamentos de *bullying*.
- Diferenciar fofocar de confidenciar.
- Usar o **MTDP** para praticar maneiras seguras de relatar o *bullying*.

LIÇÃO 9: *Ajudando os Outros*

- Identificar a importância de ser um bom cidadão.
- Reconhecer a importância de relatar o *bullying* a um adulto na escola ou em casa.
- Demonstrar o uso do **MTDP** para relatar comportamentos de *bullying*.
- Reforçar a sabedoria e os comportamentos positivos como meios de parar o *bullying*.

LIÇÃO 10: *Obtendo Ajuda dos Outros e Revisão*

- Identificar pessoas do relacionamento do aluno às quais ele pode recorrer se precisar de ajuda.
- Relembrar os termos chave que foram aprendidos anteriormente.

Padrões Técnicos Fundamentais do Currículo Proerd

O Currículo Proerd “Caindo na REAL” para o 5º ano está alinhado aos Padrões Nacionais Técnicos Fundamentais para fornecer um quadro favorável à educação de qualidade em sala de aula. Como resultado, professores, pais e comunidade escolar podem estar seguros quanto à responsabilidade didática e quanto às metas de prevenção.

Esse currículo atende aos múltiplos Padrões Técnicos nas seguintes áreas de competência: leitura (literatura, textos informativos e habilidades fundamentais), escrita, fala e escuta. A tabela a seguir apresenta um resumo desses padrões.

	Lição									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Leitura: Literatura										
Determinar o tema de uma história, drama ou poema com base em detalhes existentes no texto, incluindo a forma como os personagens de uma história ou drama atuam diante dos desafios ou como o narrador [eu lírico] de um poema reflete sobre um tópico. Resumir o texto.	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Comparar e confrontar dois ou mais personagens, cenários ou acontecimentos em uma história ou drama, demonstrando detalhes específicos no texto (exemplo: como os personagens interagem).	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X

	Lição									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Leitura: Texto Informativo										
Fazer referências corretas ao texto para explicar o que o texto diz explicitamente e para fazer inferências sobre o texto.		X						X		
Determinar duas ou mais ideias principais de um texto e explicar como elas são justificadas por detalhes chave. Resumir o texto.			X	X	X	X	X	X		
Explicar a relação ou a interação entre dois ou mais indivíduos, acontecimentos, ideias ou conceitos em texto histórico, científico ou técnico, com base em informações específicas presentes no texto.		X	X	X	X	X	X	X	X	X
Determinar o significado acadêmico geral e específico de palavras ou frases em um texto aplicável ao nível de 5º ano ou em matéria relacionada.	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Comparar e confrontar a estrutura geral (exemplo: cronologia, comparação, causa/efeito, problema/solução) de acontecimentos, ideias, conceitos ou informações em dois ou mais textos.	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Analisar os diversos motivos/explicação de um mesmo evento ou tópico, apontando similaridades e diferenças importantes para o ponto de vista que representam.			X					X		
Extrair informação de múltiplas fontes impressas ou digitais, demonstrando a habilidade de localizar rapidamente a resposta a uma pergunta e/ou de resolver um problema com eficiência.	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Explicar como o autor usa razões e evidências para justificar pontos específicos do texto, identificando quais razões e evidências sustentam cada ponto.				X	X	X	X	X	X	X
Leitura: Habilidades Fundamentais										
Ler com correção e fluência para permitir a compreensão.	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Escrita										
Escrever frases de opinião sobre os tópicos, justificando o ponto de vista com razões e informações. Desenvolver o tópico com fatos, definições, detalhes concretos, citações ou outras informações e exemplos relacionados ao tópico.	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Escrever textos informativo-explicativos para examinar um tópico e transmitir ideias e informações com clareza.	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Produzir textos claros e coerentes nos quais a organização e o desenvolvimento estejam adequados ao assunto, ao propósito e ao público.							X	X	X	X
Fala e Escuta										
Envolver-se efetivamente em uma série de discussões colaborativas (em dupla, em grupos e conduzidas por professores) com diversos parceiros, sobre temas e textos do 5º ano, construindo as ideias dos outros e expressando suas próprias ideias com clareza.	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Relatar um tópico/texto ou apresentar uma opinião sobre ele, concatenando logicamente as ideias, usando fatos apropriados e detalhes descritivos e relevantes para justificar a ideia principal, além de falar com clareza e em ritmo compreensível.							X			

LIÇÃO 1

INTRODUÇÃO AO PROGRAMA PROERD “Caíndo na REAL”

Objetivos

Os alunos serão capazes de:

- definir o que significa ser responsável;
- identificar as suas responsabilidades em seu dia a dia;
- conhecer cada passo do Modelo de Tomada de Decisão Proerd (MTDP).

Preparação

- Revise o planejamento da lição.
- Revise a lição com o professor da turma:
 - Formação das **Equipes Proerd**.
 - **Carta aos Pais**: verifique essa opção junto à administração da escola.
 - **Anotações diárias**: o Diário do Aluno fará parte de todas as lições. Ajuste com o professor em quais momentos os alunos deverão usar seus diários.

Materiais

- Livro do Estudante.
- Apresentação em *PowerPoint* ou transparências (se for utilizar o retroprojetor para transparências, não se esqueça de que também será necessário um DVD *player* para os vídeos).
- Carta aos Pais.



Observação ao Instrutor: Para todas as lições serão necessários: o Livro do Estudante, um projetor para *PowerPoint*/transparências e um DVD *player* com monitor.

Palavras-chave

- **Responsável**: ser seguro e confiável. As pessoas podem contar com você e você pode contar com outros para desempenhar um trabalho ou tarefa.
- **Modelo de Tomada de Decisão Proerd**: uma maneira de fazer decisões seguras e responsáveis utilizando os passos (Definir, Analisar, Atuar, Avaliar).

Estrutura da Lição

- | | | |
|---------------|---|--------------|
| • Atividade 1 | Apresentação do policial e dos alunos | (13 minutos) |
| • Atividade 2 | Responsabilidades | (7 minutos) |
| • Atividade 3 | Introdução ao Modelo de Tomada de Decisão | (8 minutos) |
| • Atividade 4 | Praticando do Modelo de Tomada de Decisão | (12 minutos) |
| • Atividade 5 | Revisão / Anotações diárias | (5 minutos) |

ATIVIDADE 1 (13 minutos)**OBSERVAÇÕES****APRESENTAÇÃO DO POLICIAL E DOS ALUNOS****Apresente-se.**

- Nome;
- Há quanto tempo você é um **Policial Proerd**;
- Por que você gosta de ser um **Policial Proerd**;
- Outras informações apropriadas.



Observação ao Instrutor: Demonstre aos alunos como desenvolver a atividade de apresentação.

Para isso, traga um aluno à frente da turma ou utilize o professor. Conduza todos os passos a seguir na demonstração dessa atividade. Não demore muito com cada aluno, pois, o tempo destinado para essa atividade é curto.

Diga aos alunos que você irá percorrer a sala e entregar um Livro do Estudante para cada um. Ao entregar o livro, solicite ao aluno que diga o próprio nome e uma coisa legal que gosta de fazer.

Peça aos alunos que escrevam nome, sobrenome e número na turma no Livro do Estudante.

Diga: “Nosso principal objetivo nas lições do ‘Caíndo na REAL’ é aprender habilidades que podem ser utilizadas para fazer decisões seguras e responsáveis em casa, na escola ou com nossos amigos”.

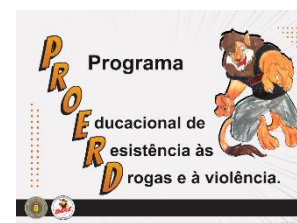
- “O ‘Caíndo na REAL’ está relacionado a vocês e as suas histórias. É isso que o torna REAL! Para que ele se relacione com vocês, é essencial que vocês participem – não podemos cair na **real** sem vocês.”
- “Vamos apresentar histórias e situações sobre Mateus e os amigos dele. Elas são baseadas em relatos de alunos REAIS, do 5º e do 6º ano, sobre suas vidas e suas experiências.”
- “Vocês terão a oportunidade de praticar aquilo que vamos aprender, enquanto ajudam as crianças das nossas histórias a resolverem os problemas e a tomarem boas decisões.”

Escreva o acrônimo Proerd no quadro ou o exiba em PowerPoint (ou transparência).

Diga aos alunos que Proerd significa Programa Educacional de Resistência às Drogas.



Capture a atenção do aluno escolhendo uma fotografia significativa. Edite este slide com sua foto e inserindo seu nome e informações que considerar válidas.



OBSERVAÇÕES

Explique que a turma utilizará a **Caixinha do Proerd** durante as lições. Esse é outro meio de comunicar-se, compartilhar preocupações ou fazer perguntas.

- Os alunos devem se sentir à vontade para depositar perguntas na caixinha a qualquer momento.
- Eles não precisam escrever o nome na pergunta. Isso pode ser feito de forma anônima.
- Todas as questões serão lidas e aquelas que forem apropriadas serão respondidas quando houver tempo.



Instrua os alunos sobre as declarações confidenciais. A lei exige que certas situações sejam relatadas à autoridade competente, por exemplo:

- Informações de agressão contra eles próprios ou contra outros e abuso contra crianças.
- Informações relacionadas ao uso ou ao tráfico de drogas.

Solicite voluntário (ou voluntários) para decorar uma caixa de sapatos e trazê-la na semana seguinte. Recomenda-se que use uma foto sua para ilustrar o slide.

ATIVIDADE 2 (7 minutos)

RESPONSABILIDADES

OBSERVAÇÕES

Diga aos alunos:

- É importante que a sala permaneça em ordem para que todos consigam participar.
- Essa é uma maneira de sermos responsáveis com o aprendizado de todos nessa turma.

Fale: *“Para sermos responsáveis uns com os outros e ajudar nossas aulas a transcorrerem sem problemas, temos que definir alguns combinados.”*

Faça com que os alunos abram os Livros do Estudante na pág. 4, “Combinados Proerd”.

Exiba o PowerPoint (ou transparência) dos Combinados Proerd.



OBSERVAÇÕES

Revise os combinados com os alunos.

- Levante a mão para que só uma pessoa fale de cada vez.
- Seja positivo, responsável e respeitoso. Um comentário inadequado pode magoar sentimentos e encerrar nosso debate.
- Observe a atenda ao sinal de silêncio.
- Use a expressão “alguém que eu conheço” em vez do nome da pessoa quando contar uma história.
- Responda somente às perguntas as quais se sinta à vontade para responder.

Fale: “Como seu Policial Proerd, eu também tenho responsabilidades.”

Mostre o PowerPoint (ou transparência) e explique as responsabilidades do Policial Proerd.

- Preparar a aula e chegar no horário.
- Ensinar informações REAIS.
- Ouvir suas respostas e suas histórias.
- Respeitar vocês e seus colegas.
- Assegurar que a aula siga os objetivos e transcorra sem problemas.

Pergunte: “O que significa ser responsável consigo mesmo? Cite exemplos.” Permita que os alunos compartilhem suas respostas e as reconheçam como válidas.

Possíveis respostas:

- escovar meus dentes e lavar meu rosto;
- usar capacete para andar de bicicleta;
- comer alimentos saudáveis.

Pergunte: “O que significa ser responsável com os outros? Cite exemplos.” Permita que os alunos compartilhem suas respostas e as reconheçam como válidas.

Possíveis respostas:

- tarefas;
- dever de casa;
- ajudar o professor;
- ajudar a cuidar dos irmãos mais novos.



OBSERVAÇÕES

Fale: “Como um policial militar, eu tenho responsabilidades para com vocês na sala de aula. Também tenho a responsabilidade de mantê-los seguros quando estou trabalhando no policiamento da comunidade. Quem mais é responsável por você?” Permita que os alunos compartilhem suas respostas.



Observação ao Instrutor: A escola na qual você vai trabalhar pode exigir o uso da **Carta aos Pais**. Se for o caso de utilizá-la, explique aos alunos que todo programa, para ser eficiente, requer que professores, pais, policiais e alunos trabalhem juntos. Portanto, essa carta destinada aos pais será a primeira responsabilidade deles com o Proerd depois que a aula terminar (faça cópias da carta antes da aula).

Distribua a Carta aos Pais

- Faça com que os alunos leiam em voz alta.
- Peça aos alunos que assinem a carta.
- Diga para pedirem que os pais ou responsáveis também a assinem.
- Solicite que lhe devolvam a carta na próxima aula.

ATIVIDADE 3 (8 minutos)**OBSERVAÇÕES****INTRODUÇÃO AO MODELO DE TOMADA DE DECISÃO PROERD (MTDP)**

Enfatize para os alunos que o principal objetivo das aulas é que eles aprendam como a tomar decisões seguras e responsáveis em suas vidas e se tornem bons cidadãos. Há muitas coisas sobre as quais devemos refletir quando tomamos uma decisão.

Explique aos alunos:

- Existem muitas maneiras de refletir e tomar decisões.
- Nós vamos utilizar um Modelo de Tomada de Decisão do Proerd.

Mostre o PowerPoint (ou transparência) com o MTDP.

Fale: “Abram o lado interno da capa frontal do Livro do Estudante e utilizem a aba do Modelo de Tomada de Decisão Proerd.”



OBSERVAÇÕES

Explique cada passo do modelo. Você deve pedir que um aluno leia cada termo e explique o que ele acha que significa (dependendo do tempo de aula restante).

Defina

- **Descreva o problema, desafio ou oportunidade.**

Analise

- **Quais são suas opções?** (pense nas diferentes opções).
- Quais seriam as consequências de cada escolha? (pense nos prós e contras de cada opção).

Atue

- **Faça uma escolha.** Use os fatos e as informações que você observou nas opções.
- Tome uma decisão.

Avalie

- **Revise sua decisão.**
- Você fez uma boa escolha?
- Como você sabe?
- Você tomaria a mesma decisão?

ATIVIDADE 4 (12 minutos)**OBSERVAÇÕES****PRÁTICANDO O MODELO DE TOMADA DE DECISÃO (MDTP)**

Fale: “Vamos utilizar o Modelo de Tomada de Decisão Proerd como um grupo, para tomar uma decisão. Abram o Livro do Estudante na pág. 5 e acompanhem enquanto eu leio a situação.”

Situação:

Você é o melhor jogador da equipe e o time precisa de você em uma competição. Seu(sua) melhor amigo(a) o convida para a festa de aniversário dele(dela), que serão mesmo horário da competição. Você terá de faltar ao jogo se escolher ir à festa. Como você decide o que fazer?



Observação ao Instrutor: Demonstre como utilizar os passos do **MTDP** para ajudar os alunos a tomarem uma decisão na situação exposta. Use a estratégia de “**pensar em voz alta**” para que os alunos possam “ouvir seu pensamento” durante a demonstração de cada passo do **MTDP**. Faça com que eles anotem a resposta em seus respectivos Livros do Estudante.



OBSERVAÇÕES

Fale: *“Usar o Modelo de Tomada de Decisão Proerd para fazer decisões é uma forma de agirmos com responsabilidade”.*

Relembre os alunos:

- O MTDP será utilizado ao longo de todas as aulas do Proerd. Ele também pode ser usado para tomar decisões no dia a dia.
- Pensem em perguntas sobre responsabilidade e depositem na **Caixinha Proerd** para a próxima aula.

ATIVIDADE 5 (5 minutos)
REVISÃO / ANOTAÇÕES DIÁRIAS
OBSERVAÇÕES

Faça com que os alunos abram os Livros do Estudante na pág. **40** e completem as definições do glossário com as palavras-chave dessa lição.

Palavras-chave: Responsável, Modelo de Tomada de Decisão Proerd.



Após preenchimento do glossário com as duas palavras-chave, solicite aos alunos que compartilhem suas respostas e verifiquem se responderam corretamente.



Facilite uma discussão sobre os principais conceitos da lição de hoje.

Direcione os alunos para o “Meu Diário”, na pág. **35** do Livro do Estudante. Diga a eles que, ao final de cada lição, eles deverão escrever no diário sobre o que aprenderam naquele dia.



Fale: *“A primeira anotação no diário será sobre Responsabilidades. Vou lhes dar uma ajuda fornecendo o início de uma frase que vocês deverão completar para explicar bem o que aprenderam. As frases iniciais de hoje no diário são:*

- *A responsabilidade mais importante que tenho é...*
- *Esta semana tentarei ser responsável fazendo...”*

Diga aos alunos que, durante as aulas do Proerd, eles vão acompanhar histórias de vida de pessoas com a mesma idade deles.

OBSERVAÇÕES

Fale: “Essas histórias são reais e aconteceram com alunos do Proerd. As histórias vão nos guiar pelas lições. Deixe-me apresentá-los ao Mateus e aos amigos dele.”



Observação ao Instrutor: Execute o vídeo.

História de encerramento: conhecendo Mateus, João, Sofia e Dênis.

Ei, pessoal! Meu nome é Mateus e eu estou na mesma série que vocês. Aquele cara baixinho que está chegando de patinete é o meu irmãozinho João e esses são meus amigos Dênis e Sofia. Nós estaremos com vocês nas próximas semanas. Eu acho que poderemos ajudar vocês de verdade.

Tenho que ir agora, mas fiquem atentos para a próxima semana, quando vocês irão conhecer o membro mais legal da minha família.

(Mateus diz para seu irmão) João, sai fora! Eu não estou falando de você. (Agarra o irmão com um forte abraço) Brincadeira, você também é legal.

Vejo vocês na próxima aula e lembrem-se de serem seguros e responsáveis!

Agradeça os alunos e diga que você não vê a hora de compartilhar com eles maneiras de se tomar decisões seguras e responsáveis.



Observação ao Instrutor: Observar a lição complementar Conversa em Família nº 1 (página 113)

LIÇÃO 2**INFORMAÇÕES SOBRE DROGAS PARA TOMADA DE DECISÃO RESPONSÁVEL**

Objetivos

Os alunos serão capazes de:

- Identificar como o uso de álcool e de tabaco (cigarro) afeta as responsabilidades do aluno.
- Examinar informações sobre o álcool e o tabaco (cigarro).
- Compreender os efeitos do álcool e do tabaco (cigarro) sobre a saúde do corpo.
- Usar o **MTDP** para definir o problema em cenários relacionados ao álcool ou ao tabaco (cigarro).

Preparação

- Revise o planejamento da lição.
- Familiarize-se com os quadros “Você Sabia?” sobre álcool e tabaco (cigarro), nas páginas 7 e 8 do Livro do Estudante. Esteja preparado com um exemplo que explique porque é importante compartilhar essas informações com outras pessoas.
- Discuta com o professor da turma sobre possíveis oportunidades de reforço nas quais ele utilize a ilustração do corpo, constante na pág. 9. Isso deve incluir uma revisão do quadro “efeitos sobre a saúde” para localizar as partes do corpo que são afetadas pelo álcool e pelo tabaco (cigarro).

Palavras-chave

- **Fato:** Algo que pode ser provado como sendo verdade (certeza).
- **Efeitos sobre a saúde:** O que acontece como resultado do uso de drogas (consequências).
- **Droga:** Qualquer substância que não seja alimento e que altera o funcionamento do corpo e da mente.

Estrutura da Lição

- | | | |
|---------------|--|--------------|
| • Atividade 1 | Caixinha Proerd / Revisão | (5 minutos) |
| • Atividade 2 | História de abertura: O cãozinho mais legal do mundo | (5 minutos) |
| • Atividade 3 | Os efeitos sobre minha saúde | (22 minutos) |
| • Atividade 4 | Modelo de Tomada de Decisão Proerd | (8 minutos) |
| • Atividade 5 | Revisão / Anotações diárias | (5 minutos) |

ATIVIDADE 1 (5 minutos)
CAIXINHA PROERD / REVISÃO
OBSERVAÇÕES

Responda às perguntas escolhidas da **Caixinha Proerd**. Comece por aquelas sobre responsabilidade, tomada de decisão e combinados, se houverem.



Facilite uma revisão da lição anterior sobre responsabilidades e o **MTDP**.



Fale: “Em nossa primeira lição, conversamos sobre o que significa ser responsável. Nós identificamos algumas das nossas responsabilidades pessoais e aprendemos sobre tomada de decisão.”

Possíveis perguntas:

- Quais são algumas de suas responsabilidades?
- Pense no Modelo de Tomada de Decisão Proerd que analisamos na semana passada. Vocês acham que ele pode ajudar vocês a tomarem decisões seguras e responsáveis?

ATIVIDADE 2 (5 minutos)
HISTÓRIA DE ABERTURA: O CÃOZINHO MAIS LEGAL DO MUNDO
OBSERVAÇÕES

Fale: “Na semana passada nós conhecemos o Mateus e seu irmão mais novo João. A cada semana nós vamos reencontrar nossos personagens. Então, vamos ver se Mateus e João estiveram seguros e responsáveis durante a semana.

Por favor, assistam ao vídeo e pensem sobre a seguinte pergunta:

- Quais são os comportamentos responsáveis nessa história?”



Observação ao Instrutor: Execute o vídeo.



OBSERVAÇÕES**O CÃOZINHO MAIS LEGAL DO MUNDO**

Mateus: Olá, aqui é o Mateus outra vez. Uooo, esperem um segundo.

João, você pode me fazer o favor de tirar seu patinete daqui? Alguém pode pisar nele e cair.

João: Tudo bem, me desculpe.

Mateus: Cara, eu queria que o João estivesse na aula da semana passada sobre responsabilidade!

Deixa pra lá! Na semana passada eu prometi que hoje vocês conheceriam o membro mais legal da minha família. E aqui está ele...

[João aparece com a cabeça para fora da porta e sorri.]

Não, João! Não é você!

No mês passado, minha mãe nos deu o cãozinho mais legal do mundo. O nome dele é Pingo.

Ele é um bom garoto e muito divertido para brincar! Mas ter um cachorrinho também dá muito trabalho. Sou responsável por brincar com ele, colocar água frescapara ele beber e dar ração.

Ontem, depois de dar comida, eu e João o levamos para passear na rua. [O cãozinho começa a bater as patas em alguma coisa no chão.]

João: Pingo, o que você encontrou aí?

[Mateus descobre uma ponta de cigarro e puxa Pingo para longe.]

Mateus: Credo! (ou “Eca!”)



Facilite uma breve discussão.

Pergunte: “Quais foram os comportamentos responsáveis nessa história?”

OBSERVAÇÕES**Possíveis respostas:**

- Mateus cuidando do João e pedindo que ele recolhesse o patinete.
- Mateus brincando, alimentando e dando água fresca ao Pingo.
- Mateus levando o Pingo para passear.

Fale: *“Nessa história, os meninos e o cachorrinho encontraram um cigarro.”*

Pergunte: *“Por que vocês acham que o Mateus disse ‘Credo!’ quando encontrou o cigarro?”*

Possíveis respostas:

- O cigarro jogado no chão é lixo fora da lixeira.
- Os cigarros são perigosos para a saúde do cãozinho.

Pergunte: *“Por que ele quis manter Pingo longe do cigarro? O que vocês sabem sobre os maus efeitos do cigarro sobre as pessoas?”*

ATIVIDADE 3 (22 minutos)**OBSERVAÇÕES****OS EFEITOS SOBRE MINHA SAÚDE**

Fale: *“Hoje vamos discutir as maneiras de sermos seguros e responsáveis com a nossa saúde. Precisamos de fatos e informações que nos ajudem nisso. Vamos dar uma olhada em alguns fatos importantes sobre o álcool e o cigarro, que vão nos ajudar a fazer boas escolhas sobre nossa saúde.”*



Observação ao Instrutor: Use a estratégia de **Leitura Direcionada** para auxiliar os alunos a compreender e analisar as informações do quadro “Você Sabia?”, sobre álcool e cigarro. Essa estratégia vai ajudar os alunos a ler e a processar as informações. Utilize as perguntas a seguir para guiar os alunos no início desse processo.

Faça com que os alunos abram o quadro “Você Sabia?”, sobre o álcool, na pág. 7 do Livro do Estudante.

OBSERVAÇÕES

Pergunte:

- Qual é o título desse quadro?
- Quais são os dois subtítulos?
- O que é um fato?
- O que são efeitos sobre a saúde?
- O que é droga?

Mostre as definições no *PowerPoint* (ou transparência).

Fato é algo que pode ser provado como sendo verdade. É uma certeza.

Efeito sobre a saúde é o que acontece quando se usa drogas. São as consequências.

Droga é qualquer substância que não seja alimento e que altera o comportamento do corpo e da mente.

Fale: “Agora que sabemos como ler o quadro ‘Você Sabia?’ sobre o álcool, eu quero que façam a leitura silenciosa do quadro, com bastante atenção.”

“Acompanhem enquanto eu leio em voz alta cada um dos fatos e efeitos sobre a saúde.

- Se você já ouviu falar do fato ou efeito sobre a saúde, marque um pequeno traço em frente a ele.
- Se o fato ou efeito sobre a saúde for uma novidade para você, então faça uma estrela em frente a ele.”

Após a leitura, **pergunte:** “Quantas estrelas vocês fizeram no quadro? O que vocês aprenderam com essa atividade?”

Fale: “Agora vocês vão utilizar esses fatos e efeitos sobre a saúde para completar os espaços no final desta página.”



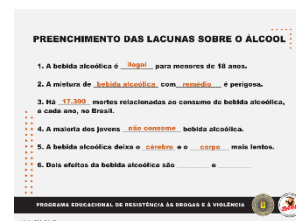
Observação ao Instrutor: As lacunas a serem preenchidas estão na parte de baixo da página referente ao quadro “Você Sabia?” sobre o álcool. Discuta as respostas com os alunos e, em seguida, repita o mesmo procedimento para o quadro “Você Sabia?” sobre o cigarro, fazendo com que os alunos completem as respectivas lacunas. **Essa atividade pode ser realizada tanto individualmente quanto em duplas.**



OBSERVAÇÕES

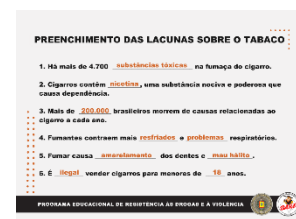
Gabarito do preenchimento das lacunas sobre o álcool

1. A bebida alcoólica é ilegal para menores de 18 anos.
2. A mistura de álcool com remédio é perigosa.
3. Há 17.300 mortes relacionadas ao consumo de bebida alcoólica, a cada ano, no Brasil.
4. A maioria dos jovens não consome bebida alcoólica.
5. A bebida alcoólica deixa o cérebro e o corpo mais lentos.
6. Dois efeitos da bebida alcoólica são (ver quadro) e (ver quadro).



Gabarito do preenchimento das lacunas sobre o cigarro

1. Há mais de 4.700 substâncias tóxicas na fumaça do cigarro.
2. Cigarros contêm nicotina, uma substância nociva e poderosa que causa dependência.
3. Mais de 200.000 brasileiros morrem de causas relacionadas ao cigarro a cada ano.
4. Fumantes contraem mais resfriados e problemas respiratórios.
5. Fumar causa amarelamento dos dentes e mau hálito.
6. É ilegal vender cigarros para menores de 18 anos.



Facilite um breve resumo logo após a atividade, enfatizando os conceitos-chave.

- Nos quadros, o que vocês marcaram com um traço? Por quê?
- O que marcaram com uma estrela? Por quê?
- Entre todos os efeitos sobre a saúde que vocês aprenderam, qual é o mais importante? Por quê?



Observação ao Instrutor: Após essa atividade, os alunos podem ser direcionados para o diagrama do corpo, na **pág. 9** do Livro do Estudante, para localizar as partes do corpo afetadas pelo álcool e pelo cigarro. Isso também pode ser feito como uma atividade de reforço, a ser conduzida pelo professor da turma, em outro momento.



ATIVIDADE 4 (8 minutos)**OBSERVAÇÕES****MTDP – DEFINA O PROBLEMA**

Fale: “Conhecer os efeitos do álcool e do cigarro sobre a saúde irá ajudar vocês a tomarem decisões seguras e responsáveis.”

“O primeiro passo no Modelo de Tomada de Decisão Proerd é DEFINIR o problema. Vamos usar alguns minutos para praticar a “definição de um problema” que vocês poderão enfrentar”.

Faça com que os alunos abram os Livros do Estudante na pág. 10 para a atividade “Defina o Problema”. Eles deverão **usar a aba do MTDP** da capa. Oriente os alunos a acompanharem com uma leitura silenciosa, enquanto você lê em voz alta a Situação n.º 1.

**Situação n.º 1:**

Michele está esperando uma carona para casa e percebeu que algumas amigas de sua irmã mais velha estavam fumando. Elas perguntaram à Michele se queria fumar com elas.

Fale: “Vamos ver a Situação n.º 1 e definir o problema juntos.”



Observação ao Instrutor: Use a estratégia “**pensar em voz alta**” para processar esse passo do **MTDP**.

Faça com que os alunos formem duplas para ler as Situações 2 e 3 e DEFINIR o problema em cada uma delas. (Pensar em Dupla e Compartilhar).



Facilite uma discussão solicitando algumas duplas para definirem o problema. Os alunos deverão explicar como eles sabem que esse é um problema e por que é importante saber disso. Faça com que eles estabeleçam referências aos efeitos sobre a saúde do quadro “Você Sabia?”.

Situação n.º 2:

Geraldo foi visitar seu amigo Ricardo. Ele viu a irmã adolescente de Ricardo pegando uma cerveja na geladeira para dividir com suas amigas em uma festa. Qual é o problema do Geraldo?

Situação n.º 3:

Os pais de Antônio saíram à noite. O irmão mais velho de Antônio, Júlio, e seus amigos, estavam fumando do lado de fora da casa. Antônio conhece os efeitos que o cigarro causa

na saúde e sabe que ele deveria contar para seus pais. Qual é o problema do Antônio?

ATIVIDADE 5 (5 minutos) REVISÃO / ANOTAÇÕES DIÁRIAS

OBSERVAÇÕES

Faça com que os alunos abram os Livros do Estudante na pág. 40 e completem as definições do glossário com as palavras-chave dessa lição.

Palavras-chave: Droga, Fato, Efeito sobre a Saúde.

Após completar as definições com as palavras-chave, solicite aos alunos que compartilhem suas respostas e verifique se responderam corretamente.



Facilite uma discussão sobre os principais conceitos da Lição de hoje.

Faça com que os alunos abram os Livros do Estudante na pág. 35 e respondam às questões do “Meu Diário”.

- *Três efeitos sobre a saúde que eu não sabia são...*
- *Na próxima semana, duas informações importantes que irei compartilhar com alguém serão...*



Observação ao Instrutor: Execute o video.

HISTÓRIA DE ENCERRAMENTO: UMA NOVIDADE SOBRE MATEUS

João: *Verdade. EU SOU o mais legal da família.*

[Sorriso grande.]

Vejo vocês na próxima semana. E vou contar para vocês uma coisa sobre o Mateus que eu aposto que vocês não sabem! Ele nem sempre toma a melhor decisão.

Agradeça aos alunos e ao professor pelo tempo e pela participação deles.

Relembre os alunos: *Fiquem seguros, saudáveis e sejam responsáveis.*



LIÇÃO 3

RISCOS E CONSEQUÊNCIAS

Objetivos

Os alunos serão capazes de:

- Definir riscos e consequências e aplicar os conceitos em situações reais.
- Avaliar as consequências positivas e negativas das escolhas feitas nas situações de risco.
- Usar o **MTDP** para avaliar como tomar decisões responsáveis envolvendo situações de risco.

Preparação

- Revise o planejamento da lição.
 - Familiarize-se com os objetivos da lição.
 - Leia a história de hoje e observe os conceitos que serão discutidos.
- OBSERVAÇÃO:** Pense em um momento no qual você assumiu um risco e esteja preparado para compartilhar sua história na atividade 3, se for conveniente.

Palavras-chave

- **Risco:** Uma possibilidade ou chance.
- **Consequências:** O que acontece como resultado de algo que você escolheu fazer ou não fazer. Podem ser positivas ou negativas.

Estrutura da Lição

- | | | |
|---------------|---|------------|
| • Atividade 1 | Caixinha Proerd / Revisão | 5 minutos |
| • Atividade 2 | História de abertura: João faz aula de karatê | 5 minutos |
| • Atividade 3 | Riscos e consequências | 15 minutos |
| • Atividade 4 | Fazendo escolhas seguras e responsáveis | 15 minutos |
| • Atividade 5 | Revisão / Anotações diárias | 5 minutos |

ATIVIDADE 1 (5 minutos)
CAIXINHA PROERD / REVISÃO
OBSERVAÇÕES

Responda a algumas perguntas da **Caixinha Proerd**. Comece pelas perguntas sobre álcool e tabaco (cigarro), se houver.



Facilite uma revisão da lição anterior, sobre álcool e tabaco (cigarro).


Possíveis perguntas:

- Quais informações vocês aprenderam na última lição que lhes ajudarão a tomar decisões seguras e responsáveis?
- Qual fato vocês acham mais importante sobre o cigarro? E sobre o álcool? Quais informações vocês conseguiram compartilhar com outra pessoa?

ATIVIDADE 2 (5 minutos)
HISTÓRIA DE ABERTURA: JOÃO FAZ AULA DE KARATÊ
OBSERVAÇÕES

Fale: *“Na semana passada, Mateus foi responsável com a família dele ao cuidar do cachorrinho e foi responsável com ele mesmo quando fez a escolha saudável de não tocar no cigarro. Também aprendemos que decidir usar álcool e cigarro, com certeza, NÃO é uma escolha responsável nem saudável.”*

“Hoje vamos reencontrar nossos personagens e ver como eles estão fazendo para serem seguros e responsáveis.”

Por favor, assistam ao video e pensem sobre:

- Quais escolhas os personagens fizeram?
- Vocês acham que foram escolhas responsáveis?



Observação ao Instrutor: Execute o video.



OBSERVAÇÕES**JOÃO FAZ AULA DE KARATÊ**

JOÃO: *Ei, pessoal. Eu sou o João e vocês já conhecem o meu irmão mais velho, Mateus. Vocês acham mesmo que ele é perfeito? Ha! Ontem à noite ele fez uma coisa que não deveria ter feito. Ele disse para minha mãe que ia visitar o amigo Dênis, mas, na verdade, ele foi para a casa do Augusto e não tinha nenhum adulto lá (**risco**). O Augusto adora se meter em problemas, por isso minha mãe não gosta que o Mateus fique saindo com ele, e ela não o deixa ir à casa do Augusto quando não há um adulto em casa.*

*Daí, o Mateus me disse: “O Augusto queria que eu assistisse a alguns vídeos legais e ele ficaria triste comigo se eu não fosse. Então, se você não contar para a mamãe, ela nunca vai saber, certo?” Eu respondi: “O quê?” Olhei para ele e disse: “De jeito nenhum! A mamãe sempre descobre TUDO. Eu não vou acobertar você.” O que vocês acham que vai acontecer quando a minha mãe descobrir? (**consequência**)*

*Oh, bem, estou indo para minha aula de karatê. Meu amigo estava insistindo para eu conhecer o karatê e eu disse “não” durante alguns meses, mas agora resolvi tentar (**risco**). Estou muito satisfeito. Estou realmente gostando. Hiiiiiiyah! (**consequência positiva**)*

ATIVIDADE 3 (15 minutos)**OBSERVAÇÕES****RISCOS E CONSEQUÊNCIAS**

Pergunte: “Na história de hoje, quais escolhas vocês viram o Mateus fazer? Essas escolhas foram responsáveis?”

Fale: “As escolhas que foram feitas na história, nós chamamos de ‘assumir um risco’. O que vocês acham que significa a palavra **risco**?”



Facilite uma breve discussão solicitando que dois ou três alunos digam a opinião deles.

Mostre a definição no PowerPoint (ou transparência).

Risco é uma possibilidade ou uma chance.

Fale: “Dizemos que há um **risco**, quando não sabemos com certeza se os resultados das nossas escolhas serão positivos ou negativos.



OBSERVAÇÕES



Observação ao Instrutor: Escreva no quadro as respostas dos alunos para as perguntas a seguir.

Pergunte: “O que pode acontecer se

- O Mateus for para a casa de um amigo e não houver nenhum adulto lá?
- O João contar ou não contar para a mãe dele sobre o Mateus?
- O João tentar ou não tentar conhecer o karatê?||

Fale: “Toda escolha tem uma consequência. O que é uma consequência?”

Mostre a definição no PowerPoint (ou transparência).

Consequências: O que acontece como resultado de algo que você escolheu fazer ou não fazer. Podem ser positivas ou negativas.

Fale: “Todos nós enfrentamos riscos todos os dias, mas algumas das consequências podem ser positivas e outras, negativas. Vale a pena assumir alguns riscos e é por isso que vocês têm que analisar os possíveis resultados positivos e negativos, antes de decidir correr um risco.”



Observação ao Instrutor: Esteja preparado para compartilhar uma de suas experiências pessoais, então, peça que os alunos compartilhem as deles.

Possíveis exemplos:

Para me tornar um Policial Proerd, eu fiz um curso especial, no qual você pode ser aprovado ou reprovado. Uma consequência possível seria que eu fosse reprovado. Ser aprovado no curso foi uma consequência positiva para mim e me permitiu estar aqui, hoje, para ensinar a vocês. Não me importo que o curso tenha sido difícil, estou satisfeito por ter corrido aquele risco.

Pergunte: “Vocês se lembram de algum risco que o João correu e que teve uma consequência positiva?”

Fale: “Por isso é importante analisar as consequências de nossas escolhas.”

Faça com que os alunos abram os Livros do Estudante na pág. 11 para a atividade “Situações de Risco”.



OBSERVAÇÕES

Fale: “Em duplas, identifiquem três situações de risco que as pessoas da sua idade podem encontrar e escreva-as no livro.”

Solicite que eles pensem em pelo menos uma situação com consequências positivas. (Pensar em Duplas e Compartilhar)



Facilite uma breve discussão com toda a classe sobre os riscos e as consequências, solicitando que um ou dois alunos compartilhem com o grande grupo histórias curtas sobre essas situações (o tempo para essa atividade é extremamente curto).

Possíveis respostas:

- Se você não usar capacete para andar de bicicleta, você estará correndo o risco de machucar a cabeça.
- Se você não estudar para uma prova, você estará correndo o risco de tirar uma nota muito baixa.
- Se você participar de um teatro na escola, você poderá descobrir que gosta muito de atuar.



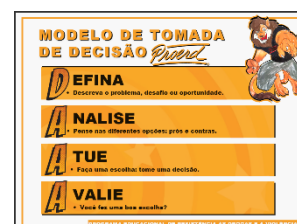
Observação ao Instrutor: Finalize a discussão com as consequências positivas de uma situação.

ATIVIDADE 4 (15 minutos)**OBSERVAÇÕES****FAZENDO ESCOLHAS SEGURAS E RESPONSÁVEIS**

Fale: “Na história de hoje, tanto o Mateus quanto o João correram riscos que possuem consequências. Nós temos conversado sobre ser seguro e responsável. Isso significa fazer boas escolhas, com possíveis consequências positivas.”

“Lembrem-se: para nos ajudar a fazer escolhas sábias, nós usamos o **Modelo de Tomada de Decisão Proerd**”.

Hoje nós vamos nos concentrar nos dois primeiros passos do **MTDP**, que são: **Defina** e **Analise**.



OBSERVAÇÕES

Revise o Defina e o Analise:**Defina**

- Descreva o problema, o desafio ou a oportunidade

Analise

- Quais são suas opções?
- Quais seriam as consequências de cada escolha?

Diga aos alunos que eles utilizarão os passos Defina e Analise do **MTDP** para listar as possíveis escolhas a serem feitas nas situações. Eles devem pensar tanto nas consequências positivas quanto nas negativas para cada possível escolha.

Faça com que os alunos abram os Livros do Estudante na pág. 11, “Fazendo Escolhas Seguras e Responsáveis”, e **utilizem a aba do MTDP**, na capa do livro. Faça com que eles leiam em silêncio enquanto você lê em voz alta.

Demonstre a primeira situação para todos os alunos, usando os passos Defina e Analise do **MTDP**.

Peça aos alunos que:

- **Definam** o problema ou situação.
- **Analisem** a situação, pensando nas possíveis escolhas e consequências, usando fatos e informações.

Situação n.º 1:

Ontem à noite, seu melhor amigo teve que treinar para um jogo e chegou tarde em casa. Ele não teve tempo para fazer o dever de casa e está preocupado em ficar em apuros. Ele lhe pede para copiar seu dever de casa.

Faça com que os alunos trabalhem em grupos para definir e analisar uma das situações restantes (2 e 3).

Situação n.º 2:

Léo tem um trabalho de Ciências para ser entregue amanhã. Ele ganhou um novo *video game* e quer muito bater a pontuação máxima de seus amigos. Ele não tem tempo para fazer as duas coisas.



OBSERVAÇÕES**Situação n.º 3:**

Natália está com um grupo de amigas que estão fumando cigarros. Ela não fuma, mas está preocupada por medo de que alguém a veja ali e diga a seus pais que ela estava fumando também.

Situação n.º 4:

Sérgio joga futebol o tempo todo com seus amigos do bairro. Seu melhor amigo, Fabiano, irá fazer um teste para entrar em um time. Sérgio gostaria muito de entrar para esse time também, mas não tem certeza se é tão bom jogador quanto seu amigo.



Facilite uma discussão com toda a classe sobre as respostas dos alunos.

ATIVIDADE 5 (5 minutos)
REVISÃO / ANOTAÇÕES DIÁRIAS
OBSERVAÇÕES

Faça com que os alunos abram os Livros do Estudante na pág. 40 e completem as definições do glossário com as palavras-chave desta lição.

Palavras-chave: Risco, Consequências.

Após completar as definições com as palavras-chave, solicite aos alunos que compartilhem suas respostas e verifique se responderam corretamente.



Facilite uma discussão sobre os principais conceitos da lição de hoje.

Faça com que os alunos abram os Livros do Estudante na pág. 36 e respondam às questões do “Meu Diário”:

- *É importante pensar nas consequências das suas escolhas porque...*
- *Na próxima semana, uma escolha que farei e que provavelmente terá consequência positiva é...*



Observação ao Instrutor: Execute o vídeo.



OBSERVAÇÕES

História de encerramento: Mateus e João jogando *video game*.

[Mateus e João estão jogando *video game*.]

Mateus: *Consegui!*

João: *Muito bem.*

Mateus: *[para os telespectadores] Ah! Eu só consegui passar de fase porque me arrisquei e acabou dando certo. Yeah, é legal correr o risco algumas vezes, mas nem todos os riscos têm consequências positivas. Na próxima semana, vocês não vão acreditar na história de como a nossa amiga Sofia aprendeu sobre as consequências negativas.*

João: *É, ela aprendeu da forma mais difícil.*

Mateus: *Até mais!*

[Eles voltam a jogar.]

João: *Agora, eu é que vou passar dessa fase!*

Agradeça aos alunos e ao professor pelo tempo e pela participação deles.

Relembre os alunos: Fiquem seguros, saudáveis e sejam responsáveis.



Observação ao Instrutor: Observar a lição suplementar Conversa em Família nº 2 (página 114)

LIÇÃO 4

PRESSÃO DOS COLEGAS

Objetivos

Os alunos serão capazes de:

- Definir pressão e pressão dos colegas.
- Reconhecer quais são as fontes de pressão dos colegas.
- Identificar formas de responder à pressão dos colegas.
- Usar o **MTDP** para criar respostas à pressão dos colegas.

Preparação

- Revise o planejamento da lição.
- Familiarize-se com os objetivos da lição.
- Leia a história de hoje e observe os conceitos que serão discutidos.
- Esteja preparado para dar exemplos de pressão positiva dos colegas na atividade 3.
- Prepare cartões com Estratégias de Resistência para a atividade 4.

Palavras-chave

- **Pressão:** Uma força ou influência que atua para você fazer algo.
- **Pressão dos colegas:** Quando pessoas da sua idade tentam fazer com que você faça algo.
- **Resistência:** A recusa em aceitar a influência dos outros.

Estrutura da Lição

• Atividade 1	Caixinha Proerd / Revisão	5 minutos
• Atividade 2	História de abertura: A história de Sofia	5 minutos
• Atividade 3	Defina o que é pressão	10 minutos
• Atividade 4	Respondendo à pressão dos colegas	13 minutos
• Atividade 5	Respondendo à pressão usando o MTDP	7 minutos
• Atividade 6	Revisão / Anotações diárias	5 minutos

ATIVIDADE 1 (5 minutos)
CAIXINHA PROERD / REVISÃO
OBSERVAÇÕES

Responda a algumas perguntas da **Caixinha Proerd**. Comece pelas perguntas sobre riscos e consequências, se houver.



Facilite uma revisão da lição anterior, sobre riscos e consequências.


Possíveis Perguntas:

- Sobre o que nós conversamos na nossa última lição? (riscos e consequências).
- Desde a última lição, algum de vocês correu um risco que teve uma consequência positiva?

ATIVIDADE 2 (5 minutos)
HISTÓRIA DE ABERTURA: A HISTÓRIA DE SOFIA
OBSERVAÇÕES

Fale: *“Na semana passada analisamos algumas consequências positivas e negativas das escolhas que Mateus fez. Hoje, vamos ver o que aconteceu com Sofia, que nós já conhecemos na primeira lição. Como sempre...*

Por favor, assistam ao video e reflitam sobre:

- Qual foi a escolha arriscada feita pela nova personagem?
- Qual foi a consequência dessa escolha?
- Por que vocês acham que ela fez essa escolha?



Observação ao Instrutor: Execute o video.



OBSERVAÇÕES

A HISTÓRIA DE SOFIA

[O gerente da loja diz para Sofia] Sofia, sente-se ali enquanto eu ligo para sua mãe. (consequência)

[Sofia senta sobre as mãos em uma cadeira dura na sala do gerente.] Ela pensa: Ooohhh... sinto um frio na barriga e um forte calor no rosto. Sabe, eu não paguei pelos óculos escuros que estão no meu bolso (risco). Agora, estou aqui, esperando por minha mãe. O que vai acontecer comigo?

Você está encrencada. [Insulta Eliane, que está sentada perto de Sofia.]

Foi você quem me disse para fazer isso! [Sofia sussurrou.]

Eu não achei que você fosse realmente furtar os óculos só porque eu disse que você poderia sair comigo e as outras meninas do grupinho se os estivesse usando! (pressão dos colegas)

[Sofia pensando] O pior é que eu pensei mesmo que furtando os óculos escuros eu poderia fazer parte do grupinho. Mas acho que não.



Facilite uma discussão sobre as seguintes questões:

- *Quais foram as escolhas de risco nessa história?*
Possível resposta: furtar os óculos escuros.
- *Quais foram as consequências dessas escolhas?*
Possível resposta: O gerente da loja ligou para a mãe dela.
- *Por que vocês acham que Sofia furtou os óculos escuros?*
Possível resposta: Sofia queria fazer parte do grupinho de amigas da Eliane.

ATIVIDADE 3 (10 minutos)

DEFINA O QUE É PRESSÃO

OBSERVAÇÕES



Observação ao Instrutor: Demonstre a atividade a seguir:

Fale: “Nós vamos fazer uma atividade para ajudar a introduzir a lição de hoje. Juntem as palmas das suas mãos e façam força para que uma empurre a outra. Cada mão deve resistir à força feita pela outra mão.”

Pergunte: “O que vocês sentiram ao fazer isso?”

Possíveis respostas: força, dificuldade, pressão.

Permita que os alunos compartilhem o que sentiram.

Fale: “A sensação que vocês experimentaram é chamada de pressão.”

Mostre a definição no PowerPoint (ou transparência).

Pressão é uma força ou influência que atua para você fazer algo.

Fale: “Vocês perceberam a pressão quando estavam empurrando as mãos? A pressão é a mesma coisa: você não pode ver, mas consegue sentir que ela está lá.”

Pergunte: “Na história, qual o tipo de pressão que Sofia sentiu de Eliane?”

Fale: “Assim como aconteceu com Sofia, algumas vezes, os seus colegas podem fazer uma pressão ou influenciar vocês a fazer alguma coisa. Isso se chama **Pressão dos colegas**.”

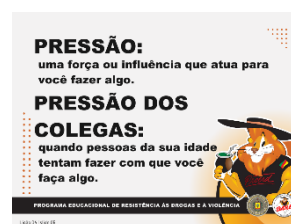
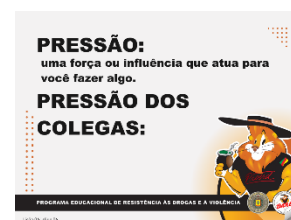
Mostre a definição no PowerPoint (ou transparência).

Pressão dos Colegas acontece quando pessoas da sua idade tentam fazer com que você faça algo.

Faça com que os alunos trabalhem em duplas para criar exemplos de pressão dos colegas.



Facilite uma breve discussão sobre as respostas deles, escrevendo 3 ou 4 delas no quadro.



OBSERVAÇÕES

Observação ao Instrutor: Procure listar exemplos de pressão positiva e negativa.

Fale: “A pressão dos colegas pode ser positiva ou negativa”.



Observação ao Instrutor: Volte à lista, no quadro, para mostrar as pressões positivas e negativas. Se nenhuma delas for positiva, solicite aos alunos a dizer se alguma vez eles já foram pressionados a fazer algo que fosse bom para eles. Inexistindo resposta, forneça você mesmo os exemplos.

Pergunte: “Quais são algumas formas de pressão positiva e negativa dos colegas?”

ATIVIDADE 4 (13 minutos) **RESPONDENDO À PRESSÃO DOS COLEGAS**

OBSERVAÇÕES

Fale: “Existem muitas maneiras de vocês responderem à pressão dos colegas. Vocês tanto podem concordar quanto resistir.”

Pergunte: “O que vocês acham que significa a palavra **Resistência**?”

Mostre a definição no *PowerPoint* (ou transparência).

Resistência é a recusa em aceitar a influência dos outros.

Fale: “Existem maneiras de resistir à pressão dos colegas.”

Faça com que os alunos abram os Livros do Estudante na pág. 13 para as “Estratégias de Resistência”. Revise cada estratégia. Faça com que os alunos leiam o exemplo de cada estratégia.



OBSERVAÇÕES**Examinando as Estratégias de Resistência**

Observação ao Instrutor: Divida a turma em cinco grupos. Entregue, para cada grupo, um cartão contendo uma “Estratégia de Resistência”.

Solicite que cada grupo prepare uma encenação usando a respectiva estratégia. Depois que os alunos apresentarem a encenação, peça ao restante da classe que tente adivinhar qual “Estratégia de Resistência” foi utilizada. (Tenha os cartões já preparados para distribuição). **Os alunos podem usar as linhas abaixo da estratégia, no Livro do Estudante, para prepararem a encenação.**

- Grupo 1:** Evitando a situação
- Grupo 2:** A união faz a força
- Grupo 3:** Afastando-se
- Grupo 4:** Dizer não, dando uma razão ou uma desculpa
- Grupo 5:** Mudando de assunto

Faça com que os grupos pratiquem as “Estratégias de Resistência” designadas.

Solicite que os alunos encenem a “Estratégia de Resistência” designada.

Faça com que os colegas tentem adivinhar a estratégia usada por cada grupo.



Facilite uma discussão sobre os riscos e as consequências de algumas respostas, sobre qual a melhor maneira de agir sob pressão e de fazer uma escolha segura e responsável.

ATIVIDADE 5 (7 minutos)**OBSERVAÇÕES****RESPONDENDO À PRESSÃO USANDO O MTDP**

Fale: “Na história de hoje, Sofia sofreu pressão para fazer uma escolha.”

“Estamos aprendendo a como sermos seguros e responsáveis ao fazermos uma escolha. Lembrem-se: para nos ajudar a tomar decisões sábias, nós usamos o **Modelo de Tomada de Decisão Proerd**. Você vão utilizar os passos Defina, Analise e Atue nessa atividade.”

Faça com que os alunos abram os Livros do Estudante na pág. 15 para a atividade “Respondendo à Pressão” e usem a aba do MTDP, na capa do livro.



OBSERVAÇÕES

Defina

- Descreva o problema, o desafio ou a oportunidade.

Analise

- Quais são as suas opções?
- Quais são as consequências de cada opção?

Atue

- Faça uma escolha.
- Use os fatos e as informações que você conhece.

Demonstre a primeira situação com toda a classe usando os passos Defina, Analise e Atue do **MTDP**.

Peça aos alunos que:

- **definam** o problema ou situação;
- **analisem** a situação pensando nas possíveis escolhas e usando fatos e informações;
- **atuem** nas situações fazendo uma escolha.

Relembre os alunos de pensar nas consequências positivas e negativas quando estiverem analisando a situação. Algumas situações podem não ter os dois tipos de consequência.

Situação n.º 1:

Alexandre viu seu melhor amigo pegando um dinheiro que estava na mesa da professora. Seu amigo lhe disse que eram apenas R\$ 5,00 e que, provavelmente, a professora não perceberia. Ele ainda ameaçou dizer que foi Alexandre quem furtou, caso ele contasse para alguém.

Faça com que os alunos trabalhem em grupos para definir e avaliar a situação. Cada grupo trabalhará uma das três situações restantes.

Situação n.º 2:

Soraya saiu para comprar roupas com sua mãe. Elas estavam olhando as roupas quando viram umas garotas popularmente conhecidas na escola, que disseram: “quando você vai crescer? Venha com a gente!” Soraya realmente queria ir com as garotas.

Situação n.º 3:

Suas amigas estão querendo trazer vinho de casa para o jogo que ocorrerá à tarde. Elas perguntam se você quer que tragam para você também.

OBSERVAÇÕES**Situação n.º 4:**

Ricardo vai para a casa do André depois da escola. André quer jogar *video game*. Todos os jogos dele são violentos e classificados para maiores de 18 anos. Ricardo sabe que não tem permissão para jogar esses tipos de jogos.

ATIVIDADE 6 (5 minutos)
REVISÃO / ANOTAÇÕES DIÁRIAS
OBSERVAÇÕES

Faça com que os alunos abram os Livros do Estudante na pág. 40 e completem as definições do glossário com as palavras-chave dessa lição.

Palavras-chave: Pressão, Pressão dos Colegas, Resistência.

Após completar as definições com as palavras-chave, solicite aos alunos que compartilhem suas respostas e verifique se responderam corretamente.



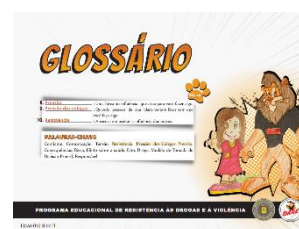
Facilite uma discussão sobre os principais conceitos da lição.

Faça com que os alunos abram os Livros do Estudante na pág. 36 e respondam às questões do “Meu Diário”:

- *Às vezes é difícil dizer “não” para nossos amigos porque...*
- *Uma resposta para a pressão que provavelmente usarei no futuro é...*



Observação ao Instrutor: Execute o vídeo.



OBSERVAÇÕES**HISTÓRIA DE FECHAMENTO: SOFIA APRENDEU UMA LIÇÃO**

Sofia: *Façam boas escolhas, pessoal! Eu não fiz uma boa escolha sobre os óculos escuros, por isso tive problemas e decepcionei minha mãe e meu Policial Proerd. Foi tudo muito estressante. Então, aprendam com o meu erro e prestem muita atenção na lição da próxima semana, quando vocês aprenderão formas de lidar com a tensão. Vocês vão precisar disso algum dia. Até mais!*

Agradeça aos alunos e ao professor pelo tempo e pela participação deles.

Relembre os alunos: Fiquem seguros, saudáveis e sejam responsáveis.



Observação ao Instrutor: Observar a lição suplementar Conversa em Família nº 3 (página 115)

LIÇÃO 5

LIDANDO COM SITUAÇÕES DE TENSÃO

Objetivos

Os alunos serão capazes de:

- Identificar possíveis sinais de tensão.
- Reconhecer os sinais físicos e comportamentais da tensão.
- Usar o **MTDP** para avaliar as situações de tensão.

Preparação

- Revise o planejamento.
- Familiarize-se com os objetivos da lição.

Materiais

- Atividade 4: Uma folha impressa para cada categoria: Quase Nunca, Às Vezes, Quase Sempre, Não Sei (Sugere-se plastificar as folhas para maior durabilidade).

Palavras-chave

- **Tensão:** Qualquer estresse, pressão, ou agitação sentida sobre uma situação ou acontecimento.

Estrutura da Lição

- | | | |
|---------------|---|------------|
| • Atividade 1 | Caixinha Proerd / Revisão | 5 minutos |
| • Atividade 2 | História de abertura: Mateus cai na cantina | 5 minutos |
| • Atividade 3 | Como você sabe quando está tenso | 8 minutos |
| • Atividade 4 | Quais são as situações de tensão | 10 minutos |
| • Atividade 5 | Maneiras positivas de lidar com a tensão | 12 minutos |
| • Atividade 6 | Revisão / Anotações diárias | 5 minutos |

ATIVIDADE 1 (5 minutos)

CAIXINHA PROERD / REVISÃO

OBSERVAÇÕES

Responda a algumas perguntas da **Caixinha Proerd**. Comece pelas perguntas sobre pressão dos colegas, se houver.



Facilite uma revisão da lição anterior sobre pressão dos colegas.

Possíveis perguntas:

- *O que aprendemos sobre pressão dos colegas, em nossa última lição?*
- *De que forma a pressão dos colegas pode influenciar suas decisões?*



ATIVIDADE 2 (5 minutos)

HISTÓRIA DE ABERTURA: MATEUS CAI NA CANTINA

OBSERVAÇÕES

Fale: “Na semana passada, aprendemos que algumas vezes outras pessoas podem nos pressionar para fazermos uma escolha. Hoje, vamos reencontrar nossos personagens e aprender mais com o que está acontecendo na vida deles! Como sempre, quero que...”

Por favor, assistam ao video e reflitam sobre:

- *O que aconteceu com Mateus nesse video?*
- *Como vocês descreveriam os sentimentos ou emoções dele quando isso aconteceu?”*



Observação ao Instrutor: Execute o video.

MATEUS CAI NA CANTINA

E aí, qual é? Aqui é o Mateus outra vez! Quero fazer uma pergunta: Vocês já tiveram um dia muito ruim? Bem, hoje eu tive um dia péssimo.

Na hora do recreio, eu peguei uma caixinha de leite furada. O leite começou a vazar no chão. Ninguém estava me olhando, por isso, não havia nenhum problema... até que... eu pisei no leite, escorreguei e me espatifei no chão. Então todo mundo olhou para mim! (situação de tensão)



OBSERVAÇÕES

Meu rosto ficou todo vermelho e minhas mãos começaram a suar (**sinais de tensão**). Tentei levar numaboa, mas escorreguei outra vez tentando me levantar. Acho que foi muito engraçado para quem viu, mas eu queria gritar com todo mundo: “Parem de olhar prá mim!” (**pressão**). Meu amigo Dênis veio e me ajudar a levantar e me disse: “Deixe eles prá lá!” Aquilo me ajudou um pouco, mas, cara, a situação não foi nada legal.

Pergunte: “O que aconteceu com Mateus nesse video?”

Possíveis respostas:

- Ele escorregou, caiu e não conseguiu se levantar.
- Todo mundo ficou olhando para ele.
- O amigo dele tentou fazê-lo sentir-se melhor.

Pergunte: “Como vocês descreveriam as emoções ou os sentimentos do Mateus quando isso aconteceu com ele?”

Possíveis respostas:

- preocupado;
- com medo;
- triste, com vergonha;
- com raiva;
- constrangido, “sem graça”.

Pergunte: “Vocês saberiam me dizer uma única palavra para descrever esses sentimentos ou emoções?” (**Tensão**)

ATIVIDADE 3 (8 minutos)**OBSERVAÇÕES****COMO VOCÊ SABE QUANDO ESTÁ TENSO**

Fale: “Em nossas lições, vamos definir tensão da seguinte forma:

Tensão é qualquer estresse, pressão, ou agitação sentida sobre uma situação ou um acontecimento.

Mostre a definição no PowerPoint (ou transparência).

Pergunte: “Quais estresses, pressões ou agitações pudemos observar no Mateus e que nos levariam a concluir que ele ficou tenso e se sentindo pressionado nessa história?”



OBSERVAÇÕES



Facilite uma discussão sobre causas e respostas para a tensão, primeiro referente à história e, depois, em relação às experiências pessoais dos alunos.

Possíveis Perguntas:

- Na história de hoje, Mateus caiu na cantina. Por que vocês acham que essa foi uma situação de tensão?
- O que vocês acham da forma como Mateus lidou com essa situação?

Fale: *“Pensem em uma ocasião na qual vocês se sentiram tensos ou chateados com uma situação ou acontecimento. Conte-nos uma rápida história sobre como vocês se sentiram.”*

Escolha um aluno para compartilhar; o tempo é limitado, portanto, selecione o aluno com cuidado.

Faça com que os alunos abram os Livros do Estudante na pág. 17 e respondam às questões sobre os “Sinais de Tensão”.



Facilite uma discussão sobre cada questão:

- *“Primeiramente, o que você sente e como seu corpo fica quando está tenso?”*

Possíveis respostas:

- *frustração;*
- *dor de cabeça;*
- *vermelhidão no rosto;*
- *suor nas mãos;*
- *coração batendo acelerado;*
- *raiva;*
- *medo;*
- *nervosismo;*
- *tristeza.*

Fale: *“Isso é o que **sentimos** quando ficamos tensos.”*

- *“Quais seriam os comportamentos que demonstram que você está tenso?”*
- *“Quais são algumas possíveis maneiras para aliviar os sentimentos tensos?”*



OBSERVAÇÕES**Possíveis respostas:**

- *gritar com alguém;*
- *chorar;*
- *agir de forma diferente do normal;*
- *dizer coisas rudes, ruins;*
- *jogar as coisas.*

Fale: “Essas são **alterações de comportamento** que podem ocorrer quando você está tenso.”

ATIVIDADE 4 (10 minutos)**OBSERVAÇÕES****QUAIS SÃO AS SITUAÇÕES DE TENSÃO**

Observação ao Instrutor: Antes de iniciar a aula, afixe cada uma das folhas (Quase Nunca, Às Vezes, Quase Sempre, Não Sei) em um dos cantos da sala, em uma parede ou no quadro. Certifique-se de que haja espaço suficiente entre as folhas para que os alunos se agrupem em torno delas.

Fale: “Nós vamos conversar sobre possíveis situações de tensão. Vou ler para vocês uma lista de situações que podem causar tensão.”

Explique aos alunos que você vai ler cada trecho para que eles escolham qual das quatro categorias melhor se adequa à forma como eles lidam com a tensão, posicionando-se próximo à categoria escolhida. Explique o significado de cada categoria:

Quase Nunca - Dificilmente ficaria tenso.

Às Vezes - Ocasionalmente ficaria tenso.

Quase Sempre - Isso me deixaria tenso na maioria das vezes.

Não Sei - Nunca passei por uma situação como essa.

(Modelo de categorias para afixação previsto na atividade, observe a p. 55)

OBSERVAÇÕES

Fale: *“Vou lhes mostrar como essa atividade funciona.”*

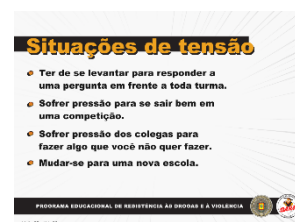
“A situação é: fazer meu dever de casa assim que eu chegar em casa.”

“Terei que decidir qual categoria melhor descreve a maneira como me sinto e porque eu escolhi aquela categoria. Para este exemplo, vou escolher ‘Às Vezes’ e, então, caminhar para a respectiva folha. Ao fazer isso, devo estar preparado para dizer aos meus colegas, porque eu, às vezes, poderia ficar tenso nessa situação.”

Mostre o PowerPoint (ou transparência) com as situações. Clique para avançar por cada situação enquanto os alunos se movimentam de uma categoria para outra.



Observação ao Instrutor: Faça com que os alunos se movimentem para a categoria que indica o nível de tensão de cada um deles. Depois que todos tiverem se identificado com uma das categorias, chame um ou dois alunos para compartilhar as razões de sua escolha (por que a situação poderia deixá-lo tenso e se isso é positivo ou negativo.).



Leia as seguintes situações para os alunos:

- sofrer pressão para se sair bem em uma competição;
- ter de se levantar para responder a uma pergunta em frente a toda a turma;
- sofrer pressão dos colegas para fazer algo que você não quer fazer;
- mudar-se para uma nova escola.



Facilite uma breve discussão sobre as situações que causam tensão.

Possíveis perguntas:

- *Na opinião de vocês, por que uma situação pode causar tensão em um momento, mas não em outro?*
- *Qual das situações causa maior tensão e qual causa menor tensão? Por quê?*

ATIVIDADE 5 (12 minutos)**OBSERVAÇÕES****MANEIRAS POSITIVAS DE LIDAR COM A TENSÃO (MTDP)**

Fale: “Acabamos de falar sobre algumas situações que podem lhes deixar tensos. Todo mundo fica tenso em alguns momentos. Existem maneiras positivas e negativas de lidarmos com a tensão.”

Pergunte: “Quais seriam algumas maneiras positivas com as quais vocês poderiam lidar com situações de tensão?”

Escreva as respostas dos alunos no quadro.

Fale: “Essas são ótimas ideias. Nós vamos praticar maneiras positivas de lidar com nossas tensões.”

“A primeira coisa que precisam fazer é **parar** e pensar sobre a situação que fez você ficar tenso. É como apertar o botão de ‘pause’ no controle remoto do DVD. Você vai parar por um momento para se controlar e se acalmar. Agora, pensem nas situações de tensão das quais acabamos de falar.”

Pergunte: “O que vocês devem fazer para conseguir parar uma situação de tensão?”

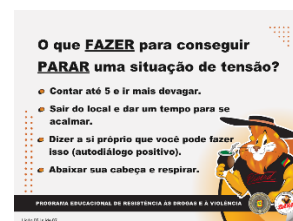
Possíveis respostas:

- Contar até 5 e ir mais devagar.
- Sair do local e dar um tempo para se acalmar.
- Dizer a si próprio que você pode fazer isso (autodiálogo positivo).
- Abaixar sua cabeça e respirar.

Fale: “Precisamos **pensar** no que devemos fazer, à medida que já estivermos calmos. Existe alguma coisa que já aprendemos nas lições anteriores e que pode nos ajudar a tomar decisões seguras e responsáveis?”

Possível resposta:

- Modelo de Tomada de Decisão Proerd.



OBSERVAÇÕES

Fale: “Depois que tiverem parado e se acalmado, vocês devem usar o Modelo de Tomada de Decisão do Proerd para fazerem uma escolha segura e responsável.”

Faça com que os alunos abram os Livros do Estudante na pág. 18, para as situações do “Avaliando sua Decisão”, e **usem a aba do MTDP**, na capa do livro.



Observação ao Instrutor: Demonstre a primeira situação com a classe, usando a pausa (**parar**) e o **MTDP**.



Situação n.º 1:

Você está querendo participar de um time ou de uma competição. Você está preocupado com a possibilidade de não preencher os requisitos. Como lidar com essa situação?

- **Pare**
 - Conte até 5 e vá mais devagar.
 - Diga a si mesmo: “ Eu posso fazer isso. Eu consigo fazer parte do time.”

Revise o MTDP

Defina

- Descreva o problema, o desafio ou a oportunidade.
 - Tenho medo de não conseguir entrar para o time ou de perder na competição.

Analise

- Quais são suas opções?
 - Tentar ou não tentar participar do time.
 - Participar ou não da competição.
 - Praticar mais e se preparar melhor antes de participar da competição ou do teste no time.
 - Perguntar aos meus pais ou ao treinador do time o que eles acham.

Atue

- Faça uma escolha.
 - Fazer o teste no time e dar o meu melhor.

Avalie

- Revise sua decisão.
 - Você fez uma boa escolha?

OBSERVAÇÕES

Fale: *“Trabalhem em duplas (ou em grupos), usem a **Pausa (parar)** e o Modelo de Tomada de Decisão Proerd para decidirem como responder às situações de tensão, de maneira segura e responsável. Levem em consideração as razões pelas quais vocês acreditam terem feito uma escolha positiva ou negativa. Tentem usar maneiras positivas de lidar com a tensão.”*



Observação ao Instrutor: Designe uma das três situações restantes para cada grupo.

Situação n.º 2:

Você e outros jovens vão para a casa de um amigo para se divertir. Esse amigo sugere pegar uns remédios dos pais dele, que estão no armário do banheiro, para vocês tomarem. Se um adulto descobrir, você vai estar em apuros, mesmo não tendo tomado os remédios. Seu amigo está indo para o banheiro.

Situação n.º 3:

Você e seu melhor amigo tiveram uma discussão na hora do recreio porque ele disse coisas que magoaram você. Você se sentiu mal com a discussão e está preocupado de vocês não voltarem a ser amigos novamente. Outro amigo quer que você comece a dizer coisas ruins sobre o seu melhor amigo.

Situação n.º 4:

Amanhã você terá que ler o seu resumo do livro para toda a sala. Você está preocupado, com medo de que seus colegas riem de você.



Facilite uma rápida discussão sobre as respostas dadas a cada situação.

Pergunte: *“O que nós aprendemos sobre as maneiras positivas de lidar com as situações de tensão?”*

ATIVIDADE 6 (5 minutos)

REVISÃO / ANOTAÇÕES DIÁRIAS

OBSERVAÇÕES

Faça com que os alunos abram os Livros do Estudante na pág. **40** e completem a definição do glossário com a palavra-chave dessa lição.

Palavra-chave: Tensão.

Após completar a definição com a palavra-chave, solicite aos alunos que compartilhem suas respostas e verifique se responderam corretamente.



Facilite uma discussão sobre os principais conceitos da lição.

Faça com que os alunos abram os Livros do Estudante na pág. **37** e respondam às questões do “Meu Diário”:

- Três sinais de tensão que eu aprendi hoje são:...
- Nas próximas semanas, vou utilizar duas maneiras positivas para lidar com a tensão:...



Observação ao Instrutor: Execute o vídeo.



OBSERVAÇÕES

HISTÓRIA DE FECHAMENTO: SEJA CONFIANTE, MESMO QUANDO ESTIVER TENSO

Mateus: Às vezes, eu não sou muito bom em lidar com a tensão. Mas estou tentando melhorar. Vejo vocês na semana que vem, quando aprenderemos mais sobre como ser confiante, mesmo quando estamos tensos. E lembrem-se: fiquem seguros e sejam responsáveis!

Agradeça aos alunos e ao professor pelo tempo e pela participação deles.

Relembre os alunos: Fiquem seguros, saudáveis e sejam responsáveis.



APÊNDICE À ATIVIDADE 4 DA LIÇÃO Nº 5

(Modelo de categorias para afixação)

QUASE SEMPRE

ÀS VEZES

QUASE NUNCA

NÃO SEI

LIÇÃO 6

BASES DA COMUNICAÇÃO

Objetivos

Os alunos serão capazes de:

- definir e explicar a importância da comunicação na vida diária.
- demonstrar a comunicação confiante.
- usar o **MTDP** para avaliar e criar opções alternativas de comunicação eficiente.

Preparação

- Revise o planejamento da lição.
- Familiarize-se com os objetivos da lição.
- Leia a história de hoje e observe os conceitos que serão discutidos.

Palavras-chave

- **Comunicação:** Quando as pessoas expressam seus pensamentos ou sentimentos uns com os outros.
- **Confiante:** Agir da maneira que expressa sua opinião, respeitando a opinião dos outros.
- **Inseguro:** Não ter certeza sobre algo ou ser teimoso em manter sua opinião.
- **Exigente:** Agir de forma hostil; atacar ou prejudicar os outros sem se preocupar com os sentimentos deles.

Estrutura da Lição

- | | | |
|---------------|---|------------|
| • Atividade 1 | Caixinha Proerd / Revisão | 5 minutos |
| • Atividade 2 | História de abertura: Animal de estimação da professora | 5 minutos |
| • Atividade 3 | O que é comunicação? | 5 minutos |
| • Atividade 4 | Comunicação confiante | 5 minutos |
| • Atividade 5 | Praticando a comunicação confiante | 10 minutos |
| • Atividade 6 | Avaliando minhas decisões com o MTDP | 10 minutos |
| • Atividade 7 | Revisão / Anotações diárias | 5 minutos |

ATIVIDADE 1 (5 minutos)
CAIXINHA PROERD / REVISÃO
OBSERVAÇÕES

Responda a algumas perguntas da **Caixinha Proerd**. Comece pelas perguntas sobre tensão, se houver.



Facilite uma revisão da lição anterior sobre tensão.


Possíveis perguntas:

- “Quais são algumas formas de sabermos quando estamos tensos?”
- Como vocês lidariam com essas situações de uma maneira positiva?”

ATIVIDADE 2 (5 minutos)
OBSERVAÇÕES
HISTÓRIA DE ABERTURA: O ANIMAL DE ESTIMAÇÃO DA PROFESSORA

Fale: “Na semana passada, Mateus caiu na cantina e se sentiu tenso. Então, nós conversamos sobre como lidar com a tensão. Hoje, vamos ver uma situação na qual a Sofia se sentiu tensa. Como sempre...”

Por favor, assistam ao video e reflitam sobre:

- Quais os tipos de pressão vocês acham que a Sofia sentiu?
- Como Sofia lidou com seu sentimento de tensão?
- Vocês acham que a comunicação da Sofia com os colegas de sala foi eficiente?”



Observação ao Instrutor: Execute o video.



OBSERVAÇÕES**O ANIMAL DE ESTIMAÇÃO DA PROFESSORA**

Bem-vindos ao meu mundo! Eu sou a Sofia e as coisas ficaram meio malucas desde a última vez que nos vimos.

*Outro dia eu estava na aula e minha professora, a Srta. Lopes me pediu para ajudá-la a limpar algumas carteiras. Eu quis ser responsável e ajudar, estava tudo bem. Até que dois colegas, a Lily e o Mateus, começaram a me provocar, dizendo que eu era o animalzinho de estimação da professora (**pressão dos colegas**). Tentei explicar porque eu estava ajudando, mas eles nem quiseram ouvir (**comunicação passiva**).*

*Eu fiquei constrangida (**pressão dos colegas, tensão**). Tentei conversar com eles (**comunicação**) e disse: “Por que vocês estão me tratando assim?” Os dois só gargalhavam então eu fiquei irritada e gritei: “Calem a boca!” (**estilo exigente de resposta**).*

*Bem, consegui fazer com que eles parassem, mas, a Lily fechou a cara para mim e o Mateus cruzou os braços e saiu andando (**comunicação não verbal**). Eu mantive minha postura e eles ficaram ainda mais emburrados. Eu não sabia o que fazer. Depois que a Lily saiu, eu contei tudo para a Srta. Lopes, mas ela disse que, provavelmente, eu não me comuniquei de forma clara. Eu achei que falar fosse a mesma coisa que comunicar. Ué?! Estou confusa.*



Facilite uma breve discussão.

Pergunte: “Quais tipos de pressão Sofia sentiu?”

Possíveis respostas:

- Pressão pessoal.
- Pressão dos colegas.

Pergunte: “Como Sofia lidou com os sentimentos de tensão?”

Possível resposta:

- Ela gritou com os colegas.

Pergunte: “O que vocês acham que a Srta. Lopes quis dizer quando falou que a comunicação de Sofia não foi clara?”

Possíveis respostas:

- Existem outras maneiras de se comunicar.
- Sofia não foi clara.

ATIVIDADE (5 minutos)
O QUE É COMUNICAÇÃO?
OBSERVAÇÕES

Fale: “A lição de hoje é sobre comunicação. Nós vamos ajudar Sofia a compreender:

- O que significa comunicação;
- Como ser eficiente em sua comunicação.”

Pergunte: “O que vocês acham que significa comunicação?”

Mostre a definição no PowerPoint (ou transparência).

Comunicação é quando as pessoas expressam seus pensamentos ou seus sentimentos uns com os outros.

Fale: “Algumas vezes nós queremos apenas compartilhar algo que sabemos ou o modo como nos sentimos. Outras vezes, queremos influenciar a outra pessoa. Conseguimos isso por meio das coisas que falamos e fazemos.”

“Vamos ver o que podemos fazer para ajudar Sofia a se comunicar. Trabalhem em duplas para responder às seguintes perguntas e preparem-se para compartilhar suas respostas com toda a turma.”

“Vamos refletir sobre a experiência de hoje da Sofia e examinar:

- O que ela estava pensando e sentindo? Como ela demonstrou isso para os colegas dela?
- O que ela queria que os colegas dela fizessem?
- O que vocês sugerem para que Sofia melhore a comunicação?”

Faça com que os alunos compartilhem com a classe as ideias deles sobre como comunicar-se com eficiência.



ATIVIDADE 4 (5 minutos)

COMUNICAÇÃO CONFIANTE

OBSERVAÇÕES

Fale: “Nós estamos conversando sobre comunicação eficiente. Para ser eficiente, é importante que nos comuniquemos de forma confiante com os outros.”

Mostre as definições no PowerPoint (ou transparência).

Confiante: Agir de maneira que expressa sua opinião, respeitando a opinião dos outros.

Inseguro: Não ter certeza sobre algo ou ser teimoso em manter sua opinião.

Exigente: Agir de maneira hostil; atacar ou prejudicar os outros sem se preocupar com os sentimentos deles.



Observação ao Instrutor: Por ora, mostre as três palavras apenas. Faça com que os alunos compartilhem as ideias deles antes de mostrar a descrição dos estilos de comunicação.

Pergunte: “O que vocês acham que uma pessoa diz ou faz quando está insegura?” (Selecione um ou dois alunos para compartilharem as ideias.)

Mostre, no PowerPoint (ou transparência), as descrições de cada estilo de comunicação, à medida que forem discutidas.

INSEGURO

- Fala com voz baixa e fraca.
- Tem medo de falar.
- Tem postura retraída.
- Aparenta estar nervoso.

Pergunte: “O que vocês acham que uma pessoa diz ou faz quando é exigente?” (Selecione um ou dois alunos para compartilharem as ideias.)

EXIGENTE

- Fala com um tom de voz alto e furioso.
- Tem postura rígida e se inclina para frente.
- É ameaçador e olha para o rosto do outro.
- Faz “cara fechada” e aponta o dedo para o outro.

Pergunte: “O que vocês acham que uma pessoa diz ou faz quando está confiante?” (Selecione um ou dois alunos para compartilharem as ideias.)



OBSERVAÇÕES**CONFIANTE**

- Fala de maneira clara e respeitosa.
- Mantém-se de pé, ereto e com os ombros para trás.
- Mantém contato visual, “olho no olho”.
- Aparenta estar calmo.

Faça com que os alunos abram os Livros do Estudante na pág. 20 e vejam os “Estilos de Comunicação”.



Observação ao Instrutor: Verifique se na comunidade local é culturalmente apropriado olhar as pessoas dentro dos olhos.

Fale: *“Como um Instrutor Proerd, eu frequentemente dou orientações a vocês em nossas aulas. Eu vou fornecer as mesmas orientações usando cada uma das três maneiras de se comunicar. Quando eu fizer, digam-me qual estilo de comunicação estarei usando.”*

Apresente um estilo (Exigente, Inseguro ou Confiante) e, então, peça aos alunos que identifiquem o estilo e descrevam como eles observaram isso. Solicite que lhes digam:

- *“Qual estilo de comunicação foi usado?”*
- *“O que fiz para vocês perceberem que usei este estilo de comunicação?”*

Então, continue demonstrando os outros dois estilos.

Exemplo:

- Diga em tom alto e agressivo: *“Abram os Livros do Estudante na página 20!”*
- Diga de maneira quieta e olhando para baixo: *“Vocês poderiam, por favor, quem sabe, abrir seus Livros do Estudante um pouquinho para podermos fazer uma atividade.”*
- De forma calma e olhando os alunos diretamente nos olhos, diga: *“Quero que vocês abram os Livros do Estudante na página 20”.*

ATIVIDADE 5 (10 minutos)

PRATICANDO A COMUNICAÇÃO CONFIANTE

OBSERVAÇÕES

DUPLAS

Fale: “Vamos praticar nossa comunicação confiante.”

Faça com que os alunos abram os Livros do Estudante na pág. 21 e vejam as instruções para a “Comunicação Confiante.”



Observação ao Instrutor: Selecione um voluntário para auxiliá-lo enquanto você demonstra a comunicação confiante para a Situação n.º 1. De forma rápida, prepare o voluntário para a demonstração. Mantenha o foco nas maneiras confiantes de comunicar a mensagem.

Fale: “Leiam a primeira situação em silêncio enquanto eu leio em voz alta.”

Mostre a definição no PowerPoint (ou transparência).

- **Confiante** é agir de maneira que expressa sua opinião, respeitando a opinião dos outros.

Situação n.º 1

Você precisa muito de ajuda para um trabalho da escola. Você quer fazer um bom trabalho e serão necessárias duas pessoas para realizá-lo. Peça seu amigo que lhe ajude neste trabalho.

Fale: “Prestem atenção enquanto encenamos a situação e procurem identificar os sinais da comunicação confiante.”

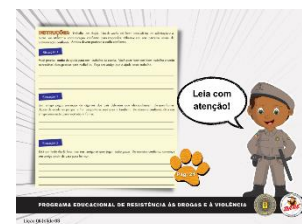
Possíveis exemplos de um Estilo Confiante:

- Falar com clareza e respeito.
- Posicionar-se ereto, com os ombros para trás.
- Manter contato com os olhos.
- Aparentar calma.

Diga aos alunos que eles trabalharão em duplas nas situações 2 e 3. Designe alunos para ser tanto o Parceiro A quanto o Parceiro B. Na Situação n.º 2, o Parceiro A será o amigo que pegou o cigarro e o Parceiro B demonstrará a comunicação confiante em resposta. Na Situação n.º 3, inverta os papéis.



Observação ao Instrutor: Monitore os alunos para verificar se compreenderam os conceitos.



OBSERVAÇÕES**Situação n.º 2**

Seu amigo pegou um maço de cigarros dos pais delessem que eles soubessem. Ele quer fumar depois da escola no parque e lhe pergunta se quer ir também. De maneira confiante, dê ao seu amigo uma razão para você não ir fumar.

Situação n.º 3

Está um dia lindo lá fora, mas seu amigo só quer jogar *video game*. De maneira confiante, convença seu amigo a sair de casa para brincar.



Observação ao Instrutor: Depois que os alunos tiverem a oportunidade de praticar a comunicação confiante, selecione algumas duplas para apresentar cada situação à frente da classe.

ATIVIDADE 6 (10 minutos)**OBSERVAÇÕES****AVALIANDO MINHAS DECISÕES COM O MTDP**

Observação ao Instrutor: O objetivo dessa atividade é usar o Modelo de Tomada de Decisão Proerd para avaliar as respostas em uma situação de comunicação.

Faça com que os alunos abram os Livros do Estudante na pág. 22 para as situações do “O que eles deveriam fazer?”, e **usem a aba do MTDP**.



Observação ao Instrutor: Se você sentir que a turma precisa de um exemplo, demonstre para toda a classe a Situação n.º 1, usando o **MTDP**.

Caso contrário, apenas designe as quatro situações.

Situação nº 1:

As colegas de Bárbara estão enviando *e-mails* maliciosos sobre ela. Elas dizem que ela não usa roupas bonitas. Uma amiga mostrou para Bárbara estes *e-mails*. No dia seguinte, no pátio da escola, Bárbara percebeu as garotas a observando e cochichando. O que ela deveria fazer?

OBSERVAÇÕES

Defina

- Descreva o problema, o desafio ou a oportunidade.

Analise

- Quais são as suas opções?
- Quais são as consequências?

Atue

- Faça uma escolha.
- Use os fatos e as informações.

Avalie

- Revise sua decisão.
- Foi uma boa escolha?
- Por quê?

Designe uma das três situações restantes para cada grupo.

Situação n.º 2:

Roberto acabou de se mudar e está frequentando uma escola nova. Ele não conhece ninguém. O que ele pode fazer para ter novos amigos?

Situação n.º 3:

A mãe de Gustavo começou a trabalhar e ele terá que ficar sozinho em casa. Primeiramente, ele achou que seria legal ficar por conta própria, mas, na primeira tarde, ele se sentiu desconfortável. Como Gustavo poderia dizer à mãe dele que está com medo de ficar sozinho?

Situação n.º 4:

Ana e sua amiga estão com outras garotas mais velhas que estão fumando. Ela está preocupada, pois, ao chegar em casa, estará com cheiro de cigarro. Sua mãe ficará muito brava. Como ela poderá explicar o cheiro de cigarro para a mãe dela?



Facilite uma discussão sobre as respostas dos alunos.

ATIVIDADE 7 (5 minutos)
REVISÃO / ANOTAÇÕES DIÁRIAS
OBSERVAÇÕES

Faça com que os alunos abram os Livros do Estudante na pág. **40 e 41** e completem as definições do glossário com as palavras-chave dessa lição.

Palavras-chave: Comunicação, Confiante, Inseguro, Exigente.

Após completar as definições com as palavras-chave, solicite aos alunos que compartilhem suas respostas e verifique se responderam corretamente.



Facilite uma discussão sobre os principais conceitos da lição.

Faça com que os alunos abram os Livros do Estudante na pág. **37** e respondam às questões do “Meu Diário”:

- *Para comunicar com confiança, eu irei...*
- *As habilidades necessárias para uma comunicação confiante que irei praticar nesta semana são...*



Observação ao Instrutor: Execute o vídeo.

HISTÓRIA DE FECHAMENTO: ELES VÃO ESCUTAR?

Sofia: Lily, Mateus e eu ainda estamos chateados uns com os outros e eu não sei o que fazer. Eu acho que deveria ir falar com eles, mas eles vão me escutar? Acho que todos nós teremos que esperar até a próxima vez em que estivermos juntos para descobrir. Fiquem seguros!

Agradeça aos alunos e ao professor pelo tempo e pela participação deles.

Relembre os alunos: Fiquem seguros, saudáveis e sejam responsáveis.



LIÇÃO 7

COMUNICAÇÃO NÃO VERBAL E ESCUTA ENFÁTICA

Objetivos

Os alunos serão capazes de:

- definir comportamentos eficazes de escuta enfática;
- demonstrar escuta efetiva usando comportamentos verbais e não verbais;
- usar o **MTDP** para avaliar e criar opções alternativas de comunicação eficiente.

Preparação

- Revise o planejamento da lição.
- Familiarize-se com os objetivos da lição.
- Consulte o professor e, havendo acordo, inicie os preparativos para o Ensaio e o Encerramento. Faça cópias do “Organizador Pré-redação”, se necessário.

Palavras-chave

- **Comunicação não verbal:** Ações físicas ou linguagem corporal que acompanham o que está sendo dito.
- **Escuta Enfática:** Mostrar à outra pessoa, por meio de comunicação verbal ou não verbal, que você está prestando atenção.
- **Empatia:** Compreender como o outro se sente.

Estrutura da Lição

- | | | |
|---------------|---|------------|
| • Atividade 1 | Caixinha Proerd / Revisão | 5 minutos |
| • Atividade 2 | História de abertura: Animal de estimação da professora (continuação) | 5 minutos |
| • Atividade 3 | Comunicação não verbal | 5 minutos |
| • Atividade 4 | Escuta enfática | 13 minutos |
| • Atividade 5 | MTDP | 12 minutos |
| • Atividade 6 | Revisão / Anotações diárias | 5 minutos |

ATIVIDADE 1 (5 minutos)

CAIXINHA PROERD / REVISÃO

OBSERVAÇÕES

Responda a algumas perguntas da Caixinha Proerd. Comece pelas perguntas sobre comunicação, se houver.



Facilite uma revisão da lição anterior sobre comunicação confiante.

Possíveis perguntas:

- O que significa comunicar-se de maneira confiante?
- Quais características podemos ver e ouvir em uma comunicação confiante?



ATIVIDADE 2 (5 minutos)

HISTÓRIA DE ABERTURA: ANIMAL DE ESTIMAÇÃO DA PROFESSORA (CONTINUAÇÃO)

OBSERVAÇÕES

Fale: “Na semana passada, Lily e Mateus provocaram a Sofia e ela gritou com eles. Mas, lembrem-se de que Sofia disse que queria se comunicar com eles para resolver esse desentendimento. Vocês acham que ela já conversou com eles ou será que ela ainda está pensando o que fazer? Vamos ver...”

Por favor, assistam ao video e reflitam sobre:

- Qual foi a decisão de Sofia para resolver o desentendimento?
- Qual é a principal questão para a qual ela quer ajuda?



Observação ao Instrutor: Execute o video.

ANIMAL DE ESTIMAÇÃO DA PROFESSORA (CONTINUAÇÃO)

Oi, (acenando) é a Sofia de novo. Ainda estou mal com aquela discussão que tive com a Lily e o Mateus. Eu achei que estivesse sendo confiante quando perguntei a eles por que estavam agindo daquela forma. Depois da nossa última aula, eu compreendi que, na verdade, eu estava sendo exigente (**comunicação exigente**). Mas, quero dizer, eles não iriam mesmo me escutar (**comunicação passiva; escuta**) e, então, eles saíram andando (**comunicação não verbal**).



OBSERVAÇÕES

Fiquei a semana toda pensando no que fazer. Sintomuita falta de brincar com eles. Então, eu falei comminha amiga Emília e ela disse que eu poderia ter me comunicado de maneira mais eficiente. Bem, eu decidi que vou conversar com Lily e Mateus amanhã, na escola. Mas, o que eu deveria dizer para fazer com que eles me escutem? (comunicação confiante, escuta).



Facilite uma breve discussão:

Pergunte: “Qual foi a decisão de Sofia para resolver o desentendimento?”

Possíveis respostas:

- Ela quer conversar com eles.
- Ela quer se comunicar de maneira eficiente.

Pergunte: “Qual é a principal questão para a qual ela quer ajuda?”

Possíveis respostas:

- Como conversar com eles.
- Como fazer com que eles a escutem.

ATIVIDADE 3 (5 minutos)

COMUNICAÇÃO NÃO VERBAL

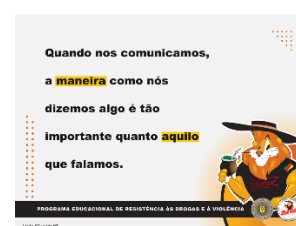
OBSERVAÇÕES



Observação ao Instrutor: O objetivo desta atividade é fazer com que os alunos demonstrem o uso da linguagem corporal para comunicar seus sentimentos, emoções e pensamentos. Por várias vezes, durante essa atividade, peça aos alunos que façam uma pausa, olhem para os colegas de sala e observem a comunicação não verbal deles.

Fale: “Quando nos comunicamos, a **maneira** como nós dizemos algo é tão importante quanto **aquilo** que falamos.”

“Agora vamos ver a comunicação não verbal. O que vocês acham que significa comunicação não verbal?”



OBSERVAÇÕES

Possíveis respostas:

- Comunicação não verbal é demonstrada por nossas ações ou pela linguagem corporal.
- Essas ações mostram como estamos nos sentindo ou o que estamos pensando, independentemente das palavras que dizemos.
- Essas ações corporais são chamadas de comunicação não verbal.

Sintetize a discussão dizendo que a comunicação não verbal são ações ou linguagem corporal, que acompanham o que estamos dizendo. A comunicação não verbal deve corresponder às nossas palavras e ações.

Fale: “Agora, vocês terão a oportunidade de praticar a comunicação não verbal usando linguagem corporal e sem usar palavras.

- Levantem-se da carteira e virem-se de frente para o colega ao lado.
- Comuniquem ao colega cada uma das emoções que eu vou dizer, mas sem falar nenhuma palavra.”

Mostre o PowerPoint (ou transparência) com uma listade emoções.

Fale: “Mostre ao seu colega como aparentamos quando...

- estamos felizes;
- estamos tristes;
- estamos furiosos;
- estamos confusos;
- discordamos.”

Pergunte: “O que vocês observaram no colega enquanto eles usavam a comunicação não verbal?”

Possíveis respostas:

- caretas;
- inclinou-se para frente;
- ombros relaxados;
- contato visual, “olho no olho”;
- olhar cabisbaixo;
- braços cruzados;
- balançar de cabeça.



OBSERVAÇÕES

Fale: “A comunicação não verbal é importante porque ela tem um forte efeito nos outros. Devemos pensar sobre como nossa comunicação não verbal faz as outras pessoas se sentirem.”

Selecione um voluntário para vir à frente da sala. Solicite a ele: “Mostre para a turma, sem usar palavras, como você se sentiria se

- eu ofender seus sentimentos.
- eu fizer você ficar irritado.
- você tiver tirado nota máxima em uma prova.
-

Fale: “Para entender como nossa comunicação afeta as outras pessoas, precisamos nos colocar no lugar do outro e tentar compreender o que ele está sentindo. Isso se chama **empatia**.”



Observação ao Instrutor: Dê um exemplo de como mostrar empatia por alguém que está triste e com medo. Use a demonstração anterior para diferenciar como você deve responder a alguém que esteja magoado ou feliz.

Fale: “Podemos dizer como uma pessoa está se sentindo baseados em sua comunicação não verbal, em seu comportamento e naquilo que está dizendo. Então, nós poderemos decidir como sermos eficientes ao nos comunicarmos com essa pessoa.”



ATIVIDADE 4 (13 minutos)

ESCUA ENFÁTICA

OBSERVAÇÕES

Fale: “Hoje, estamos falando sobre comunicação não verbal. Na semana passada, nós conversamos sobre comunicação confiante. Lembrem-se de que, quando nós definimos comunicação, dissemos que ela geralmente ocorre entre duas pessoas e tem dois sentidos. Ela vai e volta, envolvendo tanto falar quanto escutar.”

Mostre o PowerPoint (ou transparência) com o diagrama da comunicação.

Fale: “Agora, nós teremos a oportunidade de praticar nossas habilidades de escuta. Vocês vão trabalhar em duplas Proerd.”



Observação ao Instrutor: Siga os passos a seguir. Certifique-se de que cada aluno não saiba qual é o papel do outro nessa atividade. Conceda 30 segundos para cada tópico.

Mostre o PowerPoint (ou transparência) da atividade.

1º Passo. A pessoa com os cabelos mais longos escolherá um tópico da lista e, em seguida, deverá virar-se de costas para a tela.

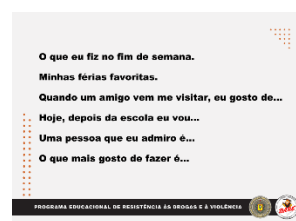
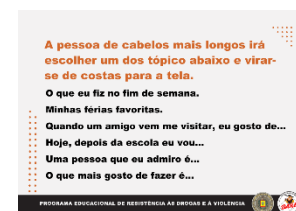
2º Passo. Mostre o PowerPoint (ou transparência) para instruir o aluno de cabelos mais curtos a NÃO ESCUTAR. Retorne para a tela com os tópicos.

3º Passo. Então, o aluno de cabelos mais longos fala para sua dupla sobre o tópico, durante 30 segundos.

4º Passo. Ambos os alunos, então, viram-se para frente da sala. O aluno de cabelos curtos escolherá outro tópico da lista e, em seguida, deverá virar-se de costas para a tela.

5º Passo. Mostre o PowerPoint (ou transparência) para instruir o aluno de cabelos compridos a NÃO ESCUTAR. Retorne para a tela com os tópicos.

6º Passo. O aluno de cabelos curtos vira-se para sua dupla e fala sobre o tópico durante 30 segundos.



OBSERVAÇÕES

7º Passo. Facilite uma discussão com o grande grupo a respeito de como cada aluno soube que o outro não estava ouvindo e como ele se sentiu ao não ser ouvido pelo colega.

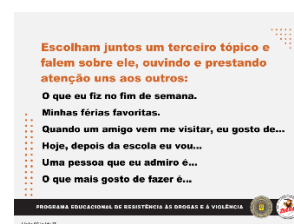
8º Passo. Faça com que as duplas escolham um terceiro tópico, em comum acordo, e falem sobre ele ouvindo e prestando atenção uns aos outros.

9º Passo. Facilite uma breve discussão para comparar e confrontar o que aconteceu em cada atividade e sobre a importância dos sinais não verbais da comunicação.

Possíveis tópicos:

- O que eu fiz no fim de semana.
- Minhas férias favoritas.
- Quando um amigo vem me visitar, eu gosto de...
- Hoje, depois da escola eu vou...
- Uma pessoa que eu admiro é...
- O que eu mais gosto de fazer é...

Fale: *“Podemos ver que é muito importante usar suas habilidades não verbais para mostrar que você é um bom ouvinte quando se comunicar com alguém.”*



ATIVIDADE (12 minutos)
MTDP
OBSERVAÇÕES


Observação ao Instrutor: O objetivo dessa atividade é praticar a utilização do **MTDP** para tomar decisões em uma situação de comunicação. Designe uma situação para cada grupo.

Mostre o PowerPoint (ou transparência) com o MTDP.

Faça com que os alunos abram os Livros do Estudante na pág. 25 e vejam as situações de “Comunicação Eficaz”. Designe uma situação para cada grupo e faça com que eles utilizem o Modelo de Tomada de Decisão Proerd para decidir o que fazer.

Situação n.º 1:

Marcela enviou um *e-mail* para suas amigas convidando-as para ir ao *shopping* no sábado. Todas responderam que iriam. Na resposta de Isabel, ela disse que gostaria que Marta não fosse, pois ela fuma. Por engano, Isabel enviou essa resposta para todas, incluindo Marta.

Situação n.º 2:

Roberto precisa conversar com Carlos sobre seu dever de casa que é para amanhã. Enquanto Roberto está falando, Carlos está enviando mensagem de texto pelo celular. Roberto está irritado porque Carlos não o está escutando.

Situação n.º 3:

Um trabalho da aula de ciências necessita de um relatório e de uma pesquisa na Internet. Débora, Flávia e Henrique o farão juntos e receberão a mesma nota. Débora se esqueceu de pesquisar a parte dela e, agora, Flávia e Henrique precisam conversar com ela sobre isso.



Facilite uma discussão sobre as respostas dos alunos.



ATIVIDADE 6 (5 minutos)

REVISÃO / ANOTAÇÕES DIÁRIAS

OBSERVAÇÕES

Faça com que os alunos abram os Livros do Estudante na pág. 41 e completem as definições do glossário com as palavras-chave dessa lição.

Palavras-chave: Comunicação não Verbal, Escuta Enfática, Empatia.

Após completar as definições com as palavras-chave, solicite aos alunos que compartilhem suas respostas e verifique se responderam corretamente.



Facilite uma breve discussão sobre os principais conceitos da lição.

- Comunicação não verbal
- Escuta enfática
- Empatia

Faça com que os alunos abram os Livros do Estudante na pág. 38 e respondam às questões do “Meu Diário”.

- *Comunicação não verbal é...*
- *Na próxima semana, eu irei demonstrar que estou escutando por meio de ações como...*



PREPARANDO-SE PARA SUA REDAÇÃO DO PROERD



Observação ao Instrutor: A redação pode ser introduzida neste momento ou em uma lição futura. Antes de definir sobre essa atividade, discuta as opções com o professor da turma.

Fale: “Vamos usar alguns minutos para revisar algumas das informações e habilidades que já aprendemos em nossas aulas do Proerd.”

Pergunte: “Sobre quais assuntos nós temos discutido?”

Escreva no quadro as respostas dos alunos. Algumas respostas possíveis são:

- escolhas seguras e responsáveis;
- Modelo de Tomada de Decisão Proerd;
- informações (fatos) sobre álcool e cigarro;



OBSERVAÇÕES

- riscos e consequências;
- pressão dos colegas;
- como lidar com a tensão;
- comunicação confiante;
- comunicação não verbal;
- escuta enfática.

Fale: *“Nas próximas semanas, nós vamos aprender sobre:*

- formas de relatar o *bullying*;
- como ser um bom cidadão;
- como ajudar os outros e como obter ajuda.”

Fale: *“Em um minuto, pensem nas decisões que vocês já tomaram usando o Modelo de Tomada de Decisão Proerd. Consultem as anotações diárias em seus Livros do Estudante.”*

“Vocês vão escrever uma pequena redação ou rascunho, para descrever:

- *O que vocês já aprenderam.*
- *Como já usaram o Modelo de Tomada de Decisão do Proerd.*
- *Como vocês pretendem fazer escolhas seguras e responsáveis.”*



Observação ao Instrutor: Essa é a introdução com o objetivo de preparar os alunos para a Redação do Proerd que será parte do encerramento do programa. Discuta com o professor acerca dos procedimentos e do tempo destinados à redação. Caso o professor já adote um padrão de redação aplicado aos alunos, por favor, ajuste esta atividade para seguir o mesmo padrão. Caso contrário, utilize as instruções do “Planejando e Escrevendo Minha Redação do Proerd”, constantes no final desta lição.

Se for utilizar esse formulário, faça cópias para serem distribuídas aos alunos. Rapidamente, discuta cada um dos pontos e verifique se os alunos compreenderam o que eles deverão fazer.

Instrua os alunos a usarem o formulário “Planejando e Escrevendo Minha Redação do Proerd” para primeiramente organizar as ideias deles e, somente depois disso, comecem a escrever a redação final em uma folha separada.

OBSERVAÇÕES



Observação ao Instrutor: Execute o vídeo.

HISTÓRIA DE FECHAMENTO: A LINGUAGEM CORPORAL PODE OFENDER OS SENTIMENTOS DAS PESSOAS



Mateus: Como vocês podem ver, a Sofia acabou falando com a gente e ficamos amigos outra vez. Eu sinto muito por ter caminhado para longe dela, principalmente agora que eu sei o quanto aquele tipo de linguagem corporal pode ofender os sentimentos de alguém. É meio estranho o quanto a linguagem corporal é importante para mostrar que você está escutando e que está interessado no que outra pessoa está dizendo... Sofia? Lily? Olá!

Lily: [Ainda enviando mensagem de texto e olhando para baixo] Sim, eu estou ouvindo.

Mateus: Está mesmo?

Sofia: Você tem razão, me desculpe! Tudo bem, agora eu estou ouvindo.

Lily: Sou toda ouvidos. Agora, o que você estava dizendo?

Mateus: Deixa prá lá! Vocês acham que o nosso desentendimento foi grave, esperem até a próxima semana, quando vocês vão ouvir uma história sobre alguém que é muito mau, de verdade. Às vezes uma comunicação clara apenas não é o suficiente. Adeus!

Agradeça aos alunos e ao professor pelo tempo e pela participação deles.

Relembre os alunos: Fiquem seguros, saudáveis e sejam responsáveis.





Planejando e Escrevendo Minha Redação Proerd

Este é o momento para você revisar suas anotações no “Meu Diário” e pensar sobre tudo o que já aprendeu no Proerd. Use alguns minutos para dar uma olhada no seu Livro do Estudante e ler suas anotações diárias. Pense nas coisas que seu Policial lhe ensinou e no que você aprendeu sobre ser seguro e responsável. Pense sobre como você tem utilizado as coisas que aprendeu para fazer suas próprias decisões seguras e responsáveis. Você já aprendeu muito!

Agora, você vai escrever uma redação ou só o rascunho sobre sua própria experiência no Proerd.

Expresse todos os seus pensamentos e ideias:

- 1- *O que eu aprendi no Proerd?*
- 2- *Como eu tenho usado o Modelo de Tomada de Decisão do Proerd?*
- 3- *Como pretendo usar o que aprendi para fazer escolhas seguras e responsáveis?*

As diretrizes abaixo vão ajudar você a preparar sua Redação do Proerd. A redação deve ter três partes:

Introdução:

Comece com uma boa primeira frase. Sua primeira frase deve despertar interesse no seu leitor para que ele queira continuar a leitura. Você pode começar com um pensamento, uma pergunta ou dando uma informação/fato surpreendente.

Desenvolvimento:

Use as respostas aos tópicos de 1 a 3, mencionados acima na tarefa de expressar seus pensamentos e ideias, para desenvolver três parágrafos bem organizados. Dê exemplos e detalhes específicos sobre o que você aprendeu, como está utilizando essas habilidades e como pretende usá-las no futuro.

Conclusão:

Resuma ou reafirme suas ideias e pensamentos. Esse é um bom momento para escrever uma consideração pessoal sobre o assunto.



Observação ao Instrutor: Observar a lição suplementar Conversa em Família nº 4 (página 116)

LIÇÃO 8

BULLYING

Objetivos

Os alunos serão capazes de:

- Definir e reconhecer as características do *bullying*.
- Identificar comportamentos de *bullying*.
- Diferenciar fofocar de confidenciar.
- Usar o **MTDP** para praticar maneiras seguras de relatar o *bullying*.

Preparação

- Você deve revisar as observações instrutivas sobre prevenção ao *bullying* antes de ensinar essa lição.
- Leia a história de hoje e observe os conceitos que serão discutidos.
- Revise a política da escola sobre o *bullying*.
- Esteja preparado para instituir a “Minha Entrevista.” Faça cópias da folha “Minha Entrevista”, constante no final desta lição.

Palavras-chave

- **Bullying:** Um comportamento agressivo ou indesejado, praticado repetidas vezes, para isolar, prejudicar ou controlar outra pessoa.
- **Espectador:** Alguém que testemunha o *bullying* e tem a oportunidade de ajudar.
- **Fofocar:** Quando você coloca alguém em problemas por um comportamento inofensivo.
- **Relatar:** Fornecer informações a um adulto de confiança para ajudar alguém ou para manter todos seguros.
- **Confidenciar:** Quando você precisa da ajuda de um adulto de confiança para manter alguém a salvo de ser intimidado e de sofrer *bullying*.

Estrutura da Lição

- | | | |
|---------------|--|------------|
| • Atividade 1 | Caixinha Proerd / Revisão | 5 minutos |
| • Atividade 2 | História de abertura: A história de Pedro | 5 minutos |
| • Atividade 3 | O que é <i>bullying</i> ? | 8 minutos |
| • Atividade 4 | O que podemos fazer para parar o <i>bullying</i> | 12 minutos |
| • Atividade 5 | MTDP | 8 minutos |
| • Atividade 6 | Revisão / Anotações diárias | 5 minutos |
| • Atividade 7 | Atividade extraclasse | 2 minutos |

ATIVIDADE 1 (5 minutos)

CAIXINHA PROERD / REVISÃO

OBSERVAÇÕES

Responda a algumas perguntas da Caixinha Proerd. Comece pelas perguntas sobre comunicação, se houver.



Facilite uma revisão da lição anterior sobre comunicação.



Possíveis perguntas:

- Na semana passada, o que nós aprendemos sobre as diferenças entre comunicação verbal e não verbal?
- Por que é importante usar habilidades de escuta enfática quando nos comunicamos?

ATIVIDADE 2 (5 minutos)

HISTÓRIA DE ABERTURA: A HISTÓRIA DE PEDRO

OBSERVAÇÕES

Fale: “Nós temos conversado sobre comunicação e sobre como as pessoas podem conviver umas com as outras. Às vezes, as pessoas não se dão bem umas com as outras. Hoje vamos conhecer o Pedro e descobrir como ela está sendo influenciada pelos colegas de uma maneira diferente.



Por favor, assistam ao video e reflitam sobre:

- Quais foram as situações de tensão?
- Por que o Pedro não quer mais voltar à escola?



Observação ao Instrutor: Execute o video.

A HISTÓRIA DE PEDRO

*Ei, eu sou o Pedro. Não quero ir para a escola hoje. Vocês já se sentiram assim? Na verdade, eu começo a sentir náuseas e dor de cabeça (**sinais de tensão**) só de pensar em ir à escola e ver o Tião. Eu nem consigo dormir direito à noite porque fico pensando o que ele vai fazer na próxima vez.*

OBSERVAÇÕES

Sabem, o Tião é um menino da escola que não gosta de mim. Semana passada, no recreio, estávamos formando times para jogar bola. O Tião estava escolhendo colegas para o time dele e o Mateus escolhia para o outro time. Eu fiquei para ser escolhida por último e deveria ficar no time do Tião. Aí o Tião ficou furioso porque eu ia jogar no time dele e falou para o Mateus: “Vamos tirar no „cara ou coroa” e quem perder fica com o Pedro.” O Tião ganhou no “cara ou coroa” e, então, me empurrou para longe dos outros colegas – Eu não podia acreditar naquilo! (**situação de tensão, bullying**) O Mateus e todos os outros apenas ficaram parados olhando e não fizeram nada (**espectadores**). O Tião me deixou tão irritada que eu nem quis mais jogar bola com eles e fui embora.

As coisas continuaram muito mal depois do recreio. O Tião ficou trombando em mim e me chamando pelo apelido de “fracote”. (**bullying**) Essa semana tem sido horrível para mim. Detesto a escola e não quero voltar lá nunca mais!



Facilite uma discussão sobre o que aconteceu nessa história e porque Pedro não quer mais voltar à escola.

Possíveis respostas:

- Ela tem medo que outros colegas se juntem ao Tião e também comecem a lhe provocar e a colocar apelidos.
- Ela está chateada porque ninguém enfrentou o Tião no recreio, na semana passada.
- Está constrangida por ter sido escolhida por último para jogar bola, na semana passada.
- Está com raiva porque as professoras não viram o que aconteceu na semana passada.

ATIVIDADE 3 (8 minutos)**OBSERVAÇÕES****O QUE É BULLYING?**

Fale: “Na história, nós vimos que o Pedro ficou muito triste depois de passar uma semana sendo provocada, chamada por apelidos e levando empurrões do Tião. Como vocês acham que podemos chamar esse comportamento do Tião em relação a Pedro?”

Possível resposta: *Bullying*

OBSERVAÇÕES

Pergunte: “O que ele fez que caracteriza o bullying?”

Possível resposta: Empurrou, provocou, colocou apelido, excluiu ou isolou do grupo.

Pergunte: “Como vocês definiriam bullying?”

Mostre o PowerPoint (ou transparência) com a definição.

Explique que o bullying é:

- um comportamento repetitivo com a intenção de e destinado a prejudicar ou machucar outra pessoa;
- a pessoa que sofre o bullying geralmente não está disposta ou não consegue se proteger.

Fale: “Então, podemos ver que existem diversas formas de bullying, mas ele geralmente acontece quando alguém tenta usar a própria força ou poder para prejudicar ou controlar outra pessoa que não é capaz de se defender.”



Facilite uma discussão sobre as diferentes formas pelas quais o bullying pode ser praticado.

Possíveis respostas:

- colocando apelidos;
- provocando;
- realizando ações físicas - empurrões e trombadas;
- espalhando rumores, fofocas;
- rompendo a amizade;
- agindo pela Internet ou pelo telefone.

Mostre o PowerPoint (ou transparência) com as quatro formas de bullying.

Fale: “Existem quatro formas principais de bullying:

- **Verbal**
 - O que significa bullying verbal?
 - **Possíveis respostas:** colocar apelidos, fazer provocações.
- **Social**
 - O que significa bullying social?
 - **Possíveis respostas:** excluir ou isolar alguém, fazer fofocas.



OBSERVAÇÕES

- *Físico*
 - *O que é bullying físico?*
 - **Possíveis respostas:** dar empurrões ou trombadas.
- *Bullying cibernético*
 - *O que é bullying cibernético?*
 - **Possíveis respostas:** praticado com envio de mensagens de celular, e-mail, em redes sociais, etc.



Facilite uma breve discussão sobre as quatro formas.

ATIVIDADE 4 (12 minutos)

OBSERVAÇÕES

O QUE PODEMOS FAZER PARA PARAR O BULLYING?

Fale: “Vocês sabiam que o bullying quase sempre acontece na frente de outras pessoas? Sabiam que a maioria das pessoas que vê alguém sendo vítima de bullying quer fazer alguma coisa para ajudar, mas não faz?”

“Na história de hoje, Mateus viu Pedro sofrendo bullying. Ele era um **espectador**, pois, viu tudo acontecendo, mas não fez nada.”

Mostre o PowerPoint (ou transparência) com a definição:

Espectador - Alguém que testemunha o bullying e tem a oportunidade de ajudar.

Fale: “Ainda que os espectadores tenham a oportunidade de ajudar, muitos não o fazem.”



Observação ao Instrutor: Faça com que os alunos juntem-se ao colega ao lado e dê a eles um minuto para elaborarem um motivo pelo qual os espectadores não ajudam as vítimas.



Facilite uma breve discussão sobre os motivos por que os espectadores não ajudam. Solicite a participação de dois ou três alunos.

Possíveis respostas:

- Eles têm medo que outros façam chacota deles.
- Eles acham que outra pessoa terá a iniciativa de ajudar.
- Eles têm medo de piorar a situação.
- Eles não sabem o que fazer.
- Eles têm medo de perder amigos.

OBSERVAÇÕES

Fale: “Algumas pessoas têm medo de relatar o bullying porque eles não querem contar fofoca sobre os outros, mas existe uma diferença entre fofocar e relatar. Qual é a diferença?”

Mostre as definições no PowerPoint (ou transparência).

Fale: “Nossas definições serão:”

- **Fofoca** é quando você quer colocar alguém em problemas por um comportamento inofensivo.
- **Relatar** é fornecer informações a um adulto de confiança para ajudar alguém ou para manter todos seguros.

Leia as situações a seguir para os alunos e faça com que eles votem com o polegar para cima se for um RELATO e com o polegar para baixo se for uma FOFOCA.

Situação n.º 1:

Tereza colocou um bilhete na Caixinha do Proerd dizendo que todas as manhãs, no recreio, um grupo de alunos ficam dando socos em Júnior e chamando-o por apelidos.

Situação n.º 2:

Larissa diz para a professora que a Maria está conversando durante as aulas.

Situação n.º 3:

Cristiano deixa um bilhete anônimo para o disciplinário da escola dizendo que Bruno está triste e não quer mais vir à escola porque algumas pessoas estão colocando lixo dentro da mochila dele todos os dias.

Pergunte: “Agora que conhecemos algumas diferenças entre relatar e fofocar, sabemos que relatar o bullying para alguém não é fazer fofoca. Quais são as maneiras pelas quais as pessoas podem confidenciar ou relatar o bullying?”

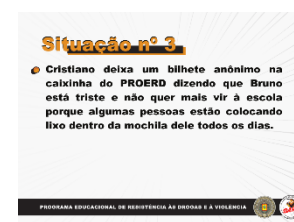
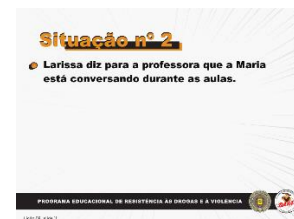
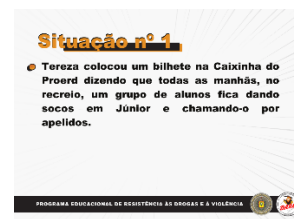
Faça com que os alunos abram os Livros do Estudante na pág. 28 e proponham “Maneiras Seguras e Responsáveis de Relatar o Bullying”.



Observação ao Instrutor: Antes da lição, o Policial deve **REVISAR** a política da escola sobre as formas de relatar o bullying.

Fale: “É importante fornecer o máximo de informações possíveis a um adulto de confiança quando tomamos conhecimento da prática de bullying. Um termo que devemos utilizar é *confidenciar*.”

Mostre a definição no PowerPoint (ou transparência).



OBSERVAÇÕES

Confidenciar/denunciar: Quando você precisa da ajuda de um adulto de confiança para manter alguém a salvo de ser intimidado, de sofrer *bullying*.



Facilite uma breve discussão. Discuta sobre a política da escola de como relatar ou confidenciar/denunciar o *bullying*. Faça com que eles adicionem itens à lista no Livro do Estudante.

Possíveis respostas:

- Colocar um bilhete na Caixinha Proerd ou junto com um livro que será devolvido à biblioteca da escola.
- Enviar um *e-mail* ao diretor da escola ou ao professor.
- Escrever um recado para o professor no diário dele.
- Deixar um bilhete para o disciplinário da escola.
- Dizer para um adulto de confiança.

Fale: “Agora que nós conhecemos maneiras seguras e responsáveis para relatar e confidenciar o *bullying*, as “Cinco Perguntas” podem nos ajudar a decidir o que relatar.”

Faça com que os alunos abram os Livros do Estudante na pág. 28 e conduza uma breve discussão sobre cada uma das “Cinco Perguntas para Relatar o *Bullying*”.

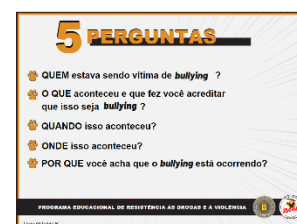
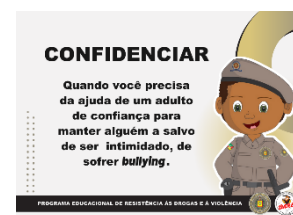


Facilite uma discussão sobre como relatar o *bullying* usando as **5 Perguntas**.

Fale: “Lembrem-se da nossa história sobre o Pedro e o Tião. Se o Mateus quisesse fazer alguma coisa, ele precisaria descrever o que aconteceu para um adulto. Ele deveria relatar ou confidenciar sobre:

- **Quem** estava sendo vítima de *bullying* na história?
- **O que** aconteceu e que fez você acreditar que isso seja *bullying*?
- **Quando** isso aconteceu?
- **Onde** isso aconteceu?
- **Por que** você acha que o Tião está praticando *bullying* contra Pedro?

Fale: “Escrevam suas respostas para a ‘História de Pedro’ no quadro das **Cinco Perguntas**, no Livro do Estudante.”



OBSERVAÇÕES

Facilite uma discussão bem rápida sobre essas respostas.

Fale: “Quando você vê o bullying acontecendo, é importante ser responsável e relatar isso a um adulto, para que você fique seguro e a vítima possa ser ajudada. Quando for confidenciar sobre o bullying a um adulto, será muito útil que você saiba o máximo de respostas possíveis para as **Cinco Perguntas**. Essas respostas ajudarão o adulto a definir como parar o bullying.”

Fale: “Vamos pensar sobre como podemos usar o **MTDP** para ajudar alguém nessa situação.”

ATIVIDADE 5 (8 minutos)**OBSERVAÇÕES****MTDP**

Observação ao Instrutor: O objetivo dessa atividade é praticar o uso do **MTDP** para tomar decisões sobre como relatar uma situação de bullying. Relembre os alunos de que o primeiro passo é escolher um adulto seguro e responsável para quem relatar ou confidenciar.

Mostre as 5 Perguntas no PowerPoint (ou transparência).

Faça com que os alunos abram os Livros do Estudante na pág. 29 para as situações do “Relatando o Bullying com Responsabilidade”. Designe uma situação para cada grupo e use o **MTDP** pra decidir o que fazer. **Usar a aba do MTDP.**

**Situação n.º 1:**

Um grupo de garotas decidiu não gostar mais de Aline porque ela joga bola com os meninos. Elas riem de Aline quando ela passa e não a deixam entrar no grupo de meninas.

Situação n.º 2:

Sidney recebeu um e-mail de alguém que ele conhece da sala de aula. A mensagem convida-o para um acampamento na casa do Antônio no final de semana. Sidney sabe que alguns dos garotos que estarão lá deboçam dele constantemente na escola.

OBSERVAÇÕES**Situação n.º 3:**

Todas as vezes que Hudson vai à lanchonete da escola, os alunos falam para ele que todos os assentos da mesa estão ocupados. Ele pergunta a um garoto que está sentado sozinho se pode sentar-se junto dele. O garoto diz: “Eu não quero você na minha mesa, vá encontrar outro lugar para se sentar”.

Situação n.º 4:

Rose é novata na escola e quer fazer amigos. Ela descobriu que algumas garotas estão enviando *e-mails* dizendo coisas ruins sobre ela. Agora, elas começaram a enviar *e-mails* desagradáveis e mensagens de texto para Rose, dizendo que não querem conversar com ela na escola.



Facilite uma discussão sobre as respostas. Faça com que os alunos descrevam o adulto que receberá o relato, porque eles escolheram essa pessoa e quais são as respostas para as 5

Perguntas.

ATIVIDADE 6 (5 minutos)
REVISÃO / ANOTAÇÕES DIÁRIAS
OBSERVAÇÕES

Faça com que os alunos abram os Livros do Estudante na pág. 41 e completem as definições do glossário com as palavras-chave dessa lição.

Palavras-chave: *Bullying*, Espectador, Fofocar, Relatar e Confidenciar.

Após completar as definições com as palavras-chave, solicite aos alunos que compartilhem suas respostas e verifique se responderam corretamente.



Facilite uma discussão sobre os principais conceitos da lição.

Faça com que os alunos abram os Livros do Estudante na pág. 38 e respondam às questões do “Meu Diário”.

- As **5 Perguntas** para relatar de maneira segura são...
- Se eu vir alguém sofrendo bullying, lembrarei-me de...



OBSERVAÇÕES

Observação ao Instrutor: Execute o video.

HISTÓRIA DE FECHAMENTO: O DESAFIO DE AJUDAR OS OUTROS

MATEUS: *Eu me sinto muito mal por não ter sido capaz de ajudar o Pedro naquele dia. Mas hoje, eu vou ajudar minha mãe a limpar a casa. Sinto-me bem melhor quando sou capaz de ajudar alguém.*

Ei, eu tive uma ideia! Vamos fazer uma brincadeira: eu desafio vocês a encontrar pelo menos uma maneira de ajudar alguém. Eu também vou fazer isso e, depois, vamos ver quem ajudou melhor!



ATIVIDADE 7 (2 minutos)

OBSERVAÇÕES

ATIVIDADE EXTRACLASSE – ENTREVISTAR UMA PESSOA QUE PODE AJUDAR



Observação ao Instrutor: Essa atividade **DEVE** ser completada antes da lição 9. Trata-se de uma atividade de revisão e transição para a próxima lição. Distribua as folhas da “Minha Entrevista”.

Fale: *“Nesta semana nós vamos entrevistar um adulto de confiança para descobrir como outras pessoas o têm ajudado. Quero que vocês conversem com um adulto sobre uma ocasião em que ele foi ajudado por alguém. Pode ser em qualquer momento da vida deles, do qual se recordem”.*

*“Lembrem-se de usar as **5 Perguntas** para descobrir o máximo possível sobre a história. No início da nossa aula da próxima semana, cada um de vocês vai ler a história que o adulto lhe contar.”*

“Para ajudar vocês a se prepararem, quero que cada um de vocês pense em quem entrevistarão e escrevam o nome dessa pessoa em seus Livros do Estudante. (Se a pessoa que você escrever não puder ser entrevistada, vocês poderão escolher outra pessoa, sem problemas.)”



Observação ao Instrutor: Use a folha “Minha Entrevista”, constante na próxima página, ou faça com que os alunos escrevam as respostas para as **5 Perguntas** em uma folha destacada do caderno.

Agradeça aos alunos pela atenção e, novamente, relembre-os que é importante que a atividade extraclasse esteja pronta para ser compartilhada com a turma no início da aula, na próxima semana.

Relembre os alunos: Fiquem seguros, saudáveis e sejam responsáveis.





Minha Entrevista

Orientações:

Sua atividade extraclasse consiste em entrevistar um adulto, em casa, sobre uma ocasião na qual ele foi ajudado por alguém. Utilize as “5 Perguntas” para descobrir como ele ou ela foi ajudado naquele momento da vida. Seu trabalho será reunir as informações e escrever uma pequena redação que possa ser compartilhada com a sua turma. Sua redação deve ser escrita com base nas anotações que você fizer durante a sua entrevista.

Em ____ / ____ / ____, eu entrevistei _____

Perguntei se ele(a) já foi ajudado por um bom cidadão. E Isso foi o que aprendi:

O que aconteceu? _____

Quem ajudou nessa história? _____

Quando isso aconteceu? _____

Onde isso aconteceu? _____

Por que aquela pessoa quis ajudar? _____

Conclusão:

De que maneira reportar uma situação de *bullying* na escola torna você um bom cidadão?

Participação dos Policiais na Prevenção ao *Bullying*

Autor: Randy J. Wiler, diretor do Programa de Prevenção ao *Bullying* do Estado de Kansas/EUA, para inclusão na campanha nacional de prevenção ao *bullying* do HRSA Stop Bullying Now.

Com um sólido relacionamento forjado pelo Programa Educacional de Resistência às Drogas (Proerd) e o Policiamento Escolar (policia de referência da escola – SRO), os encarregados de aplicação da lei (policiais) estão em posição privilegiada para identificar e eliminar os comportamentos de *bullying* nas escolas – comportamentos estes que interferem de maneira grave na habilidade dos estudantes em assimilar uma educação de qualidade.

O que é o *bullying*?

Entre as crianças e adolescentes, o *bullying* caracteriza-se por ser um comportamento agressivo, intencional e que envolve uma desigualdade de poder ou força entre o agressor e a vítima. Normalmente, o comportamento é repetido ao longo do tempo. O *bullying* pode assumir diversas formas, tais como: bater ou dar empurrões (*bullying* físico); fazer provocações ou colocar apelidos (*bullying* verbal); intimidação por gestos ou exclusão de um grupo social (*bullying* não verbal ou *bullying* emocional); ou enviar mensagens de ameaças ou insultos por *e-mail* ou outros meios eletrônicos (*bullying* cibernético).

O que é Agressão Relacional?

Consiste em Agressão Relacional qualquer comportamento que tenha por objetivo prejudicar alguém por meio de exigências ou manipulação do relacionamento com outros (CRICK; GROTPETER, 1995). Diferentemente dos outros tipos de *bullying*, a agressão relacional não é tão evidente e perceptível como o *bullying* físico. Os efeitos da agressão relacional podem ser muito graves e com consequências duradouras.

Por que os Policiais devem ajudar a parar o *bullying*?

- Os profissionais encarregados da aplicação da lei, assim como os demais adultos, devem se preocupar com os efeitos do *bullying* sobre as crianças. Pesquisas apontam que o *bullying* pode causar problemas à saúde física, psicológica e educacional das crianças que são vítimas dele. Crianças e adolescentes que sofrem *bullying* têm maior probabilidade de desenvolverem depressão, isolamento, ansiedade, baixa autoestima, ausentar-se da escola, sentir-se mal e pensar em suicídio.
- Os Policiais também devem se empenhar na prevenção ao *bullying* porque as pesquisas mostram que praticar *bullying* pode ser um indicativo de outros comportamentos antissociais e/ou violentos ainda mais graves. Crianças e adolescentes que praticam *bullying* contra seus colegas têm maior probabilidade de:

- | | |
|---|--|
| • envolver-se em brigas frequentes; | • ingerir bebidas alcoólicas; |
| • ser lesionado em uma briga; | • tornar-se tabagista; |
| • cometer atos de vandalismo contra o patrimônio; | • faltar às aulas na escola; |
| • cometer furtos; | • abandonar a escola (evasão escolar); |
| | • portar armas. |

Crianças e adolescentes que praticam *bullying* são mais propensas a relatar que portariam armas por razões de risco, tais como: para obter respeito ou intimidar outros (CUNNINGHAM, et al.).

Em um estudo, jovens matriculados entre o 7º e o 9º ano do Ensino Fundamental e identificados como praticantes de *bullying* apresentaram uma probabilidade quatro vezes maior de possuírem 3 ou mais condenações criminais aos 24 anos de idade, quando comparados aos colegas não praticantes de *bullying* (OLWEUS, 1993).

Como os policiais podem contribuir para o sucesso de um programa de prevenção ao *bullying* na escola?

Mudar os comportamentos de *bullying* nas escolas requer uma ação coordenada. Os policiais podem ajudar a interromper a difusão do medo e da violência nas escolas por meio do auxílio na implementação de um programa de prevenção ao *bullying* que seja compreensível.

1. Conquistar o apoio dos administradores da escola.

O plano de implementação da iniciativa de prevenção ao *bullying* somente terá sucesso se houver apoio da maior autoridade da escola. Infelizmente, muitos gestores escolares não acreditam que o *bullying* seja um problema em sua respectiva escola.

- Para convencê-los sobre a gravidade do *bullying*, compartilhe com eles os resultados de pesquisas sobre natureza, prevalência e efeitos do *bullying*.
- Considere a possibilidade de coletar dados sobre a ocorrência de *bullying* na própria escola para apresentar aos diretores e demais membros da administração escolar. Você pode aplicar um questionário aos alunos (do 3º ano do Ensino Fundamental em diante) para ser respondido de forma anônima. Uma quantidade expressiva dos programas de prevenção ao *bullying* utiliza esse tipo de questionário.
- Considere a possibilidade de coletar e mapear incidentes de *bullying* relatados naquela escola. Programas de computador, disponíveis gratuitamente em www.schoolcopsoftware.com, podem ajudar você a analisar e a mapear os incidentes que ocorrem dentro e no entorno da escola.

2. Selecione e implemente um programa de prevenção ao *bullying* fundamentado em pesquisas científicas.

3. Esteja disponível e acessível a alunos e funcionários da escola.

Conheça os alunos pelo nome e trabalhe para desenvolver uma relação de confiança com eles. Estimule os alunos a procurarem você para tratar de problemas relacionados ao *bullying*, bem como outros assuntos.

4. Crie um sistema de denúncia anônima na escola.

Muitos alunos são espectadores do *bullying*, mas a maioria não atua contra o *bullying* que presencia ou toma conhecimento. Criar um sistema que promova a denúncia anônima das ocorrências de *bullying* fornece aos espectadores passivos uma oportunidade para se tornarem espectadores ativos. Considere instalar uma caixa lacrada para coletar relatos anônimos sobre *bullying*. Instale a caixa em uma área da escola que seja discreta e reservada, porém de fácil acesso. Investigue os relatos com cuidado e sensibilidade. Alertar os adultos responsáveis sobre as ocorrências de *bullying* e aumentar o nível de supervisão pode reduzir significativamente a frequência desses incidentes.

5. Institua a vigilância passiva.

Em outras palavras, fique “de olho”. Observe por detrás das cortinas de uma janela com vista para o pátio ou para a cantina da escola. Use as informações obtidas nos relatos anônimos para traçar a estratégia de onde e quando você deverá aumentar o nível de supervisão.

6. Trabalhe com a orientação pedagógica da escola para criar um plano de segurança destinado às crianças que são vítimas de *bullying*.

Considere a possibilidade de estabelecer um código ou frase que possa ser usada pela criança vítima de *bullying* para alertar o professor ou outro adulto a respeito do comportamento de *bullying*, sem que isso chame a atenção para ela.

7. Sugira a instituição de uma Instrução Conjunta com o Ministério Público.

Para os casos em que um comportamento de *bullying* configura a prática de ato infracional (crime praticado por menor), procure o representante do Ministério Público e verifique a possibilidade de desenvolver um plano de intervenção para o aluno que pratica o *bullying*. Considere o tratamento legal dispensado aos crimes de menor potencial ofensivo/contravenções penais e proponha uma flexibilização, de forma a conceder alguma discricionariedade ao policial e à escola para decidirem quais medidas serão aplicadas a essas crianças e adolescentes quando a prática do *bullying* configurar uma violação à lei penal. Desenvolva a Instrução Conjunta com o auxílio do Promotor de Justiça e ofereça-se para monitorar o comportamento desses alunos por alguns meses. Obtendo-se

sucesso na medida alternativa, a criança ou adolescente que praticou *bullying* ficará livre de uma persecução criminal (semelhante ao acordo que é feito em audiência de conciliação para evitar o oferecimento da Denúncia pelo Ministério Público), reduzindo as demandas no Poder Judiciário. Caso não se obtenha sucesso com a medida alternativa, a criança ou adolescente praticante do *bullying* sofrerá normalmente a persecução criminal, como resultado de ter continuado com o comportamento ilícito de *bullying*.

Mais informações sobre prevenção ao *bullying* podem ser encontradas em:
www.StopBullyingNow.hrsa.gov.

Referências

ABT ASSOCIATES. *School crime operations package* (School COP). Disponível em: www.schoolcopsoftware.com.

BYRNE, B. J. Bullies and victims in school settings with reference to some Dublin schools. *Irish Journal of Psychology*, 15, 574-586, 1994.

CRAIG, W.M. The relationship among bullying, victimization, depression, anxiety, and aggression in elementary school children. *Personality & Individual Differences*, 24, 123-130, 1998.

ERON, L.D.; HUESMANN, L. R.; DUBOW, E.; ROMANOFF, R.; YARMEL, P. Aggression and its correlates over 22 Years. *Childhood aggression and violence: Sources of influence prevention and control*. New York: Plenum, 1987.

FARRINGTON, D.P. Understanding and preventing bullying. In: M. TORNY (Org.), *Crime and justice: A review of research*, Vol. 17. Chicago: University of Chicago Press, 1993.

HODGES, E.V.E.; PERRY, D.G. Victims of peer abuse: An overview. *Journal of Emotional and Behavioral Problem*. 5, 23-28, 1996.

MELTON, G. B.; LIMBER, S.; FLERX, V.; CUNNINGHAM, P.; OSGOOD, D.W.; CHAMBERS, J.; HENGGLER, S.; NATION, M. *Violence among rural youth*. Final report to the Office of Juvenile Justice and Delinquency Prevention, 1998.

NANSEL, T. R.; OVERPECK, M.D.; HAYNIE, D. L.; RUAN, W. J.; SCHEIDT, P. C. Relationships between bullying and violence among US youth. *Archives of Pediatric Adolescent Medicine*, 157, 348-353, 2003.

NANSEL, T. R., Overpeck, M., Pilla, R. S., Ruan, J., Simons-Morton, B., & Scheidt, P.. Bullying Behaviors Among US Youth: Prevalence and Association with Psychosocial Adjustment. *Journal of the American Medical Association*, 285, 2094-2100, 2001

OLWEUS, Dan. *Bullying at School: what we know and we can do*. Blackwell Publishing Ltd, 1993.

OLWEUS, D.; Limber, S.; Mihalic, S. *The Bullying Prevention Program. Blueprints for Violence Prevention*. Boulder, CO: Center for the Study and Prevention of Violence, 1999.

LIÇÃO 9

AJUDANDO OS OUTROS

Objetivos

Os alunos serão capazes de:

- identificar a importância de ser um bom cidadão;
- reconhecer a importância de relatar o *bullying* a um adulto na escola ou em casa;
- demonstrar o uso do **MTDP** para relatar comportamentos de *bullying*;
- reforçar a sabedoria e os comportamentos positivos como meios de parar o *bullying*.

Preparação

- Os Policiais Proerd devem revisar as observações instrutivas sobre prevenção ao *bullying* antes de ensinar essa lição.
- Familiarize-se com a atividade do caça-palavras.
- O Policial precisará estar preparado para contar uma história referente a uma ocasião na qual alguém o ajudou.
- Pergunte ao professor da turma se ele permitirá que os alunos restantes compartilhem suas histórias antes da próxima aula do Proerd, durante a semana.
- Faça cópias do “Meu compromisso de parar o *bullying*” (Atividade Opcional), pág 89.

Palavras-chave

- **Bom cidadão:** alguém que age com responsabilidade, ajudando alguém que está em necessidade.
- **Anônimo:** Não revela seu nome. Ninguém vai saber quem fez o relato ou a denúncia.

Estrutura da Lição

- | | | |
|---------------|--|------------|
| • Atividade 1 | Caixinha Proerd / Revisão | 5 minutos |
| • Atividade 2 | Histórias de bons cidadãos | 5 minutos |
| • Atividade 3 | Caça-palavras | 10 minutos |
| • Atividade 4 | Tornando-se um bom cidadão | 10 minutos |
| • Atividade 5 | MTDP | 5 minutos |
| • Opcional | Meu compromisso de parar o <i>bullying</i> na escola | 5 minutos |
| • Atividade 6 | Revisão / Anotações diárias | 5 minutos |

ATIVIDADE 1 (5 minutos)
CAIXINHA PROERD / REVISÃO
OBSERVAÇÕES

Responda a algumas perguntas da Caixinha Proerd. Comece pelas perguntas sobre conflito e *bullying*, se houver.



Facilite uma revisão da lição anterior sobre *bullying*.

Possíveis perguntas:

- *Do que vocês se lembram da nossa última aula sobre o bullying?*
- *O que aprenderam sobre como relatar o bullying?*


ATIVIDADE 2 (5 minutos)
HISTÓRIAS DAS ENTREVISTAS
OBSERVAÇÕES


Observação ao Instrutor: Hoje não há história de abertura. Os alunos contarão as próprias histórias sobre uma ocasião em que alguém ajudou um adulto.

Possível extensão da atividade: pergunte ao professor da turma se ele permitirá que os alunos restantes compartilhem suas histórias antes da próxima aula do Proerd, durante a semana.

Fale: *“Hoje nossas histórias serão contadas por vocês, em vez de assistirmos ao Mateus e aos amigos dele. Na semana passada vocês receberam a tarefa de entrevistar um adulto de confiança sobre uma ocasião em que alguém o ajudou.”*

Faça com que os alunos compartilhem as histórias com um colega ao lado.

Chame dois ou três alunos para compartilhar com toda a turma.



Observação ao Instrutor: Se nenhum aluno quiser vir à frente, esteja pronto para contar uma história sobre uma ocasião em que você foi ajudado por alguém.



Facilite uma discussão sobre a maneira como as pessoas ajudaram os outros em cada uma das histórias.

Faça as seguintes perguntas:

- *Teria sido mais fácil para a pessoa apenas ir cuidar das coisas dela em vez de ajudar o outro?*
- *Por que vocês acham que eles se lembram dessas histórias?*



Observação ao Instrutor: Verifique com o professor a possibilidade de guardar as histórias para usar futuramente em outras aulas. Se o professor não for utilizá-las, não há necessidade de recolher dos alunos.

Fale: “Hoje vamos focar em maneiras importantes de sermos bons cidadãos e sermos responsáveis ajudando os outros.”

ATIVIDADE 3 (10 minutos) CAÇA-PALAVRAS

OBSERVAÇÕES

Faça com que os alunos abram os Livros do Estudante na pág. 31 e façam o “Caça-palavras Proerd”.

1º Passo: Cada aluno trabalhará sozinho por dois minutos para encontrar o máximo de palavras que conseguir.

2º Passo: Pare a atividade ao final dos dois minutos para que escrevam o número de palavras que encontraram sozinhos.

3º Passo: Trabalhem em duplas por mais dois minutos para encontrar mais palavras, o máximo que conseguirem.

4º Passo: Pare a atividade ao final dos dois minutos para que escrevam o número de palavras que encontraram juntos.

ATIVIDADE DO CAÇA-PALAVRAS

PROGRAMA EDUCACIONAL DE RESISTÊNCIA ÀS DROGAS E À VIOLÊNCIA

Lição 09 | slide 03



OBSERVAÇÕES

Facilite uma discussão sobre o “Caça-palavras”.

Pergunte:

- *Porque essas palavras são importantes?*
- *Quantas palavras vocês encontraram sozinhos?*
- *Quantas palavras vocês encontraram em dupla?*
 - *Levante a mão quem encontrou todas as doze palavras junto com o colega de dupla.*

Fale: “A maioria dos trabalhos se tornam mais fáceis quando você tem uma ajuda e eu vou ajudar vocês a encontrarem o restante das palavras projetando a resposta no PowerPoint (ou transparência).”

Mostre o PowerPoint (ou transparência) com as respostas e dê um tempo para que os alunos completem a atividade.



 **Observação ao Instrutor:** Quase todos terão terminado dentro de um minuto, mas pode ser que alguns alunos não consigam. Deixe o *PowerPoint* (ou transparência) sendo exibido enquanto você fala sobre como tornar-se um bom cidadão.

Fale: “Em nossa atividade do Caça-palavras, a ajuda do colega de dupla tornou a tarefa mais fácil. Vamos conversar mais sobre ajudar os outros, para ser um bom cidadão.”



ATIVIDADE 4 (10 minutos)

OBSERVAÇÕES

Pergunte: “Nas entrevistas, vocês conversaram com um adulto sobre uma ocasião na qual ele foi ajudado por alguém. O que a pessoa fez para ajudá-lo? Por que vocês acham que o adulto se lembra dessa pessoa?”

Fale: “As pessoas que ajudam os outros, geralmente, são chamadas de bons cidadãos.”

Mostre o PowerPoint (ou transparência) com a definição de bom cidadão.

BOM CIDADÃO: Alguém que age com responsabilidade, ajudando alguém que está em necessidade.



OBSERVAÇÕES

Fale: “Na semana passada, o Mateus desafiou vocês a serem bons cidadãos, encontrando maneiras de ajudar alguém.”

Pergunte: “Nessa última semana, o que vocês fizeram, ou observaram alguém fazer, que o tornasse um bom cidadão?”

Possíveis respostas:

- Ajudar alguém com o dever de casa.
- Conversar com alguém que estava triste.
- Ajudar alguém a apanhar livros ou papéis que tinham caído.
- Sentar-se com alguém que estava merendando sozinho.

Pergunte: “Por que vocês consideram essas ações importantes?”



Facilite uma discussão sobre bons cidadãos e porque é importante ajudar os outros.

Fale: “Na semana passada conversamos sobre bullying. Como chamamos as pessoas que veem o bullying acontecendo?”

Possível resposta: espectadores.

Fale: “Espectadores geralmente não relatam o que eles veem e a vítima não obtém a ajuda de que precisa. Isso só piora as coisas para a vítima.”

“Quais são as maneiras seguras que aprendemos para que um espectador possa ajudar quem está sofrendo bullying?”

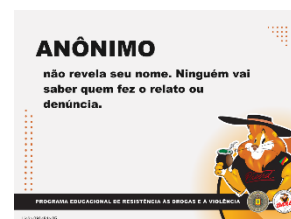
Possível resposta: relatar/confidenciar a um adulto.

Fale: “Precisamos nos lembrar de que a maneira de ajudar ou de relatar também pode ser anônima. **Anônimo** significa que ninguém saberá que você fez aquele relato ou denúncia.”

“Por que isso é importante e como isso pode ajudar a manter em segurança a pessoa que fez o relato?”

Pergunte: “Ao relatar para um adulto, quais são as 5 Perguntas que podem ajudar vocês a se lembrarem dos detalhes sobre a situação que aconteceu?”

Fale: “Enfrentar o praticante de bullying e defender a vítima provavelmente não vai mudar o comportamento de bullying, MAS vai fazer a vítima se sentir valorizada e apoiada.”



OBSERVAÇÕES

*“Então, se você for um espectador, a primeira coisa que deverá fazer é **parar** e pensar sobre suas opções e escolhas para ajudar naquela situação. Depois que tiver feito uma pausa, vocês deverão usar o Modelo de Tomada de Decisão Proerd para fazer uma escolha segura e responsável sobre como relatar a situação.”*

ATIVIDADE 5 (5 minutos)**OBSERVAÇÕES****MTDP**

Observação ao Instrutor: O objetivo desta atividade é praticar o uso do Modelo de Tomada de Decisão Proerd para tomar decisões sobre como relatar a situação de *bullying* constante no Livro do Estudante.

Faça com que os alunos abram os Livros do Estudante na pág. 32 para lerem a situação do “*Bullying* no Ônibus Escolar”. Faça com que eles utilizem o Modelo de Tomada de Decisão Proerd para decidirem maneiras seguras de relatar o *bullying*.

***Bullying* no Ônibus**

Todos os dias, nos últimos meses, quando Lucas entra no ônibus escolar, os outros estudantes mais velhos o empurram para o assento. Hoje, ele entrou atrasado no escolar e um dos garotos o fez tropeçar, cair no corredor e bater seu rosto no chão. Os garotos começaram a rir dele.



Facilite uma discussão sobre as respostas dos alunos.

OPCIONAL (5 minutos)**OBSERVAÇÕES****MEU COMPROMISSO DE PARAR O BULLYING**
(ATIVIDADE OPCIONAL)

Observação ao Instrutor: Essa é uma atividade opcional. Se você não for utilizar o Compromisso, prossiga para a Atividade 6.

Pergunte: “Vocês estão prontos para tornar sua escola mais segura para todos? Por quê?”

Fale: “Nossa próxima atividade é uma oportunidade para aqueles que estão interessados em ajudar os outros assumindo um compromisso.”

“O que é um COMPROMISSO?”

“Quais são os compromissos com os quais vocês já estão familiarizados?”

“Se vocês estiverem interessados em assumir um compromisso, essa próxima atividade destina-se somente àqueles alunos que estão prontos para tomar uma posição e estender a mão para ajudar aqueles que estão sofrendo bullying.”

Por favor, escolham palavras do rodapé da página para completar o seu COMPROMISSO, mas só assinem se vocês concordarem com tudo que está escrito nele. Quando as pessoas estão sofrendo bullying e nós dizemos que vamos ajudar, mas, então não fazemos nada, isso torna as coisas ainda piores!”

Distribua cópias do compromisso.

Solicite um voluntário para ler o compromisso para toda a turma.

UM COMPROMISSO DE AJUDAR OS OUTROS

Eu, _____, vou fazer o melhor que puder para ser um _____ aluno acadêmico em minha escola. Eu vou ajudar a manter a escola segura para todos os alunos.

Para conseguir isso:

- Não vou praticar bullying contra ninguém.
- Se eu vir o bullying acontecendo, vou alertar um adulto sobre o bullying na escola.
- Não vou ajudar ninguém. Se eu vir alguém sendo excluído de um grupo, vou convidá-lo para fazer parte do meu. Assim, ele ficará seguro e não será vítima de bullying.
- Também vou relatar a um adulto em casa sobre o que eu vi na escola, para que ele me ajude a entender sobre o que fazer na próxima situação de bullying não parar.

PROGRAMA EDUCACIONAL DE RESISTÊNCIA AO BULLYING E À INTOLERÂNCIA

120117-01-12



Um Compromisso de ajudar os outros

Eu,

_____,
 (Escreva seu nome completo)
 vou fazer o melhor que puder para seu um
 _____. Estou aceitando um desafio no Proerd
 ao assumir este _____ de ajudar a parar o
 _____ que acontece na minha escola.

Para conseguir isso:

- Não vou praticar *bullying* contra ninguém.
- Se eu vir o *bullying* acontecendo, utilizarei uma maneira segura para
 _____ o *bullying* a um(a) _____ na
 escola.
- Não vou isolar ninguém. Se eu vir alguém sendo excluído de um grupo, vou
 convidá-lo para fazer parte do meu. Assim, ele ficará
 _____ contra o *bullying*.
- Também vou relatar a um adulto em casa sobre o que eu vi na escola, para que
 ele me apoie e oriente sobre o que fazer se aquela situação de *bullying* não
 parar.

 (Assine aqui se você concorda com esse compromisso)

____/____/____.
 (Data)

Use as palavras abaixo para completar seu compromisso:

Bom Cidadão, Compromisso, *Bullying*, Relatar, Professor, Seguro.

ATIVIDADE 6 (5 minutos)
REVISÃO / ANOTAÇÕES DIÁRIAS
OBSERVAÇÕES

Faça com que os alunos abram os Livros do Estudante na pág. 41 e completem a definição do glossário com a palavra-chave dessa lição.

Palavra-chave: Bom Cidadão.

Após completar a definição com a palavra-chave, solicite aos alunos que compartilhem suas respostas e verifique se responderam corretamente.



Facilite uma discussão sobre os principais conceitos da lição.

Faça com que os alunos abram os Livros do Estudante na pág. 39 e respondam às questões do “Meu Diário”.

- *Quando meus amigos me ajudam, eu me sinto...*
- *Como um bom cidadão, eu devo...*



Observação ao Instrutor: Execute o video.

HISTÓRIA DE FECHAMENTO: DESPEDIDA DE MATEUS E SEUS AMIGOS

MATEUS: Lembra-se do meu desafio de ficarmos seguros e responsáveis? O que **VOCÊS** fizeram essa semana para ajudar os outros?

SOFIA: Eu levei o lixo para fora e o coloquei na lixeira para o meu pai.

DÊNIS: Ajudei minha irmã com o dever de casa dela.

PINGO: Au au! (isso significa: Dei um beijo de boa noite no Mateus)

JOÃO: Levei uma xícara de chá para a mamãe.

MATEUS: Eu protegi um amigo meu.

MATEUS: Quer saber? Acho que todos nós nos sentimos melhor por termos ajudado alguém.

DÊNIS: Uau, que jornada!



OBSERVAÇÕES

JOÃO: *Foi engraçado!*

SOFIA: *Eu não diria que foi engraçado o tempo todo, João.*

MATEUS: *Eu sei que aprendemos muito. Vocês também acham?*

JOÃO: *Pensem em tudo sobre o que conversamos.*

DÊNIS: *Boas escolhas!*

JOÃO: *Consequências positivas!*

SOFIA: *Pressão dos colegas!*

MATEUS: *Lidar com a tensão!*

SOFIA: *Comunicar-se de maneira confiante!*

DÊNIS: *Escutar.*

JOÃO: *Bullying também.*

SOFIA: *Ajudar os outros.*

MATEUS: *Ser responsáveis com nós mesmos e com os outros. É o que tudo isso significa.*

PINGO: *Au au!*

MATEUS: *Foi muito legal. Parabéns por chegarem até aqui. Agora, vamos lá! E lembrem-se de ficarem seguros e serem responsáveis.*

TODOS: *Tchaaaau!!!*

Agradeça aos alunos e ao professor pelo tempo e pela participação deles.

Relembre os alunos: Fiquem seguros, saudáveis e sejam responsáveis.



LIÇÃO 10

OBTENDO AJUDA DOS OUTROS E REVISÃO

Objetivos

Os alunos serão capazes de:

- identificar pessoas do relacionamento do aluno às quais ele pode recorrer se precisar de ajuda;
- relembrar os termos chave que foram aprendidos anteriormente.

Preparação

- Revise o planejamento da lição.
- Familiarize-se com os objetivos da lição.
- Prepare os cartões para o Jogo das Palavras-chave.

Materiais

- Cartões do Jogo das Palavras-chave.
- Vídeo de introdução ao Currículo de 7º ano “Caindo na REAL”.

Palavras-chave

- **Anônimo:** Ninguém vai saber quem fez o relato ou a denúncia.
- **Redes de ajuda:** Uma pessoa ou um grupo de pessoas a quem você pode recorrer para obter conselhos, ajuda, apoio, proteção ou orientação.

Estrutura da Lição

- | | | |
|---------------------------------------|--|------------|
| • Atividade 1 | Caixinha Proerd / A história do Mateus | 5 minutos |
| • Atividade 2 | Redes de ajuda | 15 minutos |
| • Atividade 3 | Revisão | 15 minutos |
| • Atividade 4 | Vídeo do 7º ano - Caindo na REAL | 10 minutos |
| • Anexo nº 1 - Cerimônia de Formatura | | |

ATIVIDADE 1 (5 minutos)

CAIXINHA PROERD / HISTÓRIA

OBSERVAÇÕES

Responda a algumas perguntas da Caixinha Proerd.



Facilite uma revisão da lição anterior.

Possíveis perguntas:

- O que vocês aprenderam sobre a importância de ser um bom cidadão e de ajudar os outros?
- O que vocês devem fazer se virem alguém sofrendo bullying?



ATIVIDADE 2 (15 minutos)

REDES DE AJUDA

OBSERVAÇÕES

Fale: “Na última lição, nós apresentamos as entrevistas com um adulto e discutimos a importância de ajudar os outros. Também falamos sobre como vocês podem ajudar seus amigos. Mas, algumas vezes vocês também vão precisar de ajuda.”

Faça com que os alunos abram os Livros do Estudante na pág. 33 e respondam às três primeiras perguntas do “Precisando de Ajuda”.



Facilite uma discussão sobre as respostas dos alunos referentes às quatro questões a seguir.

Lembrem-se de uma ocasião na qual vocês precisaram da ajuda de alguém.

- O que estava acontecendo na situação?
- De que tipo de ajuda você precisou?
- Como você conseguiu ajuda?
- Quais são as características das pessoas que podem ajudar você? Por que essas características são importantes?



Observação ao Instrutor: Ao responder a última pergunta, enfatize características como confiável, honesto, leal e em condições de ajudar.

Fale: “Acabamos de falar sobre momentos nos quais precisamos de ajuda. As pessoas com quem podemos contar para nos ajudar formam a nossa **rede de ajuda**. Em nossa aula do Proerd, **rede de ajuda** será definida como sendo uma pessoa ou um grupo de pessoas a quem você pode recorrer para obter conselho, ajuda, apoio, proteção ou orientação.”



OBSERVAÇÕES

Fale: “Quais pessoas vocês poderiam incluir em sua rede de ajuda?”

Conceda algum tempo para os alunos falarem suas respostas antes de escreverem-nas no Livro do Estudante.

Faça com que os alunos abram os Livros do Estudante na pág. 34 para o “Minha Rede de Ajuda”.

Instrua os alunos a:

- Escrever seus respectivos nomes no círculo central.
- Identificar diferentes pessoas dos grupos sociais deles a quem eles possam recorrer quando precisarem de ajuda.
- Escrever os nomes dessas pessoas nos círculos restantes da Rede de Ajuda.

Solicite alguns alunos para compartilharem as respostas com a turma.

Fale: “Vocês identificaram muitas pessoas boas às quais vocês podem pedir ajuda. É importante usar o Modelo de Tomada de Decisão Proerd e a comunicação confiante para pedir ajuda.”



ATIVIDADE 3 (15 minutos)

REVISÃO

OBSERVAÇÕES

Faça com que os alunos abram os Livros do Estudante na pág. 41 e completem as definições do glossário com as palavras-chave dessa lição.

Palavras-chave: Anônimo, Rede de Ajuda.

Após completar as definições com as palavras-chave, solicite aos alunos que compartilhem suas respostas e verifique se responderam corretamente.

Fale: “Da última vez que Mateus e os amigos dele nos visitaram, eles falaram sobre todas as coisas que nós aprendemos. **Agora é a nossa vez de revisar tudo o que vocês já aprenderam.**”

“Vamos fazer um jogo para revisar as palavras-chave que vocês aprenderam em nossas lições. Antes de começarmos, vou explicar as diretrizes e orientações que deveremos seguir.”



OBSERVAÇÕES

Observação ao Instrutor: Explique as orientações aos alunos e estabeleça as regras antes do jogo começar.

- Forme 4 ou 5 equipes. Dê um número a cada uma (1, 2, 3 etc.). Se possível, o professor deverá ajudar.
- Os cartões deverão estar preparados, com as palavras-chave de um lado e a definição do outro.
- As equipes não poderão usar os Livros do Estudante, nem qualquer outro material para essa atividade.
- Os cartões serão escolhidos aleatoriamente. A definição será lida em voz alta e a equipe escolhida terá 15 segundos para responder qual é a palavra-chave.
- As equipes podem discutir as possíveis respostas. Um representante pronunciará a resposta da equipe.
- A primeira pergunta será para a equipe n.º 1. Se responderem corretamente, a equipe receberá o cartão ou um ponto.
- Se a equipe errar a resposta, a mesma pergunta passará para a próxima equipe, na sequência (primeiro a n.º 2, depois a n.º 3, n.º 4 e, por fim a n.º 5) até que alguém dê a resposta certa.
- A segunda pergunta será direcionada à equipe n.º 2. Se errarem, segue a regra acima (passando para a n.º 3, depois, n.º 4, n.º 5 e terminando na n.º 1).
- Continue o processo até que todos os cartões sejam respondidos ou até completar 10 minutos de jogo, o que ocorrer primeiro.
- Vence o jogo a equipe que tiver mais cartões ou pontos. Dê parabéns aos vencedores e reconheça a participação de todos os demais.



Fale: “Essa foi uma ótima maneira de revisar as palavras-chave que aprendemos no Proerd. Também tivemos a oportunidade de praticar muitas habilidades que podemos aplicar no nosso dia a dia. Quais são algumas dessas habilidades e como vocês podem usá-las quando precisarem tomar decisões importantes?”

Possíveis respostas:

- **MTDP;**
- estratégias de resistência;
- habilidades de comunicação;
- formas de lidar com a tensão.

Fale: “Parabéns por tudo o que vocês aprenderam! É importante lembrar-se de usar essas habilidades para tomarem decisões seguras e responsáveis em seu dia a dia.”



ATIVIDADE 4 (10 minutos)**OBSERVAÇÕES****CAINDO NA REAL**

Fale: “Chegamos ao final do nosso programa *Caíndo na REAL* do Proerd. Mas Cair na REAL não acaba por aqui. No 7º ano, o Proerd continua!”

Facilite uma discussão sobre o Currículo do 7º ano.

Possíveis perguntas:

- O que vocês acham que vão aprender no programa Proerd *Caíndo na REAL* do 7º ano?
- O que vocês acham que seria importante saber ou aprender no Currículo Proerd do 7º ano?



Fale: “Assim como no programa Proerd *Caíndo na REAL* que vocês fizeram, as lições para o 7º ano vão dar continuidade a muitos conceitos que vocês aprenderam, sobre escolhas seguras e responsáveis e que ajudam vocês a tomarem boas decisões. Isso incluirá lições sobre comunicação e relacionamentos. Quando estiverem no 7º ano, vocês enfrentarão novos riscos e consequências e o *Caíndo na REAL* também vai ajudar vocês a compreendê-los melhor. Mas da mesma forma que o *Caíndo na REAL* do 5º ano, as lições do 7º ano serão sobre vocês e suas próprias histórias. Vamos ver algumas dessas histórias agora. Enquanto vocês assistem ao vídeo, pensem em algumas lições que nós estudamos juntos. Vejam se conseguem encontrar exemplos do que aprendemos nesse ano e pensem no que vocês acham que vão aprender no 7º ano.”

Mostre o vídeo.



Facilite uma discussão sobre o vídeo.

Possíveis perguntas:

- Quais exemplos de coisas que vocês aprenderam este ano e que os jovens no vídeo falaram a respeito?
- Por que vocês acham que esses jovens fizeram esse vídeo?



Observação ao Instrutor: Observar a lição suplementar *Conversa em Família nº 5* (página 117)



Observação ao Instrutor: Diga aos estudantes o quanto você gostou de ensinar a eles o **Currículo Proerd “Caíndo na REAL” do 5º ano** e dê os parabéns por eles terem completado o programa. Diga aos alunos que seria muito legal eles levarem os Livros do Estudante para casa e compartilharem com a família deles os conceitos-chave que aprenderam para ficarem seguros e serem responsáveis.

OBSERVAÇÕES

Opcional: Se a escola houver concordado com a realização de uma cerimônia de formatura, conte aos alunos sobre a formatura neste momento. As instruções são as seguintes:

Roteiro de Formatura

Primeiros passos

- ❑ Discuta a formatura com o diretor da escola.
 - Marque o dia e o horário para a cerimônia.
 - Reserve um auditório ou outro local (insira no calendário oficial da escola).
- ❑ Informe a(s) data(s) aos professores e outros funcionários envolvidos.
- ❑ Encontre-se com o responsável pelo local da formatura. Organize-o e limpe-o.
- ❑ Verifique se há grupo de pais voluntários (Amigos da Escola, etc.)
 - para ajudar na decoração do auditório.
 - para ajudar a conseguir água ou refrescos.
- ❑ Marque datas para os ensaios (insira no calendário oficial da escola).
- ❑ Convide autoridades e pessoas importantes (faça um planejamento prévio).
- ❑ Solicite apoio de seu chefe direto, se ele estiver disponível.

Preparativos finais

- ❑ Reúna-se com os formandos e respectivos professores para discutir possíveis atividades a serem incluídas na cerimônia.
- ❑ Relembre os alunos as exigências para a formatura.
- ❑ Selecione alunos para:
 - leitura do juramento ou compromisso com o Proerd;
 - apresentação de dramatizações ou poesias;
 - canções, dança ou música;
 - outros.
- ❑ Ensaie com os alunos a organização: lugares onde deverão se sentar e o planejamento básico para o dia da formatura.
- ❑ Trabalhe na elaboração de uma pauta completa da cerimônia de formatura.
 - Obtenha aprovação do diretor da escola.
- ❑ Verifique as decorações.
- ❑ Verifique a disponibilidade de água ou refrescos.
- ❑ Obtenha a relação nominal dos alunos formandos e prepare os certificados.
- ❑ Envie convites aos pais e outros convidados.
 - Se for necessário transporte para as crianças e/ou familiares, coordene junto à pessoa responsável por conseguir o transporte.
- ❑ Confirme a presença das autoridades e pessoas importantes.

Cerimônia

- ❑ Chegue cedo para preparar tudo.
 - Organize o auditório.
 - Organize a disponibilidade de água ou refrescos.
 - Coloque os certificados na ordem de distribuição. Pratique a leitura dos nomes.
- ❑ Dê início à cerimônia.
 - Os Monitores dos alunos os conduzem e acompanham a pauta.
 - Os Monitores dos alunos orientam os convidados para assentarem-se.
- ❑ *Performance* das atividades. Apresente as **Equipes Proerd**.
- ❑ Divirtam-se!!
- ❑ Convide os presentes para tomarem refrescos.

Pós-evento

- ❑ Entregue ao professor os certificados dos alunos ausentes.
- ❑ Gerencie para que o auditório seja limpo.
 - Envie agradecimentos aos profissionais e gestores que apoiaram a formatura.
 - Reúna os Monitores dos alunos.
- ❑ Relaxe. Você ganhou 4 estrelas!

Anexos ao Currículo Proerd para o 5º Ano do Ensino Fundamental

Lição Proerd Suplementar 1 Conversas em Família

Tabulação dos Conceitos das Lições

CONCEITOS	LIÇÕES									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Responsabilidade	X	X	X	X	X	X			X	X
Tomada de decisão	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Informações sobre drogas		X	X							X
Riscos e consequências			X	X				X	X	X
Pressão dos colegas				X	X	X			X	X
Tensão					X	X		X	X	X
Comunicação confiante						X	X	X	X	X
Comunicação não verbal							X	X	X	X
Escuta Ativa							X	X	X	X
<i>Bullying</i>								X	X	X
Ajudando os outros									X	X
Obtendo ajuda										X

Estrutura da Lição

A mesma estrutura básica em todas as lições promove maior consistência na aplicação de cada uma delas:

- Revisão da lição anterior;
- Desenho animado introdutório para conectar e revisar a lição anterior, além de introduzir a lição da semana atual;
- Explicação dos conceitos básicos;
- Descrição dos conceitos e habilidades;
- Prática das habilidades;
- Aplicação do Modelo de Tomada de Decisão Proerd;
- Revisão e anotações diárias;
- História de encerramento.

Videos Proerd

O novo currículo usa videos próprios para introduzir e resumir as lições. As histórias foram criadas com base em entrevistas realizadas junto a alunos Proerd em todos os Estados Unidos. Começando pela Lição 1, os alunos conhecerão o Mateus e os amigos dele em um vídeo que resume esta lição e introduz a Lição 2. As demais lições se iniciam com histórias de abertura que revisam a lição anterior e apresentam o principal conceito a ser trabalhado na lição seguinte. Essas histórias são contadas pela versão em desenho animado de Mateus e seus amigos.

LIÇÃO PROERD SUPLEMENTAR 1 – 5º ANO DO ENSINO FUNDAMENTAL

Conversas em família

Atividades por Lição

As atividades de Conversa em Família Proerd têm o objetivo de promover o envolvimento dos adultos nas atividades do programa e, para que eles também ajudem suas crianças a resistirem ao apelo das drogas.

As tarefas apresentadas, que deverão ser feitas em casa, potencializam as lições, uma vez que incentivam os alunos a ensinar às famílias aquilo que aprenderam.

As folhas de atividade devem ser entregues aos alunos no final da aula, com a instrução de que eles compartilhem a lição com suas famílias.

Cada atividade de Conversa em família Proerd complementa os objetivos das lições de acordo com a tabela relacionada abaixo:

Conversa em Família	Temas das Conversas	Número da Lição
1	Introdução e MTDP	1
2	Drogas, responsabilidade, riscos e consequências	3
3	Pressão dos colegas	4
4	Comunicação confidante e não verbal	7
5	<i>Bullying</i> , ajudar os outros, bom cidadão	10

A devolução das folhas, em princípio, não é obrigatória, mas os instrutores e as escolas podem definir de maneira diferente, sempre levando em conta o que for melhor para todos.

Veja a seguir os textos para cada Conversa em Família.

Bem vindo ao Proerd!

Seu filho está se juntando a milhões de outros jovens que já foram beneficiados pelo programa. O **Proerd “Caíndo na REAL”** é completamente novo, fundamentado em pesquisas científicas e tem por objetivo ensinar aos jovens as habilidades para conduzirem suas vidas de maneira responsável e livre de drogas.

Pesquisas confirmam ser extremamente importante o diálogo em família com orientação adequada dos jovens sobre situações que os alunos enfrentam em seu dia a dia, ou podem vir a se deparar no futuro, como o abuso de drogas. Convidamos você a participar das atividades do **Conversa em Família**, que fazem uma conexão com o que o aluno aprendeu em sala de aula e possibilitam uma conversa, em casa, sobre esses importantes assuntos.

Na aula de hoje, foi apresentado o **Modelo de Tomada de Decisão Proerd**, que será utilizado em todas as lições para praticar como se deve pensar nas situações, fazer escolhas seguras e responsáveis e tornar-se um bom cidadão.

Os passos do Modelo de Tomada de Decisão Proerd são:

D - DEFINA: Descreva o problema, o desafio ou a oportunidade.

A - ANALISE: Quais são suas opções?

A - ATUE: Faça uma escolha. Use os fatos e informações que você adquiriu.

A - AVALIE: Revise sua decisão. Você fez uma boa escolha?

Também conversamos sobre a importância de ser **RESPONSÁVEL**. Discuta com seu filho o que significa ser responsável, tanto na escola quanto em casa. Dê alguns exemplos dessas responsabilidades:

RESPONSABILIDADES**Em casa:**

Na escola:

Senhores Pais/Responsáveis!

Na sala de aula, nós discutimos sobre a importância de sermos seguros e responsáveis nas escolhas que fazemos em relação à nossa saúde e também conversamos sobre os riscos e as consequências das nossas escolhas. Os fatos e as informações nos ajudam a conhecer os possíveis **efeitos das drogas** no nosso corpo.

Peça ao seu filho para lhe diga um ou dois **fatos** sobre as bebidas alcoólicas e o tabaco. Solicite também que ele diga um ou dois **efeitos sobre a saúde**, provocados por essas duas drogas.

Fato: é algo que pode ser provado como sendo verdade. É uma certeza.

Efeito sobre a Saúde: é o que acontece quando se usa drogas. São as consequências.

Bebida Alcoólica:

Fatos:

Efeitos sobre a Saúde:

Tabaco:

Fatos:

Efeitos sobre a Saúde:

Nós também conversamos sobre os **riscos e as consequências** das nossas escolhas, para aprendermos a tomar decisões seguras e responsáveis. Peça seu filho que compartilhe com você o que aprendeu sobre correr riscos e as possíveis consequências positivas ou negativas.

Cite duas situações, em casa e na escola, nas quais o uso do **Modelo de Tomada de Decisão Proerd** pode ajudá-lo. Pense em como você poderia fazer escolhas sábias.

Senhores Pais/Responsáveis!

Algumas vezes as crianças sofrem pressão dos colegas em relação às escolhas que fazem.

A **Pressão dos Colegas** pode ser tanto positiva quanto negativa.

- 1) Peça ao seu filho para lhe dê um exemplo de uma situação na qual ele se sentiu pressionado por alguém da mesma idade e como ele agiu naquela ocasião.
- 2) Compartilhe com seu filho uma situação na qual você ou alguém que você conhece foi pressionado a fazer algo arriscado e o que aconteceu como resultado da decisão tomada.

Quando sofremos pressões, é importante pensar nas **maneiras positivas** de agir e fazer escolhas **sábias** e **responsáveis**.

As cinco maneiras que compartilhamos na sala de aula são:

- ✓ **Evitar a situação;**
- ✓ **Força em grupo;**
- ✓ **Sair do local;**
- ✓ **Dizer não, explicando o motivo ou dando uma desculpa;**
- ✓ **Mudar de assunto.**

Cite algumas formas ou exemplos de como isso pode ser utilizado no futuro, em situações da vida real.

As crianças e os adultos também podem enfrentar situações ou eventos que causam ansiedade ou tensão. Discuta com seu filho as possíveis **maneiras positivas** de lidar com os **sentimentos** para ajudá-lo a se manter saudável e seguro.

Senhores Pais/Responsáveis!

Durante as aulas do Proerd, nós aprendemos sobre a importância da **comunicação** em nossa vida diária.

Nós discutimos que **comunicação confiante** significa expressar pensamentos ou sentimentos com as pessoas, de forma a comunicar sua opinião respeitando a do outro.

Também aprendemos sobre **comunicação não verbal** e como escutar ativamente o que os outros estão dizendo.

Peça ao seu filho que dê um exemplo de uma situação na qual ele precise usar a comunicação confiante.

Peça que ele demonstre como agiria e discuta sobre como você soube que ele estava empregando boas habilidades de comunicação.

Como você mostrou que estava escutando ativamente ao que estava sendo dito? Quais são algumas formas não verbais de comunicarmos nossos sentimentos?

Pense em um momento ou uma situação em que o Modelo de Tomada de Decisão Proerd possa ajudar a resolver um problema e melhorar a comunicação.

Defina, Analise, Atue e Avalie

D - DEFINA: Descreva o problema, o desafio ou a oportunidade.

A - ANALISE: Quais são suas opções?

A - ATUE: Faça uma escolha. Use os fatos e informações que você adquiriu.

A - AVALIE: Revise sua decisão. Você fez uma boa escolha?

Como uma família, compartilhe diversas maneiras de vocês praticarem habilidades de boa comunicação nas situações da vida diária, tanto em casa quanto na escola.

Senhores Pais/Responsáveis!

Em nossas aulas do Proerd, nós conversamos sobre ***bullying***, **ajudar aos outros**, **ser um bom cidadão** e **saber onde procurar ajuda**, quando precisarmos.

Uma forma de sermos bons cidadãos é ajudando a parar o *bullying*. Na sala de aula, nós aprendemos como usar as **Cinco Perguntas** para relatar o *bullying*.

Conversar regularmente com seu filho vai ajudá-lo a aprender maneiras seguras e responsáveis de lidar com as situações que ele enfrentará em seu dia a dia. As perguntas abaixo vão ajudar a iniciar uma conversa sobre maneiras de ajudar a parar o *bullying*:

1. **Quais** são duas maneiras de você saber que alguém está sofrendo *bullying*?
2. **Quem** são as pessoas que apenas “assistem” e não fazem nada, quando observam o *bullying* acontecer?
3. **Quando** você deve agir e o que você deve fazer, se observar o *bullying* acontecendo ou se você for vítima de *bullying*?
4. **Onde** ou como você pode relatar o *bullying* com segurança?
5. Por que é importante **relatar/denunciar** o *bullying* para um adulto de confiança?
6. Cite o nome de alguém a quem você pode recorrer se precisar de ajuda, conselho, proteção ou orientação.

**Muito obrigado por participar das atividades do
Conversa em Família Proerd “Caindo na REAL”!**



MANUAL DO INSTRUTOR

Currículo Proerd Caindo na REAL para o 7º Ano do Ensino Fundamental

Todos os direitos reservados. Copyright © 2010 D.A.R.E. America.

O presente produto foi elaborado e validado em 2014 pelos Centros de Treinamento Internacionais D.A.R.E./Proerd das Polícias Militares do Rio de Janeiro, de São Paulo, do Distrito Federal, de Santa Catarina, de Minas Gerais, do Rio Grande do Norte e do Rio Grande do Sul, sob a supervisão da Câmara Técnica Nacional do PROERD e o suporte da Secretaria Nacional de Segurança Pública – SENASP.

Governador do Estado de Minas Gerais
Antônio Augusto Junho Anastasia

Comandante-Geral da PMMG
Renato Vieira de Souza, Cel PM

Chefe do Estado-Maior da PMMG
Márcio Martins Sant'ana

Direção de adaptação e revisão:
Eduardo de Oliveira Chiari Campolina, Cel PM
Neuza Maria Aparecida Mendes, Cel PM
Leonardo Filgueiras de Paula, Ten Cel PM
Hudson Matos Ferraz Junior, Maj PM
Alexandre Magno de Oliveira, Maj PM
Cleverson Natal de Oliveira, Maj PM

Assessoria metodológica D.A.R.E./Proerd:
Hudson Matos Ferraz Junior, Maj PM

Assessoria pedagógica:
Gleisa Calixto Antunes

Tradução:
Bárbara Giovanni Jorge Miranda
Silas Tiago Oliveira de Melo, 2º Sgt PM
Justin Kane Cherry

Revisão ortográfica:
1º Ten PM Sérgio Luzia Rodrigues
1º Sgt PM Osnir José dos Santos
Heloísa Evangelista
Racicheyli de Oliveira

Revisão ortográfica 2013:
Fundação Pitágoras

Revisão científica:
Dra. Geisa Fermamdes Calvert
Dra. Fabiane Alessandra Rodrigues Oliveira

Adaptação gráfica:
Maj PM Gedir Christian Rocha
Junio Leal de Abreu, 3º Sgt PM
Anderson Aparecida da C. Roberto

Título Original:
Keepin' It REAL - Instructors Manual for Middle School

© The University of Arizona

Text: Copyright © 2009 D.A.R.E. America
Design and Illustrations: Copyright © 2009 D.A.R.E. America
Copyright infringement enforced by D.A.R.E. America

Tradução, adaptação e reprodução autorizadas pelo D.A.R.E. International

Administração
Estado-Maior da Polícia Militar
Quartel do Comando-Geral da PMMG
Cidade Administrativa do Governo de Minas Gerais
Rodovia Prefeito Américo Gianetti, S/N, Bairro Serra Verde - Belo Horizonte/MG

Realização, suporte metodológico e técnico
Diretoria de Apoio Operacional
Rua da Bahia, 2115 – Funcionários – Belo Horizonte / MG
CEP 30.160-012
Tel.: (31) 3071-2623
E-mail: proerd@pmmg.mg.gov.br

Agradecimentos ao Diretor do D.A.R.E. International e aos facilitadores do D.A.R.E. America pela orientação técnica e curricular:
Michael Kuhlman, Gene Ayers, Bobby Robinson, Scott Gillian, Leonard Moudy e Rodger Hogan.

Colaboração:
Sexta Região da Polícia Militar de Minas Gerais
Centro de Treinamento DARE/Proerd da PMSC

Apoio:
Secretaria de Estado de Defesa Social – SEDS
Subsecretaria de Políticas Antidrogas – SUBPAD/MG
Conselho Estadual de Políticas sobre Drogas – CONEAD/MG
Conselho Nacional dos Comandantes-Gerais das Polícias Militares e Corpos de Bombeiros Militares – CNEC
Câmara Técnica Nacional de Estratégias do Proerd

Manual do Instrutor do 7º Ano: Caindo na REAL / University of Arizona ; PMMG;
tradução coordenada por Bárbara G. J. Miranda. – Belo Horizonte: PMMG, 2011.

Título original: *Keepin' It REAL - Instructors Manual for Middle School*
Contém: Cinco vídeos usados no currículo *Caindo na REAL*, Livro do Estudante Proerd do 7º Ano, Livreto do Dever de Casa e 10 segmentos de slides.

1. Projeto de Estratégias de Resistência às Drogas. 2. **R.E.A.L. (Recusar, Explicar, Abster-se e Livrar-se)**. 3. Currículo - Caindo na REAL. I. Miller-Day, Michelle. II. Hecht, Michael. III. D.A.R.E. América. IV. Centro de Treinamento Internacional DARE/Proerd - PMMG. IV. Título.

CDU 355.233
CDD 355.2

2ª Edição – Revisão 2013

Edição original, cedida para esta reprodução pelos autores

AGRADECIMENTOS

Este currículo foi projetado, desenvolvido e formatado sob a direção e especialidade de inúmeras pessoas. Agradecimentos especiais e demonstração de apreço pela elaboração da presente obra são direcionados à seguinte equipe de experientes autores:

Equipe de Desenvolvimento do Currículo:

Michael L. Hecht
Penn State University

Michelle Miller-Day
Penn State University

Margaret A. Colby
Penn State University

Elvira Elek
RTI International

Monica Gosin
Universidade da Califórnia
San Diego

Amy Drapeau Dumaliang
Phoenix Arizona

Professores e estudantes dos níveis *middle school*
e high school, em Phoenix, Arizona

Sarah Amira De La Garza e nossos Colegas
da Universidade do Estado de Arizona

Comissão de Consultores do Currículo:

Frank Pegueros
Diretor Executivo & COO
D.A.R.E. America

Scott Gilliam
Diretor de Treinamento
D.A.R.E. America

Anita Bryan
Diretora Educacional
D.A.R.E. America

Elizabeth McConnell
Diretora Educacional,
D.A.R.E. America

Bobby Robinson
Comandante
Calcasieu Parish Sheriff

Rosaida “Peachy”
Assistente Administrativa
D.A.R.E. America

SUMÁRIO

Proerd e o Currículo Educacional Caindo na REAL	04
Quadro curricular das lições	10
 AS LIÇÕES:	
LIÇÃO 1 – Opções e escolhas	11
LIÇÃO 2 – Riscos e consequências	19
LIÇÃO 3 – Comunicação e conflito	31
LIÇÃO 4 – Recusar	39
LIÇÃO 5 – Explicar	45
LIÇÃO 6 – Abster-se	51
LIÇÃO 7 – Livrar-se	57
LIÇÃO 8 – Senso comum	63
LIÇÃO 9 – Sentimentos	71
LIÇÃO 10 – Redes de suporte	77

PROERD E O CURRÍCULO EDUCACIONAL *CAINDO NA REAL*

Dos adolescentes ... por adolescentes ... para os adolescentes

O currículo educacional PROERD, intitulado *Caindo na REAL*, representa mais de 20 anos de pesquisa do Projeto de Estratégias de Resistência às Drogas (*Drug Resistance Strategies – DRS*) sobre o porquê do consumo de drogas por jovens. Além da orientação promovida pela citada pesquisa, o Programa de Prevenção ao Abuso de Substâncias no Ensino Fundamental foi desenvolvido com a colaboração da Universidade Estadual de Penn, Universidade Estadual do Arizona, D.A.R.E. América e escolas ao redor dos Estados Unidos da América. Fundamentado em normas culturais, o programa ensina os jovens como viver livre do consumo das drogas, de maneira confiante, utilizando como recursos a mobilização de estudantes, suas famílias e comunidades.

O acróstico “REAL” é a mensagem central do currículo e ensina aos jovens as quatro maneiras de recusar a oferta de drogas: **R**ecusar, **E**xplicar, **A**bster-se e **L**ivrar-se. Essas estratégias ajudam os jovens a se manterem longe das drogas, preparando-os para agirem decisiva e responsabilmente diante de situações difíceis. O currículo ensina aos estudantes maneiras de resistir à oferta de drogas por intermédio de estratégias práticas e fáceis de serem lembradas e utilizadas.

Filosofia

O currículo interativo *Caindo na REAL* é baseado em teorias e práticas preventivas. A pesquisa que, originalmente teve início no fim da década de 80, foi desenvolvida em função da necessidade de compreender a perspectiva dos adolescentes sobre a demanda e oferta de drogas, avaliação de riscos e tomada de decisão. O método “de adolescentes, por intermédio de adolescentes, e para adolescentes” começou com essa pesquisa, abordando como os estudantes podem tomar decisões sadias, comunicando-se de maneira clara e efetiva.

Ao aplicar o método de prevenção desenvolvida por Michelle Miller-Day e Michael Hecht, milhares de histórias de jovens foram coletadas e transformadas num Programa de Prevenção Multimídia e Multicultural, no caso, o *Caindo na REAL*. O currículo fornece aos estudantes maneiras efetivas para tomarem decisões e recusarem a oferta de drogas, oferecidas diretamente por outros adolescentes.

O currículo consiste em dez lições direcionadas a alunos do 7º Ano do Ensino Fundamental, orientando quanto a habilidades de resistência, avaliação de riscos, tomada de decisões, suporte social e resolução de conflitos, além de esclarecer questões legais e de condutas diante do fenômeno “drogas”. Uma série de cinco vídeos são elementares ao currículo *Caindo na REAL*, organizada de modo sequencial, sendo o primeiro um vídeo de introdução e os demais exemplificam as habilidades de resistência às drogas.

O currículo *Caindo na REAL* foi testado inicialmente numa pesquisa aleatória em 35 escolas de Ensino Fundamental em Phoenix, Arizona. Mais de 6.700 estudantes participaram da avaliação, foi demonstrado que o currículo *Caindo na REAL* reduz o consumo de álcool, maconha, tabaco, ensina sobre padrões de comportamentos saudáveis, muda atitudes e expectativas dos jovens sobre o consumo de drogas. Como resultado, o *Caindo na REAL* foi reconhecido como um Programa baseado em evidências pela *Substance Abuse and Mental Health Services Administration* (SAMHSA) e está listado no Registro Nacional de Práticas e

Programas baseados em Evidências (*National Registry of Evidence-based Programs and Practices – NREPP*).

Baseado em sua eficácia, o programa *Drug Abuse Resistance Educational* agora trabalha em parceria com a Universidade Estadual de Penn para trazer o currículo para sua sala de aula.

O Currículo

O currículo escolar *Caindo na REAL* é organizado como um programa de 10 lições e duração de 10 semanas. Cada lição requer um período de aula de no mínimo 45 minutos e é planejado para promover a interação entre instrutores Proerd e estudantes. Ao compartilhar suas próprias histórias, praticar a tomada de decisão e encenar as situações das estratégias de resistência do “**REAL**”, o currículo fará com que os estudantes tenham domínio de novas habilidades. A ferramenta chave do programa é uma série de vídeos que mostram jovens do Ensino Fundamental e histórias reais sobre a demanda e oferta de drogas. Os vídeos demonstram como os estudantes usam as estratégias do “**REAL**” para resistir às drogas em situações reais vividas em comunidades rurais, suburbanas e urbanas.

A sustentação do programa são as estratégias do “**REAL**” para resistir às ofertas de drogas: **Recusar, Explicar, Abster-se e Livrar-se**. Ao enfatizar essas quatro estratégias, o programa auxilia o estudante a aprender como tomar decisões efetivas e desenvolver habilidades de comunicação, ajudando-os a resistir ao impulso para o consumo de drogas.

Lições

As lições do *Caindo na REAL* incorporam histórias pessoais e uma linguagem familiar aos jovens. Ensinam avaliações de riscos, tomadas de decisões, comunicação e habilidades cotidianas, incluindo as estratégias do *REAL*. As lições são desenvolvidas para promover a interação dentre os estudantes, assim como entre os estudantes e o instrutor Proerd. As lições do *Caindo na REAL* incluem modalidades de ensino que objetivam a participação ativa do estudante, tais como:

- atividades de aprendizagem em grupos cooperativos;
- questionamentos elaborados de modo a promover um nível mais elevado de pensamento;
- encenações sobre situações e fatos;
- método “pensar/formar duplas/compartilhar” durante as discussões.

Cada lição inclui:

- orientação curricular e instruções;
- transparências ou *slides*;
- termos chave;
- páginas do Livro do Estudante;
- páginas do Livreto de Dever de Casa.

O desempenho dos estudantes nos deveres de casa repassados permitirá ao instrutor Proerd avaliar como estão se saindo ao aprender as habilidades e conhecimentos ensinados em sala de aula.

Síntese das lições

Lição 1: Opções e escolhas

Nesta lição os estudantes identificarão as estratégias de resistência do *Caindo na REAL* para “**Recusar**, **Explicar**, **Abster-se** e **Livrar-se**”. Um vídeo introdutório apresenta uma visão geral dessas estratégias centrais de resistência. Os conceitos de opções, escolhas e consequências são definidos por intermédio de discussões e atividades em classe, com a ideia de que para todas escolhas existem consequências. Os estudantes aprendem a diferenciar uma simples escolha de uma escolha sábia.

Lição 2: Riscos

Os estudantes definirão o termo “risco” e identificarão os riscos que podem ser potencialmente nocivos a eles. A atividade “jogo da adivinhação” é uma oportunidade para se explicar como o risco pode afetar suas escolhas. Por intermédio do jogo da adivinhação, serão fornecidas aos estudantes informações relativas aos fatos concernentes ao real número de estudantes atualmente envolvidos com o uso de drogas.

Lição 3: Comunicação e conflito

Os estudantes identificarão e descreverão os componentes do Modelo de Tomada de Decisão Proerd para que façam escolhas sábias e tomem decisões sadias. Eles articularão o significado de “concordar que discordam” e explicarão a diferença entre comportamentos assertivos, agressivos e passivos. Uma atividade em grupo dará oportunidade aos estudantes de trabalhar de forma cooperativa, utilizando, para tanto, o *Modelo de Tomada de Decisão Proerd* como forma de solucionar cenários de conflitos.

Lição 4: Recusar

Os estudantes estarão aptos a explicar a estratégia *REAL* para “**Recusar**”, assim como para articular o “**não**” de maneira clara e assertiva. Um vídeo será exibido para exemplificar essa estratégia. Por meio de discussões e compartilhando suas próprias histórias, os estudantes aprenderão técnicas assertivas, verbais e não verbais para recusar.

Lição 5: Explicar

Os estudantes demonstrarão a estratégia *REAL* para “**Explicar**” e estarão aptos a expressar as razões de suas ações de forma clara. Um vídeo será exibido, exemplificando a estratégia. Estudantes usarão frases afirmativas, iniciadas com o pronome EU, de forma a articular suas preferências pessoais e compartilhar suas opiniões e crenças.

Lição 6: Abster-se

Os estudantes definirão a estratégia *REAL* para “Abster-se” e estarão aptos a listar três formas de como se abster de uma situação. Um vídeo será exibido, exemplificando a estratégia. Por meio de discussões, compartilhando as próprias histórias e encenando situações, os estudantes aprendem como usar o *Modelo de Tomada de Decisão Proerd*, praticando formas para se abster de situações potencialmente nocivas.

Lição 7: Livrar-se

Os estudantes estarão aptos a explicar a estratégia *REAL* para “Livrar-se”. Um vídeo será exibido, exemplificando a estratégia. Por meio de discussões, compartilhando as próprias histórias e encenando situações, os estudantes aprendem a identificar situações nas quais possam usar a estratégia para “Livrar-se”.

Lição 8: Senso comum

Os estudantes serão apresentados ao conceito de comportamento segundo o senso comum e serão capazes de definir os termos “senso comum” e o “senso comum entre os colegas”. Eles identificarão corretamente o senso comum do uso de drogas entre seus colegas. Os alunos aprendem que, ao contrário do que acreditam, a maioria dos estudantes da sua idade não usa drogas. Eles estarão aptos a explicarem com o “senso comum” pode influenciar suas decisões.

Lição 9: Sentimentos

Os estudantes identificarão como as pessoas expressam suas emoções de formas diferentes e que têm sentimentos e reações distintas para cada situação. Cenários para encenações são usados para ajudar os estudantes a resolverem situações de conflito e a expressarem seus sentimentos de maneira positiva. Eles aprenderão a reconhecer o valor de seus sentimentos e do próximo.

Lição 10: Redes de suporte (conclusão)

Os estudantes aprenderão como as habilidades assimiladas na estratégia *REAL* podem ser usadas em sua rede de amigos, familiares e colegas. Eles utilizarão o ECOMAPA para explicar o conceito de uma rede de suporte social e a identificar membros de sua rede pessoal de suporte social, os quais podem solicitar auxílio caso necessitem. A lição final do *Caindo na REAL* fornece aos estudantes a oportunidade de revisar os conceitos e habilidades que aprenderam nas lições anteriores.

Vídeos

Cinco vídeos são usados no currículo *Caíndo na REAL*. O primeiro vídeo, que acompanha a Lição 1, é uma introdução ao currículo. Foram desenvolvidos para entusiasmar os estudantes sobre o programa, com uma visão geral das estratégias e habilidades de tomada de decisão usadas por estudantes que compartilharam suas histórias. Os outros quatro vídeos fornecem aos estudantes a oportunidade de observarem a demonstração das habilidades da estratégia *REAL*. Apresentado estudantes reais, similares a eles, os vídeos explicam como esses resistem exitosamente à oferta de drogas e como estão capacitados a usar essas estratégias em suas próprias vidas. Cada vídeo dramatiza uma ou mais situações de consumo e oferta enfrentadas por estudantes e termina com a resistência deles às drogas.

Nota ao instrutor

As habilidades do currículo *Caíndo na REAL* que você ensinará aos estudantes são ferramentas que os ajudarão a administrar com sucesso as experiências com as quais se depararão ao longo da vida. Muitos estudantes desconhecem o poder de suas próprias palavras e ações, bem como do papel desempenhado pelas escolhas que assumirem na vida. Ao auxiliar na conscientização dos estudantes sobre riscos, ensinando-os como tomar decisões efetivas, usando as estratégias de resistência do *Caíndo na REAL* para “**Recusar, Explicar, Abster-se e Livrar-se**”, irá capacitá-los para que sejam proativos ao responder às situações que poderiam, de outra forma, ser difíceis para eles.

Cada uma das estratégias do *REAL* é ensinada em caráter individual, com auxílio dos vídeos, para que os estudantes possam explorar as mais diversas facetas de uma estratégia em particular. Após cada vídeo, há questões que foram elaboradas para oportunizar uma discussão orientada. Além disso, as atividades com auxílio de vídeos foram criadas para auxiliarem os estudantes na prática de estratégias mais adiante. Os estudantes terão a oportunidade de aprender como e quando utilizar as estratégias “Recusar”, “Explicar”, “Abster-se” e “Livrar-se”.

O currículo foi desenvolvido de maneira padronizada para ser utilizado por todos (de maneira universal), porém os problemas específicos, os materiais e as estratégias devem ser adaptáveis ao contexto sociocultural de cada escola. Há três âmbitos de vídeos – urbano, suburbano e rural – dentre os quais os instrutores Proerd podem selecionar aquele que será apresentado em classe.

Tenha os seguintes pontos em mente enquanto prepara, cuidadosamente, cada lição:

- cada lição contém instruções, páginas correspondentes no Livro do Estudante, transparências/slides e deveres de casa;
- seja um bom ouvinte. Facilite discussões que chamem a atenção do estudante e estimulem ativamente a reflexão sobre as formas de solucionar seus próprios problemas;
- encoraje os estudantes a compartilharem suas ideias;
- use exemplos dos estudantes, suas palavras e suas experiências nas discussões;
- estimule os estudantes a buscar e assimilar novas habilidades;

- seja inclusivo: use o pronome “nós” ao descrever como, quando, o que e o porquê de uma estratégia;
- familiarize-se com o glossário de termos chaves localizado na página final do Livro do Estudante. Esses termos foram desenvolvidos para uso do estudante e também estão mencionados no currículo;
- decida quais os vídeos (urbano, suburbano e rural) que melhor refletem a realidade da comunidade em que atua e são apropriados aos estudantes que estão aprendendo.

Lembre-se de que o currículo é desenvolvido para o ensino de estratégias que capacitarão os estudantes a refletirem melhor sobre suas decisões e fazerem escolhas apropriadas para levar uma vida mais saudável. As pesquisas apontam que este é o método mais efetivo para atingir esse objetivo.

Currículo Proerd <i>Caindo na REAL</i> Ênfase do conteúdo por lição							
Lição	Habilidades de Comunicação	Habilidades de Resistência	Consequências	Crenças do Senso Comum	Competência Social	Tomada de Decisões	Pensamento Crítico
1: Opções e escolhas	X	X	X		X	X	X
2: Riscos	X		X	X		X	X
3: Comunicação e conflito	X	X	X		X	X	X
4: Recusar	X	X	X		X	X	X
5: Explicar	X	X	X		X	X	X
6: Abster-se	X	X	X		X	X	X
7: Livrar-se	X	X	X		X	X	X
8: Senso comum	X	X		X	X	X	X
9: Sentimentos	X	X	X		X	X	X
10: Redes de suporte	X	X	X	X	X	X	X

LIÇÃO 1

OPÇÕES E ESCOLHAS

Objetivos

Ao término da lição, os estudantes estarão aptos a:

- identificar as estratégias de resistência para “Recusar, Explicar, Abster-se e Livrar-se” do currículo Proerd *Caíndo na REAL*;
- definir os termos “opção”, “escolha” e “consequência”;
- explicar como as escolhas geram consequências;
- diferenciar entre uma simples escolha e uma escolha sábia.

Preparação

- Revise o planejamento da lição.
- Revise o vídeo de Introdução.
- Familiarize-se com os objetivos da Lição 1.
- Reflita sobre as seguintes atividades a serem direcionadas aos estudantes:
 - vídeo de introdução do *Caíndo na REAL*;
 - atividade de Introdução ao *REAL*.

Materiais

- Vídeo de introdução *Caíndo na REAL*.
- Transparência/slide: PERGUNTAS DAS ESTRATÉGIAS *REAL*.
- Transparência/slide: OPÇÃO, ESCOLHA E CONSEQUÊNCIA.
- Transparência/slide: ESCOLHAS.
- Livro do Estudante Proerd.
- Livreto de Dever de Casa: ESCOLHAS.

Estrutura da Lição

- | | | |
|---------------|----------------------------------|------------|
| • Atividade 1 | Introdução ao Proerd | 10 minutos |
| • Atividade 2 | Vídeo de Introdução | 7 minutos |
| • Atividade 3 | Introdução ao <i>REAL</i> | 5 minutos |
| • Atividade 4 | Opções, Escolhas e Consequências | 5 minutos |
| • Atividade 5 | Simple Escolha e Escolha Sábia | 6 minutos |
| • Atividade 6 | Revisão dos Cenários | 7 minutos |
| • Atividade 7 | Revisão da Lição | 3 minutos |
| • Atividade 8 | Dever de Casa | 2 minutos |

ATIVIDADE 1 (10 minutos)

Introdução ao Proerd

Apresente-se aos estudantes, dando-lhes boas-vindas ao programa Proerd e ao currículo *Caindo na REAL*; distribua os livros dos estudantes e peça que escrevam seus respectivos nomes na capa.

Nota ao instrutor: Converse com o professor antes do início da aula a fim de obter conselhos e assistência para decidir quais estudantes devem trabalhar juntos.

Diga: *O propósito principal das lições é aprender habilidades que podem ser usadas quando nos encontrarmos em uma situação relacionada às drogas ou em quaisquer outras situações da vida que exigem sábias tomadas de decisões.*

- Explique que estas lições têm o propósito de ensinar habilidades sociais que podem ser usadas em diversas áreas de nossas vidas, tais como lidar com pais, amigos, namorados(as), instrutores, etc.
- Essas habilidades podem nos ajudar a sermos confiantes nas decisões que tomamos, especialmente quando tivermos que tomar decisões difíceis. Instrua os estudantes a manterem isso em mente durante as atividades do programa.
- Há no currículo Proerd 10 lições, e estas serão significantes e agradáveis.

Deixe claro aos estudantes que as lições irão encorajá-los à participação ativa nas aulas.

Explique aos estudantes que eles irão participar de diversas atividades durante as lições. A disciplina em sala de aula é importante para que todos possam participar. Nesse sentido, será necessário estabelecer algumas regras para facilitar o desenvolvimento dos trabalhos.

Revise as **regras** junto aos estudantes:

- levante a mão para que fale apenas um por vez;
- seja positivo e respeitoso. Uma atitude inapropriada pode ferir sentimentos alheios;
- observe e atenda ao sinal de silêncio;
- use a frase “alguém que eu conheço” em vez de nomes ao relatar uma história;
- apenas responda às perguntas às quais se sinta à vontade para responder.

OBSERVAÇÕES



Caindo na REAL

R = Recusar

OBSERVAÇÕES

Diga: *Respeitar todos na sala de aula é muito importante quando trabalhamos em grupos. Na atividade seguinte, vocês terão a oportunidade de trabalharem juntos para decidirem o que vocês fariam em certas situações ou cenários.*

Divida os estudantes em grupos de três a seis pessoas cada:

- peça aos alunos para abrir o Livro do Estudante na INTRODUÇÃO AO REAL, disposta na página 4;
- designe um cenário para cada grupo;
- cada grupo deve escrever o que faria caso estivesse nessa situação. Certifique-se de que os alunos escrevam o que de fato fariam e lhes diga que não há respostas certas ou erradas;
- informe aos estudantes que eles irão compartilhar suas respostas com o restante da classe.



A seguir, diga aos estudantes que a realização desse exercício é para iniciá-los nas habilidades que aprenderão no currículo *Caindo na REAL*. Nós discutiremos os cenários novamente, mais tarde, ainda nessa lição.

ATIVIDADE 2 (7 minutos)

Vídeo de Introdução

Nota ao instrutor: Os vídeos são partes essenciais do currículo. Eles nos dão modelos ou exemplos a respeito do que estamos ensinando e são uma das principais razões pelas quais o currículo Proerd *Caindo na REAL* funciona. Pesquisas indicam que ao assistir aos vídeos, o aluno pode optar em não consumir drogas.

Inicie o vídeo de Introdução *Caindo na REAL*.

Após assistirem ao vídeo, os alunos farão correlações entre si e os jovens presentes nas imagens; portanto, explique que os jovens são pessoas reais, não atores encenando.

OBSERVAÇÕES

OBSERVAÇÕES

Informe aos alunos que as cinco lições incluem vídeos, os quais foram feitos de estudantes para estudantes. Eles relatam histórias de jovens reais e o que fizeram para resistir ao uso de drogas.

ATIVIDADE 3 (5 minutos)

Introdução ao REAL

Apresente as estratégias de resistência do REAL, que podem ser utilizadas em situações nas quais eles tomam decisões sobre coisas que não querem fazer, ou que poderiam ser nocivas ou perigosas.

Peça aos alunos que sigam para a página 5 do Livro do Estudante, intitulada REAL. Exiba a transparência/slide da atividade ESTRATÉGIAS PARA RECUSAR. Discuta com o grupo os conceitos apresentados e peça que preencham as lacunas com a palavra que define esse conceito:

- **R – Recusar:** Dizer não, eu não quero fazer algo.
- **E – Explicar:** Dizer por que eu não quero fazer algo.
- **A – Abster-se:** Manter-me distante de uma situação na qual não quero me envolver.
- **L – Livrar-se:** Sair de uma situação da qual não quero fazer parte.

Diga: As palavras do acróstico REAL nos ajudam a entender que há pelo menos quatro escolhas de comportamento. Podemos usar esses comportamentos quando nos encontrarmos em uma situação difícil, na qual não queremos estar, como uma situação de oferta de drogas.

Peça aos alunos para retornarem à INTRODUÇÃO AO REAL (página 4) e compartilhem com a classe qual de suas respostas foram estratégias de resistência do REAL, se houver alguma.

Siga para próxima atividade, dizendo aos alunos que, naquele momento, aprenderão mais sobre escolhas.

OBSERVAÇÕES

REAL
Estratégias Para Recusar

R — dizendo não, eu não quero fazer algo.
E — dizendo por que eu não quero fazer algo.
A — manter-me distante de uma situação na qual não quero me envolver.
L — sair de uma situação da qual não quero fazer parte.

PERGUNTAS do REAL

1. O que você fará nesta situação?
2. Por que?
3. O que você acha que acontecerá como resultado de sua escolha? Quais as possíveis consequências?
4. Como suas escolhas afetam as outras pessoas?
5. A escolha que você fez foi uma simples escolha ou uma escolha envolvida?

Introdução ao REAL

Orientação: Leia o cenário que foi determinado abaixo e responda o que você faria.

Cenário #1 Você está no seu grupo de amigos e uma garota nova na escola parece por você. Instantaneamente seus amigos começam a falar dela, porque acham que ela é garota e mede, se acha melhor. Você percebe que ela está, porque ela está em cima do grupo. Você gostaria de participar de uma coisa com a garota e achou que ela era simpática. O professor pediu que ela fosse seu par em sala de aula para fazer um exercício, e ela o aceitou. Você não quer que ela pense que você está gostando dela, mas não é um grupo que tenha sobre ela.

Cenário #2 Você está no shopping com sua mãe quando encontra um grupo de alunos mais velhos. Eles sabem que você está com ela e os três seguem para sua loja e vão com você por 15 minutos. Você diz a eles que não quer mais, mas eles dizem para não contar a sua mãe que foi lá. Você não quer ir, mas eles continuam a pressionar.

Cenário #3 Um garoto no qual você gosta de quem você estava a fim por todo o ano o convence para sair e ele é um jogador. Ele está no meio das coisas. Você, bastante atordoado, aceita o convite. Depois de sair e a sua amiga o convence de que não deve ir, mas ela não consegue fazer nada. Ela está no meio das coisas e não sabe o que fazer. Ela não sabe o que fazer e não sabe o que fazer. Ela não sabe o que fazer e não sabe o que fazer.

Cenário #4 Você e seu amigo estão se brincando para a aula de Educação Física. Você percebeu um grupo de garotas interessadas e você sabia que era uma ótima chance de fazer uma pergunta um pouco mais. Você não tem certeza se que você garotas estão fazendo, mas você acha que elas estão interessadas e não de qualquer.

Cenário #5 Alguns amigos mostram uma mensagem instantânea dizendo sobre um novo lugar que está aberto. Eles pedem para que você vá para a mensagem, dizendo para todos os seus amigos. É para que não ande por aí no meio com essa pessoa mais. Você sabe que eles não estão falando a verdade.

Então, o que você faria?

ATIVIDADE 4 (5 minutos)

Opções, Escolhas e Consequências

Mostre individualmente cada uma das seguintes palavras: **opção, escolha e consequência**:

Pergunte aos estudantes o que acham que cada palavra significa. Considere todas as respostas.

Mostre a transparência/slide **OPÇÃO, ESCOLHA E CONSEQUÊNCIA** com as definições corretas (abaixo) ou escreva no quadro as respostas dos estudantes que sejam similares a essas definições:

- **opção** - Uma possível escolha; o poder ou direito de escolha; uma decisão a ser tomada.
- **escolha** - Tomar uma decisão para fazer uma coisa em vez de outra.
- **consequência** - É o que acontece após uma escolha feita.

Discuta o fato de que nos deparamos com **opções e escolhas** todos os dias e que para todas as escolhas que fazemos há **consequências**. **Reforce**: não escolher é também uma escolha.

Explique o conceito de “propósito”, que está relacionado às escolhas que fazemos.

- Esse conceito faz referência ao fato de que temos certos objetivos em nossas vidas; portanto, muitas das escolhas são feitas por uma razão específica. Assim sendo, nossas escolhas têm um propósito.
- Nossas escolhas têm consequências. E essas consequências podem nos impedir de alcançar nossos objetivos.

Pergunte: *Quais são alguns dos seus objetivos para o futuro?*

OBSERVAÇÕES

Opção: uma possível escolha.

Escolha: tomar uma decisão para fazer uma coisa em vez de outra.

OBSERVAÇÕES

Facilite uma discussão sobre a ideia de que suas escolhas também podem afetar outras pessoas.

Exemplo: Se vocês decidirem não dar um recado importante sobre um telefonema que atenderam, vocês podem causar um grande problema à pessoa a quem era endereçado o recado.

Pergunte:

- *Vocês se recordam de alguma vez em que suas escolhas afetaram outras pessoas, tais como membros da família ou amigos?*
- *Qual foi o resultado da escolha que vocês fizeram?*
- *Como vocês se sentiram após terem feito suas escolhas?*

ATIVIDADE 5 (6 minutos)

Simples Escolha e Escolha Sábia

Discuta a diferença entre uma **simples escolha** e uma **escolha sábia**.

- Explique que uma **simples escolha** é aquela que fazemos quando as consequências não são tão grandes ou impactantes.
 - Exemplo: Escolher entre vestir uma camiseta azul ou uma camiseta verde é uma simples escolha; portanto, não traz sérias consequências.
- Explique que uma **escolha sábia** precisa ser feita quando as consequências são maiores ou mais impactantes.
 - Exemplo: Se alguém desejar praticar esportes ou outra atividade sem ter que faltar às aulas escolares, seria então uma sábia escolha, já que “matar aula” poderia afetar suas OBSERVAÇÕES na escola.

OBSERVAÇÕES

Simples escolha:
uma escolha que você não pensa muito à respeito, porque não envolve consequências mais sérias.

Pergunte: *Quais as questões importantes a se considerar?*

Solicite que os alunos expliquem suas respostas.

OBSERVAÇÕES

Algumas considerações a serem feitas junto aos alunos:

- como nossas escolhas poderão afetar outras pessoas?
- como nossas escolhas afetarão nossos próprios objetivos no futuro?
- como vamos nos sentir futuramente sobre nossas escolhas?
- quais são as consequências envolvidas?

ATIVIDADE 6 (7 minutos)

Revisão dos Cenários

Diga: Nós discutimos a importância de se fazer escolhas sábias e as possíveis consequências de nossas decisões. Agora vamos fazer uma breve revisão dos cenários que trabalhamos hoje em nossa lição.

Diga aos estudantes para retornarem à página 4 do Livro do Estudante intitulada INTRODUÇÃO AO REAL, e peça que, analisando os cenários com que trabalharam mais cedo, respondam às questões da atividade PERGUNTAS DO REAL da página 5. Mostre a transparência/slide PERGUNTAS DO REAL e estabeleça um tempo para que todos respondam às perguntas. Isso pode ser feito individualmente ou em grupo. Facilite uma discussão com base em suas respostas.

Mostre a transparência/slide PERGUNTAS DO REAL e estabeleça um tempo para que todos os alunos respondam às perguntas que se encontram na página 5 do Livro do Estudante.

ATIVIDADE 7 (3 minutos)

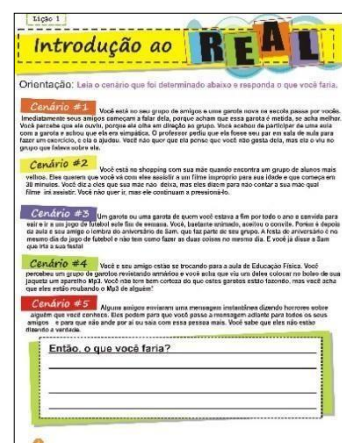
Revisão da Lição

Pergunte aos alunos quais foram as coisas mais importantes que aprenderam hoje e por quê. São possíveis respostas:

- o significado do REAL;
- reconhecer que as escolhas feitas por uma pessoa podem ter consequências favoráveis ou desfavoráveis;
- a diferença entre uma simples escolha e uma escolha sábia.

Agradeça aos alunos pela participação e deixe claro que você os espera na próxima semana para trabalharem juntos.

OBSERVAÇÕES



OBSERVAÇÕES

ATIVIDADE 8 (2 minutos)

OBSERVAÇÕES

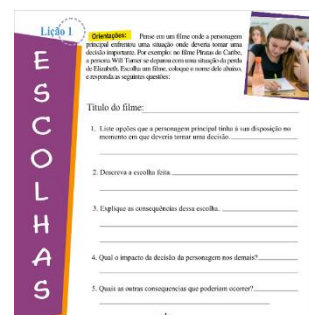
Dever de Casa

Distribua o livreto de Dever de Casa e solicite que os estudantes sigam para a página intitulada ESCOLHAS.

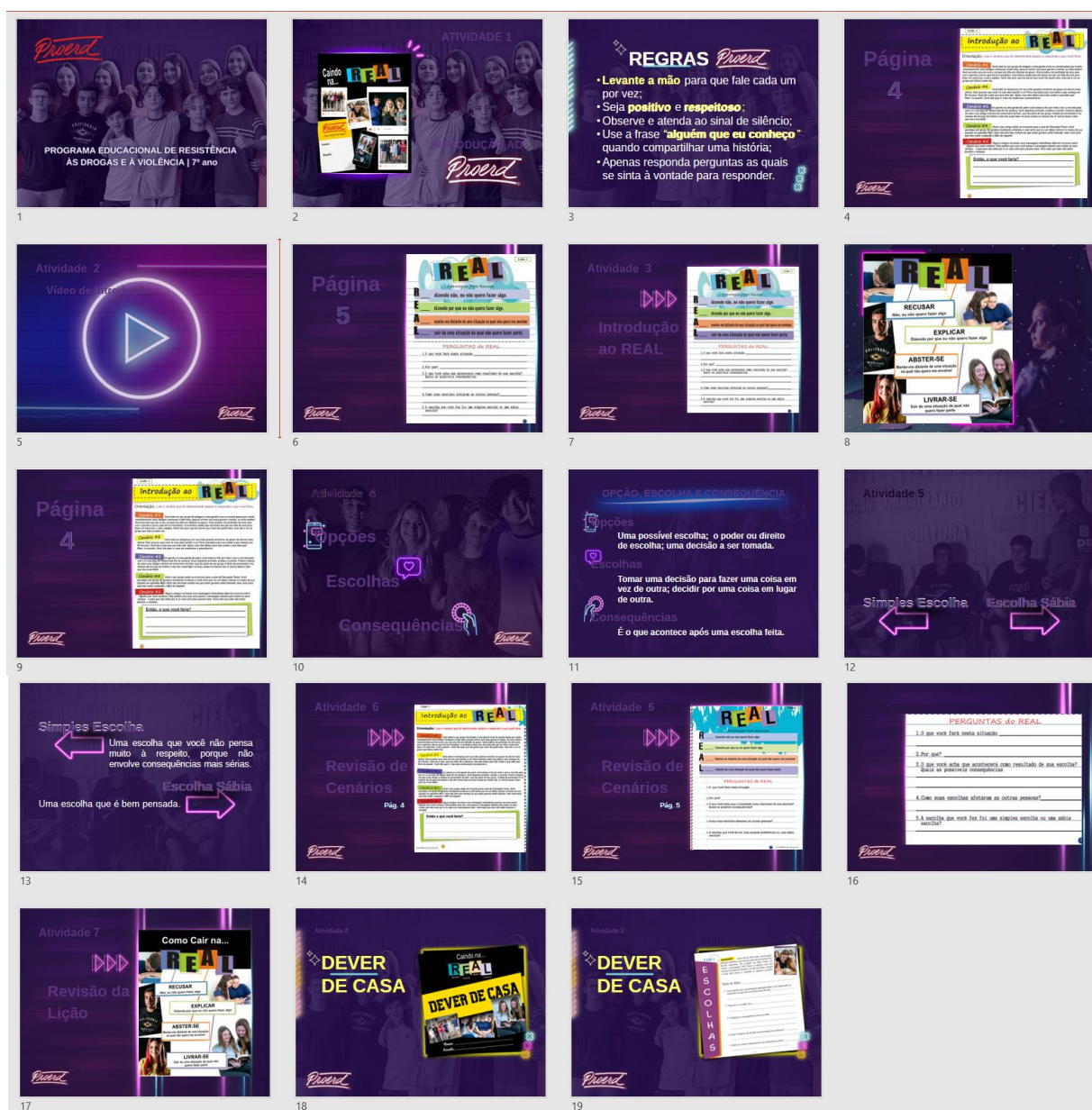
Leia as orientações com os alunos.

Dê exemplos, caso seja necessário.

Explique que o dever de casa designado será discutido durante a próxima lição.



APRESENTAÇÃO DE SLIDES PARA SUPORTE – LIÇÃO 1



LIÇÃO 2

RISCOS

Objetivos

Ao término da lição, os estudantes estarão aptos a:

- definir o significado da palavra “riscos”;
- identificar os riscos que podem ser potencialmente nocivos a eles;
- explicar como um risco pode afetar nossas escolhas.

Preparação

- Revise o planejamento da lição.
- Familiarize-se com os objetivos da lição 2.
- Antes do início da aula, faça uma revisão da lição com o professor e peça sua ajuda para formar grupos de alunos.
- Reflita sobre as seguintes atividades a serem direcionadas aos estudantes:
 - O JOGO DA ADIVINHAÇÃO - Reveja a página de instruções para a atividade.

Materiais

- Livro do Estudante Proerd.
- Perguntas sobre O JOGO DA ADIVINHAÇÃO.
- Página com as respostas para O JOGO DA ADIVINHAÇÃO.
- Livreto de Dever de Casa: OS RISCOS NA VIDA DIÁRIA.

Estrutura da Lição

- | | | |
|---------------|-------------------------------------|------------|
| • Atividade 1 | Revisão da lição anterior | 5 minutos |
| • Atividade 2 | Introdução a Riscos e Consequências | 10 minutos |
| • Atividade 3 | O Jogo da Adivinhação | 22 minutos |
| • Atividade 4 | Revisão da Lição | 5 minutos |
| • Atividade 5 | Dever de Casa | 3 minutos |

ATIVIDADE 1 (5 minutos)

Revisão da Lição Anterior

OBSERVAÇÕES

Revise o dever de casa da lição anterior.

Peça a alguns alunos para compartilharem o filme que escolheram e suas respostas. **Pergunte:** *Como isso se aplica ao que vocês aprenderam na lição anterior?*

Explique a conexão entre a lição anterior e o que os alunos aprenderão nesta lição.

- **Pergunte:** *Qual a diferença entre uma escolha sábia e uma simples escolha? Como vocês podem comparar as duas escolhas?*
- **Explique** que quando fazem algo que tem consequências sérias, podem estar correndo riscos.
- **Enfatize** que os riscos de uma determinada situação poderão afetar o tipo de escolha que fazemos.

ATIVIDADE 2 (10 minutos)

Introdução a Riscos e Consequências

OBSERVAÇÕES

Diga: *Na lição de hoje, iremos aprender a identificar riscos e compreender como eles podem afetar nossas escolhas.*

Pergunte: *O que é um **risco**?* Peça aos alunos que compartilhem suas ideias e considere suas respostas.

Diga: *Para o propósito de nossa lição, iremos utilizar a seguinte definição:*

- **Risco:** fazer algo arriscado, um perigo, uma incerteza, uma aposta. O risco é a possibilidade de algo dar errado.

Risco: tentar algo desafiador, um perigo, uma incerteza, uma aposta. Existe risco quando há a possibilidade de algo dar errado.

Certifique-se de deixar bem claro que os riscos numa situação podem não ser tão sérios, mas há sempre a possibilidade de que as coisas não aconteçam conforme o esperado.

Reveja o conceito de **consequências** da lição anterior.

Pergunte: *Quais os possíveis resultados decorrentes de uma situação na qual corremos risco?*

- Informe aos alunos que um comportamento ou escolha será arriscado se existir um potencial para a produção de consequências negativas.
- Um dos problemas relacionados a correr riscos é não sabermos como a situação realmente terminará. Não podendo, portanto, estar no controle.
- Assumir riscos, quando existe um grande potencial de consequências negativas, significa abrir mão de parte do controle sobre nossas próprias vidas.

Peça aos alunos exemplos de situações que envolvam riscos. Se necessário, dê alguns exemplos, tais como:

- quando uma pessoa caminha por uma rua escura da cidade, existe a possibilidade de ser atacado ou assaltado.
- quando vocês aceitam um trabalho ou assumem um compromisso na véspera de uma determinada prova escolar, vocês podem não obter boas notas caso não tenham tido tempo para estudar ou tenham se cansado muito.
- quando vocês tentam ser escalados em um time da escola, vocês podem não conseguir.

Pergunte aos alunos por que seria bom serem capazes de identificar riscos.

Explique como a aptidão para identificar riscos pode nos ajudar a evitar situações potencialmente perigosas e a fazer sábias escolhas. Diga aos alunos que identificar riscos pode nos ajudar a decidir se queremos ser cautelosos em uma situação ou evitá-la por completo.

- Exemplo: Vocês podem achar que está tudo bem ou que é seguro experimentar drogas uma única vez, mas há riscos envolvidos.

Pergunte: *Quais são alguns dos possíveis riscos e consequências?*

Discuta que em algumas situações, os riscos envolvidos podem ser óbvios. Perguntas possíveis:

- qual o risco existente quando vocês não fazem algo que prometeram a seus amigos?

Risco: seus amigos podem ficar zangados com vocês.

- qual o risco envolvido ao faltar às aulas escolares?

Risco: ser suspenso da escola ou ter problemas com seus pais.

- qual o risco ao convidar alguém de quem você gosta para sair?

Risco: ele(a) pode dizer não.

Explique que, em determinadas situações, os riscos ou perigos podem não ser tão claros (óbvios) e que elesterão que pensar melhor para identificar os possíveis riscos.

Facilite uma discussão sobre os riscos envolvidos em situações do dia a dia que parecem ser seguras. Mostre ao menos duas situações. Alguns exemplos são:

- o que vocês decidiram vestir para vir à escola hoje? Há algum risco envolvido?

Risco: se vestissem uma camisa de manga curta no inverno, poderiam sentir frio.

- como vocês normalmente se deslocam para vir à escola? Há riscos envolvidos?

Risco: vocês poderiam cair da bicicleta caso batessem em alguma coisa na rua ou, se fossem caminhando, poderiam ter que passar por um local perigoso.

ATIVIDADE 3 (22 minutos)

O Jogo da Adivinhação

OBSERVAÇÕES

Nota ao instrutor: Não se atenha a uma discussão demorada acerca das drogas e de seus efeitos, nem discuta a questão moral do uso de drogas. Não tente passar mensagens que causem medo. Use a informação fornecida no manual como uma introdução àquilo que os alunos poderiam acreditar e aos riscos que eles estariam dispostos a correr por seu grupo.

Jogue O JOGO DA ADIVINHAÇÃO localizado nas páginas 6 e 7 do Livro do Estudante. Explique as regras e as instruções do jogo aos alunos, seguindo as **ORIENTAÇÕES PARA A ATIVIDADE**, contidas na página 27 deste manual.

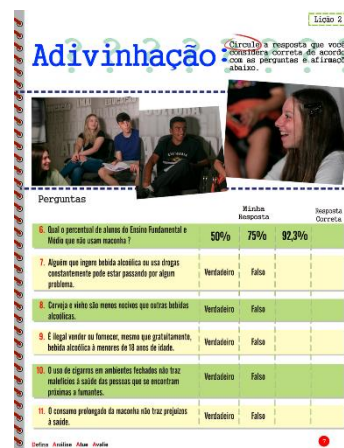
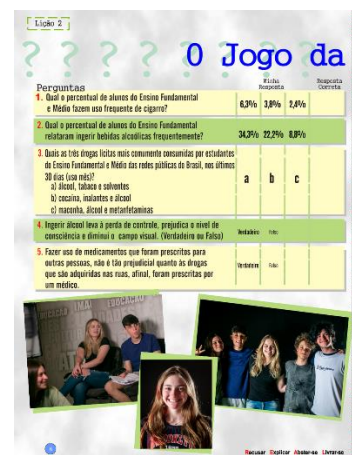
Informe aos alunos que esse jogo irá ilustrar o conceito de risco e de arriscar-se. *Um provável risco é a possibilidade de os alunos apostarem todos os seus pontos antes do término do jogo.*

Após o término do jogo, inicie uma discussão com a classe.

Pergunte aos alunos:

- Como vocês se sentiram ao se arriscarem por seu grupo?
- Quais foram as consequências de se arriscar?
- Como se sentiram quando outras pessoas se arriscaram por vocês?
- Por quê?
- Vocês se lembram de situações em suas vidas em que outras pessoas tiveram que correr riscos evocês tiveram que conviver com as consequências disso? (Exemplo de situação: pegar carona no carro de alguém que acabou de ingerir bebida alcoólica)

Explique que essa foi uma forma divertida de ilustrar o conceito de “risco”. Contudo, na vida, os riscos podem ser muito mais sérios, por isso a importância de se fazer sábias escolhas.



ATIVIDADE 4 (5 minutos)

Revisão da Lição

OBSERVAÇÕES

Pergunte: *Quais coisas importantes vocês aprenderam nesta lição?* Solicite aos alunos que expliquem como poderiam aplicar o que aprenderam.

Os seguintes conceitos devem estar incluídos no resumo:

- Há muitos riscos no nosso dia a dia, mesmo em situações aparentemente seguras.
- Quando as consequências de certos riscos são maiores ou mais sérias, é importante refletir melhor sobre nossas decisões ou escolhas nessas situações.
- É sempre muito importante considerar as consequências dos riscos que enfrentamos em diferentes situações.

Agradeça aos alunos pela participação.

ATIVIDADE 5 (3 minutos)

Dever de Casa

OBSERVAÇÕES

Diga aos alunos para localizarem a página sobre OS RISCOS NA VIDA DIÁRIA, no livreto de Dever de Casa.

Leia as orientações com os alunos.

Dê exemplos aos alunos caso sejam necessários. Alguns exemplos são:

- ingerir algum alimento e sentir náuseas;
- no futebol, estando numa chance clara de gol, com o goleiro já fora da jogada, forçar um novo drible para fazer o gol de placa;
- fazer o dever de casa que não foi designado.

Lembre-os de que o dever de casa será discutido na próxima lição.



ORIENTAÇÕES PARA A ATIVIDADE O JOGO DA ADIVINHAÇÃO

- A. Divida os estudantes em grupos/equipes de aproximadamente seis pessoas.
- B. Estabeleça os procedimentos e as regras a serem seguidas durante o jogo. As equipes não deverão saber quem será selecionado para responder aos questionamentos até que todos os estudantes tenham assinalado suas respostas e respectivas apostas.
- C. Explique que o objetivo do jogo é que uma equipe marque mais pontos:
- Cada equipe começará com 50 pontos;
 - Cada estudante deverá, individualmente, responder à pergunta no Livro do Estudante Proerd, bem como anotar o número de pontos que irá apostar;
 - Todos os estudantes deverão apostar ao menos um ponto, mas não poderão apostar mais pontos do que a equipe possui disponível para a respectiva rodada.
 - Cada membro da equipe deverá ter a chance de responder ao menos a uma pergunta, sendo que a resposta será dada sem a ajuda dos outros membros da equipe.
 - Se o jogador responder incorretamente, sua equipe perderá os pontos por ele apostados. Reforce que se um integrante apostar todos os pontos disponíveis na rodada e perder, a equipe não terá pontos suficientes para uma nova aposta, portanto, a equipe será desclassificada para as demais rodadas. Se a pergunta for respondida corretamente, a equipe somará o número de pontos ao placar total.

INSTRUTOR: caso uma equipe não disponha em determinada rodada de pontos suficientes para uma nova aposta e seja desclassificada, essa deverá permanecer em silêncio até o término do jogo, podendo, apenas, proceder à correção individual do exercício no respectivo Livro do Estudante.

- D. Aleatoriamente, chame um membro de cada equipe para responder à pergunta. Todos os alunos deverão ter anotado previamente suas respostas e apostas, pois eles não saberão quem será chamado a responder. Ressalta-se que poderá haver ajuste da aposta individual, conforme a disponibilidade de pontos da equipe na rodada. O jogador não poderá consultar sua respectiva equipe. Eles deverão tomar suas próprias decisões e estar cientes de que suas decisões impactarão na pontuação final da equipe.
- Faça a pergunta. Cada jogador selecionado fornecerá a resposta que anotou para aquela pergunta. Reforce que a ideia não é saber a resposta correta e, sim, fazer a melhor aposta.
- E. Pergunte a cada jogador quanto eles apostaram e peça para que digam suas respostas.
- F. Revele a resposta correta e proceda ao somatório ou a subtração dos pontos apostados à pontuação total da equipe.
- G. Continue este processo até que todos os membros das equipes tenham tido a oportunidade de responder e fazer a aposta sobre a pontuação do time.
- H. Ao final, contabilize o total de pontos de cada equipe e anuncie o vencedor.

O JOGO DA ADIVINHAÇÃO (RESPOSTAS)

1. Qual é o percentual de alunos do Ensino Fundamental e Médio que fazem uso frequente de cigarro?

Resposta: 6,3%; 3,8%; e 2,4%.

Atualmente, os números de prevalência do uso frequente (ter consumido tabaco em seis ou mais vezes nos últimos 30 dias anteriores ao da pesquisa) de cigarro são de 2,4%.

A última pesquisa no Brasil cita os seguintes índices sobre consumo
6,3% (vida), 3,8% (12 meses), 2,4% (30 dias)

Fonte: FIOCRUZ, 2017.

2. Qual é o percentual de alunos do Ensino Fundamental que relataram ingerir bebidas alcoólicas frequentemente?

Resposta: 34,3%; 22,2%; e 8,8%.

A prevalência de ingestão frequente de álcool (ter bebido bebida alcoólica em seis ou mais vezes nos últimos 30 dias anteriores ao da pesquisa) entre jovens estudantes foi de 8,8%.

A última pesquisa no Brasil cita os seguintes índices sobre consumo

34,3% (vida), 22,2% (12 meses), 8,8% (30 dias)

Fonte: FIOCRUZ, 2017.

3. Quais são as três drogas lícitas mais comumente consumidas por estudantes do Ensino Fundamental e Médio das redes públicas do Brasil, nos últimos 30 dias (uso mês)?

a) álcool, tabaco e solventes;

b) cocaína, inalantes, álcool;

c) maconha, álcool e metanfetaminas.

Resposta: Álcool, tabaco e solventes.

De acordo com o VI Levantamento Nacional Sobre o Consumo de Drogas Psicotrópicas Entre Estudantes do Ensino Fundamental e Médio da Rede Pública de Ensino nas 27 capitais brasileiras, as substâncias mais comumente consumidas por jovens estudantes, no uso mês (quando a pessoa utilizou droga pelo menos uma vez nos trinta dias que antecederam à pesquisa são: o álcool, seguida pelo consumo de tabaco e solventes. Entre as drogas ilícitas, a maconha é a droga mais comumente usada. O total de estudantes com relato de uso no ano de qualquer droga (exceto álcool e tabaco) foi de 9,9% para a rede pública e 13,6% na rede particular. As drogas mais citadas pelos estudantes foram bebidas alcoólicas e tabaco, respectivamente 42,4% e 9,6% para uso no ano. Em relação às demais, para uso no ano, foram: inalantes (5,2%), maconha (3,7%), ansiolíticos (2,6%), cocaína (1,8%) e anfetamínicos.

Entre os anos de 2004 e 2010, foi observado redução no número de estudantes que relataram consumo de bebidas alcoólicas e tabaco, tanto para os parâmetros de uso na vida quanto no ano. Foi observada redução da proporção de estudantes que relataram uso no ano de qualquer das demais drogas. A redução foi observada para uso no ano de inalantes, maconha, ansiolíticos, anfetamínicos e crack. Por outro lado, foi observado aumento para cocaína. As mudanças não foram uniformes entre as 27 capitais.

FONTE: CARLINI, E.A. *et al.* VI Levantamento Nacional sobre o consumo de drogas psicotrópicas entre estudantes do ensino fundamental e médio da rede pública de ensino nas 27 capitais brasileiras. São Paulo: Centro Brasileiro de Informações sobre Drogas - CEBRID e Universidade Federal de São Paulo - UNIFESP, 2010.

4. Ingerir álcool leva à perda de controle, prejudica o nível de consciência e diminui o campo visual. (Verdadeiro ou Falso)

Resposta: **Verdadeiro.**

Os principais efeitos do álcool ocorrem no sistema nervoso central (SNC), onde suas ações depressoras assemelham-se às dos anestésicos voláteis. Os efeitos da intoxicação aguda incluem: uma fala arrastada, incoordenação motora, aumento da autoconfiança e euforia. O efeito sobre o humor varia de pessoa para pessoa e a maioria delas têm a sensação de estar mais solta e extrovertida. Alguns, contudo, ficam mais lentos e contidos. Em níveis elevados de intoxicação, o humor tende a ficar instável, com picos que oscilam entre alegria e tristeza, agressividade e submissão. O desempenho intelectual, motor e a discriminação sensitiva também são prejudicados, o pensamento fica mais demorado e o campo visual torna-se mais estreitado. Além dos efeitos ditos acima, o álcool gera uma sensação de calor, aumenta a salivação e o suco gástrico, seu uso frequente pode gerar lesão no estômago e gastrite crônica.

FONTE: RANG, H. P.; DALE, M.M.; RITTER, J.M. *Farmacologia*. 3. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1997. 520p.

5. Fazer uso de medicamentos que foram prescritos para outras pessoas não é tão prejudicial quanto as drogas que são adquiridas nas ruas, afinal, foram prescritas por um médico. (Verdadeiro ou Falso)

Resposta: **Falso.**

Em 2006, mais 2,1 milhões de adolescentes entre 12 e 17 anos disseram ter abusado de medicamentos prescritos a outras pessoas. Entre os adolescentes de 12 e 13 anos, a escolha é por medicamentos prescritos. Essas drogas são facilmente adquiridas e muitos adolescentes acreditam ser uma forma segura de se drogarem, são jovens que não fariam uso de drogas ilícitas, mas fazem uso de drogas prescritas.

Há sérios problemas à saúde relacionados ao abuso de medicamentos prescritos. Uma superdose de analgésicos ou calmantes, que forem prescritos ou comprados em farmácias, sem receita médica, pode causar até a morte. O abuso de estimulantes pode causar agressividade, paranoia, problemas cardíacos, assim como convulsões fatais. Analgésicos e calmantes, mesmo que ingeridos em pequenas doses, têm efeitos nas habilidades motoras, julgamento e no nível de aprendizagem. O abuso de remédios para a tosse e resfriados vendidos sem receita

médica podem causar visão deturpada, náuseas, vômito, tontura, coma e até mesmo a morte. Muitos adolescentes relatam terem misturado medicamentos prescritos, outras drogas e álcool. Essa mistura pode causar parada respiratória e morte.

FONTE: *Substance Abuse and Mental Health Services Administration - SAMHSA, 2007.*

6. Qual é o percentual de alunos do Ensino Fundamental e Médio que não usam maconha?

Resposta: 50%; 75%; e **92,3%**.

Dados indicam que o percentual de jovens que não usaram maconha anterior à pesquisa está em 92,3%.

A última pesquisa no Brasil cita os seguintes índices sobre consumo

7,7% (vida), 2,2% (12 meses), 1,5% (30 dias)

FONTE: FIOCRUZ, 2017.

7. Alguém que ingere bebida alcoólica ou usa drogas constantemente pode estar passando por algum problema. (Verdadeiro ou Falso)

Resposta: **Verdadeiro.**

Como vocês sabem, é difícil saber se um amigo tem problemas relacionados à bebida, mas vocês podem perceber alguns sinais disso. Se seu amigo apresenta um ou mais dos seguintes sinais, ele ou ela pode ter problemas com bebidas alcoólicas:

- ficar embriagado regularmente;
- mentir sobre a quantidade de bebida alcoólica ingerida;
- acreditar que para se divertir é preciso ingerir álcool;
- ter ressaca frequentemente;
- sentir-se deprimido ou até mesmo mostrar tendências suicidas;
- ter “amnésia alcoólica” - esquecer o que fez enquanto estava bêbado.

FONTE: *Substance Abuse and Mental Health Services Administration - SAMHSA, 2007.*

8. Cerveja e vinho são menos nocivos que outras bebidas alcoólicas. (Verdadeiro ou Falso)

Resposta: **Falso.**

Não é adequado falarmos de bebidas mais ou menos nocivas, o nível de nocividade está relacionado a uma associação de fatores como a quantidade ingerida, as características do indivíduo e as condições de ingestão. Contudo, sabe-se que 1 copo de cerveja, 1 cálice pequeno de vinho, 1 dose uísque ou de outra bebida destilada equivalem a uma mesma faixa de alcoolemia, ou seja, 0,2 a 0,3 g de etanol por litro de sangue. Alcoolemia é a quantidade de álcool existente no sangue de um indivíduo, em determinado momento, e se expressa em gramas de álcool por litro de sangue (g/l).

Uma garrafa de cerveja ou uma taça de vinho têm tanto álcool quanto uma dose de bebida alcoólica considerada mais forte. Você pode ficar bêbado e causar problemas, não importa qual a bebida alcoólica que ingerir.

FONTE: RANG, H. P.; DALE, M.M.; RITTER, J.M., *Farmacologia*, 3. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1997. 520p.

9. É ilegal vender ou fornecer, mesmo que gratuitamente, bebida alcoólica a menores de 18 anos de idade. (Verdadeiro ou Falso)

Resposta: **Verdadeiro.**

É ilegal vender ou fornecer, mesmo que gratuitamente, segundo o Art. 243 do *Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA)*, bebida alcoólica a menores de 18 anos de idade.

FONTE: BRASIL. Lei Federal n. 8069, de 13 de julho de 1990. ECA - *Estatuto da Criança e do Adolescente*

10. O uso do cigarro em ambientes fechados não traz malefício à saúde das pessoas que se encontram próximas de fumantes. (Verdadeiro ou Falso)

Resposta: **Falso.**

O fato de dividir o mesmo espaço fechado com uma pessoa que está fumando submete o indivíduo (não fumante) à condição de fumante passivo. Define-se tabagismo passivo como a inalação da fumaça de derivados do tabaco (cigarro, charuto, cigarrilhas, cachimbo e outros produtores de fumaça) por indivíduos não fumantes, que convivem com fumantes em ambientes fechados. A fumaça dos derivados do tabaco em ambientes fechados é denominada poluição tabagística ambiental (PTA) e, segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), torna-se ainda mais grave em ambientes fechados. O tabagismo passivo é a 3ª maior causa de morte evitável no mundo, subsequente ao tabagismo ativo e ao consumo excessivo de álcool.

FONTE: International Agency of Research in Cancer (IARC). *Environmental Carcinogens methods of analysis and exposure measurement*. Passive Smoking. v.9, Scientific Publications, n.31, Lyon, France, 1987.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Assistência à Saúde. Instituto Nacional de Câncer - INCA. *Estimativas da Incidência e Mortalidade por Câncer*. Rio de Janeiro: INCA, 2002.

11. O consumo prolongado da maconha não traz prejuízos à saúde. (Verdadeiro ou Falso)

Resposta: **Falso.**

A maconha é o nome popular dado à planta *Cannabis Sativa*, cujo princípio ativo é o Tetraidrocanabinol – THC. O uso crônico da maconha provoca déficit de aprendizagem e memória, diminuição progressiva da motivação (síndrome amotivacional). Em adolescentes, o déficit cognitivo está relacionado à dificuldade de aprendizagem e repetência escolar. O consumo também influencia na piora de distúrbios preexistentes, bronquites e infertilidade (já que reduz a quantidade de testosterona, além da diminuição da libido e da satisfação sexual), está associado a

quadros de depressão, ansiedade, irritabilidade, ataques de pânico, tentativa de suicídio, isolamento social, afastamento do lazer e de outras atividades sociais.

FONTE: RIGONI, Maísa dos Santos; OLIVEIRA, Margareth da Silva; ANDRETTA, Ilana. *Consequências neuropsicológicas do uso da maconha entre adolescentes e jovens-adultos*. Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul. Ciência & Cognição. 2006. v.8: p.118-126.

APRESENTAÇÃO DE SLIDES PARA SUPORTE – LIÇÃO 2

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

LIÇÃO 3

COMUNICAÇÃO E CONFLITO

Objetivos

Ao término da lição, os estudantes estarão aptos a:

- identificar e explicar os componentes do Modelo de Tomada de Decisão Proerd;
- explicar o que significa “concordar em discordar”;
- esclarecer as diferenças entre comportamento assertivo, agressivo e passivo.

Preparação

- Revise o planejamento da lição.
- Familiarize-se com os objetivos da lição 3.
- Reflita sobre as seguintes atividades a serem direcionadas aos estudantes:
 - HISTÓRIAS DE CONFLITOS;
 - ATIVIDADES ASSERTIVAS.

Materiais

- Livro do Estudante Proerd.
- Transparência/slide: MODELO DE TOMADA DE DECISÃO PROERD.
- Transparência/slide: ASSERTIVIDADE.
- Livreto de Dever de Casa: CANÇÃO SOBRE UM CONFLITO

Estrutura da Lição

- | | | |
|---------------|------------------------------------|------------|
| • Atividade 1 | Revisão da Lição Anterior | 3 minutos |
| • Atividade 2 | Discussão Concordar em Discordar | 5 minutos |
| • Atividade 3 | Modelo de Tomada de Decisão Proerd | 8 minutos |
| • Atividade 4 | Histórias de Conflitos | 14 minutos |
| • Atividade 5 | Exercício de Assertividade | 8 minutos |
| • Atividade 6 | Revisão da Lição | 5 minutos |
| • Atividade 7 | Dever de Casa | 2 minutos |

ATIVIDADE 1 (3 minutos)**Revisão da Lição Anterior****OBSERVAÇÕES**

Revise o dever de casa da lição anterior.

Peça a dois ou três alunos que relatem os riscos que identificaram pela manhã, à tarde e à noite na semana passada.

Faça a conexão entre a lição anterior e o que os alunos irão aprender a lição de hoje.

Pergunte: *O que conversamos na lição passada?*

Resuma as respostas dos estudantes.

Explique que apesar de correr riscos não ser uma boa ideia, às vezes, precisamos assumi-los no relacionamento com outras pessoas, se quisermos expressar nosso ponto de vista e tomarmos nossas próprias decisões.

ATIVIDADE 2 (5 minutos)**Discussão Concordar em Discordar****OBSERVAÇÕES**

Diga: *Na lição de hoje iremos aprender:*

- *Algumas escolhas que fazemos não são bem aceitas por outras pessoas e não há nada de errado nisso.*
- *Como reconhecer a opinião de outras pessoas sem necessariamente concordarmos com elas.*

Facilite uma discussão, usando algumas das seguintes questões:

- Vocês já tiveram conflitos ou desentendimentos com pessoas que possuíam opiniões diferentes das suas? Como se sentiram a respeito dessa situação?
- Vocês já passaram por situações em que se sentiram como se suas opiniões não fossem aceitas por seus colegas? Explique sua resposta.

ATIVIDADE 2 (Continuação)

- Vocês conhecem alguém que sabe reconhecer bem as opiniões das outras pessoas sem ter que concordar com elas? O que vocês pensam que faz com que essas pessoas consigam isso?
- O que vocês pensam que a frase “concordar em discordar” significa?
- Em que situações vocês consideram que essas habilidades seriam úteis?

Explique que **concordar em discordar** significa não concordar com alguém e não ter problema em relação a isso.

OBSERVAÇÕES

Concordar	em
Discordar:	uma
	decisão tomada entre
	duas ou mais pessoas
	depois de concluírem
	que têm diferentes
	opiniões e não estarão

ATIVIDADE 3 (8 minutos)

Modelo de Tomada de Decisão Proerd

Diga: *Lembrem-se de que quando conversamos sobre fazer sábias escolhas, dissemos ser muito importante pensar com cuidado, em função da seriedade das consequências. Usar o Modelo de Tomada de Decisão Proerd pode nos ajudar a tomar sábias decisões.*

Exiba o **MTDP** e peça aos alunos que abram a página 8 do Livro do Estudante:

Defina - Descreva a situação. Pergunte-se:

- Qual é o problema ou situação?

Análise - Pense nas suas escolhas. Pergunte-se:

- Existem riscos? Caso existam, quais são?
- Quais são as consequências?
- Quais foram minhas escolhas?
- O que posso fazer?

Atue - Escolha uma estratégia do **REAL** e a aplique.

Pergunte-se:

- Qual estratégia do **REAL** poderia ser usada?
- O que posso dizer ou fazer nessa situação?

OBSERVAÇÕES

Modelo de Tomada de Decisão Proerd (MTDP)

É um processo que pode ser usado para se pensar bem acerca de decisões importantes.

OBSERVAÇÕES

Avalie - reveja o que aconteceu e reflita se sua estratégia funcionou. Pergunte-se:

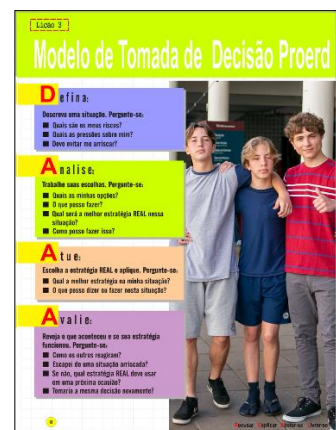
- Como as outras pessoas reagiram?
- Como você se sentiu?
- Eu fiz uma sábia escolha?
- Se não, o que houve?
- Eu tomaria a mesma decisão outra vez?

Nota ao instrutor: Enfatize a importância de se planejar e estabelecer metas ao decidir sobre como lidar com as situações. Os passos “Defina” e “Analise” são especialmente importantes, porque nos ajudam a ter opções e a escolher o melhor plano de ação.

Diga aos alunos para pensarem de que maneira o *Modelo de Tomada de Decisão Proerd* pode ser útil para solucionar problemas ou resolver situações. Leia para a classe o exemplo que se segue e pergunte aos alunos como poderiam usar o **MTDP** na situação:

Exemplo: Alguns estudantes que vocês conhecem estão nas proximidades de determinado parque, o qual se localiza no seu caminho de volta para casa. Eles têm feito vocês passarem por momentos embaraçosos quando transitam por aquele caminho, o que vem lhes deixando muito incomodados.

Pergunte: Como vocês poderiam usar o *Modelo de Tomada de Decisão Proerd* nessa situação?



ATIVIDADE 4 (14 minutos)

Histórias de Conflitos

OBSERVAÇÕES

Diga: Podemos usar o Modelo de Tomada de Decisão Proerd em várias situações. É importante utilizá-lo quando estamos em uma situação de conflito com outra(s) pessoa(s).

Instrua os alunos a seguirem para a página 9 do Livro do Estudante intitulada Histórias de Conflitos. Divida a classe em cinco grupos. Designe a cada grupo uma história de conflito. Instrua os alunos a usarem o Modelo de Tomada de Decisão Proerd para criarem uma maneira mais eficaz para lidar com o conflito contido na história.

OBSERVAÇÕES

Facilite a discussão das respostas em classe.

Possíveis questionamentos para a discussão:

- *Por que eles consideram que uma maneira pode ser mais ou menos efetiva que outra?*
- *Suas respostas demonstraram aceitação às respostas dos outros colegas de forma respeitosa?*
- *Quais são as **consequências** possíveis para cada forma de lidar com uma situação?*
- *Quais consequências seriam positivas e quais consequências seriam negativas?*

Diga aos alunos que eles farão uma revisão das histórias após a próxima atividade desta lição.

Consequências:

o que acontece
depois que uma

ATIVIDADE 5 (8 minutos)

Exercício de Assertividade

Pergunte: *Quantos de vocês acreditam que tomam suas próprias decisões na maioria das vezes? Como se sentem ao tomar suas próprias decisões?*

Explique que, às vezes, terão que comunicar suas decisões aos outros. E nem sempre isso é tarefa fácil.

Nesse sentido, iremos discutir como podemos nos comunicar com os outros de forma assertiva.

Pergunte: *Alguém sabe o significado de “assertivo”?*

Nota ao instrutor: Use a transparência/slide ASSERTIVIDADE para discutir a diferença entre **assertividade**, **passividade** e **agressividade**.

OBSERVAÇÕES

Assertivo:

agir de maneira
confiante ao tentar
comunicar suas
opiniões, sempre
respeitando a opinião
do próximo.

Passivo:

demonstrar dúvidas e
incertezas, ou até
mesmo falta de
coragem ao se

Características do comportamento **Passivo**:

- falta de coragem para sustentar sua própria opinião;
- não dizer o que quer;
- não dizer aos outros como se sente;
- deixar que decidam o que é melhor para você.

Características do comportamento **Agressivo**:

- tentar seguir seu próprio caminho sem observar as considerações dos outros;
- ofender os outros, menosprezando ou praticando o *bullying* contra os colegas.

Características do comportamento **Assertivo**:

- saber sustentar uma opinião própria;
- estar aberto a compartilhar seus sentimentos;
- não violar o direito do próximo intencionalmente.

Explique:

- quando somos **passivos**, não sabemos nos posicionar e não comunicamos ao próximo nossos sentimentos;
- quando somos **agressivos**, agimos de forma hostil ou ofendemos os outros sem respeito ou consideração por seus sentimentos;
- quando nos comunicamos **assertivamente**, tentamos comunicar nossa opinião de forma confiante e sempre respeitando o próximo.

Diga aos alunos que precisamos ser **assertivos** quando estamos lidando com o próximo.

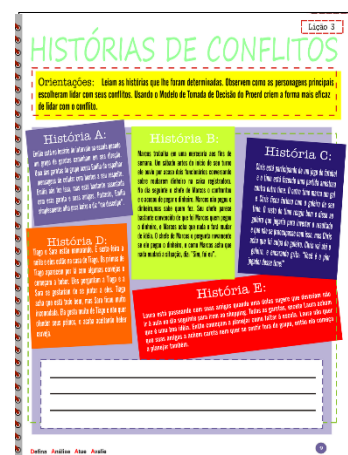
Diga também aos alunos para localizarem a atividade HISTÓRIAS DE CONFLITOS, na página 9 do Livro do Estudante.

Diga: Agora iremos identificar nas HISTÓRIAS DE CONFLITOS, exemplos de **comportamentos passivos, agressivos ou assertivos**.

Pergunte:

- Quais cenários exemplificam comportamentos **passivos, agressivos ou assertivos**?
- A solução criada por seu grupo foi **passiva, agressiva ou assertiva**?
- Houve alguma situação em que vocês desejaram não agir **assertivamente**? Por quê?

Nota ao instrutor: Enfatize que, em algumas situações, ser assertivo pode ser compreendido como inadequado. Assim, oriente quanto ao cuidado e respeito do aluno para com seus pais, professores, líderes religiosos ou outras autoridades, por serem pessoas experientes.



OBSERVAÇÕES

Pergunte: Quando somos **assertivos**, é importante que sejamos respeitosos. Como podemos fazer isso?

Diga: Quando agimos **assertivamente**, posicionamo-nos sempre respeitando a opinião e os direitos do próximo.

ATIVIDADE 6 (5 minutos)

Revisão da Lição

OBSERVAÇÕES

Escolha alguns alunos e peça que identifiquem ideias e técnicas importantes que aprenderam na lição de hoje.

Peça aos alunos que identifiquem as técnicas que aprenderam e que possam ajudá-los no processo de “concordar em discordar”. Em outras palavras, dizer não, mas sempre agir de forma a manter a amizade.

Por que ser **assertivo** nos ajuda em situações de conflito?

Agradeça aos alunos pela participação.

ATIVIDADE 7 (2 minutos)

Dever de Casa

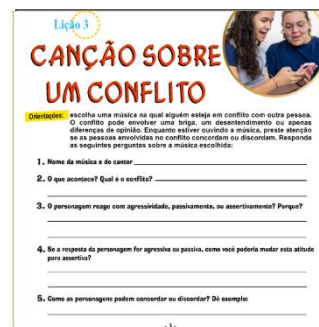
OBSERVAÇÕES

Nota ao instrutor: Escolha um exemplo que se sinta à vontade em utilizá-lo e que ajude os alunos a entenderem a atividade que farão.

Peça aos alunos para localizarem a página CANÇÃO SOBRE UM CONFLITO, no livreto de Dever de Casa.

Leia as orientações com os alunos.

Dê exemplos caso sejam necessários. Veja algumas sugestões de exemplos a seguir:



- (1) “Respeito” de Aretha Franklin.
- (2) Nessa canção Franklin canta sobre sua vontade de ser mais respeitada pelo companheiro. O conflito é que ele não a respeita o suficiente.
- (3) Sua resposta a esse conflito é assertiva, porque ela está expressando seu ponto de vista com clareza e de forma objetiva.
- (4) A resposta dela é assertiva.
- (5) A pessoa que ela descreve, em forma de canção, nessa música poderia aceitar seu ponto

de vista, concordando com ela ao usar frases afirmativas “EU” ou concordando em discordar, como por exemplo: “Eu entendo que ache que não lhe dou o respeito que merece, mas acho que dou. Apesar de achar que não, EU a respeito. Talvez não concordemos com isso.”

APRESENTAÇÃO DE SLIDES PARA SUPORTE – LIÇÃO 3

PROGRAMA EDUCACIONAL DE RESISTÊNCIA
ÀS DROGAS E À VIOLENCIA | 7º ano

Atividade 1

Revisão

DEVER DE CASA

Quando REAL

Atividade 2

Concordar em Discordar

discussão

Concordar em Discordar

Uma **decisão tomada** entre duas ou mais pessoas depois de **concluírem** que têm **diferentes opiniões e não estão** aptas a concordar.

Atividade 3

MODELO DE TOMADA DE DECISÃO

DARE®

Atividade 3

MODELO DE TOMADA DE DECISÃO

DARE®

Defina:

Descreva uma situação. Pergunte-se:

- Quais são os meus riscos?
- Quais as pressões sobre mim?
- Devo evitar me arriscar?

DARE®

Análise:

Trabalhe suas escolhas. Pergunte-se:

- Quais as minhas opções?
- O que posso fazer?
- Qual será a melhor estratégia REAL nessa situação?
- Como posso fazer isso?

DARE®

Atue:

Escolha a estratégia REAL e aplique. Pergunte-se:

- Qual a melhor estratégia na minha situação?
- O que posso dizer ou fazer nesta situação?

DARE®

Avalie:

Reveja o que aconteceu e se sua estratégia funcionou. Pergunte-se:

- Como os outros reagiram?
- Escapei de uma situação arriscada?
- Se não, qual estratégia REAL devo usar em uma próxima ocasião?
- Tomaria a mesma decisão novamente?

DARE®

Atividade 4

Histórias de Conflitos

Pág. 9

CONSEQUÊNCIAS

É o que acontece após fazermos uma escolha.

Atividade 5

Exercícios de Assertividade

Pág. 10

RECUSAR

PASSIVIDADE

AGRESSIVIDADE

ASSERTIVIDADE

PASSIVIDADE

CARACTERÍSTICAS COMPORTAMENTAIS:

- Falta de coragem para sustentar sua própria opinião;
- Não dizer o que quer;
- Não dizer aos outros como se sente;
- Deixar que decidam o que é melhor para você.

Proerd

AGRESSIVIDADE

CARACTERÍSTICAS COMPORTAMENTAIS:

- Tendência a seguir seu próprio caminho **sem observar** as considerações dos outros;
- Ofender** os outros, menosprezando ou praticando o **bullying**.

Proerd

ASSERTIVIDADE

CARACTERÍSTICAS COMPORTAMENTAIS:

- Saber sustentar uma opinião própria;
- Estar aberto a compartilhar seus sentimentos;
- Não violar o direito** do próximo intencionalmente.

Proerd

discussão

Histórias de Conflitos

Atividade 6

Revisão da Lição

Como Cair na... REAL

RECUSAR

EXPLICAR

ABSTER-SE

LIDAR DE

Atividade 7

DEVER DE CASA

Quando REAL

Atividade 7

DEVER DE CASA

CANÇÃO SOBRE UM CONFLITO

PROGRAMA EDUCACIONAL DE RESISTÊNCIA
ÀS DROGAS E À VIOLENCIA | 7º ano

LIÇÃO 4

RECUSAR

Objetivos

Ao término da lição, os estudantes estarão aptos a:

- explicar a estratégia para **Recusar**;
- articular o advérbio “não” de forma clara;
- demonstrar técnicas assertivas verbais e não verbais.

Preparação

- Revise o planejamento da lição.
- Revise o vídeo **Recusar**.
- Familiarize-se com as estratégias para **Recusar**.
- Reflita sobre as seguintes atividades a serem direcionadas aos estudantes:
 - RECUSAR ASSERTIVAMENTE;
 - Discussão sobre o vídeo **Recusar**.

Materiais

- Vídeo **Recusar**.
- Transparência/slide: TÉCNICAS ASSERTIVAS.
- Livro do Estudante Proerd.
- Livreto de Dever de Casa: ANALISANDO COMO SE DIZ “NÃO”.

Estrutura da Lição

• Atividade 1	Revisão da Lição Anterior	3 minutos
• Atividade 2	Estratégias para Recusar	5 minutos
• Atividade 3	Técnicas Assertivas	5 minutos
• Atividade 4	Recusar Assertivamente	10 minutos
• Atividade 5	Vídeo e Discussão	17 minutos
• Atividade 6	Revisão da Lição	3 minutos
• Atividade 7	Dever de Casa	2 minutos

ATIVIDADE 1 (3 minutos)

Revisão da Lição Anterior

OBSERVAÇÕES

Peça a alguns alunos que compartilhem suas respostas do dever de casa da última lição. Pergunte qual a música que ouviram e se as personagens principais da música estavam aptas a reconhecer a opinião do próximo mesmo não concordando.

Explique que nesta lição continuarão a praticar e aprender sobre assertividade.

ATIVIDADE 2 (5 minutos)

Estratégias para Recusar

OBSERVAÇÕES

Apresente o objetivo da lição de hoje, ou seja, a estratégia para **Recusar**.

Recusar: dizer “não, eu não quero fazer algo”.

Diga: *Hoje, discutiremos acerca do significado da letra “R” da estratégia REAL.*

Pergunte: *Alguém se lembra o que representa a letra “R” para a estratégia REAL? O que “recusar” significa para vocês?*

Explique que eles aprenderão como dizer “não”, de forma clara e assertiva, por meio da estratégia para **Recusar**.

Pergunte: *Quando é difícil recusar? Por quê?*

Facilite uma discussão com os estudantes, abordando por que é tão difícil dizer não a nossos amigos. A discussão deve incluir:

- pressão por parte dos amigos;
- queremos que nossos amigos gostem de nós e aprovelem nossas condutas;
- existem momentos em que nossos amigos desejam que façamos algo que realmente não queremos fazer.

ATIVIDADE 3 (5 minutos)

Técnicas Assertivas

Diga: *na lição anterior, conversamos sobre como nos comunicarmos assertiva e respeitosamente. Iremos, agora, praticar como **Recusar** de uma maneira assertiva e respeitosa.*

Diga aos estudantes que **técnicas assertivas** são ferramentas que podemos usar para nos auxiliar a comunicar de forma confiante. Existem quatro ferramentas que podemos usar quando precisamos recusar de maneira assertiva.

Use a transparência/slide TÉCNICAS ASSERTIVAS para discutir como dizer não de maneira clara e respeitosa. Discuta cada um dos pontos da transparência.

Peça aos estudantes que exemplifiquem cada uma das técnicas:

- **Formas verbais**
Dizer não, de jeito nenhum, não, obrigado!
- **Formas não verbais**
Olhando para a pessoa que estiver falando, numa postura ereta, movimente a cabeça de forma rápida e clara para indicar sua negativa.
- **Reconheça e mantenha**
Reconheça o sentimento das outras pessoas, mas mantenha sua própria decisão.
- **Repetição**
Diga repetidamente “NÃO” caso alguém continue oferecendo algo, que não queira aceitar.

Mantenha a projeção da transparência de forma a ajudar os estudantes na atividade **RECUSAR ASSERTIVAMENTE**.

OBSERVAÇÕES

Técnicas assertivas:

ferramentas utilizadas para ajudá-lo a se comunicar de uma maneira confiante; as técnicas assertivas devem ser utilizadas para recusar a oferta de drogas.

Formas não verbais:

como comunicarmos por meio de linguagem corporal ou gestos, sem utilizar palavras, para dizer às pessoas como nos sentimos ou o que pensamos. As formas não verbais podem

ATIVIDADE 4 (10 minutos)

Recusando Assertivamente

Nota ao instrutor: Os alunos deverão abrir o Livro do Estudante na atividade RECUSAR ASSERTIVAMENTE (página 10).

Leia as orientações em voz alta para que todos os alunos entendam como completar a atividade.

Os estudantes realizarão a atividade em duplas, alternando-se para perguntarem as questões da página 11 e responderem de maneira assertiva.

Nota ao instrutor: Monitore a atividade circulando pela sala e auxiliando os alunos no processamento da atividade *Recusar Assertivamente*.

Peça aos estudantes que compartilhem com o restante da classe, o que aprenderam por meio dessa atividade.

OBSERVAÇÕES



ATIVIDADE 5 (17 minutos)

Vídeo e Discussão

Nota ao instrutor:

O propósito do vídeo é:

- demonstrar estratégias para **Recusar** por intermédio do modelo proposto;
- demonstrar o modelo de assertividade;
- demonstrar a decisão de fazer escolhas saudáveis, evitando consequências arriscadas;
- estabelecer entre os alunos uma postura adequada de recusa, mostrando-lhes exemplos de alunos que não fazem uso de drogas.

Diga: *Agora, assistiremos a um vídeo para observarmos como os estudantes fizeram uso da estratégia de **Recusa**.*

Conduza os estudantes nas seguintes observações:

- formas que podem ser usadas para *recusar*;
- formas não verbais de recusa;
- comportamentos assertivos, passivos ou agressivos.

OBSERVAÇÕES

OBSERVAÇÕES

Exiba o vídeo **Recusar**.

Facilite uma discussão sobre o vídeo. Alguns pontos para discussão são:

- Cite algumas formas diferentes de **recusa** utilizadas pelos jovens no vídeo.
- Cite as formas não verbais observadas. Quais foram as formas verbais observadas?
- As formas verbais e não verbais utilizadas por cada jovem têm o mesmo significado? Elas se integram? Elas estão comunicando a mesma coisa?
- Quais foram os exemplos observados sobre comportamento **assertivo, passivo e agressivo**?
- A pessoa que procedeu a **recusa** o fez de forma clara e respeitosa?
- Quais, dentre as técnicas de recusa observadas, vocês acreditam que estão aptos a utilizar?

ATIVIDADE 6 (3 minutos)

Revisão da Lição

Peça aos estudantes que identifiquem alguns pontos chave aprendidos nessa lição e por que é importante lembrá-los e praticá-los.

Reveja o objetivo da lição de hoje lembrando aos estudantes que eles praticaram formas efetivas de dizerem “**não**” de maneira clara e respeitosa.

Agradeça aos estudantes pela participação.

ATIVIDADE 7 (2 minutos)

Dever de Casa

Os estudantes devem abrir seus livretos de Dever de Casa na página ANALISANDO COMO SE DIZ “NÃO”.

Leia as orientações com os estudantes.

Dê exemplos para os estudantes, caso sejam necessários, e esclareça-os sobre qualquer dúvida.

Diga aos estudantes que essa atividade será discutida na próxima lição.

OBSERVAÇÕES

OBSERVAÇÕES

Lição 4

ANALISANDO COMO SE DIZ "NÃO"

Orientações: pense sobre as vezes que você ouviu alguém recusar. Preencha o quadro abaixo:

Situação	Como ele disse "NÃO"?	A resposta dele foi assertiva, passiva ou agressiva?

APRESENTAÇÃO DE SLIDES PARA SUPORTE – LIÇÃO 4



1



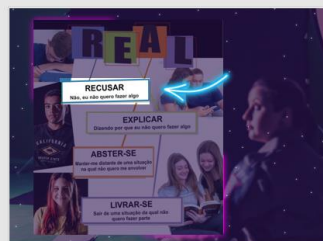
2



3



4



5



6



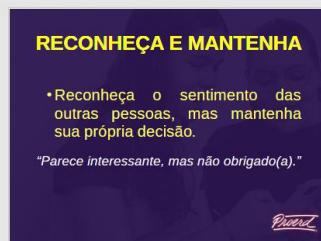
7



8



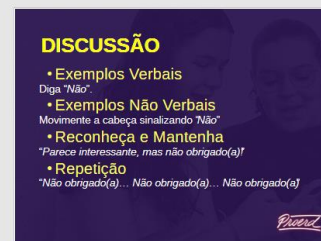
9



10



11



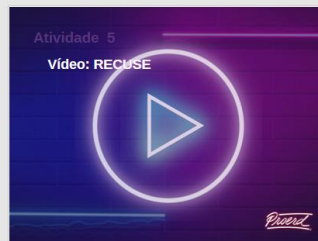
12



13



14



15



16



17



18



19

LIÇÃO 5

EXPLICAR

Objetivos

Ao término da lição, os estudantes demonstrarão habilidade para:

- definir a estratégia *REAL* para **Explicar**;
- expor suas razões de forma clara e objetiva;
- articular-se verbalmente para expressar suas preferências pessoais, usando frases afirmativas iniciadas com o pronome “EU”.

Preparação

- Revise o planejamento da lição.
- Revise o vídeo **Explicar**.
- Familiarize-se com as estratégias para **Explicar**.
- Reflita sobre as seguintes atividades a serem direcionadas aos estudantes:
 - EXPLIQUE UTILIZANDO FRASES AFIRMATIVAS INICIADAS COM O PRONOME “EU”;
 - orientações para Explicar;
 - discussão do vídeo **Explicar**.

Materiais

- Vídeo **Explicar**.
- Livro do Estudante Proerd.
- Transparência/slide: FRASES AFIRMATIVAS INICIADAS COM O PRONOME “EU”. Transparência/slide: ORIENTAÇÕES PARA *EXPLICAR*.
- Livreto de Dever de Casa: Explique.

Estrutura da Lição

- | | | |
|---------------|---|------------|
| • Atividade 1 | Revisão da Lição Anterior | 3 minutos |
| • Atividade 2 | Estratégia para Explicar | 2 minutos |
| • Atividade 3 | Explicar utilizando frases afirmativas iniciadas com o pronome “EU” | 14 minutos |
| • Atividade 4 | Diretrizes para Explicar | 7 minutos |
| • Atividade 5 | Exibição do Vídeo e Discussão | 13 minutos |
| • Atividade 6 | Revisão da Lição | 3 minutos |
| • Atividade 7 | Dever de Casa | 3 minutos |

ATIVIDADE 1 (3 minutos)

Revisão da Lição Anterior

Revise o dever de casa da lição anterior. Chame alguns alunos para que possam compartilhar exemplos de recusas que ouviram de outras pessoas.

Peça a alguns alunos que relembrem, de forma breve, o que aprenderam na lição anterior, referente à primeira estratégia do *REAL*.

Como vocês aprenderam a usar e aplicar a estratégia REAL para lidar com os outros?

Diga: A estratégia para **Recusar** dizendo não de maneira assertiva e respeitosa é uma resposta positiva em várias situações. Em algumas dessas situações, será necessário dizer mais do que simplesmente “não”. Na lição de hoje, aprenderemos o significado da letra “E” do acróstico *REAL*.

Pergunte: Alguém se lembra da definição ou significado da letra “E” em *REAL*?

OBSERVAÇÕES

Explicar: dizer por que eu não quero fazer algo.

ATIVIDADE 2 (2 minutos)

Estratégia para Explicar

Pergunte: Quais são as vantagens em fornecer explicações para os outros? Algumas das respostas possíveis são:

- fornecer uma explicação significa que pensamos bem antes de tomar uma decisão;
- as razões que fornecemos em nossas explicações podem convencer alguém quanto ao “porquê” de determinadas escolhas não serem apropriadas.

Quando nós explicamos, estamos comunicando às pessoas o que pensamos e como nos sentimos. Uma das formas bem sucedidas de fazer isso é utilizar frases iniciadas com o pronome “EU”.

OBSERVAÇÕES

“EU AFIRMATIVO”:

uma frase iniciada com “Eu” pode ser utilizada para expressar, de maneira

ATIVIDADE 3 (14 minutos)

Explicar utilizando frases afirmativas iniciadas com o pronome “EU”

Apresente as frases afirmativas iniciadas com o pronome “EU” como uma das melhores ferramentas para ser assertivo ao comunicar nossas preferências ou aceitar o ponto de vista dos outros, mesmo sem concordar com eles.

Nota ao instrutor: Exiba a transparência/slide FRASES AFIRMATIVAS INICIADAS COM O PRONOME “EU”, para ilustrar a atividade.

Explique que a frase afirmativa iniciada com o pronome “EU” é uma maneira de expressar como nos sentimos ou o que pensamos. A frase é iniciada pelo pronome “EU” e seguida pelas palavras:

“sinto_____” “penso_____” “quero_____”. O

padrão geral é:

“EU sinto_____quando / porque_____”; ou

“EU penso / acho_____ sobre”

- Deixe à mostra a *transparência/slide* contendo as FRASES AFIRMATIVAS INICIADAS COMO O PRONOME “EU”, para auxiliar os alunos na próxima atividade.

Nota ao instrutor: Peça que os alunos abram o Livro do Estudante nas páginas 12 e 13, na atividade intitulada EXPLIQUE UTILIZANDO FRASES AFIRMATIVAS INICIADAS COM O PRONOME “EU”. Leia as orientações juntamente com a classe e peça aos alunos que completem as atividades em duplas. Oriente-os ao longo das três partes dessa atividade (partes 1, 2 e 3).

OBSERVAÇÕES

EXPLIQUE UTILIZANDO FRASES AFIRMATIVAS INICIADAS COM O PRONOME EU

Orientações: Ao fazer esta atividade, observe as frases afirmativas que começam com "EU" nas transcrições de áudio, como exemplo para ajudá-lo.

PARTE 1: Preencha as frases com o que você gosta e em três linhas que você não gosta e que sejam diferentes da preferência dos outros no seu grupo. Escreva sua resposta nas espaços abaixo:

1. _____ 2. _____ 3. _____

Exemplo: Eu gosto de _____, porque _____.

Ou: Eu não gosto de _____, porque _____.

PARTE 2: Complete as frases incompletas abaixo com suas próprias palavras:

1. Eu acho que o melhor filme é _____, porque _____.

2. Eu acho que o melhor filme é _____, porque _____.

3. Eu me sinto _____ quando eu tenho que fazer dever de casa, porque _____.

4. Eu acho que a melhor música é _____, porque _____.

5. Eu me sinto _____ quando tenho que falar à frente da classe, porque _____.

Parte 2 continua na próxima página

EXPLIQUE UTILIZANDO FRASES AFIRMATIVAS INICIADAS COM O PRONOME EU

Orientações: Ao fazer esta atividade, observe as frases afirmativas que começam com "EU" nas transcrições de áudio, como exemplo para ajudá-lo.

PARTE 2: Continue a atividade da página anterior. Escreva suas respostas nas linhas abaixo.

1. Mesmo que você ache que _____, porque _____.

Eu acho que _____, porque _____.

2. Da mesma forma que você se sente _____ sobre _____, porque _____.

Eu me sinto _____, porque _____.

PARTE 3: As frases seguintes são exemplos de maneiras de como dizer as coisas de forma positiva ou negativa. A partir daí, escreva uma frase para cada situação, sempre começando com "EU" na forma afirmativa.

Você pode trabalhar individualmente ou em duplas.

Para seu amigo: "Você sempre faz coisas erradas e eu sou o culpado por isso".

Eu _____

Para alguém que o insulta: "Você está certo, eu estou sempre fazendo tudo errado".

Eu _____

Para seu irmão ou irmã: "Seu irmão? Para de mudar os canais da televisão".

Eu _____

ATIVIDADE 4 (7 minutos)

OBSERVAÇÕES

Diretrizes para EXPLICAR

Diga: *Agora que já praticamos as frases afirmativas, utilizando o pronome “EU”, iremos aplicar essas técnicas na estratégia para **Explicar**.*

Nota ao instrutor: Exiba a transparência/slide ORIENTAÇÕES PARA EXPLICAR.

Orientações para Explicar:

- diga do que vocês não gostam;
- diga como isso os afeta ou como os fazem se sentir;
- diga o que vocês querem ou planejam fazer a esse respeito.

Ressalte que, a utilização das orientações, auxiliará os alunos a explicarem com clareza seus pensamentos ou sentimentos.

Trabalhe com cada ponto das orientações. Dê um exemplo para cada uma e solicite aos alunos que indiquem outros exemplos.

Diga: *Dê um exemplo do que vocês não gostam usando uma frase afirmativa iniciada com o pronome “EU”.*

Exemplo: “Eu não gosto de ficar onde há fumaça de cigarro”.

Diga: *Dê outro exemplo de algo de que vocês não gostam, usando uma frase afirmativa iniciada com o pronome “EU”.*

Diga: *Como isso os afeta ou lhes faz sentir.*

Exemplo: “Eu não gosto de ficar onde há fumaça de cigarro porque começo a tossir e o cheiro impregna minhas roupas”.

Pergunte: *Qual poderia ser outro exemplo?*

Diga: *Dê um exemplo do que vocês querem ou pretendem fazer a respeito.*

Exemplo: “Se você deseja fumar, **eu** terei que ir para a sala ao lado”.

Pergunte: *Qual outro exemplo?*

ATIVIDADE 5 (13 minutos)

Exibição do Vídeo e Discussão

OBSERVAÇÕES

Nota ao instrutor

O propósito do vídeo é:

- demonstrar a estratégia para **Explicar** por meio de exemplos;
- demonstrar o exemplo de frases afirmativas que utilize o pronome “**EU**”;
- descrever uma postura de recusa, mostrando aos alunos quem não usa drogas.

Diga: *Iremos assistir agora a um vídeo em que os estudantes se depararam com situações e fizeram uso da estratégia para **Explicar**.*

Oriente aos alunos para que prestem atenção nos seguintes pontos:

- formas como a estratégia para **Explicar** foi usada;
- utilização das **frases afirmativas iniciadas com o pronome “EU”** pelos estudantes;
- explicações que vocês podem utilizar.

Mostre o vídeo **Explicar**.

Facilite uma discussão do vídeo. Alguns pontos para discussão são:

- qual explicação foi a mais convincente e qual foi a menos convincente? Por quê?
- as razões fizeram sentido? Por quê?
- quais foram os exemplos de alunos que utilizaram **frases afirmativas iniciadas com o pronome “EU”**?
- quais dos exemplos acharam mais realísticos ou quais serviriam para vocês?

ATIVIDADE 6 (3 minutos)

Revisão da Lição

OBSERVAÇÕES

Pergunte: *Quais exemplos vocês aprenderam nessa lição que os ajudariam a se comunicar de forma eficaz com os outros?*

*Por que é importante estar apto a **Explicar** o que vocês pensam e sentem?*

Como vocês podem empregar essa estratégia com seus amigos?

Agradeça aos estudantes pela participação.

ATIVIDADE 7 (3 minutos)

Dever de Casa

Distribua o livreto de Dever de Casa e peça que abram na atividade EXPLIQUE.

Leia as orientações com os estudantes e esclareça qualquer dúvida ou preocupação que possa haver.

Dê exemplos aos alunos, se necessário. Diga que discutirão o tema na próxima lição.

OBSERVAÇÕES

Lição 5
Explique **EXPLIQUE** Explique

Orientações: Como vamos abordar o que explicamos? Como vamos abordar o que explicamos? Como vamos abordar o que explicamos?

1. O que você acha que o grupo precisa entender primeiro?
2. Que informações o grupo precisa saber?
3. Qual a ideia que o grupo precisa entender? Quando? Onde? Como? Por quê?
4. Qual é a ideia que o grupo precisa entender? Quando? Onde? Como? Por quê?

proerd@proerd.org.br

APRESENTAÇÃO DE SLIDES PARA SUPORTE – LIÇÃO 5



1



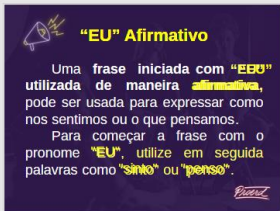
2



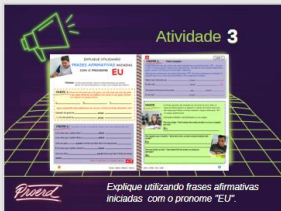
3



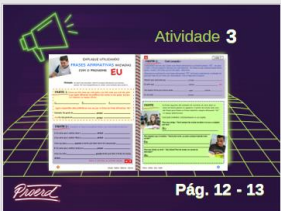
4



5



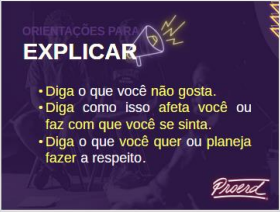
6



7



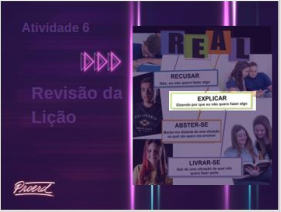
8



9



10



11



12



13



14

LIÇÃO 6

ABSTER-SE

Objetivos

Ao término da lição, os estudantes estarão aptos a:

- definir a estratégia *REAL* para **Abster-se**;
- listar as três maneiras que podem ser utilizadas para se abster de uma situação.

Preparação

- Revise o planejamento da lição.
- Revise o vídeo **Abster-se**.
- Familiarize-se com as estratégias de resistência para **Abster-se**.
- Reflita sobre as seguintes atividades a serem direcionadas aos estudantes:
 - CENÁRIOS PARA ABSTER-SE - formar grupos de estudantes;
 - discussão do vídeo **Abster-se**.

Materiais

- Vídeo **Abster-se**.
- Transparência/slide: TRÊS MANEIRAS PARA ABSTER-SE.
- Transparência/slide: MODELO DE TOMADA DE DECISÃO PROERD.
- Livro do Estudante Proerd.
- Livreto de Dever de Casa: PRATICANDO COMO ABSTER-SE.

Estrutura da Lição

- | | | |
|---------------|---|------------|
| • Atividade 1 | Revisão da Lição Anterior | 5 minutos |
| • Atividade 2 | Discussão Introdutória - Estratégias para Abster-se | 2 minutos |
| • Atividade 3 | Sessão de Vídeo e Discussão | 15 minutos |
| • Atividade 4 | Cenários para Abster-se | 18 minutos |
| • Atividade 5 | Revisão da Lição | 2 minutos |
| • Atividade 6 | Dever de Casa | 3 minutos |

ATIVIDADE 1 (5 minutos)

Revisão da Lição Anterior

Revise o dever de casa da última lição. Peça a alguns estudantes que compartilhem como a estratégia **Explicar** foi usada em suas situações.

Pergunte:

- *Quais são as duas primeiras estratégias do REAL que vocês aprenderam em nossas lições anteriores?*
- *Como explicariam a diferença entre essas duas estratégias?*

OBSERVAÇÕES

ATIVIDADE 2 (2 minutos)

Discussão Introdutória – Estratégias para Abster-se

Diga: Tanto **Recusar** quanto **Explicar** são formas diretas de dizer **não**. Na lição de hoje, discutiremos uma forma menos direta de recusar. Em algumas situações, **Abster-se** funciona melhor do que as **Recusar** ou **Explicar**.

Pergunte: O que a palavra **Abster-se** significa para vocês?

Escreva as respostas dos alunos.

Diga: Para o propósito da lição de hoje, **Abster-se** significa manter-se distante de uma situação na qual não querem se envolver.

Há três maneiras para **Abster-se**:

1. Evitando uma situação

- Exemplo: vocês sabem que em determinada festa ou evento haverá consumo de drogas. Nesse caso, vocês poderão abster-se da situação simplesmente por escolher não ir à festa ou ao evento.

2. Estando dentro de uma situação, evite drogas

- Exemplo: se ao chegar a uma festa vocês descobrirem que há pessoas ingerindo bebida alcoólica ou fumando cigarros, vocês podem abster-se dessa situação ao não permanecer na mesma sala ou ambiente.

OBSERVAÇÕES

Abster-se: manter-me longe de uma situação na qual não quero me

ATIVIDADE 2 (continuação)

OBSERVAÇÕES

3. Se estiver numa situação e alguém lhe oferecer drogas, mude de assunto.

- Exemplo: se lhes oferecerem drogas, vocês podem mudar de assunto (exemplo: vocês estão em uma festa e alguém lhes oferece cerveja. Então, vocês dizem que preferem dançar em vez de beber).

Pergunte: *Há diferença entre abster-se de uma situação no momento e abster-se no futuro? Por que isso pode ser importante?*

Explique que, na próxima atividade, a classe assistirá a um vídeo que demonstra o que as pessoas fariam se estivessem em situações das quais queiram **abster-se**.

ATIVIDADE 3 (15 minutos)

OBSERVAÇÕES

Sessão de Vídeo e Discussão

Nota ao instrutor

O propósito do vídeo é:

- demonstrar a estratégia para **Abster-se** por intermédio de exemplos;
- exemplificar tomadas de decisões saudáveis, evitando riscos e consequências;
- demonstrar o padrão de recusa, mostrando jovens que não usam drogas.

Diga: *Agora iremos observar como os alunos usam a estratégia para se **Abster** ao consumo de drogas.*

Oriente os alunos a prestarem atenção nos seguintes pontos:

- maneiras que estudantes se abstiveram do uso de drogas;
- como os alunos planejaram se abster;
- como esses estudantes verbalizaram a estratégia para abster-se.

Exibição do vídeo **Abster-se**.

Facilite uma discussão do vídeo. Alguns pontos a serem discutidos são:

- quais técnicas para **Abster-se** de uma situação vocês conseguiram observar?
- quais foram algumas maneiras que os alunos planejaram para **Abster-se**?
- como vocês utilizariam a estratégia para **Abster-se**?
- cite algumas das situações em que essa estratégia pode ser mais eficaz.

Diga: *Pensem sobre o que assistiram no vídeo e em nossa discussão ao utilizar a técnica para **Abster-se** na próxima atividade.*

ATIVIDADE 4 (18 minutos)

Cenários para Abster-se

Nota ao instrutor: Peça aos alunos que revejam a lição 3 do Livro do Estudante ou forneça a transparência/slide do **Modelo de Tomada de Decisão Proerd (MTDP)** para que sirva como referência. De maneira breve, revise os quatro passos do processo. Enfatize a importância de planejar como **Abster-se** de determinadas situações.

Peça aos alunos que localizem a atividade intitulada CENÁRIOS PARA ABSTER-SE, na página 14 do Livro do Estudante.

Diga aos alunos que terão encontrar maneiras para **Abster-se** das situações e não poderão utilizar as estratégias Recusar ou Explicar nessa atividade.

Diga: *Lembrem-se das diferentes formas para **Abster-se**:*

1. **evitando** uma situação;
2. estando dentro de uma situação, evite usar drogas;
3. se estiver numa situação e alguém lhe oferecer drogas, **mude de assunto**.

Divida a classe em grupos, compostos por três a cinco alunos, e distribua um cenário para cada grupo.

Dê aos alunos cinco minutos para pensarem bem e desenvolverem uma ou mais formas para *abster-se* de uma situação em particular.

OBSERVAÇÕES



OBSERVAÇÕES

Peça que uma pessoa de cada grupo compartilhe qual foi o cenário recebido e como planejaram se **abster**.

Após a resposta de cada grupo, solicite que avaliem o quanto a solução foi realista e efetiva. Peça que justifiquem suas respostas.

ATIVIDADE 5 (2 minutos)

Revisão da Lição

OBSERVAÇÕES

Explique que em muitas situações não haverá três maneiras ou opções para abster-se. Às vezes, haverá apenas uma maneira de realmente **Abster-se**.

- Exemplo: Não entre no carro de uma pessoa que for dirigir e que tenha ingerido bebida alcoólica.

Agradeça a classe por sua participação e por compartilharem soluções positivas sobre como **Abster-se** de determinadas situações.

ATIVIDADE 6 (3 minutos)

Dever de Casa

OBSERVAÇÕES

Distribua os livretos de Dever de Casa e peça aos alunos que localizem o exercício PRATICANDO COMO ABSTER-SE.

Leia as orientações com os alunos.

Dê exemplos aos alunos, caso necessário, e esclareça quaisquer dúvidas.



APRESENTAÇÃO DE SLIDES PARA SUPORTE – LIÇÃO 6

1

2

3

4

- Evitando uma situação.
- Estando dentro de uma situação de consumo de drogas, deixar de ingeri-las ou retirar-se do local.
- Se numa situação e alguém lhe oferecer drogas, mude de assunto.

5

6

7

8

9

10

11

12

13

LIÇÃO 7

LIVRAR-SE

Objetivos

Ao término da lição, os estudantes estarão aptos a:

- explicar a estratégia *REAL* para **Livrar-se**;
- identificar situações em que poderão usar a estratégia **Livrar-se**.

Preparação

- Revise o planejamento da lição.
- Revise o vídeo **Livrar-se**.
- Familiarize-se com as estratégias de resistência para **Livrar-se**.
- Reflita sobre as seguintes atividades a serem direcionadas aos estudantes:
 - CENÁRIOS PARA LIVRAR-SE - formar grupos de estudantes;
 - discussão do vídeo **Livrar-se**.

Materiais

- Vídeo sobre **Livrar-se**
- Cópias da página do Livro do Estudante Proerd: CENÁRIOS PARA LIVRAR-SE.
- Livreto de Dever de Casa: *REAL NA VIDA REAL*.

Estrutura da Lição

- | | | |
|---------------|-------------------------------|------------|
| • Atividade 1 | Revisão da Lição Anterior | 3 minutos |
| • Atividade 2 | Estratégia para Livrar-se | 5 minutos |
| • Atividade 3 | Exibição do Vídeo e Discussão | 14 minutos |
| • Atividade 4 | Cenários para Livrar-se | 16 minutos |
| • Atividade 5 | Revisão da Lição | 5 minutos |
| • Atividade 6 | Dever de Casa | 2 minutos |

ATIVIDADE 1 (3 minutos)

Revisão da Lição Anterior

OBSERVAÇÕES

Discuta o dever de casa da lição anterior. Peça a dois ou três estudantes para compartilharem exemplos descrevendo situações em que eles se abstiveram.

Diga: *Nós temos discutido as estratégias do REAL: “R” (Recusar), “E” (Explicar) e “A” (Abster-se).*

Peça aos estudantes que relembrem o significado de cada estratégia e dê-lhes um exemplo.

Diga aos estudantes que esta lição abordará a última estratégia: **Livrar-se**.

ATIVIDADE 2 (5 minutos)

Estratégia para Livrar-se

OBSERVAÇÕES

Perguntar: *Qual a diferença entre **Abster-se** e **Livrar-se**?*

Explique que **Abster-se** significa não entrar em uma situação indesejável ou nociva, evitando a situação por completo.

Livrar-se envolve retirar-se de uma situação indesejável ou nociva na qual vocês se encontram. Ao utilizar a estratégia livrar-se, vocês geralmente já estarão dentro de uma situação e, quando então, compreenderão que não querem estar ali.

Discuta brevemente o fato de que, na vida real, muitas estratégias são similares e podem ser usadas em conjunto. Para aprendermos melhor as estratégias, devemos abordar cada uma delas individualmente, contudo, podemos sempre usar uma ou todas as estratégias para resistir a drogas, ou qualquer coisa que seja indesejável ou a nociva.

Abster-se: manter-me distante de uma situação na qual não quero me envolver.

Exibição do Vídeo e Discussão**Nota ao instrutor:**

O propósito deste vídeo é:

- demonstrar a estratégia para **Livrar-se**, por meio do modelo proposto;
- demonstrar o padrão de recusa, mostrando jovens que não usam drogas.

Diga: *Agora iremos observar como alguns estudantes **livraram-se** de situações arriscadas ou nas quais se sentiram constrangidos.*

Oriente os estudantes a observarem:

- como os estudantes *livraram-se* de situações arriscadas ou constrangedoras.
- como os estudantes combinaram o uso da estratégia **Livrar-se** com o de outras estratégias.

Exiba o vídeo **Livrar-se**.

Facilite uma discussão, seguindo o vídeo. Alguns pontos para discussão são:

- como os estudantes conseguiram **livrar-se** de situações de oferta de drogas?
- quais outras estratégias do *REAL* vocês puderam observar que foram utilizadas pelos estudantes no vídeo?
- dê um exemplo de situação na qual **livrar-se** poderia ser a melhor estratégia a ser usada.

Explique para os estudantes que, a partir daquele instante, eles estarão aptos a praticar as estratégias do *REAL* ao longo das atividades de encenação.

ATIVIDADE 4 (16 minutos)

Cenários para Livrar-se

OBSERVAÇÕES

Nota ao instrutor: As encenações serão curtas e, portanto, deverá ser dispensada atenção especial ao tempo estabelecido e à coordenação das apresentações.

Lembre aos estudantes que deverão ser respeitosos e escutar ativamente os colegas de classe enquanto estiverem apresentando suas encenações.

Divida a classe em grupos de cinco ou seis estudantes. Peça aos estudantes que localizem a página 15 do Livro do Estudante intitulada CENÁRIOS PARA LIVRAR-SE.

Designa para cada grupo um cenário e dê-lhes alguns minutos para prepararem uma encenação a ser apresentada para a classe.

Quando os grupos estiverem prontos, informe aos estudantes que você dirá, em dado momento, a palavra “congelar” ou “congele”, indicando que eles parem a encenação. Os estudantes deverão parar e estarem aptos a explicar como sua personagem se sente.

Quando estabelecer o momento de parada, facilite uma discussão, propondo as seguintes questões:

- Como você acha que se sentiu neste momento?
- _____ está comunicando que quer *livrar-se*?
- Está demonstrando alguma forma não verbal (facial ou corporal ou tom da voz) que faça com que você pense assim? E quanto às formas verbais?
- Quais diferenças você percebeu entre as formas não verbais e verbais?

Os estudantes atuarão de acordo com as situações designadas para a apresentação da peça.



ATIVIDADE 5 (5 minutos)

Revisão da Lição

OBSERVAÇÕES

Agradeça aos estudantes pela participação na encenação.

Pergunte: *O que vocês aprenderam sobre a estratégia **Livrar-se**? Como vocês poderiam usar esta estratégia no futuro?*

Você deve ressaltar, na oportunidade, que os estudantes já praticaram todas as estratégias de resistência:

Recusar, Explicar, Abster-se, e Livrar-se.

Peça aos estudantes que compartilhem o que se lembrarem de cada estratégia.

ATIVIDADE 6 (2 minutos)

Dever de Casa

OBSERVAÇÕES

Peça aos estudantes que abram o Livreto de Dever de Casa na atividade **REAL NA VIDA REAL** e **QUESTÕES PARA REFLEXÃO**.

Leia as orientações com os estudantes.

Dê exemplos para os estudantes, se necessário.

Diga aos estudantes que discutirão o dever de casa na próxima lição.



APRESENTAÇÃO DE SLIDES PARA SUPORTE – LIÇÃO 7

PROGRAMA EDUCACIONAL DE RESISTÊNCIA
AS DROGAS E À VIOÊNCIA | 7º ano

1

Atividade 1

Revisão
DEVER DE CASA

2

Atividade 3

DEVER DE CASA
Revisão

3

Atividade 2

ESTRATÉGIAS
LIVRAR-SE

4

ABSTER-SE
Manter distância de uma situação na qual não quero me envolver.

LIVRAR-SE
Sair de uma situação da qual não quero fazer parte.

5

Atividade 3

Vídeo: **LIVRAR-SE**

6

Atividade 4

Cenários para
LIVRAR-SE

7

Atividade 4

Cenários para
LIVRAR-SE

Pág. 16

8

Atividade 5

Revisão da Lição

9

Atividade 6

DEVER DE CASA

10

Atividade 6

DEVER DE CASA

Recursos para Reflexão

11

PROGRAMA EDUCACIONAL DE RESISTÊNCIA
AS DROGAS E À VIOÊNCIA | 7º ano

12

LIÇÃO 8

SENSO COMUM

Objetivos

Ao término da lição, os estudantes estarão aptos a:

- definir os termos “senso comum” e o “senso comum entre colegas”;
- identificar o “senso comum” sobre o uso de drogas entre seus colegas;
- explicar como o “senso comum” pode influenciar suas decisões.

Preparação

- Revise do planejamento da Lição.
- Familiarize-se com os objetivos da Lição 8.
- Reflita sobre as seguintes atividades a serem desenvolvidas pelos estudantes:
 - Revise o gabarito de respostas do instrutor para a atividade SENSO COMUM;
 - TOMADA DE DECISÃO PESSOAL.

Materiais

- Transparência/*slide* sobre o SENSO COMUM.
- Livro do Estudante Proerd: Questionário sobre SENSO COMUM.
- Livro do Estudante Proerd: TOMADA DE DECISÃO PESSOAL.
- Livreto de Dever de Casa: ACRÓSTICO DO NOME.

Estrutura da Lição

- | | | |
|---------------|--------------------------------|------------|
| • Atividade 1 | Revisão da Lição Anterior | 5 minutos |
| • Atividade 2 | Pressão dos Colegas | 3 minutos |
| • Atividade 3 | Questionário sobre Senso Comum | 20 minutos |
| • Atividade 4 | Tomada de Decisão Pessoal | 13 minutos |
| • Atividade 5 | Revisão da Lição | 2 minutos |
| • Atividade 6 | Dever de Casa | 2 minutos |

ATIVIDADE 1 (5 minutos)

Revisão da Lição Anterior

OBSERVAÇÕES

Revisão do Dever de Casa da última lição.

Pergunte: *Quais são as quatro estratégias do **REAL** que aprendemos nas lições anteriores?*

*Qual estratégia de resistência do **REAL** vocês se sentiriam mais à vontade para usar e por quê?*

Por que é importante aprender maneiras de utilizar essas estratégias na vida?

Diga: *Essas estratégias são úteis por que ajudam vocês a se posicionarem por si próprios e podem ajudá-los a resistirem à **pressão dos colegas**.*

ATIVIDADE 2 (3 minutos)

Pressão de Colegas

OBSERVAÇÕES

Pergunte: *O que significa **pressão dos colegas** para vocês?*

Diga: *Para o propósito de nossa lição, usaremos a seguinte definição:*

Pressão dos colegas significa uma pressão social exercida por pessoas de sua faixa etária para que vocês pensem ou atuem de certa forma.

Algumas vezes, seus colegas tentam pressionar vocês para que se comportem conforme o grupo. A lição de hoje busca esclarecer o que **vocês pensam**, para que possam fazer boas decisões.

É importante não terem preconceitos ou ideias falsas sobre o que os outros fazem. É também importante não se sentirem pressionados a fazer coisas que vocês não desejam. Vocês têm que tomar boas decisões e se posicionarem com base no que acreditam.

Pressão dos Colegas:

pressão social exercida por pessoas de sua faixa etária para que pense ou atue de uma certa

OBSERVAÇÕES

Nota ao instrutor: Ao fazer as perguntas abaixo, assegure-se de conduzir a discussão para os seguintes pontos:

- pessoas têm expectativas sobre como devemos nos comportar;
- há uma pressão para atendamos a essas expectativas.

Pergunte: *Por que vocês têm de entrar na fila para comprar ingressos para o cinema?*

Por que vocês têm de ficar de pé para fazer o Juramento à Bandeira?

Exiba a transparência/slide SENSO COMUM.

Diga: ***Senso Comum** são comportamentos típicos ou comuns de um grupo social; é o que a maioria das pessoas acredita ser verdade.*

Na próxima atividade vocês terão a oportunidade de refletir sobre o que consideram ser comum e o que a maioria das pessoas acredita ser verdadeiro.

ATIVIDADE 3 (20 minutos)

Questionário sobre Senso Comum

Nota ao instrutor: Com essa atividade objetiva-se ajudar os alunos a identificarem o senso comum sobre o uso de drogas entre seus colegas e focar no fato de que a maioria dos alunos nesta faixa etária não faz uso de drogas.

Além disso, os alunos examinarão suas crenças em relação a eles próprios e aos outros.

As respostas dos estudantes a esses questionamentos fornecem uma prévia compreensão daquilo que pensam ser comum ou do que a maioria das pessoas imagina ser comum.

OBSERVAÇÕES

Senso Comum entre os colegas:
comportamentos típicos ou comuns observados ou percebidos em um grupo social.

Meu Senso Comum:
quais comportamentos você considera adequados para

OBSERVAÇÕES

O GABARITO DO INSTRUTOR SOBRE SENSO COMUM tem três seções:

- A seção do *Senso Comum entre os Colegas* prevê informações reais e sua fonte.
- As seções sobre *Meu Senso Comum* e *Senso Comum dos Outros* ajudam na facilitação da discussão.

Diga aos alunos para irem à página 16 do Livro do Estudante, no Questionário sobre Senso Comum.

Peça aos alunos que complementem o questionário de acordo com aquilo que pensam. Instrua-os a marcar uma resposta para cada questão.

Ao término da execução da atividade, revise cada pergunta da seção de SENSO COMUM ENTRE OS COLEGAS:

- peça aos alunos que compartilhem suas respostas para cada uma das questões;
- forneça as respostas corretas de acordo com o gabarito sobre SENSO COMUM ENTRE OS COLEGAS;
- diga aos alunos para marcarem a resposta correta;
- facilite uma discussão para esclarecer o que os estudantes pensam a respeito do senso comum sobre o uso de drogas entre seus colegas.

Pergunte: *Quais fatos lhes surpreenderam mais? Por que é importante saber que a maioria das pessoas não usa drogas?*

Faça uma revisão das questões da seção MEU SENSO COMUM:

- peça aos alunos para compartilharem suas respostas caso se sintam à vontade;
- facilite uma discussão sobre a informação contida em cada assertiva presente nas questões fornecidas no GABARITO DO INSTRUTOR SOBRE SENSO COMUM.

Faça uma revisão das questões da seção SENSO COMUM DOS OUTROS:

- peça aos alunos que compartilhem suas respostas caso se sintam à vontade;
- facilite uma discussão sobre a informação contida em cada assertiva presente nas questões fornecidas no GABARITO DO INSTRUTOR SOBRE SENSO COMUM.

Lição 8

SENSO COMUM

Orientações:
Responda as seguintes questões baseadas no que você acha correto. Verifique a resposta correta de cada questão no Gabarito para cada questão.

SENDO COMUM ENTRE COLEGAS	Concordo/Discrepo
1. 20% dos alunos do Ensino Fundamental e Médio já tiveram problemas com drogas.	☐ ☐
2. Há muitos casos de alunos do Ensino Fundamental e Médio que usam drogas.	☐ ☐
3. O número de jovens que usam drogas é muito maior do que o número de jovens que não usam drogas.	☐ ☐
4. O consumo de drogas entre jovens é muito maior do que o consumo de drogas entre adultos.	☐ ☐
5. Quanto mais jovens usam drogas, mais adultos também usam drogas.	☐ ☐

MEU SENSO COMUM	Concordo/Discrepo
6. Minha opinião sobre o uso de drogas é muito diferente da dos meus colegas.	☐ ☐
7. Há muitos jovens que usam drogas, mas não sabem o que estão fazendo.	☐ ☐
8. Há muitos jovens que usam drogas, mas não sabem o que estão fazendo.	☐ ☐
9. Há muitos jovens que usam drogas, mas não sabem o que estão fazendo.	☐ ☐
10. Há muitos jovens que usam drogas, mas não sabem o que estão fazendo.	☐ ☐

SENDO COMUM DOS OUTROS	Concordo/Discrepo
11. Se um amigo me disse que estava usando drogas, eu não acreditaria nele.	☐ ☐
12. É importante que se saiba de quem se deve confiar quando se trata de drogas.	☐ ☐
13. Se eu não acreditasse mais, eu não usaria drogas.	☐ ☐
14. É importante que se saiba de quem se deve confiar quando se trata de drogas.	☐ ☐
15. Se eu não acreditasse mais, eu não usaria drogas.	☐ ☐

16. Resposta: Explicar: Abster-se. Livro: Se

ATIVIDADE 4 (13 minutos)

Tomada de Decisão Pessoal

OBSERVAÇÕES

Diga: Às vezes, quando vocês pensam que muitas pessoas fazem o uso de drogas, podem acreditar que isso seja aceitável. Às vezes, seus amigos tentam pressioná-los para que sigam ou concordem com o grupo. No entanto, a realidade é que a maioria das pessoas de suas faixas etárias não usa drogas.

Quando vocês estão tomando uma decisão, é importante considerar o que acreditam ser o correto e o que as pessoas que se preocupam com vocês acham ser correto. Vocês têm que tomar boas decisões e se manterem firmes acerca do que acreditam.

Agora vocês terão a oportunidade de refletir como o senso comum afeta suas decisões.

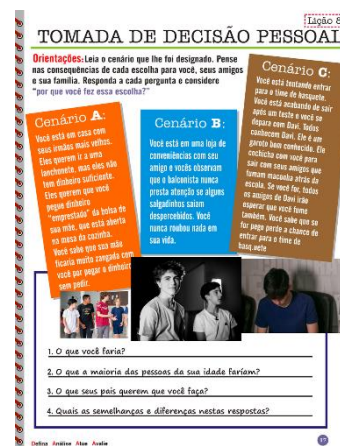
Nota ao instrutor: Peça aos alunos que abram o Livro do Estudante na página 17, TOMADA DE DECISÃO PESSOAL.

Faça-os ler e responder às perguntas, seguindo cada cenário de forma individual. Em seguida, faça com que trabalhem em duplas para compararem suas respostas. Diga para estarem preparados para discutirem suas respostas.

Após terminarem a atividade, **pergunte:**

- O que descobriram com base em suas respostas? Como comparariam suas respostas? São semelhantes ou diferentes?
- O que vocês consideraram antes de tomar uma decisão?
- Como isso os influenciaria a fazer uma escolha sábia?

Explique que o *senso comum* nos influencia e, às vezes, precisamos pensar sobre nosso próprio *senso comum* para que possamos tomar boas decisões.



ATIVIDADE 5 (2 minutos)

Revisão da Lição

OBSERVAÇÕES

Pergunte:

- *Cite duas coisas importantes que vocês aprenderam hoje e poderiam compartilhar com alguém.*
- *Por que é importante perceber que o senso comum pode afetar suas decisões?*

Agradeça aos estudantes pela participação.

ATIVIDADE 6 (2 minutos)

Dever de Casa

OBSERVAÇÕES

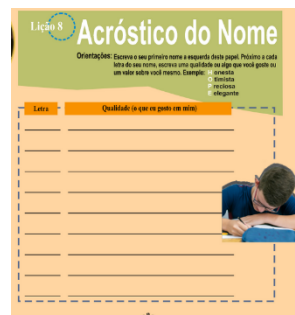
Peça aos estudantes que abram o Livreto do Dever de Casa na atividade ACRÓSTICO DO NOME.

Leia as orientações junto com os alunos.

Dê exemplos, caso sejam necessários.

Acróstico:

composição poética em que as letras iniciais, mediais ou finais de cada verso, reunidas, formam um



Gabarito do instrutor para SENSO COMUM

Senso Comum Entre Colegas

- 1. 40% dos alunos do Ensino Fundamental e Médio já fumaram maconha.** **Discordo**
Dados do CEBRID (2010) indicam que o percentual de jovens que não usaram maconha no mês anterior à pesquisa (consumo ao menos uma vez nos últimos 30 dias) está em 98,0%.
- 2. Pelo menos 50% dos alunos do Ensino Fundamental e Médio ingerem bebida alcoólica.** **Discordo**
A prevalência de ingestão frequente de álcool (ter bebido bebida alcoólica em seis ou mais vezes nos últimos 30 dias anteriores ao da pesquisa) entre jovens estudantes foi de 8,8%.
- 3. O número de jovens alunos que fumam cigarro caiu nos últimos anos, conforme pesquisas nacionais.** **Concordo**
Dados do CEBRID (2010) indicam que o percentual de jovens estudantes do Ensino Fundamental e Médio que fizeram o uso frequente de tabaco caiu de 4,2% (2004) para 0,7% (2010).
- 4. O percentual de jovens estudantes que consomem bebidas alcoólicas frequentemente vem subindo nos últimos anos.** **Discordo**
Dados do CEBRID (2010) indicam que o percentual de jovens estudantes do Ensino Fundamental e Médio que fizeram o uso frequente de bebida alcoólica, caiu de 12,3% (2004) para 2,7% (2010).
- 5. Quase todos os alunos do Ensino Médio pensam que é correto usar drogas.** **Discordo**
MTF, 2007, a grande maioria desaprova o uso de drogas ilícitas.

Meu Senso Comum

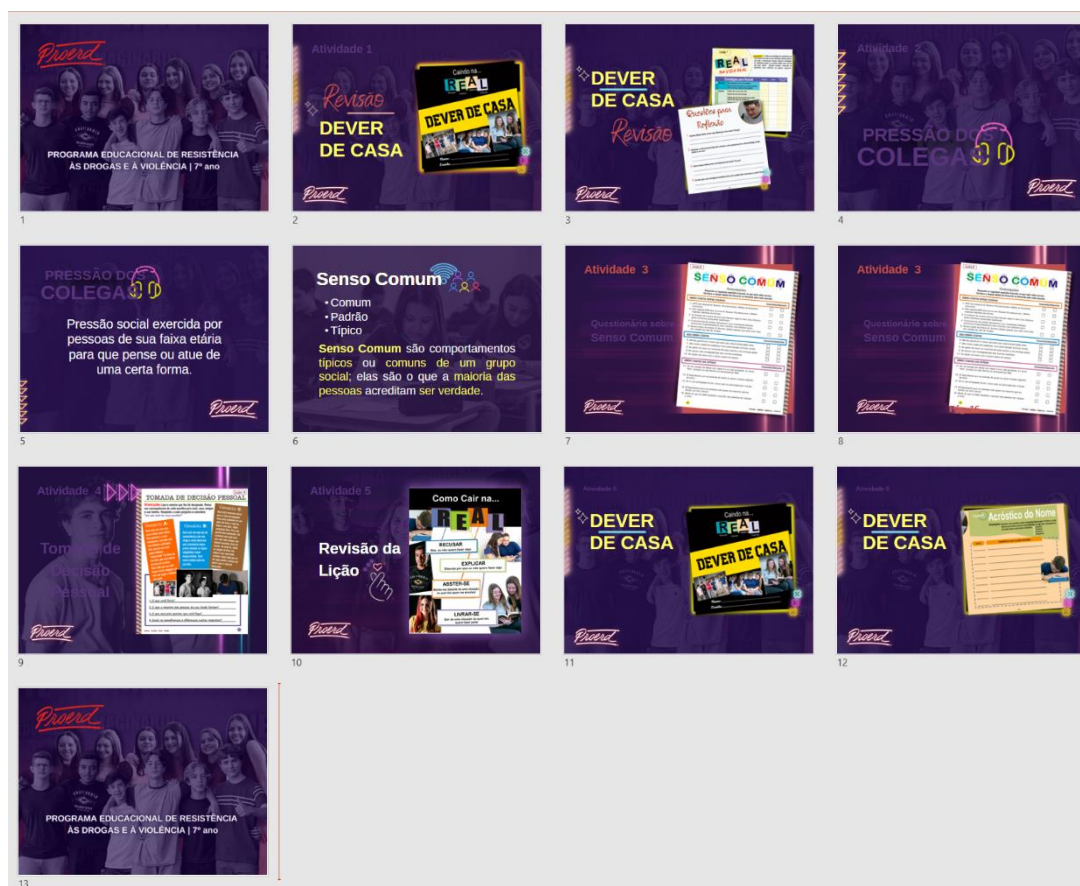
6. Peça respostas. E então pergunte: Alguém sabe o que beber e fumar pode fazer com a sua aparência física? Fumar mancha seus dentes, gengivas e unhas. Fumantes têm mais rugas. Ingestão de álcool pode causar pele seca e olhos vermelhos.
7. Peça respostas. E então pergunte: Como o uso de drogas pode impedi-los de alcançarem seus objetivos? Por exemplo, pode causar baixo rendimento escolar, impedi-los de fazerem parte do time de futebol (ou outro esporte); causar uma expulsão da escola; danificar sua saúde; levá-los à prisão. Mesmo que vocês trabalhem bastante para atingir seus objetivos, o uso de drogas, ainda que uma única vez, pode arruinar todo o árduo trabalho por vocês realizado.
8. Peça respostas. E então pergunte: Beber ou fazer uso de outras drogas faz vocês se sentirem sem controle e confusos? Faz com que vocês esqueçam as coisas?
9. Peça respostas. E então pergunte: Escolher fazer uso de drogas pode colocar vocês ou outras pessoas em uma situação perigosa? Como isso pode gerar problemas no presente e no futuro?

10. Peça respostas. E então pergunte: Expliquem como beber ou fazer uso de outras drogas pode alterar suas personalidades. Vocês já observaram essa alteração em outras pessoas?

Senso Comum dos Outros

11. Concordar com essas questões assertivas significa que vocês valorizam os sentimentos de seus amigos como sendo mais importantes que seus próprios sentimentos e opiniões. Revejam as estratégias do *REAL* para quaisquer outras formas de resistir à oferta ou convite ao uso de drogas e, ainda assim, manterem a amizade com a pessoa que propôs a oferta.
12. Peça respostas. E então pergunte: O uso de drogas, inclusive álcool e cigarros, pode causar um conflito entre vocês e as pessoas de quem gostam? Isso pode levar essas pessoas a perderem o respeito ou a confiança em vocês?
13. Peça respostas. E então pergunte: Que tipo de risco assustaria seus pais?
14. Peça respostas. E então pergunte: Existem coisas que podem dificultar vocês terem uma melhor qualidade de vida no futuro?
- 15.
16. Peça respostas. E então pergunte: O que poderia mudar a opinião das pessoas queridas a respeito de vocês?

APRESENTAÇÃO DE SLIDES PARA SUPORTE – LIÇÃO 8



LIÇÃO 9

SENTIMENTOS

Objetivos

Ao término da lição, os estudantes estarão aptos a:

- reconhecer que as pessoas expressam suas emoções de formas diferentes;
- verbalizar por que seus sentimentos são *válidos*;
- reconhecer que outras pessoas têm sentimentos diferentes.

Preparação

- Revise o planejamento da lição.
- Familiarize-se com os objetivos Lição 9.
- Reflita sobre as seguintes atividades a serem direcionadas aos estudantes:
 - Atividade Emocional;
 - CENÁRIOS PARA ENCENAÇÃO - antes de iniciar as aulas, peça o auxílio do(a) professor(a) para a formação dos grupos de alunos e monitoramento da encenação das situações.

Materiais

- Cartões Emocionais - prepare de seis a oito cartões emocionais para a Atividade 3. Escolha as seguintes emoções: feliz, triste, empolgado, furioso, ansioso, amedrontado, envergonhado e surpreso.
- Livro do Estudante Proerd: CENÁRIOS PARA ENCENAÇÕES.
- Livreto de Dever de Casa: EU DISCORDO.

Estrutura da Lição

- | | | |
|---------------|-----------------------------------|------------|
| • Atividade 1 | Revisão da Lição Anterior | 3 minutos |
| • Atividade 2 | Discussão Introdutória | 2 minutos |
| • Atividade 3 | Atividades Emocionais e Discussão | 15 minutos |
| • Atividade 4 | Apresentação para Cenários | 20 minutos |
| • Atividade 5 | Revisão da Lição | 2 minutos |
| • Atividade 6 | Dever de Casa | 3 minutos |

ATIVIDADE 1 (3 minutos)

Revisão da Lição Anterior

OBSERVAÇÕES

Peça aos alunos que compartilhem uma das qualidades positivas do seu ACRÓSTICO DO NOME, referente à atividade que fizeram em seu dever de casa.

Diga: *Em nossa última lição, discutimos sobre **senso comum** e o quanto é importante o senso comum pessoal ao tomar boas decisões e fazer escolhas sábias.*

ATIVIDADE 2 (2 minutos)

Discussão Introdutória

OBSERVAÇÕES

Diga aos alunos que na lição de hoje eles irão aprender que todos têm sentimentos e reações **únicas** para cada situação, mesmo quando fazem parte de um grupo.

Seus sentimentos são **válidos** mesmo se os outros não concordem ou não se sintam da mesma forma que vocês.

Às vezes, experimentamos mais de uma emoção ao mesmo tempo.

Pergunte: *Vocês se recordam de alguma ocasião em que sentiram mais de uma emoção ao mesmo tempo? (exemplo: entusiasmado e com medo)*

Facilite uma discussão sobre como nossos sentimentos influenciam na maneira que reagimos às situações.

Pergunte: *Se estiverem com raiva ou tristes, como vocês agem em meio às outras pessoas? E se estiverem se sentindo felizes ou entusiasmados?*

Explique que, na próxima atividade, iremos identificar as formas não verbais, por intermédio das quais, os sentimentos e emoções podem ser expressos.

Único:

espécie única;
inigualável; diferente
de qualquer pessoa
ou qualquer outra
coisa.

ATIVIDADE 3 (15 minutos)

Atividades Emocionais e Discussão

OBSERVAÇÕES

Emoções:

feliz, triste,
entusiasmado, furioso,
ansioso amedrontado,

Nota ao instrutor: Peça de quatro a seis voluntários, de acordo com o tempo estabelecido, para virem à frente da classe. Cada voluntário receberá um cartão com uma emoção diferente escrita.

Se os alunos encontrarem dificuldade em adivinhar as emoções, explique que, frequentemente, as pessoas expressam suas emoções de modo diferente e talvez não estejamos aptos a dizer o que estão sentindo se elas não expressarem suas emoções da mesma forma que nós fazemos.

Se os alunos adivinharem as emoções rapidamente, ressalte que todos sentem essas emoções, por isso, há facilidade em reconhecê-las.

Instrua os voluntários a tentarem expressar suas emoções de forma não verbal, com expressões faciais ou corporais.

Após a demonstração de cada aluno:

Pergunte: *Qual emoção foi retratada e como foi identificada?*

Ao fim da atividade, diga aos alunos que todos sentem e mostram suas emoções; todavia, as pessoas frequentemente expressam suas emoções de formas diferentes.

Peça aos alunos que se lembrem da última vez em que estiveram numa situação com seus familiares ou seus amigos na qual tenham se sentido de forma diferente do grupo em que estavam.

- Exemplo: Sua família ou amigos escolhem assistir a um filme ou ir a um restaurante e vocês não sentem vontade ou não querem participar.

Facilite uma discussão das situações em que os alunos relataram ter se sentido de forma diferente de sua família ou amigos. Atente para o fato de que nem todos desejaram participar da discussão.

Pergunte:

- *O que vocês fariam se sentissem uma emoção diferente de todo mundo em uma situação?*
- *Como expressariam seus sentimentos de forma respeitosa?*
- *Se suas emoções fossem diferentes daquelas sentidas por seus amigos, como acha que eles reagiriam?*
- *É fácil ou difícil discordar de seus amigos? Expliquem suas respostas.*

Reveja a ideia de que, sendo parte de um grupo, mesmo dentro da nossa família, todos têm sentimentos e reações únicas e que tal fato é normal.

Enfatize que nossos amigos podem nos respeitar pelo que sentimos e nos valorizar por sermos um membro singular no grupo.

Lembre os alunos que, às vezes, não concordamos com os outros e estes podem ficar com raiva, desapontados ou infelizes conosco. Eles têm o direito de se sentirem dessa forma, mas nós também temos o direito de sentirmos uma emoção de forma diferente.

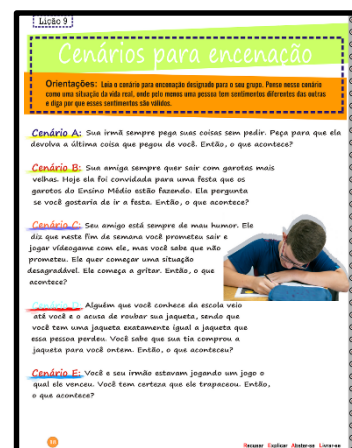
Na próxima atividade, vocês aprenderão como lidar com essas situações.

ATIVIDADE 4 (20 minutos)**Apresentação para Cenários**

Nota ao instrutor: O propósito dessa atividade é ajudar os alunos a resolverem situações de conflitos e expressarem seus sentimentos de maneira positiva. Caso o tempo permita, lembre-os de aplicarem as técnicas que eles aprenderam na lição anterior.

Forme grupos de quatro a cinco alunos. Peça aos alunos que localizem as páginas 18 e 19 no Livro do Estudante, que versam sobre CENÁRIOS PARA ENCENAÇÃO. Repasse a cada grupo um cenário.

Leia as instruções com os alunos. Enfatize que todos os membros do grupo deverão fazer parte da encenação e que devem expressar seus sentimentos de maneira positiva e com respeito ao próximo.

OBSERVAÇÕES

OBSERVAÇÕES

Diga aos alunos que eles terão de 5 a 10 minutos para prepararem sua apresentação para a classe.

Deixe que os alunos façam suas *performances*. Ao final de cada cenário apresentado, pergunte:

- *Em que as personagens discordaram?*
- *Como explicaram seus sentimentos?*
- *Elas usaram frases afirmativas iniciadas com o pronome “EU”?*
- *Como mostraram respeito uns pelos outros?*

Pergunte: *O que vocês observaram durante a encenação que poderia ajudá-los a resolverem seus conflitos com os outros?*

ATIVIDADE 5 (2 minutos)

Revisão da Lição

OBSERVAÇÕES

Peça aos alunos que apontem as principais coisas que aprenderam nessa lição, incluindo:

- identificar a maneira como as pessoas expressam suas emoções;
- reconhecer que, embora façam parte de um grupo e ainda que sejam membros de sua família, eles têm seus próprios sentimentos e reações para cada situação;
-
-
- reconhecer o valor de seus sentimentos ainda que os outros não concordem com eles;
- mostrar respeito por si mesmo e pelos outros.

Agradeça aos alunos por sua participação.

ATIVIDADE 6 (3 minutos)

Dever de Casa

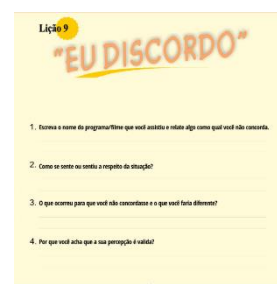
OBSERVAÇÕES

Peça aos estudantes que abram o Livreto de Dever de Casa na atividade EU DISCORDO.

Leia as orientações com os estudantes.

Dê exemplos, caso sejam necessários.

Diga aos alunos que discutirão o dever de casa na próxima lição.



APRESENTAÇÃO DE SLIDES PARA SUPORTE – LIÇÃO 9

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

LIÇÃO 10

REDES DE SUPORTE

Objetivos

Ao término da lição, os estudantes estarão aptos a:

- explicar o conceito de rede de suporte social;
- identificar os membros de sua rede pessoal de suporte social;
- revisar e discutir conceitos chave no currículo *Caindo na REAL*.

Preparação

- Revise o planejamento da lição.
- Familiarize-se com os objetivos da Lição 10.
- Leia as Orientações de Revisão do currículo *Caindo na REAL*.
- Reflita sobre as seguintes atividades a serem direcionadas aos estudantes:
 - O exercício de ECOMAPAS refere-se às ORIENTAÇÕES DE ATIVIDADES
 - *Revisão da discussão do currículo Caindo na REAL*

Materiais

- Livro do Estudante Proerd: ECOMAPAS e PERGUNTAS ECOMAPAS.
- Transparência/slide: ECOMAPAS.
- Transparência/slide: QUATRO FORMAS DE PEDIR AJUDA.
- Livro do Estudante Proerd

Estrutura da Lição

- | | | |
|---------------|--|------------|
| • Atividade 1 | Revisão da Lição Anterior | 3 minutos |
| • Atividade 2 | Rede de Suporte | 3 minutos |
| • Atividade 3 | Ecomapas | 10 minutos |
| • Atividade 4 | Pedindo Ajuda | 6 minutos |
| • Atividade 5 | Revisão da Lição | 1 minuto |
| • Atividade 6 | Revisão final do currículo <i>Caindo na REAL</i> | 20 minutos |
| • Atividade 7 | Desafio para casa - Opcional | 2 minutos |

ATIVIDADE 1 (3 minutos)

Revisão da Lição Anterior

OBSERVAÇÕES

Revise o dever de casa da última lição.

Peça dois ou três estudantes para compartilharem suas respostas a respeito do que discordaram no programa de televisão a que assistiram.

Diga: *Temos conversado sobre como lidar em diferentes situações e apresentamos a vocês um grande número de respostas.*

ATIVIDADE 2 (3 minutos)

Rede de Suporte

OBSERVAÇÕES

Muitas vezes podemos necessitar de ajuda ao tomar decisões difíceis. Quando confiamos em outras pessoas para pedir ajuda, estas são chamadas de **rede de suporte pessoal**.

Diga: *Nesta lição, iremos explorar a nossa rede de suporte. Vocês irão aprender a quem recorrer e como solicitar ajuda.*

Pergunte: *Alguém poderia compartilhar uma ocasião em que precisou tomar uma decisão importante? Vocês pediram para que alguém os aconselhasse? Casopositivo, como decidiram a quem pedir?*

Diga aos estudantes que é importante saber identificar as pessoas que lhes apoiam e que podem fornecer ajuda. Essas pessoas são a **rede de suporte** de vocês.

Pergunte: *Cite algumas das pessoas que poderiam estar em suas redes de suporte.*

Rede de suporte:
um grupo de pessoas a quem você pode recorrer para pedir conselhos, ajuda, encorajamento e orientação.

Ecomapa:
um diagrama representando as pessoas com quem você conversa sobre assuntos importantes ou preocupações.

Uma **Rede de Suporte** deve incluir:

- pessoas em quem vocês confiam caso necessitem solicitar conselhos ou ajuda;
- pessoas com quem vocês se importam ou que se importam com vocês;
- membros da família;
- amigos;
- pessoas que vocês conhecem na sua comunidade, tais como vizinhos, pessoas da escola, da igreja, mesquitas ou templos.

Agora usaremos uma ferramenta chamada **Ecomapa** como ilustração.

ATIVIDADE 3 (10 minutos)

Ecomapas

OBSERVAÇÕES

Nota ao instrutor: Essa é uma breve atividade desenvolvida para apresentar aos estudantes suas redes de suporte. Os estudantes devem reconhecer que eles podem recorrer a diferentes pessoas em diferentes situações. Assegure que os estudantes saibam que não há pré-requisito a respeito do tamanho de sua rede de suporte. Uma rede com uma ou com muitas pessoas é aceitável.

Diga aos estudantes para localizarem a página 20 no Livro de Estudante Proerd, atividades ECOMAPA e PERGUNTAS DO ECO-MAPA.

Nota ao instrutor: Demonstre a dinâmica de construção de um Ecomapa, usando a transparência/slide ECOMAPA, como forma de fornecer um exemplo.

Sem fazer um Ecomapa muito extenso, complete os círculos suficientes de indivíduos da sua própria rede de suporte, para fornecer aos estudantes uma ilustração de quais tipos de pessoas podem fazer parte da rede de suporte deles.

Instrua os estudantes a completarem os respectivos Ecomapas, no sentido de que identifiquem as pessoas presentes na rede de suporte dos mesmos.



Diga aos estudantes para:

- escrever seus respectivos nomes no círculo maior, os posicionado ao centro;
- nos outros círculos, os estudantes devem escrever o nome das pessoas que consideram parte da respectiva rede de suporte;
- eles, ainda, deverão adicionar tantos círculos quanto forem necessários para completarem a rede de suporte;
- peça que desenhem linhas, de forma a conectar os círculos menores ao círculo maior.

Diga: *Seus Ecomapas podem ser grandes ou pequenos, desde que vocês incluam todos aqueles que vocês acreditam fazer parte das suas redes de suporte.*

Após completarem os Ecomapas, solicite aos estudantes para preencherem as PERGUNTAS DO ECOMAPA.

Nota ao instrutor: Leia as PERGUNTAS DO ECOMAPA para os estudantes. Os estudantes devem marcar os respectivos Ecomapas de acordo com as orientações proferidas. Essas perguntas ajudarão, futuramente, a identificar pessoas na rede de suporte a quem eles podem recorrer, de forma a solicitar ajuda sobre problemas ou diferentes assuntos.

Diga: *As respostas dessas questões nos ajudarão a identificar pessoas em nossas redes de suporte que poderão nos auxiliar em diferentes situações.*

ATIVIDADE 4 (6 minutos)**Pedindo ajuda**

OBSERVAÇÕES

Diga: *Vocês acabaram de identificar pessoas a quem podem pedir ajuda. Muitas vezes, vocês podem se sentir desconfortáveis ao solicitar um auxílio, mesmo entre amigos presentes nos seus sistemas de suporte.*

Pergunte:

- *Vocês podem imaginar uma situação em que alguém se sentiria desconfortável ao pedir ajuda?*
- *Quais as diferentes formas pelas quais uma pessoa pode solicitar ajuda?*

OBSERVAÇÕES

Nota ao instrutor: Mostre a transparência/slide QUATRO FORMAS DE PEDIR AJUDA.

Um exemplo de cada forma deve ser fornecido se os estudantes tiverem dificuldades em identificar um exemplo.

Diga: *Hoje iremos discutir as quatro possíveis formas de pedir ajuda.*

Peça a classe que crie novos exemplos sobre diferentes formas de solicitar ajuda.

- **Situação hipotética**
Use o nome de outra pessoa para contar a história.
- **Insinuando (sugerindo)**
“Seria ótimo se alguém quisesse me ajudar.”
- **Pedindo indiretamente**
“E se eu precisasse de ajuda|| ou “você já...”
- **Pedindo diretamente**
“Você pode me ajudar?”

Situação hipotética:

uma situação simulada, geralmente iniciada com a frase

Diga: *Muitas vezes não desejamos pedir ajuda (jovens) e mesmo os adultos têm dificuldade em pedir auxílio. Mas às vezes, todos nós precisamos pedir ajuda. Devemos saber a quem podemos recorrer e como pedir.*

ATIVIDADE 5 (1 minuto)

Revisão da lição

OBSERVAÇÕES

Diga: *Em nossa lição de hoje, conversamos sobre nossa rede de suporte e como pedir ajuda a outras pessoas. É importante que deixemos as pessoas saberem que necessitamos de sua ajuda quando estamos enfrentando problemas ou dificuldades.*

Isso completa nossa última lição no currículo *Caindo na REAL* e agora vocês terão a oportunidade de reverem as informações a que tiveram acesso durante as aulas.

ATIVIDADE 6 (20 minutos)

Revisão final do currículo *Caindo na REAL*

Nota ao instrutor: O formato desta atividade é semelhante ao JOGO DE ADIVINHAÇÃO utilizado na lição 2 (veja as instruções ao final da lição). Os estudantes devem ser colocados em grupos e lembrados dos procedimentos e regras do jogo. Peça ao professor que auxilie na formação dos grupos e no monitoramento dos estudantes durante o jogo.

Diga: *Agora, como forma de revisão de tudo o que aprenderam, vamos jogar a revisão do currículo *Caindo na REAL*, presente nas páginas 21 e 22 do Livro do Estudante.*

As orientações para o desenvolvimento da atividade se encontram na página 87.

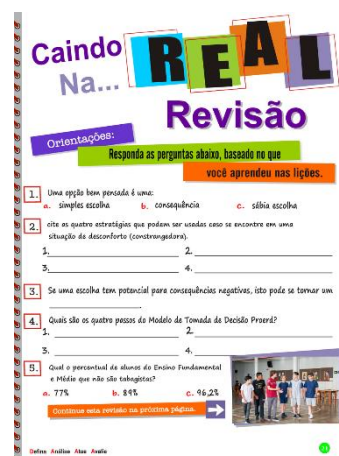
Após completarem o jogo, peça aos estudantes que apresentem a você algumas ideias chave que aprenderam. Peça exemplos de como aplicarão essas ideias no futuro.

Facilite uma breve discussão da revisão, incluindo os seguintes pontos:

- Os estudantes podem usar as estratégias do **REAL** (Recusar, Explicar, Abster-se e Livrar-se) quando se encontrarem em situações difíceis;
- Existem **riscos e consequências** ao tomar uma decisão. Eles devem tentar usar o **Modelo de Tomada de Decisão Proerd** para ajudá-los a fazer escolhas sábias;
- É importante tomar decisões que se sintam à vontade e não se deixarem influenciar por colegas, pelo que estes pensam ou acreditam.
- Eles podem usar frases afirmativas na primeira pessoa, iniciadas com o pronome “**Eu**”, quando estiverem lidando com conflitos, de modo a expressarem seus pensamentos e sentimentos. Eles devem ser **assertivos** ao se expressarem. Seus sentimentos são **válidos** mesmo que outras pessoas não concordem.
- Eles possuem uma **rede de suporte**, composta por pessoas a quem podem recorrer quando precisarem de ajuda.

Termine a aula de uma maneira positiva, dizendo como você gostou muito de ter a oportunidade de orientá-los no currículo *Caindo na REAL* e os parabeneze por completarem o Programa.

OBSERVAÇÕES



Diga aos estudantes que seria interessante levarem o Livro de Estudante para casa e compartilharem com sua família os conceitos chave que aprenderam.

ATIVIDADE 7 (2 minutos / Opcional)

Desafio para casa

OBSERVAÇÕES

Peça aos estudantes para procurarem ao menos duas ou três pessoas, as quais indicaram como parte das respectivas redes de suporte no Ecomapas.

Diga aos estudantes para compartilharem com essas pessoas os seus Ecomapas e as deixarem saber que as consideram como pessoas em quem podem confiar (ou seja, as quais podem recorrer caso necessitem de conselhos ou ajuda).

APRESENTAÇÃO DE SLIDES PARA SUPORTE – LIÇÃO 10

The slides are arranged in a 4x4 grid (with the last row containing 2 slides):

- Slide 1:** Proerd logo and a group of students. Text: "PROGRAMA EDUCACIONAL DE RESISTÊNCIA AS DROGAS E A VIOLÊNCIA | 7º ano".
- Slide 2:** "Atividade 1" featuring a book cover titled "Revisão DEVER DE CASA".
- Slide 3:** "Atividade 2" featuring a book cover titled "DEVER DE CASA" and a yellow sticky note with "EU DISCORDO".
- Slide 4:** "Atividade 3" featuring a group of students and the text "Rede de suporte".
- Slide 5:** "Rede de suporte" with a list: "Um grupo de pessoas a quem você pode recorrer, caso precise de: conselhos; ajuda; encorajamento; orientação.".
- Slide 6:** "Atividade 3" featuring a book cover titled "ECO-MAPA".
- Slide 7:** "Atividade 4" featuring a group of students and the text "PEDINDO AJUDA".
- Slide 8:** "QUATRO MANEIRAS DE PEDIR AJUDA" with a list: "Situação hipotética, Forneço uma dica, Pedindo indiretamente, Pedindo diretamente".
- Slide 9:** "Atividade 5" featuring a book cover titled "Como Cair na...".
- Slide 10:** "Atividade 6" featuring a group of students and the text "Revisão final".
- Slide 11:** "Atividade 7" featuring a book cover titled "Caldo REAL Revisão".
- Slide 12:** "Atividade 8" featuring a book cover titled "Caldo REAL Revisão" and a list of questions.
- Slide 13:** "Atividade 9" featuring a book cover titled "Caldo REAL Revisão" and a list of questions.
- Slide 14:** Proerd logo and a group of students. Text: "PROGRAMA EDUCACIONAL DE RESISTÊNCIA AS DROGAS E A VIOLÊNCIA | 7º ano".

ORIENTAÇÕES DE REVISÃO DO CURRÍCULO CAINDO NA REAL (RESPOSTAS)

1. Uma opção bem pensada é uma:

Resposta: *Simples escolha; Consequência e **Escolha sábia***

2. Cite as quatro estratégias que podem ser usadas caso se encontre em uma situação de desconforto (constrangedora).

Resposta: ***Recusar, Explicar, Abster-se e Livrar-se.***

3. Se uma escolha tem potencial para consequências negativas, isso pode setornar um

Resposta: ***Risco.***

4. Quais são os quatro passos do Modelo de Tomada de Decisão Proerd?

Resposta: ***Defina, Analise, Atue e Avalie.***

5. Qual é o percentual de estudantes do Ensino Fundamental e Médio que não são tabagistas?

Resposta: *a. 77%; b. 89%; c. **99,3%.***

6. Quando duas ou mais pessoas concluem que têm diferentes opiniões e não estarão aptas a concordarem, dizemos que elas

Resposta: *..... **concordam que discordam.***

7. Quando você comunica a sua opinião de maneira confiante e respeitando os outros, dizemos que você está sendo:

Resposta: *a. Agressivo; b. **Assertivo;** c. Passivo.*

8. Uma frase afirmativa usando o pronome **Eu**, ajuda-nos a expressar como sentimos ou pensamos. É uma ferramenta para sermos assertivos ao comunicarmos nossas preferências ou aceitarmos a opinião dos outros, mesmo sem concordamos com ela.

9. Comportamentos que acho adequados e saudáveis para pessoas idade são conhecidos como:

Resposta: *a. Senso comum entre colegas; b. **Meu senso comum;** c. Senso comum dos outros*

10. Descreva uma razão pela qual você preferiria dar uma explicação em vez de apenas recusar.

Resposta: *Fornecer uma razão demonstra que pensamos cuidadosamente sobre nossas decisões. As razões que fornecemos podem convencer alguém de por que certa escolha não é correta.*

11. Qual é o percentual de estudantes do Ensino Fundamental e Médio que *não* usam maconha?

Resposta: *a. 60%; b. 75%; c. **99,7%.***

12. As pessoas a quem você pode recorrer para pedir conselhos, ajuda, apoio ou orientação são chamadas de sua

Resposta: *..... **rede de suporte.***

Instruções para a Atividade - Revisão do REAL

- A. Divida os alunos em grupos de seis ou menos para formar equipes.
- B. Estabeleça os procedimentos e regras a serem seguidas durante o jogo.
As equipes não deverão saber quem será escolhido para responder até que todos os alunos tenham escrito suas respostas e apostas.
- C. Explique que o objetivo do jogo é que uma equipe marque mais pontos:
- Cada equipe começará com 50 pontos;
 - Cada estudante deverá, individualmente, responder à pergunta no Livro do Estudante Proerd, bem como anotar o número de pontos que irá apostar;
 - Todos os estudantes deverão apostar ao menos um ponto, mas não poderão apostar mais pontos do que a equipe possui disponível para a respectiva rodada.
 - Cada membro da equipe deverá ter a chance de responder ao menos a uma pergunta, sendo que a resposta será dada sem a ajuda dos outros membros da equipe.
 - Se o jogador responder incorretamente, sua equipe perderá os pontos por ele apostados. Reforce que, se um integrante apostar todos os pontos disponíveis na rodada e perder, a equipe não terá pontos suficientes para uma nova aposta, portanto, a equipe será desclassificada para as demais rodadas. Se a pergunta for respondida corretamente, a equipe somará o número de pontos ao placar total.
- INSTRUTOR: caso uma equipe não disponha em determinada rodada de pontos suficientes para uma nova aposta e seja desclassificada, deverá permanecer em silêncio até o término do jogo, podendo, apenas, proceder à correção individual do exercício no respectivo Livro do Estudante.
- D. Aleatoriamente, chame um membro de cada equipe para responder à pergunta. Todos os alunos deverão ter anotado previamente suas respostas e apostas, pois eles não saberão quem será chamado a responder. Ressalta-se que poderá haver ajuste da aposta individual, conforme a disponibilidade de pontos da equipe na rodada. O jogador não poderá consultar sua respectiva equipe. Eles deverão tomar suas próprias decisões e estar cientes de que suas decisões impactarão na pontuação final da equipe.
Faça a pergunta.
Cada um dos jogadores selecionados deverá dar a resposta que escreveu. Reforce a ideia de que eles podem não saber a resposta correta e que se espera que eles expressem sua melhor tentativa.
- E. Pergunte a cada jogador quanto cada um apostou e em seguida solicite que leiam suas respostas.
- F. Revele a resposta correta e adicione ou subtraia da pontuação total da equipe os pontos apostados.
- G. Continue o processo até que todos os membros dos grupos tenham tido a oportunidade de responder e apostar pontos para sua equipe.
- H. Contabilize o total de pontos de cada equipe e anuncie o vencedor



MANUAL DO INSTRUTOR

Currículo Proerd para a Educação Infantil e Anos Iniciais

Todos os direitos reservados. Copyright © 2010 D.A.R.E. America.

O presente produto foi elaborado e validado em 2014 pelos Centros de Treinamento Internacionais D.A.R.E./Proerd das Polícias Militares do Rio de Janeiro, de São Paulo, do Distrito Federal, de Santa Catarina, de Minas Gerais, do Rio Grande do Norte e do Rio Grande do Sul, sob a supervisão da Câmara Técnica Nacional do PROERD e o suporte da Secretaria Nacional de Segurança Pública – SENASP.

Direção de adaptação e revisão:
Reginaldo Rocha de Sousa, Maj. PMSC
Regina Célia de Oliveira Salinero, Cap. PMESP
Iramaia Pita Florêncio da Silva, 3º Sgt. PMESP
Adriana Lopes da Silva Santos, Cb PMESP
Pedagoga PMSC Roseane Rodrigues Martins Pereira

Assessoria metodológica D.A.R.E./Proerd:
Reginaldo Rocha de Sousa, Maj. PMSC
Regina Célia de Oliveira Salinero, Cap. PMESP

Assessoria pedagógica:
Roseane Rodrigues Martins Pereira, Pedagoga PMSC

Tradução:
Anthony Cleaver, da Abril Educação, São Paulo
Denis Cesar Alves, Ten. PMSC
Gabriela Falck Bortolini, Ten. PMSC
Reduan Lucas de Oliveira Gama, Cb. PMESP

Realização, suporte metodológico e técnico
Centro de Treinamento DARE/Proerd da PMSC
Centro de Treinamento DARE/Proerd da PMSP

Título Original:

*OFFICER'S GUIDE TO - D.A.R.E.
to Resist Drugs, Gangs, and Violence Grades 3 RD and 4 TH
Los Angeles Unified school District*

Text: Copyright © 2014 D.A.R.E. America
Design and Illustrations: Copyright © 2012 D.A.R.E. America
Copyright infringement enforced by D.A.R.E. America
Tradução, adaptação e reprodução autorizadas pelo D.A.R.E.
International

Realização, suporte metodológico e técnico

Estado-Maior da Polícia Militar de Santa Catarina
Rua Visconde de Ouro Preto, 549 - Centro – Florianópolis/SC
E-mail: proerdcoord@pm.sc.gov.br

Diretoria de Polícia Comunitária e de Direitos Humanos
Avenida Cruzeiro do Sul, 260 - Canindé – São Paulo/SP
E-mail: proerd@policiamilitar.sp.gov.br

Apoio:

Conselho Nacional dos Comandantes-Gerais das Polícias Militares e
Corpos de Bombeiros Militares – CNCG
Câmara Técnica Nacional de Estratégias do Proerd

Agradecimentos ao Diretor do D.A.R.E. International e ao facilitador
do D.A.R.E. America pela orientação técnica:
Michael Kuhlman e Bobby Robinson.

M266 Manual do instrutor: currículo Proerd para Educação Infantil e Anos iniciais/ Centro de Treinamento
DARE – Proerd da PMSC, Centro de Treinamento DARE – Proerd da PMESP. Florianópolis:
PMSC; PMSP, 2014.

51 p.: il.; 22 cm

1. Proerd. 2. Educação infantil. 3. Educação – anos iniciais. I. Título. II. Centro de Treinamento DARE –
Proerd da PMSC. III. Centro de Treinamento DARE – Proerd da PMSC.

CDD 363.2

Ficha catalográfica elaborada por Inez Helena Garcia CRB – 14/950

1ª Edição – 2014

Edição original, cedida para esta reprodução pelos autores

SUMÁRIO

Descrição do programa	03
Quadro de habilidades Proerd	06
 SEÇÃO I: PRÉ-ESCOLA DA EDUCAÇÃO INFANTIL E 1º E 2º ANOS DO ENSINO FUNDAMENTAL	
LIÇÃO 1 - Cartaz 1: Para quem você pode ligar em caso de emergência	07
LIÇÃO 2 - Cartaz 2: Por que é mais seguro obedecer a sinalização de trânsito?	09
LIÇÃO 3 - Cartaz 3: Como podemos saber o que é seguro tocar, provar, cheirar ou comer?	11
LIÇÃO 4 - Cartaz 4: Por que é importante saber o que está acontecendo à sua volta?	13
LIÇÃO 5 - Cartaz 5: O que você deve fazer quando alguém desconhecido fala com você?	15
LIÇÃO 6 - Cartaz 6: O que você está sentindo?	18
LIÇÃO 7 - Cartaz 7: O que você deve fazer quando está com raiva?	20
LIÇÃO 8 - Cartaz 8: O que devemos fazer quando vemos ou ouvimos comportamentos que causam mal a alguém?	22
 ANEXOS	
Cartas aos pais ou responsáveis para as conversas em família	24
 SEÇÃO II: 3º E 4º ANO DO ENSINO FUNDAMENTAL	
LIÇÃO 1 - Leis e regras para ficar seguro	33
LIÇÃO 2 - Como ser um bom cidadão	37
LIÇÃO 3 - Drogas podem ajudar ou prejudicar	43
LIÇÃO 4 - Resolvendo conflitos sem violência	47

Descrição do Programa

Objetivo:

O Programa Educacional de Resistência às Drogas (Proerd) que teve sua origem no programa *Drug Abuse Resistance Educacion* (D.A.R.E.), representa a união de esforços entre Polícia Militar, Entidades Educacionais, Famílias e comunidades através de um programa educacional desenvolvido nas salas de aula com o objetivo de desenvolver habilidades para a saúde e segurança pessoal das crianças desde cedo. As lições são ministradas pelo Policial Militar devidamente capacitado por Centro de Capacitação Proerd, é aplicado da educação infantil ao ensino fundamental.

Proteger as crianças contra diversos perigos é de fundamental importância, estudos indicam o aumento do número de crianças vítimas de assalto, abuso ou outras formas de violência. Em muitos casos, o agressor é conhecido da criança ou da família. É imprescindível educar as crianças sobre o modo como molestadores em potencial podem tentar seduzi-las, e o que elas podem dizer e fazer em situações perigosas. Ajudar as crianças a evitar situações e decisões arriscadas é igualmente importante. Juntamente com esse esclarecimento, devem ser ensinadas também estratégias de resistência e capacidade de reação.

Este manual é a ferramenta adequada para auxiliar os instrutores Proerd na educação das crianças, ajudando-as a se sentirem seguras, mantendo-as distantes das drogas e da violência e ajudando-as a reconhecer e evitar as situações que possam comprometer sua segurança e saúde. É composto por lições com atividades orientadas, projetadas para a Pré- Escola e 1º, 2º, 3º e 4º anos do Ensino Fundamental, com objetivo de levar o aluno à participação e interatividade nas discussões e no desenvolvimento de habilidades que os conduza a solução dos problemas e dificuldades.

Organização e utilização:

O conteúdo deste manual está organizado em duas seções: A seção I contendo oito lições para a Pré-escola da educação Infantil e os 1º e 2º anos do Ensino Fundamental e a seção II, contendo 4 lições para o 3º e 4º ano do Ensino Fundamental. Para a seção I, na impossibilidade de ministrar todas as lições previstas ou buscando adequar-se as necessidades reais da escola os policiais instrutores Proerd, juntamente com a coordenação pedagógica e direção da escola, definirão quais lições mais pertinentes serão ministrados àquela comunidade escolar. As decisões a respeito de quando e com que frequência, deverão ser norteadas pelo nível de desenvolvimento e necessidades pessoais das crianças e do ambiente escolar. Preferencialmente as lições deverão ser ministradas uma vez por semana.

O Álbum de cartazes: “Protegendo Nossas Crianças – ajudando a mantê-las seguras e saudáveis”, composto por 8 cartazes coloridos versando sobre um tema de segurança pessoal para crianças são desenvolvidos em oito lições nas seções I e II. Esse material foi desenvolvido pelo D.A.R.E. America e adaptado para a realidade brasileira pelo Centro de Capacitação Proerd da Polícia Militar de Santa Catarina e da Polícia Militar do Estado de São Paulo.

O álbum em questão foi desenvolvido para utilização desde a Pré-escola da Educação Infantil até o 2º ano do Ensino Fundamental, com a finalidade de auxiliar pais, professores e equipes escolares em seus esforços conjuntos para educar as crianças em práticas de segurança pessoal, na ida ou na volta à escola, durante o dia de aula, em parques ou em outros locais públicos e mesmo em casa, principalmente quando os pais ou responsáveis estão ausentes.

Os oito cartazes abrangem uma gama de experiências comuns que as crianças podem encontrar em casa, na escola e na comunidade. Cada cartaz lida com uma situação específica que oferece às crianças oportunidades de:

- Identificar ou confirmar práticas adequadas a serem adotadas para sua segurança pessoal;
- Sugerir motivos para seguir determinadas regras e instruções nas situações dadas;
- Aprender o que devem dizer ou fazer em algumas situações;
- Reconhecer, evitar, resistir e relatar sobre situações que possam lhes causar danos.

Cada cartaz contém uma cena ilustrada que enfoca um tema específico. Os temas tem como destaque os seguintes títulos:

Cartaz 1: Para quem você pode ligar em caso de emergência.

Cartaz 2: Por que é mais seguro obedecer a sinalização de trânsito?

Cartaz 3: Como podemos saber o que é seguro tocar, provar, cheirar ou comer?

Cartaz 4: Por que é importante saber o que está acontecendo à sua volta?

Cartaz 5: O que você deve fazer quando alguém desconhecido fala com você?

Cartaz 6: O que você está sentindo?

Cartaz 7: O que você deve fazer quando está com raiva?

Cartaz 8: O que devemos fazer quando vemos ou ouvimos comportamentos que causam mal a alguém?

Cada lição contém uma atividade para casa chamada de “Conversa em família” que o aluno leva para casa e sugere-se que faça em conjunto com seus pais ou responsáveis. A folha da atividade não necessita retornar preenchida para sala, pois ela não será corrigida pelo instrutor. Está será uma ótima oportunidade de os alunos “ensinarem” aos seus familiares o que aprenderam na aula do Proerd e discutirem sobre as regras da família e sobre a prevenção para uma vida saudável, segura e responsável.

As lições Proerd previstas na seção I, para a Educação Infantil têm por objetivo ensinar orientações de segurança pessoal. Os alunos aprendem como evitar situações arriscadas e a manter-se seguros como pedestres, passageiros, ciclistas, ou principalmente de como se divertirem de forma segura. Ensina-se aos alunos os procedimentos a adotar em situações de emergência ou quando ocorrem eventos inesperados. Recebem as primeiras noções de habilidades vitais essenciais, como dizer não e pedir ajuda:

Estrutura Escolar: Último ano da educação infantil chamado de pré-escola;

Idade dos alunos: 4 anos e 5 anos;

Duração das lições: Não ultrapassar 30 minutos;

Quantidade de lições: 8 (oito) lições em que será desenvolvido um cartaz que contém uma cena ilustrada que enfoca um tema específico, com um plano de lição para orientação de sua utilização impresso no verso.

As lições Proerd previstas na seção I para o 1º e 2º Anos do Ensino Fundamental têm por objetivo revisar os conceitos de segurança pessoal, estando previsto até a inclusão de situações que envolvem a necessidade das crianças reconhecerem drogas e violência e apresentarem escolhas e

comportamentos adequados diante delas. Informações sobre os danos causados pelo mau uso ou abuso de drogas. Expressar sentimentos de maneiras não-saudáveis são combinadas com aulas sobre estratégias de habilidades vitais, como dizer não, controlar a raiva e outras emoções intensas e a resolução pacífica de conflitos:

Estrutura Escolar: 1º, 2º anos do ensino fundamental;

Idade dos alunos: 1º ano = 6 anos; e 2º ano = 7 anos;

Duração das lições: 45 minutos;

Quantidade de encontros: 8 (oito) lições em que será desenvolvido um cartaz que contém uma cena ilustrada que enfoca um tema específico, com um plano de lição para orientação de sua utilização impresso no verso.

Embora o plano de aplicação sugerido constitua uma utilização eficaz das ilustrações, os próprios alunos podem propor uma variedade de abordagens instrutivas, como: grupos colaborativos de aprendizagem, discussão com a turma inteira, exibição de murais ou atividades extra-classe. O objetivo principal dos autores do presente trabalho, é que as ilustrações, quaisquer que sejam suas formas de utilização, contribuam da melhor maneira possível, para a segurança pessoal de nossas crianças – nosso bem mais precioso.

As lições Proerd na seção II para uso no 3º e 4º anos do Ensino Fundamental, são previstas em número de quatro e devem ser demonstradas sequencialmente. Têm por objetivo tratar de temas relativos a segurança pessoal, a prevenção às drogas, a solução de conflitos e prevenção à violência. Expressar sentimentos de maneiras não-saudáveis são combinadas com aulas sobre estratégias de habilidades vitais, como dizer não e controlar a raiva. As lições são ministradas de forma lúdica e com o apoio dos materiais disponibilizados neste manual, devendo estes ser reproduzidos pelo instrutor a fim de serem distribuídos aos alunos:

Estrutura Escolar: 3º e 4º ano do ensino fundamenal;

Idade dos alunos: 3º ano = 8 anos; e 4º ano = 9 anos;

Quantidade de encontros: 4 (quatro);

Duração das lições: 45 minutos;

Lição 1: Leis e regras para ficar seguro;

Lição 2: Como ser um bom cidadão;

Lição 3: Drogas podem ajudar ou prejudicar;

Lição 4: Resolvendo conflitos sem violência.

Quadro de Habilidades Proerd:

A lista de aulas da Pré-escola e dos anos iniciais do Ensino Fundamental estão organizadas em um quadro de habilidades a seguir expostos. Este quadro apresenta uma visão geral do escopo e da seqüência de estratégias e habilidades desenvolvidas pelo Proerd.

QUADRO DE HABILIDADES PROERD

Estrutura Escolar	Pré-escola 1º e 2º anos	Pré-escola 1º e 2º anos	Pré-escola 1º e 2º anos	Pré-escola 1º e 2º anos	Pré-escola 1º e 2º anos	Pré-escola 1º e 2º anos	Pré-escola 1º e 2º anos	Pré-escola 1º e 2º anos	3º e 4º anos	3º e 4º anos	3º e 4º anos	3º e 4º anos
LIÇÕES/ CARTAZ ESTRATÉGIAS E HABILIDADES	Cartaz nº 1	Cartaz nº 2	Cartaz nº 3	Cartaz nº 4	Cartaz nº 5	Cartaz nº 6	Cartaz nº 7	Cartaz nº 8	1. Leis e regras para ficar seguro	2. Como ser um bom cidadão	3. Drogas podem ajudar ou prejudicar	4. Resolvendo conflitos sem violência
1. PROCESSAMENTO DE INFORMAÇÕES Como usar informações para pensar de forma crítica sobre consequências	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
2. HABILIDADES DE RESISTÊNCIA Como lidar com pressão Como dizer não eficientemente	X	X	X	X	X	X	X	0	X	X	X	X
3. SER EFICIENTE/ AUTO-ESTIMA Como reconhecer suas qualidades positivas Como aumentar sua confiança na capacidade de resistir a pressões	0	0	0	0	X	0	X	0	X	0	0	X
4. TOMADA DE DECISÕES Como fazer escolhas racionais Como avaliar riscos	X	0	X	X	0	0	0	0	X	0	X	X
5. COMUNICAÇÃO INTER- PESSOAL Como responder com firmeza Como trabalhar em cooperação Como pedir e oferecer ajuda	X	X	0	0	X	0	0	0	X	X	0	X
6. CRENÇAS NORMATIVAS Como comparar as crenças pessoais sobre comportamentos com normas de grupo	0	0	X	X	0	0	0	0	X	X	X	X
7. LIDANDO COM ESTRESSE Como identificar fatores estressores e como reduzir os níveis de estresse	0	0	0	X	X	0	0	0	0	X	0	X
8. LIDANDO COM CONFLITOS Como identificar formas não- violentas de lidar com a raiva e desentendimentos Como resolver conflitos	0	0	0	0	0	0	X	0	0	X	0	X
9. ALTERNATIVAS Como se envolver em atividades positivas que contribuem para uma vida segura, saudável e responsável.	0	0	0	0	0	0	0	0	0	X	0	X
10. COMPROMISSO Como realizar promessas pessoais de permanecer seguro, saudável e responsável.	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X

Legenda: 0 – conscientização X – ênfase

Seção I: Pré-escola da Educação Infantil e 1º e 2º anos do Ensino Fundamental :
Álbum de cartazes: Protegendo nossas crianças “ajudando a mantê-las seguras e saudáveis”

Cartaz 1 | Para quem você pode ligar em caso de emergência?

Conceito

Saber como ligar pedindo ajuda quando há necessidade é uma parte importante da segurança pessoal.

Objetivos

Os estudantes serão capazes de:

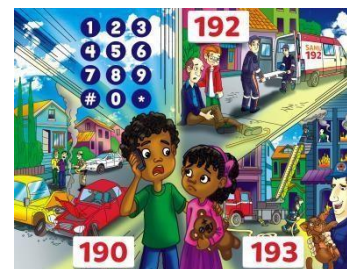
- Identificar situações de emergência que exigem ligar para os números de emergência;
- Saber ligar para os números de emergência (190,192,193) e informar corretamente uma situação de emergência.

Palavras-chave

Números de emergência, emergência.

Ensinando a lição

1. Inicie a lição dizendo aos estudantes que eles aprenderão a fazer uma ligação para pedir ajuda no caso de uma emergência.
2. Defina “**emergência**” como “**qualquer situação em que você ou outra pessoa estiver gravemente ferida ou correndo perigo**”.
3. Mostre o Cartaz e chame a atenção dos estudantes para os números 190, 192 e 193. Leia as situações abaixo e peça aos estudantes que mostrem o polegar para cima se a situação descrever uma emergência, ou o polegar para baixo se não descrever uma emergência.
 - a. Você está em casa sozinho. Você tropeça num brinquedo e cai na escada. Seu tornozelo dói muito, está inchado e parece quebrado.
 - b. Você chega em casa da escola e seu gato está desaparecido.
 - c. Você vê uma pessoa desconhecida olhando pela janela da casa do vizinho.
 - d. Você está em casa e seus pais estão discutindo e gritando um com o outro.
 - e. Há um incêndio na sua casa.
 - f. Você está no carro com um adulto e sofre um acidente.
 - g. Você está com sua mãe e ela começa a passar mal e desmaia. Você não consegue reanimá-la.



4. Peça aos estudantes que identifiquem como as crianças no cartaz estão se sentindo e conduza-os a entender que elas estão fazendo uma ligação de emergência. Peça aos estudantes que observem as situações no cartaz e sugiram alguns motivos pelos quais as crianças estão fazendo a ligação.
5. Discuta para quem as crianças podem ligar. Explique que a primeira opção é um dos pais ou um adulto de confiança. Se não for possível encontrar um dos pais, a criança deve saber os nomes e números de telefones de adultos de confiança, como parentes e vizinhos. Se essas pessoas também não puderem ser encontradas ou se a emergência exigir atenção imediata, a criança pode discar para os números 190, 192 ou 193. Explique que todas as ligações são gratuitas. Lembre-os que ligar sem ser uma emergência prejudicará o atendimento de outras pessoas que estão precisando de socorro.
6. Utilizando o teclado do cartaz, demonstre como informar uma emergência usando uma das situações mostradas no cartaz. Informe a situação dando nome completo, endereço, número de telefone e em seguida descreva claramente a situação em termos simples que uma criança pequena possa usar.
7. Se houver tempo suficiente, selecione um aluno que sabe seu endereço e número de telefone para demonstrar como fazer uma ligação de emergência. Instrua o aluno a: manter-se o mais calmo possível, descrever claramente a emergência e o local, ficar na linha até receber instruções do atendente e ficar na linha até a ajuda chegar. Encerre a lição revendo o conceito de que ligar para o 190, 192 ou o 193 é uma maneira de obter ajuda e ficar seguro. Agradeça os estudantes e o professor pelo tempo cedido e a participação. Lembre os estudantes de que devem sempre “ficar seguros”.

Conversa em Família

Peça ao professor que distribua a Folha de Atividade Conversa em Família - *Para quem você pode ligar em caso de emergência?* - para os estudantes levarem para casa.

Cartaz 2 | Por que é mais seguro obedecer a sinalização de trânsito?

Conceito

Saber interpretar e obedecer à sinalização de trânsito conduz a comportamentos seguros.

Objetivos

Os estudantes serão capazes de:

- Explicar o significado e a importância de placas e sinais de trânsito específicos;
- Relatar como agir com segurança diante da sinalização de trânsito;
- Entender por que obedecer aos sinais de trânsito os mantém seguros.

Palavras-chaves

Placas, sinais, obedecer.



Ensinando a Lição

1. Diga aos estudantes que eles aprenderão a interpretar as placas e sinais de trânsito existentes nas ruas de sua comunidade.
2. Mostre o Cartaz 2. Aponte para a placa de PARE e peça aos estudantes que identifiquem a placa e seu significado. Pergunte: Que cor é a placa de PARE? O que você deve fazer ao ver uma? Onde você poderia encontrar essa placa?
3. Aponte para o semáforo de trânsito no cartaz. Revise o significado das diferentes cores: vermelho significa pare; verde significa prossiga; e amarelo significa diminua a velocidade, tenha cuidado. Pergunte onde eles poderiam encontrá-lo.
4. Aponte para o sinal internacional de “Proibido”. Explique que o que está embaixo da faixa diagonal não é permitido. Pergunte aos estudantes o que não é permitido na figura do cartaz.
5. Pergunte aos estudantes que outras placas de “Proibido” eles já viram (proibido fumar, proibido andar de skate). Por que é importante ficar atento a essas placas e obedecer suas regras?
6. Discuta com os estudantes as outras placas do cartaz, bem como outras placas de segurança que eles já conheçam. (zona escolar, crianças brincando, etc.) Lembre os estudantes de três outras regras de segurança no trânsito:

- a. Use sempre o capacete ao andar de bicicleta
 - b. Sempre use uma cadeirinha ou assento de elevação ao andar de carro
 - c. Sempre use cinto de segurança ao andar de carro
7. Agradeça os estudantes e o professor pelo tempo cedido e a participação. Lembre os estudantes de que devem sempre “ficar seguros”.

Conversa em Família

Peça ao professor que distribua a Folha de Atividade Conversa em Família - *Por que é mais seguro obedecer a sinalização de trânsito?* - para os estudantes levarem para casa.

Cartaz 3 | Como podemos saber o que é seguro tocar, provar, cheirar ou comer?

Conceito

Apenas alimentos são seguros para tocar, provar, cheirar ou comer. Remédios e produtos domésticos não alimentares podem fazer mal à saúde quando usados de maneira errada. Remédios e produtos domésticos comuns contêm drogas e podem tanto fazer bem quanto fazer mal.



Objetivos

Os estudantes serão capazes de:

- Aprender a diferenciar entre alimentos e produtos não alimentares;
- Aprender como manusear produtos não alimentares com segurança;
- Demonstrar como reconhecer remédios e ter cuidado com eles.

Palavras-chaves

Produtos domésticos, remédios, produtos não alimentares, alimentos.

Ensinando a Lição

1. Mostre o Cartaz 3 aos estudantes. Pergunte aos estudantes o que eles acham que está acontecendo na ilustração. Explique que o pai e a filha acabam de fazer compras e agora vão guardar os produtos que compraram. Peça aos estudantes que o ajudem a identificar cada um dos produtos. Pergunte se é alimento ou produto não alimentar. (Polegar para cima – Polegar para baixo: os estudantes mostram o **polegar para cima** se é um **alimento** e o **polegar para baixo** se é um **produto não alimentar**).
2. Pergunte aos estudantes para que é usado cada um dos produtos não alimentares. Comente o quanto o produto pode ser útil quando usado corretamente para seu devido fim. Enfatize que esses mesmo produtos úteis podem ser prejudiciais se usados incorretamente. Substâncias químicas tóxicas podem causar doenças ou morte quando ingeridas ou cheiradas. Diga que alguns produtos podem ter o aviso “Mantenha fora do alcance de crianças” no rótulo. O que significa esse aviso?
3. Agora pergunte aos estudantes onde o pai e a filha devem guardar cada um dos produtos: na geladeira? no armário? num local que uma criança não consegue alcançar?

4. Aponte para o remédio no Cartaz. Pergunte aos estudantes: O que é isso? Por que tomamos remédios? Que regras de segurança devemos seguir em relação a remédios? Ressalte a importância de seguir as regras:
 - a. Nunca decida sozinho que você precisa tomar um remédio. Quando você não se sentir bem, informe aos pais ou outro adulto responsável por você;
 - b. Nunca tome remédio sozinho. Apenas aos pais ou adulto de confiança responsável por você deve lhe dar remédio;
 - c. Nunca tome o remédio de outra pessoa.
5. Agora diga: “Às vezes em casa ou algum outro lugar, você verá coisas que parecem deliciosas porque parecem doces; mas na verdade são remédios ou produtos de limpeza”. Pergunte: O que você deve fazer ao ver algo que parece doce? Não coma. Mostre aos pais ou adulto de confiança o que você achou. O que você faria se seu irmãozinho ou irmãzinha achasse algo que parece doce?
6. Revise as regras de segurança que foram discutidas e pergunte aos estudantes o que eles podem fazer para lidar com segurança com remédios e produtos domésticos. Agradeça os estudantes e o professor pelo tempo cedido e a participação. Lembre os estudantes de que devem sempre “ficar seguros”.

Conversa em Família

Peça ao professor que distribua a Folha de Atividade Conversa em Família – *Como podemos saber o que é seguro tocar, provar, cheirar ou comer?* – para os estudantes levarem para casa.

Cartaz 4 | Por que é importante saber o que está acontecendo à sua volta?

Conceito

Crianças que têm consciência dos riscos à sua segurança têm maior probabilidade de seguir regras de segurança que evitam que ajudem a evitar que se machuquem.

Objetivos

Os estudantes serão capazes de:

- Identificar os riscos à segurança associados a atravessar a rua, andar de bicicleta, brincar perto da rua e viajar no ônibus escolar;
- Aprender como agir com segurança ao atravessar a rua, andar de bicicleta, brincar perto da rua ou viajar no ônibus escolar.

Palavras-chave

Pedestre, trânsito, faixa de pedestres, sinais de trânsito.

Ensinando a Lição

1. Inicie a lição dizendo aos estudantes que vocês vão discutir como ficar seguro fora de casa.
2. Mostre o Cartaz 4 e peça aos estudantes que achem placas e sinais de trânsito no cartaz. Aponte para cada placa ou sinal e pergunte aos estudantes por que são importantes (Placas: cruzamento de pedestres, perigo, ciclovia, cruzamento em via férrea, Pare. Sinais: faixa de pedestres, luzes e sineta de cruzamento em linha férrea, cancela de linha férrea). Pergunte que outras placas e sinais de segurança há no bairro deles.
3. Facilite uma discussão de cada um dos seguintes itens de segurança:
 - a. Segurança no carro ou ônibus:
 - Como as crianças que estão viajando no ônibus podem ficar seguras? Como as crianças podem viajar de carro em segurança? E quanto a regras de segurança para o ônibus escolar?
 - b. Segurança de ciclistas:
 - Como a criança andando de bicicleta pode ficar segura? Neste cartaz, onde NÃO se deve andar de bicicleta? Como sabemos? Que outra ação de segurança você consegue ver? (uso de capacete). O que o ciclista deve fazer ao chegar à faixa de pedestres? Por que você acha que isso seria uma ação segura?



c. Segurança de pedestres:

- As crianças atravessando a rua estão seguras? Como você sabe? Que sinalização está ajudando elas a estarem seguras?

d. Segurança no cruzamento da via férrea:

- Como as crianças saberiam quando um trem está se aproximando? O que devem fazer antes de atravessar os trilhos? Como as pessoas no carro saberão quando é seguro ou não atravessar os trilhos?

e. Segurança ao brincar:

- As crianças que estão jogando bola estão seguras? Por que? Que conselho você daria para que ficassem mais seguras? Olhando o cartaz, onde crianças não devem brincar? Se você não conseguem ler as palavras na placa, de que outra maneira poderia saber do perigo?

4. Encerre a lição revendo a ideia de que seguir regras e leis nos ajuda a ficar seguros. Peça aos estudantes que deem exemplos de práticas seguras que seguem uma regra ou lei. Qual é um exemplo na escola? Diga também que algumas ações seguras que tomamos não são regras ou leis, mas baseadas em bom senso. Usamos o que sabemos para pensar sobre nossas ações e tomar decisões seguras. Por exemplo, é o bom senso, e não uma regra, que impede as crianças de brincarem perto demais da rua. Peça aos estudantes que deem exemplos de práticas seguras baseados em bom senso (andar na calçada, olhar para os dois lados antes de atravessar a rua, ouvir o motorista do ônibus e seguir suas instruções).
5. Agradeça os estudantes e o professor pelo tempo cedido e a participação. Lembre os estudantes de que devem sempre “ficar seguros”.

Conversa em Família

Peça ao professor que distribua a Folha de Atividade Conversa Família – *Por que é importante saber o que está acontecendo à sua volta?* – para os estudantes levarem para casa.

Cartaz 5 | O que você deve fazer quando alguém desconhecido fala com você?

Conceito

Quando uma pessoa que a criança não conhece oferece uma carona, um presente ou pede ajuda, pode ter intenção de fazer mal à criança. Crianças que estão atentas ao ambiente à sua volta e sabem como reagir à abordagem de um desconhecido estarão mais seguras.



Objetivos

Os estudantes serão capazes de:

- Identificar adultos que não conhecem e os classificar em “não conheço”, “conheço de vista”, “seguro de conhecer”;
- Identificar atitudes realizadas por alguns adultos que possam causar mal;
- Identificar atitudes seguras a serem tomadas quando um desconhecido oferecer presentes, carona ou ajuda;
- Saber informar e pedir ajuda sempre que se sentirem inseguras ou desconfortáveis com a ação de um adulto.

Palavras-chave

Presente, desconfortável, adulto de confiança, desconhecido/estranho.

Ensinando a Lição

1. Inicie a lição pedindo aos estudantes que identifiquem pessoas que são adultos de confiança (pais, responsáveis, professores, enfermeira, diretor, babás, parentes). Explique que esses são os adultos que os mantêm seguros e que eles podem procurar quando se sentirem desconfortáveis ou com medo.
2. Inicie a lição perguntando: “A lição de hoje é sobre ficar seguro perto de alguém que não conhecemos”. Faça as seguintes perguntas:
 - a. Quais são algumas pessoas que não conhecemos, mas com quem podemos conversar com segurança? (policial, professor, diretor, motorista de ônibus/van)
 - b. Quais são algumas pessoas que conhecemos pouco, mas com quem podemos conversar com segurança? (vendedor, monitor de pátio, merendeira, servente da escola, pai ou mãe de amigos)
3. Explique que é seguro conversar com essas pessoas e ouvi-las, mesmo se não as conhecemos muito bem.

4. Diga: “Há outras pessoas que nunca vimos na vida. Chamamos essas pessoas de **desconhecidos/estranhos**. São pessoas boas em sua maioria, mas há alguns desconhecidos que querem fazer mal as crianças”. Explique que saber o que fazer quando você não está com um adulto de confiança pode ajudar a mantê-lo seguro e fora de perigo. Peça aos estudantes que deem exemplos de momentos em que talvez não estejam com um adulto de confiança (indo para a escola e voltando, esperando o ônibus, andando de bicicleta ou brincando fora de casa).
5. Mostre aos estudantes o Cartaz 5. Pergunte: O que está acontecendo na ilustração? O que a menina está fazendo? Você acha que a criança conhece o adulto? Com você sabe? O que você acha que o desconhecido está dizendo ou perguntando?
6. Discuta o que a menina do cartaz deveria fazer. (Afastar-se do carro andando ou correndo. Não falar com o adulto, gritar e informar a alguém). Peça aos estudantes que pensem numa ação segura que poderiam tomar imediatamente para obter ajuda (voltar para a escola, entrar numa loja, ir à casa de um vizinho conhecido, procurar um policial). Faça os estudantes se levantarem e praticarem a ação de se afastar. Explique que eles devem fingir que você é um desconhecido que quer ajuda para ajudar um cachorrinho desaparecido.
7. Diga aos estudantes que se algum dia alguém tentar agarrá-los ou puxá-los para dentro de um carro, devem “cair no chão” e gritar “você não é minha mãe ou meu pai”. Dessa maneira, as pessoas saberão que eles estão em apuros e poderão ajudá-los. Você pode também instruí-los a seguir outros procedimentos de segurança, tais como:
 - Rejeitar doces, dinheiro, presentes e convites de desconhecido/estranho;
 - Nunca falar ou responder a quaisquer perguntas que estranhos façam (mesmo se eles souberem seu nome);
 - Ficar longe do meio-fio, se alguém parar em um carro para conversar ou fizer perguntas. Se alguém dirigir devagar, perto do meio-fio, andar na direção oposta.
8. Explique aos estudantes que em todas essas situações, eles devem contar o que houve a um adulto de confiança. Se possível, devem se lembrar da aparência do desconhecido, do tipo de carro e do que o desconhecido disse. Peça aos estudantes que pratiquem como deve ser informado um adulto de confiança, como um policial ou um pai. Peça aos estudantes que observem atentamente o cartaz. Em seguida, vire-o para baixo e peça aos estudantes que pratiquem seu relato. Faça uma série de perguntas sobre a aparência da pessoa, o veículo, a interação e a reação da criança.
9. Encerre a lição dizendo: “Todos os dias conversamos com pessoas que não conhecemos muito bem, mas é importante sabermos como ficar seguros quando não estamos com um adulto de confiança. Quando nos sentimos inseguros ou desconfortáveis, devemos nos afastar da situação e informar um adulto de confiança”.

10. Agradeça os estudantes e o professor pelo tempo cedido e a participação. Lembre os estudantes de que devem sempre “ficar seguros”.

Conversa em Família

Peça ao professor que distribua a Folha de Atividade Conversa em Família - *O que você deve fazer quando alguém desconhecido fala com você?* - para os estudantes levarem para casa.

Cartaz 6 | O que você está sentindo?

Conceito

Reconhecer as emoções que você está sentindo e por que está se sentindo dessa maneira é o primeiro passo importante para administrar seus sentimentos.

Objetivos

Os estudantes serão capazes de:

- Demonstrar sentimentos diferentes por meio de expressões faciais;
- Interpretar expressões faciais, identificando as emoções;
- Explicar por que alguém pode estar sentindo uma emoção específica;
- Entender como interpretar a expressão facial de alguém pode ajudar a saber como a pessoa está se sentindo (empatia).



Palavras-chave

Emoção, expressões faciais, sentimentos.

Ensinando a Lição

1. Inicie a lição **Sorrindo** e dizendo: “É tão bom estar aqui hoje com vocês!” Pergunte aos estudantes, como vocês acham que estou me sentindo, e como vocês sabem? (sorriso, expressão de felicidade, tom de voz animado)
2. Diga aos estudantes que podemos mostrar o que estamos sentindo por meio de nossas expressões faciais. Peça aos estudantes que demonstrem expressões -feliz, triste, preocupado e animado. Diga aos estudantes que essa lição é sobre sentimentos e como interpretar a expressão no rosto de uma pessoa.
3. Mostre o Cartaz 6 aos estudantes. Apresente cada um dos sentimentos mostrados nas ilustrações seguindo estes passos:
 - a. Peça aos estudantes que identifiquem o sentimento;
 - b. Peça aos estudantes que destaquem qual aspecto da expressão facial revela o sentimento;
 - c. Peça aos estudantes que pensem em possíveis motivos para a pessoa estar se sentindo daquela maneira;
 - d. Peça aos estudantes que pratiquem demonstrar a expressão facial para aquele sentimento;
 - e. Lista de Sentimentos:
 - Linha superior (esquerda para direita) - zangado, assustado, feliz;
 - Linha inferior (esquerda para direita) - triste, envergonhado, orgulhoso.

4. Discuta com os estudantes momentos em que sentiram essas emoções e as experiências que os fizeram se sentir daquela maneira. O que fizeram como consequência desses sentimentos? Peça aos estudantes que compartilhem como foram capazes de reconhecer o que os outros estavam sentindo e como podem ajudar os outros.
5. Encerre a lição explicando que é normal ter qualquer tipo de sentimento. Não há sentimentos “ruins” ou sentimentos “bons”. O que importa é a maneira como lidamos com nossos sentimentos e como ajudamos os outros.
6. Agradeça os estudantes e o professor pelo tempo cedido e a participação. Lembre os estudantes de que devem sempre “ficar seguros”.

Conversa em Família

Peça ao professor que distribua a Folha de Atividade Conversa em Família - *O que você está sentindo?* - para os estudantes levarem para casa.

Cartaz 7 | O que você deve fazer quando está com raiva?

Conceito

Reconhecer sentimentos de raiva e seus motivos.

Objetivos

Os estudantes serão capazes de:

- Reconhecer sentimentos de raiva e seus motivos;
- Entender que podem controlar a raiva por meio de alguns passos.

Palavras-chave:

Calma, conversa consigo mesmo, raiva.



Ensinando a Lição

1. Inicie a lição dizendo aos estudantes que a lição de hoje é sobre raiva. Peça aos estudantes que levantem a mão se já tiveram um sentimento de “raiva”. Explique que todo mundo sente raiva de vez em quando e que isso não é um problema. Peça a alguns estudantes que compartilhem o que os deixa com raiva, sem mencionar o nome de outras pessoas. Os estudantes devem dizer coisas como: “Fico com raiva quando meu amigo me deixa fora de alguma brincadeira”, ou “Fico com raiva quando meu irmão pega meus brinquedos”. Diga aos estudantes: “É importante saber como lidar com esses sentimentos de raiva de maneira positiva”.
2. Mostre o Cartaz 7 aos estudantes. Explique que os quatro quadros do cartaz mostram quatro passos que alguém deve tomar quando sente raiva. Diga aos estudantes que praticar e usar os quatro passos os ajudará a agir da maneira certa.
 - a. Aponte para o primeiro quadro do Cartaz. Pergunte aos estudantes o que a placa significa. Explique que **PARE** é o primeiro passo a ser tomado quando se sente raiva. Peça aos estudantes que pensem em uma situação em que sentiram raiva. Pergunte: “O que seu corpo fez ou sentiu quando você estava com raiva?”
 - b. Aponte para o segundo quadro do Cartaz. Explique que o segundo passo é **ACALME-SE**. Discuta o que o menino está fazendo para se acalmar (contando até 5, respirar fundo e dizendo a si mesmo para se acalmar). Peça aos estudantes que sugiram outras maneiras de se acalmar, tal como pensar em coisas alegres ou conversar consigo mesmo e dizer: “Eu posso fazer isso”. Ressalte que cada pessoa pode ter um jeito diferente de realizar esse passo. Peça aos estudantes que pensem qual seria o melhor jeito para eles ou que deem exemplos do que já funcionou para eles.

- c. Direcione a atenção dos estudantes para o terceiro quadro. Pergunte: “O que o menino está fazendo nesse passo?” Explique que ao sentir raiva, o menino primeiro para, depois se acalma, e em seguida ele **PENSA** no que pode fazer. Baseado na ilustração, pergunte aos estudantes que ações o menino pode tomar.
 - d. Agora aponte para o quarto quadro e explique que o menino pode tomar uma decisão e **AGIR**. Pergunte aos estudantes o que o menino decidiu fazer. Pergunte aos estudantes o que eles fariam se fossem o menino e estivessem com raiva de um amigo.
- 3. Peça aos estudantes que deem exemplos de situações em que poderia usar esses quatro passos ou ajudar alguém que estivesse com raiva.
 - 4. Explique que às vezes as pessoas precisam de ajuda para lidar com seus sentimentos de raiva. Diga: “Se você fica com raiva frequentemente ou tem vontade de brigar por que está com raiva, você deve conversar com os pais, responsáveis, professor ou outro adulto de confiança’.
 - 5. Agradeça os estudantes e o professor pelo tempo cedido e a participação. Lembre os estudantes de que devem sempre “ficar seguros”.

Conversa em Família

Peça ao professor que distribua a Folha de Atividade Conversa em Família - *O que você deve fazer quando está com raiva?* - para os estudantes levarem para casa.

Cartaz 8 | O que devemos fazer quando vemos ou ouvimos comportamentos que causam mal a alguém?

Conceito

Crianças que sabem conviver com os outros têm mais probabilidade de ficarem seguras e interagirem de maneira adequada com colegas e adultos. Crianças que convivem bem com os outros também reconhecem comportamentos que causam mal a alguém, tal como provocação, e precisam saber como reagir de maneira segura.



Objetivos

Os estudantes serão capazes de:

- Entender os benefícios de conviver bem com os outros;
- Reconhecer comportamentos de provocação e o mal que causam;
- Entender como informar casos de provocação a um adulto de confiança de maneira segura.

Palavras-chaves

Benefícios, provocação, mal, respeito.

Ensinando a Lição

1. Inicie a lição dizendo: “Hoje vamos aprender o que podemos fazer para conviver bem com outras pessoas”. Peça aos estudantes que identifiquem quais são os benefícios ou as coisas boas que acontecem quando convivemos bem com os outros (fazemos mais amigos, não somos excluídos de brincadeiras, os pais se orgulham, temos menos desentendimentos, os outros compartilham mais, nos sentimos mais felizes).
2. Mostre o Cartaz 8 e peça aos estudantes que identifiquem o que os estudantes estão fazendo para conviver bem com os outros (compartilhando materiais, esperando a vez, respeitando espaço pessoal, falando com educação, sorrindo, seguindo regras). Quais são outras maneiras de mostrar respeito pelos outros? (falar a verdade, ter boas maneiras, ser educado, ouvir, ser paciente, admitir erros, pedir desculpas quando magoamos alguém)
3. Explique que nem sempre as pessoas respeitam as outras e seus sentimentos. Às vezes as pessoas “**provocam**” os outros. O que é provocar? (Caçoar, gozar de outra pessoa). Como as pessoas provocam as outras? (Xingando, rindo ou zombando da aparência ou comportamento de alguém) Peça aos estudantes que levantem a mão se já sofreram provocações. Pergunte como eles se sentiram. Diga aos estudantes que quando forem provocados, podem usar os passos PARE, Acalme-se, Pense e Aja (Cartaz 6) para agir de maneira segura e responsável. Usando uma situação de provocação, revise e exemplifique os passos usados para lidar com a raiva.

4. Pergunte aos estudantes se já ouviram falar na expressão “Palavras não me atingem”. Pergunte aos estudantes o que significa a expressão e se eles acham que é verdadeira. Peça aos estudantes que expliquem sua resposta e deem um exemplo. Pergunte aos estudantes se eles já viram alguém xingando outra pessoa e se eles acham que isso causa mal. Peça aos estudantes que contem como se sentem quando veem alguém xingando outra pessoa. Explique que muitas vezes queremos fazer alguma coisa, mas não sabemos como ajudar a pessoa ou como parar o xingamento.
5. Explique aos estudantes que quando virem alguém sendo provocado é importante que informem o que aconteceu a um adulto de confiança. Discuta como eles podem informar uma provocação de maneira segura e a quem podem contar (professor, monitor de pátio, merendeira, motorista de ônibus/vans, pais, adulto de confiança).
6. Facilite uma discussão rápida sobre como contar a um adulto de confiança ajuda a segurança de todo mundo e nos ajuda a conviver bem com os outros.
7. Agradeça os estudantes e o professor pelo tempo cedido e a participação. Lembre os estudantes de que devem sempre “ficar seguros”.

Conversa em Família

Peça ao professor que distribua a Folha de Atividade Conversa Família - *O que devemos fazer quando vemos ou ouvimos comportamentos que causam mal a alguém?* – para os estudantes levarem para casa.

ANEXOS

**Cartas aos Pais ou Responsáveis
para as Conversas em Família**

Prezados pais ou responsáveis,

Esta semana visitei a sala de aula de seu (sua) filho (a) e conversei com os estudantes sobre o que é uma emergência e como informar uma emergência ligando para os números de emergência (190, 192 e 193). Segue abaixo uma atividade que pode ser praticada em casa com a sua ajuda.

Atenciosamente,

Policia! Proerd

- Faça seu filho praticar com um telefone fora de uso. Certifique-se de remover a bateria, já que os números de emergência podem ser acessados mesmo com um telefone não habilitado. Ele pode demonstrar como discar os números de emergência e você pode ser o operador que atende a chamada de emergência. Faça perguntas sobre o incidente hipotético. Instrua seu filho a falar clara e pausadamente. Ele precisará saber seu nome completo, endereço e número de telefone. Pratique frequentemente, descrevendo possíveis situações de emergência. Com repetição e prática, ele desenvolverá essa habilidade.

Prezados pais ou responsáveis,

Esta semana visitei a sala de aula de seu (sua) filho (a) e conversei com os estudantes sobre interpretar e obedecer a placas e sinais de trânsito. Segue abaixo algumas atividades que podem ser feitas em casa.

Atenciosamente,

Policia! Proerd

- Use o cartaz para rever o significado das placas e sinais de trânsito. Reveja o significado das diferentes cores de um semáforo de trânsito.
- Discuta outras placas e sinais de trânsito em sua comunidade que ajudam a segurança das pessoas.

Prezados pais ou responsáveis,

Esta semana visitei a sala de aula de seu (sua) filho (a) e conversei com os estudantes sobre a diferença entre alimentos e produtos domésticos que não se podem comer; como remédios podem fazer tanto bem quanto mal; e regras de segurança sobre tomar medicamentos. Seguem abaixo algumas atividades que pode ser feitas em casa.

Atenciosamente,

Policia! Proerd

- Converse com seu filho sobre remédios. Reveja as regras de segurança sobre quaisquer remédios que ele possa encontrar em casa ou em outros locais.
- Discuta com seu filho quais produtos domésticos comuns devem ser adequadamente guardados, podem ser perigosos ou devem ser usados apenas por adultos.

Prezados pais ou responsáveis,

Esta semana visitei a sala de aula de seu (sua) filho (a) e conversei com os estudantes sobre segurança fora de casa. Revisamos as regras de segurança para andar de carro, ônibus ou bicicleta, atravessar a rua e brincar fora de casa. Seguem abaixo algumas atividades que podem ser feitas em casa.

Atenciosamente,

Policia! Proerd

- Caminhe com seu filho pelo bairro para praticar e reforçar as regras de segurança adequadas que ele deve seguir.
- Faça uma revisão em bicicletas, patinetes, pranchas de skate, etc., repasse o uso seguro do capacete e verifique se é do tamanho certo.

Prezados pais ou responsáveis,

Esta semana eu visitei a sala de aula de seu (sua) filho (a) e conversei com os estudantes sobre como reagir à aproximação de uma pessoa desconhecida. Seguem abaixo algumas atividades que podem ser feitas em casa.

Atenciosamente,

Policial Proerd

- Encene uma situação de um contato com uma pessoa desconhecida e como seu filho deve reagir. Inverta os papéis para que você seja o desconhecido e deixe seu filho demonstrar reações apropriadas.
- Crianças gostam de inventar histórias. Peça a seu filho que invente uma história sobre um contato com uma pessoa desconhecida e como reagir de modo apropriado. Comece a história assim: “Eu estava a caminho da escola quando alguém que eu não conhecia me pediu para ajudar a procurar um cachorrinho perdido”. O que aconteceu em seguida?

Prezados pais ou responsáveis,

Esta semana eu visitei a sala de aula de seu filho e conversei com os estudantes sobre sentimentos e como interpretar expressões faciais. Seguem abaixo algumas atividades que podem ser feitas em casa.

Atenciosamente,

Policial Proerd

- Peça a seu filho para criar cartões mostrando expressões faciais como alegria, tristeza, medo, raiva, nojo, surpresa, frustração, contentamento.
- Jogue um jogo: Embaralhe os cartões e coloque-os sobre a mesa com a face para baixo. O primeiro jogador escolhe um cartão e, sem mostrá-lo aos outros, imita a expressão facial no cartão. Os outros jogadores precisam adivinhar qual é o sentimento.

Prezados pais ou responsáveis,

Esta semana eu visitei a sala de aula de seu (sua) filho (a) e conversei com os estudantes sobre reconhecer sentimentos de raiva, possíveis causas da raiva e como podemos controlar nossos sentimentos de raiva. Seguem abaixo algumas atividades que podem ser feitas em casa.

Atenciosamente,

Policia! Proerd

- Discuta com seu filho situações que deixam as pessoas zangadas. Encene e pratique o uso dos seguintes passos: PARE, ACALME-SE, PENSE, AJA para lidar com cada situação de uma maneira positiva.
- Peça a seu filho para criar pares de ilustrações em que ele mostra como lidar com sentimentos de raiva. Seu filho deve desenhar o que o deixou zangado e depois o que ele fez ou poderia fazer para controlar a raiva de uma maneira segura.

Prezados pais ou responsáveis,

Esta semana eu visitei a sala de aula de seu (sua) filho (a) e conversei com os estudantes sobre conviver bem com os outros, como reagir a provocações e como informar as provocações de maneira segura a um adulto de confiança. Seguem abaixo algumas atividades que podem ser feitas em casa.

Atenciosamente,

Policia! Proerd

- Jogue o jogo “O que você faria se...” com seu filho. Pergunte: “O que você faria se... visse alguém sendo provocado? ... alguém estivesse espalhando boatos sobre você? ... você magoasse alguém?”
- Leia uma história sobre provocações a seu filho. Incentive-o a discutir a história com você. Como a criança se sentiu? Como a pessoa que estava provocando se sentiu? Como as pessoas que estavam vendo a situação se sentiram? O que contribuiu para o fim da provocação? O que você faria se visse a mesma coisa acontecendo com outra criança?

SEÇÃO II – PROERD PARA 3º E 4º ANOS DO ENSINO FUNDAMENTAL

Lição: Leis e regras para manter-se seguro

Conceito: Leis são regras que foram feitas para proteger os direitos das pessoas e lhes proporcionar segurança.

Propósito: Familiarizar os estudantes com a função dos órgãos de segurança na aplicação de leis na comunidade, escola, sala de aula e rever práticas de segurança que protegem a integridade dos estudantes.

Objetivos: Os estudantes serão capazes de:

- Identificar o propósito de regras e leis na escola e na comunidade;
- Identificar sinais de avisos que ajudam a reconhecer situações que possam lhes causar mal;
- Explicar as etapas envolvidas em dizer “não” para situações que possam ser insegura;
- Identificar a função dos órgãos de segurança na aplicação da lei na escola e na comunidade.

Materiais: Folha de Atividade “Como Ficar Seguro”.

Procedimentos:

1. Apresente-se: escreva seu nome no quadro.

2. Explique: que a polícia e as escolas trabalham em conjunto para dar segurança às pessoas. Diga aos estudantes que nesta lição eles aprenderão a seguir regras e leis para ficarem seguros e fora de perigo. Eles aprenderão a identificar sinais de avisos e a se proteger fazendo escolhas seguras ao enfrentar situações que possam lhes causar mal.

3. Projete ou escreva a palavra “REGRA” no quadro.

Peça aos estudantes para pensar no significado da palavra “REGRA” e compartilhem suas ideias com seu colega.

Defina “REGRA” como “**uma declaração do que fazer ou o que não fazer**”.

4. Facilite uma rápida discussão sobre o propósito das regras: Por que temos regras na escola? (Regras nos ajudam saber o que fazer na escola). Por que temos regras em casa? (Regras na família nos ajudam saber o que podemos ou não fazer em todos os lugares)

5. Solicite aos estudantes que façam duplas ou grupos pequenos e peça para cada grupo identificar três regras que eles devam obedecer em casa ou na escola e dê uma razão para cada regra. Resuma a atividade perguntando: “Como obedecer a regras nos ajuda?” (Regras nos ajudam a se manter seguro, a respeitar os direitos das outras pessoas a reconhecer e defender os nossos direitos.)

6. Faça as seguintes perguntas: Os adultos têm regras? Como são chamadas essas regras?

Escreva a palavra “LEIS” no quadro e defina como: **“São regras que foram feitas para proteger os direitos de todas as pessoas”**.

7. Facilite uma discussão sobre a necessidade das regras e leis e por que é importante segui-las.

- a. Por que as pessoas fazem leis e regras?
- b. Qual a diferença entre uma lei e uma regra?
- c. O que poderia acontecer se não houvesse leis ou regras? (trânsito caótico, acidentes, discussões e brigas, pegar coisas que pertencem aos outros)
- d. Quem é responsável por fazer as leis serem cumpridas as leis em nossas sociedade? (órgãos de segurança pública).
- f. Por que temos policiais? (Para nos manter seguros e proteger os direitos individuais e coletivos).
- g. Quando seria preciso chamar um policial? (Em casos de emergência policial, quando acontecer um acidente, crime ou alguém for prejudicado ou machucado).

8. Escreva a palavra “VÍTIMA” no quadro e a defina como: **“alguém que é ferido, enganado ou tratado de maneira errada”**.

Diga aos estudantes que quando as regras e leis não são seguidas, às vezes algumas pessoas se tornam “vítimas”.

Diga aos estudantes que uma maneira importante de não se tornar uma vítima é aprender o que fazer ou não fazer para evitar situações inseguras ou perigosas.

Ressalte que as regras podem ajudar a nos proteger se reconhecemos quando algo não parece bem ou pode ser perigosa. Temos que saber como agir ou reagir em situações inseguras.

9. Escreva no quadro “Quatro Passos Importantes para Dizer Não” e as seguintes palavras:

SAIBA

DIGA NÃO

AFASTE-SE

INFORME

Explique aos estudantes que esses são quatro passos do processo de dizer não que podem ajudá-los a responder ou reagir a possíveis situações inseguras.

Explique que mesmo antes de usar os “Quatro Passos Importantes para Dizer Não”, eles devem ser capazes de identificar possíveis situações inseguras ou perigosas.

Peça aos estudantes que se lembrem de uma situação em que se sentiram inseguros ou com medo. Facilite a discussão e peça aos estudantes que identifiquem os sinais físicos de se sentir inseguro. Como você se sentiu? (com medo, com vontade de chorar, ansioso, apreensivo e etc.).

Quais foram algumas maneiras em que seu corpo o alertou de que poderia ser uma situação insegura, prejudicial ou perigosa? (estômago embrulhado, sensação de medo, suor nas palmas das mãos, estresse, o cérebro pedindo para você correr ou sair dali)

Explique que os quatro passos que você listou podem ajudá-los a dizer não a situações que possam ser inseguras, prejudiciais ou perigosas. Explique cada um dos passos:

- I. **SAIBA** – reconheça a situação como insegura ou perigosa. Esteja sempre atento ao que está acontecendo à sua volta.
- II. **DIGA NÃO!** - diga Não claramente e em voz alta.
- III. **AFASTE-SE** – afaste-se o mais rapidamente possível, na direção contrária. Procure um local seguro.
- IV. **INFORME** – informe imediatamente seus pais, responsável, professor ou outro adulto de confiança e tente se lembrar da aparência da pessoa, o que ele disse e qualquer outra informação importante como o número da placa de carro.

Dramatize a seguinte situação com os estudantes para ilustrar os quatro passos de dizer não e como pedir ajuda. Selecione dois estudantes para ajudá-lo na encenação. (policial - sequestrador, aluno - aluno, aluno - adulto de confiança).

SITUAÇÃO: Você está andando na rua e alguém se aproxima de você e pede para que entre no carro e o ajude a procurar um cachorro perdido.



Nota ao Instrutor: Restrições de tempo podem impossibilitar a realização da dramatização da situação.

Explique que uma das situações perigosas é quando um adulto sequestra uma criança. Explique que sequestrar significa levar alguém contra sua vontade, iludindo a pessoa ou usando força física.

Diga aos estudantes: “Se alguém tentar te pegar ou você estiver numa situação de ameaça: berre, chute, grite (você não é meu pai) para atrair atenção. Continue tentando se soltar”.

Resuma a lição pedindo aos estudantes que com um colega ou grupo pequeno e pensem em regras de segurança que possam seguir para evitar situações perigosas e fiquem seguros. Distribua cópias de “Como Ficar Seguro” e peça aos estudantes que leiam a lista e marquem as medidas de segurança que eles discutiram e listaram. Peça que coloquem uma estrela ao lado das medidas que poderiam compartilhar para ajudar os outros a ficarem seguros. Se a folha de atividade não estiver disponível para distribuição, leia a lista para a turma e peça que mostrem o polegar para cima quando houver uma medida de segurança que está na lista deles.

Agradeça aos estudantes e ao professor pelo tempo cedido. Peça aos estudantes que levem a folha de atividade “Como Ficar Seguro” para casa e compartilhem o que aprenderam com seus pais e parentes.



Nota ao Instrutor: folha do aluno na página seguinte.

FOLHA DE ATIVIDADE – COMO FICAR SEGURO

Quatro Passos Importantes para Dizer Não:

- 1 **SAIBA** - reconheça que é uma situação desconfortável, insegura e perigosa.
- 2 **DIGA NÃO!** - diga Não claramente, em voz alta.
- 3 **AFASTE-SE** - afaste-se o mais rapidamente possível, na direção contrária. Procure um local seguro.
- 4 **INFORME** - informe os pais, responsável, professor ou outro adulto de confiança.

Regras de Segurança para lembrar

- Verifique primeiro com seus pais, responsável ou outro adulto de confiança antes de ir a qualquer lugar, ajudar alguém, aceitar algo ou entrar num carro.
- Ande sempre com um colega, especialmente em locais públicos como banheiros, playgrounds, parques. Lembre-se de que a união faz a força.
- Nunca fique na rua após escurecer, a menos que você esteja acompanhado de um adulto.
- Sempre tranque as portas quando você estiver sozinho em casa.
- Evite locais perigosos.
- Nunca tenha medo de pedir a ajuda dos pais, responsável ou outro adulto de confiança. Não guarde segredos.
- Aprenda onde encontrar “casa seguras” que você pode ir se estiver precisar de ajuda.
- Conheça algumas informações - nome, endereço, nomes dos pais, número de telefone, nome e número de telefone de alguém para contato em caso de emergência.
- Saiba como usar o 190.

Compartilhe essas Regras de Segurança com seus pais, responsável e família.

Pense em pelo menos mais três regras de segurança que sua família adota e liste-as abaixo.

1. _____
2. _____
3. _____

SEÇÃO II – PROERD PARA 3º E 4º ANOS DO ENSINO FUNDAMENTAL

Lição: Como ser um bom cidadão

Conceito: A maioria dos estudantes de 3º e 4º anos tem uma noção concreta do que constitui bom comportamento. São capazes de reconhecer os direitos dos outros, sabem que devem trabalhar e brincar de acordo com as regras e estão aprendendo a tomar decisões sobre certo e errado de maneira cada vez mais independente.

Propósito: Praticar a tomada de boas decisões aplicando as características de um “bom cidadão” de honestidade, afetividade, respeito e responsabilidade a situações realistas.

Objetivo: Os estudantes serão capazes de:

- Descrever um “bom cidadão”;
- Aplicar as características de um bom cidadão de honestidade, afetividade, respeito e responsabilidade.

Material: Quadro negro/branco ou cavalete com folhas grandes, cartões com características de um bom cidadão, folha de atividade.

Procedimentos:

1. **Diga** aos estudantes que a lição de hoje é sobre ser um bom cidadão e como as pequenas decisões que tomamos diariamente nos ajudam a ser bons cidadãos.

2. **Escreva** no quadro: “Um bom cidadão é alguém que:”. **Peça** aos estudantes para identificar características ou ações de um bom cidadão (segue as regras, é amigável e prestativo, respeita a propriedade dos outros, fala a verdade, admite erros, é educado). Escreva no quadro as respostas dos estudantes.

3. Projete ou escreva no quadro as palavras **Honesto, Afetivo, Respeitoso, Responsável**.

4. Forme duplas para trabalhar as quatro características. Peça aos estudantes que pensem individualmente no significado da palavra “honesto” e discutam suas ideias com o colega. Em seguida, facilite uma rápida discussão sobre o que significa ser honesto. Trabalhe cada uma das características usando o mesmo procedimento.

5. Projete ou escreva no quadro as definições abaixo para cada uma das características de “Bom Cidadão”. Revise o significado de cada característica e peça aos estudantes que ouçam e comparem suas ideias com as definições de “Bom Cidadão”.

a. **Honesto** - fala a verdade, é justo, é confiável.

b. **Afetivo** - importa-se com outras pessoas e outros seres vivos, é prestativo, é bondoso.

c. **Respeitoso** - segue as regras, tem boa autoestima, é educado, cuida de seus pertences e outros objetos.

d. **Responsável** - é digno de confiança, termina tarefas, toma boas decisões, cumpre a palavra, faz a coisa certa.

6. Distribua para os estudantes a folha de atividade com uma característica de um bom cidadão. Peça aos estudantes que encontrem a primeira característica, “honesto”, e expliquem novamente o significado da palavra “honesto”. Peça aos estudantes que façam um desenho ou escrevam algumas palavras para mostrar o que significa ser “honesto”. Dê um exemplo, tal como falar a verdade ou devolver algo encontrado. Prossiga com o mesmo processo para as palavras “afetivo”, “respeitoso” e “responsável”.

7. Divida a sala em cinco grupos. Diga aos estudantes que eles vão trabalhar em grupo para discutir uma das características de um Bom Cidadão e como a característica pode ser usada. Dê um cartão com uma das situações para cada grupo. Peça aos grupos que discutam por cerca de dois minutos a situação, como ela se relaciona à característica e que ações poderiam ser tomadas por um Bom Cidadão.

8. Depois que os grupos tiverem discutido a situação e a característica, peça a cada grupo que prepare uma dramatização de 3 minutos usando a característica de “Bom Cidadão”. Dê 3 a 5 minutos para que preparem e ensaiem a dramatização. Lembre os estudantes que todos no grupo devem participar e que não é permitido contato físico, como empurrar e bater.

9. Cada um dos grupos apresenta sua dramatização. Peça a sala para decidir qual característica de Bom Cidadão foi usada.

10. Encerre a lição com uma breve revisão de cada uma das características. Peça aos estudantes que pensem em uma atividade que possam fazer durante a semana para ser um “bom cidadão” na escola ou em casa. Peça aos estudantes que usem o verso da folha de atividade para desenhar ou escrever o que eles farão para ser um “bom cidadão”.



Nota ao Instrutor: folha do aluno na página seguinte.

FOLHA DE ATIVIDADE

CARACTERÍSTICA DE BOM CIDADÃO: HONESTO.

Você entra no banheiro da escola que está vazio, você olha para baixo e vê R\$ 10,00 no chão. Você pega a nota e coloca no bolso. Na hora do almoço, você quer comprar um sorvete e tem a nota de R\$ 10,00 que achou.

Converse sobre...

- Quais são suas opções?
- Honesto – fala a verdade, é justo, é confiável.
- Qual seria a coisa honesta a se fazer?

CARACTERÍSTICA DE BOM CIDADÃO: AFETIVO.

Sua mãe busca você e seu irmãozinho na escola. Na volta, ela passa no mercado para fazer compras para o jantar. O dia está ensolarado e quando você chega em casa, vê os amigos brincando na rua. Sua vontade é brincar com eles.

Converse sobre...

- Quais são suas opções?
- Afetivo – importa-se com outras pessoas e outros seres vivos, é prestativo, é bondoso.
- Qual seria a coisa afetiva a se fazer?

FOLHA DE ATIVIDADE

CARACTERÍSTICA DE BOM CIDADÃO: RESPEITOSO.

Você está num piquenique e há uma fila comprida para comprar bebida gelada. Você está morrendo de sede. Você vê seu melhor amigo no começo da fila. Ele chama você para entrar na fila, na frente dele.

Converse sobre...

- Quais são suas opções?
- Respeitoso – segue as regras, tem boa autoestima, é educado, cuida de seus pertences e outros objetos.

Qual seria a coisa respeitosa a se fazer?

CARACTERÍSTICA DE BOM CIDADÃO: RESPONSÁVEL.

Você pega um ótimo livro emprestado da biblioteca da classe. Enquanto está lendo, alguém derrama bebida no livro. Não é sua culpa, mas o livro está bastante danificado. No dia seguinte, você simplesmente devolve o livro à prateleira.

Converse sobre...

- Quais são suas opções?
- Responsável – é digno de confiança, termina tarefas, toma boas decisões, cumpre a palavra, faz a coisa certa.
- Qual seria a coisa responsável a se fazer?

FOLHA DE ATIVIDADE

CARACTERÍSTICA DE BOM CIDADÃO: RESPONSÁVEL.

Você e alguns amigos estão brincando no pátio da escola. Um aluno de sua classe pergunta se pode participar. Seu amigo diz: “Vá embora. Não gostamos de você!” Você sabe que seu amigo errou ao dizer isso.

Converse sobre...

- Quais são suas opções?
- Responsável – é digno de confiança, termina tarefas, toma boas decisões, cumpre a palavra, faz a coisa certa.
- Qual seria a coisa responsável a se fazer?

FOLHA DE ATIVIDADE

Característica	Faça um desenho ou escreva algumas palavras para mostrar a ação
Honesto	
Afetivo	
Respeitoso	
Responsável	

SEÇÃO II – PROERD PARA 3º E 4º ANOS DO ENSINO FUNDAMENTAL

Lição: Drogas podem ajudar ou prejudicar

Conceito: Todas as drogas incluindo os remédios, podem ser prejudiciais se usadas de maneira incorretas.

Propósito: Ajudar os estudantes a entender que algumas drogas, quando usadas corretamente, podem fazer bem, mas que todas as drogas podem prejudicar quando usados de maneira errada.

Objetivo: Os estudantes serão capazes de:

- Explicar a palavra “droga”;
- Descrever como remédios podem fazer bem;
- Identificar como o uso errado de remédios pode fazer mal;
- Mostrar práticas seguras para lidar com remédios em casa;

Material: Folha de Atividade “Dicas de segurança para guardar e usar remédios”.

Procedimentos:

1. Diga aos estudantes que a lição de hoje estaremos aprendendo sobre drogas, remédios e regras para usá-los com segurança em casa.
2. Projete ou escreva no quadro a palavra “droga” e peça aos estudantes que digam o que acham que significa. Em seguida, explique aos estudantes que droga é **“qualquer substância que não é alimento, e que altere o funcionamento do nosso corpo e mente.** Pergunte: Quais são alguns produtos não alimentares encontrados em sua casa? Diga a eles que uma regra importante é: **“Nunca prove, beba, toque ou cheire alimentos desconhecidos ou produtos não alimentares. Nunca aceite alimentos desconhecidos ou produtos não alimentares de um amigo ou de uma pessoa desconhecida”.**
3. Peça aos estudantes que levantem as mãos se essa regra é aplicada em casa. Facilite uma discussão rápida sobre por que eles acham que têm essa regra em casa.
4. Pergunte aos estudantes quais são alguns dos perigos envolvidos em aceitar algo ou uma substância desconhecida de outra pessoa. Enfatize os perigos associados com provar, beber, tocar ou cheirar produtos não alimentares (envenenamento, reação alérgica, queimadura, overdose, náusea, problemas cardíacos, etc.).
5. Peça aos estudantes que levantem as mãos se essa regra é aplicada em casa. Facilite uma discussão rápida sobre por que eles acham que têm essa regra em casa.

Nota: a ANVISA conceitua **“droga”** como substância ou matéria-prima que tenha a finalidade medicamentosa ou sanitária.

Nota: segundo o Grupo de Intervenção, **“droga”** é toda e qualquer substância, natural ou sintética que, introduzida no organismo modifica suas funções.

6. Pergunte aos estudantes quais são alguns dos perigos envolvidos em aceitar algo ou uma substância desconhecida de outra pessoa. Enfatize os perigos associados com provar, beber, tocar ou cheirar produtos não alimentares. (envenenamento, reação alérgica, queimadura, overdose, náusea, problemas cardíacos, etc.)
7. Diga: *Quando ouvimos a palavra “droga” podemos pensar em tabaco e álcool. Quais são alguns dos perigos conhecidos do uso de tabaco e álcool?* Essas drogas são ilegais para crianças e jovens e frequentemente fazem muito mal a seres humanos. (especialmente corpos em crescimento).
8. Informe que remédios são drogas legais feitas para nos ajudar quando estamos doentes ou temos um problema de saúde. Mesmo os remédios podem fazer mal quando **NÃO** são usados de maneira correta e cuidadosa. Remédios são vendidos de duas maneiras com prescrição médica ou não. Quando existe a necessidade da prescrição médica para serem comprados na drogaria devem ser usados de maneira segura e correta seguindo as orientações do médico. Alguns remédios podem ser comprados sem prescrição médica em outros lugares. No caso de qualquer remédio, é importante seguir as instruções da bula sobre a forma de tomá-lo e a dosagem.
9. Diga: *Você nunca deve tomar um remédio por conta própria, sem a permissão dos seus pais ou responsável.* Pergunte: **Por que você acha que essa é uma boa regra a ser seguida?** Facilite uma discussão sobre os possíveis perigos do uso errado de remédios. (pode causar náusea, vômito, envenenamento, alucinações, reação alérgica, coma e morte). Só por que um remédio está disponível e vendido sem receita não significa que ele te fará bem, pois se você tomar demais, usá-lo incorretamente ou for alérgico ao remédio certamente te fará mal. Como os adultos sabem qual a dosagem de remédio tomar ou dar a crianças? Discuta a importância de se ler a bula atentamente para tomar a dose correta e segura de qualquer remédio ou verificar a ocorrência de possíveis alergias e contra indicações.
10. Diga: *Falamos sobre como os remédios podem fazer bem, ou então fazer mal quando usados de maneira errada. Vamos pensar em dicas que poderíamos dar aos nossos pais, avós e parentes para ajudar a manter as crianças seguras em relação a remédios.* Peça aos estudantes que trabalhem em grupos pequenos para criar três de possíveis dicas e práticas de segurança que poderiam compartilhar. Facilite uma discussão sobre as dicas de segurança criadas pelos grupos.
11. Distribua uma das dicas de segurança para guardar e usar remédios para cada grupo. Peça aos estudantes que discutam rapidamente a dica de segurança que seu grupo recebeu e como ela pode ajudar a segurança de crianças.
 - a. Guarde os remédios fora de alcance e de vista, num local seco.
 - b. Nunca deixe remédios sobre a bancada da cozinha.
 - c. Converse com seus filhos sobre segurança em relação a remédios.

- d. Feche bem a embalagem do remédio após usá-lo.
 - e. Mantenha os remédios dentro de seus respectivos frascos, caixas ou tubos, facilitando a localização da bula.
 - f. Leia a bula e siga as instruções cuidadosamente.
 - g. Converse com os avós para que redobrem o cuidado com remédios quando houver crianças por perto.
 - h. Fique atento a remédios de visitas. Se uma visita tiver remédios no bolso do casaco ou na bolsa, certifique-se de mantê-los longe do alcance de crianças pequenas.
 - i. Siga as instruções e tome os remédios corretamente. Nunca tome remédios que pertencem à outra pessoa.
12. Após a rápida discussão, explique que cada grupo irá criar uma encenação ou comercial de TV de 1 a 2 minutos sobre a dica de segurança recebida. A cena ou comercial deve mostrar a situação insegura e como os membros da família podem adotar uma ação corretiva para tornar a situação mais segura para todos.
13. Peça a cada grupo que apresente sua cena ou comercial de TV. Peça aos colegas que identifiquem a dica de segurança que a família deve seguir. Facilite uma discussão rápida sobre a importância de lembrar-se de cada uma das dicas.
14. Encerre a lição pedindo aos estudantes que compartilhem o que aprenderam sobre o uso seguro de remédios e o que poderiam compartilhar em casa para ajudar a manter os membros de sua família seguros. Lembre aos estudantes que qualquer droga pode fazer mal se usada de maneira incorreta e que nunca devem provar, beber, tocar ou cheirar uma substância desconhecida. Também nunca devem tomar qualquer remédio por conta própria, sem permissão de seus pais ou responsáveis.
15. Peça aos estudantes que mostrem aos seus pais ou responsáveis a folha de atividade “Dicas de segurança para guardar e usar remédios” para casa e compartilhem o que aprenderem com seus pais e parentes.
16. Agradeça os estudantes pela participação e lembre-os de que devem sempre “ficar seguros”.



Nota ao Instrutor: folha do aluno na página seguinte.

FOLHA DE ATIVIDADE
DICAS DE SEGURANÇA PARA GUARDAR E USAR REMÉDIOS

- Guarde os remédios fora de alcance e de vista, num local seco.
- Nunca deixe remédios sobre a bancada da cozinha.
- Converse com seus filhos sobre segurança em relação a remédios.
- Feche bem a embalagem do remédio após usá-lo.
- Mantenha os remédios dentro de seus respectivos fracos, caixas ou tubos, facilitando a localização da bula.
- Leia a bula e siga suas instruções cuidadosamente.
- Converse com os avós para que redobrem o cuidado com remédios quando houver crianças por perto.
- Fique atento a remédios de visitas. Se uma visita tiver remédios no bolso do casaco ou na bolsa, certifique-se de mantê-los longe do alcance de crianças pequenas.
- Siga as instruções e tome os remédios corretamente. Nunca tome remédios que pertencem à outra pessoa.

FOLHA DE ATIVIDADE

Conceito: Achar meios aceitáveis de resolver conflitos sem discussões ou brigas ajuda a prevenir violência inclusive o *bullying* e nos manter seguros.

Propósito: Ajudar os estudantes a aprender como resolver conflitos sem recorrer a atos de *bullying* ou outros tipos de violência.

Objetivo: Os estudantes serão capazes de:

- Diferenciar situações de *bullying* e de conflito;
- Identificar meios aceitáveis de lidar com *bullying*;
- Identificar meio aceitáveis de resolver conflitos sem recorrer a *bullying* ou outros atos de violência.

Material: Folha de atividade “Resolvendo conflitos sem violência”.

Procedimentos:

1. Diga aos estudantes que a lição de hoje é sobre resolver conflitos sem *bullying* ou recorrer a outros atos de violência como bater, chutar ou xingar.

2. Escreva as palavras “*bullying*” e “conflito” no quadro. Pergunte a alguns estudantes o que eles acham que as palavras significam. Peça que deem alguns exemplos de comportamento de cada uma. Distribua a folha de atividade “Resolvendo Conflitos sem *Bullying* ou Violência”, se disponível. Defina “*bullying*” como um comportamento agressivo ou indesejável usado repetidamente para isolar, prejudicar ou controlar outra pessoa.

3. Explique que *bullying*:

- a. É um comportamento repetido;
- b. É intencional;
- c. Visa ofender ou machucar outra pessoa;
- d. A vítima de *bullying* muitas vezes não consegue ou não deseja se proteger.

4. Diga: Conflito é quando não nos relacionamos bem com os outros e temos desentendimentos, mas isso é diferente de *bullying*. Sempre haverá momentos de possíveis conflitos com os outros; no entanto, não é *bullying*, a menos que o comportamento seja: intencional para tentar nos machucar, injusto ou parcial, e geralmente ocorrendo mais de uma vez.

5. Distribua a folha de atividade para os alunos. Leia “Isto é *Bullying* ou Conflito?” e peça aos estudantes para identificarem se a situação é *bullying* ou conflito.

- a. Leia em voz alta cada uma das situações. Peça aos estudantes que se levantem se acham que a situação é *bullying* ou permaneçam sentando se acham que não é. Como alternativa, peça aos estudantes que mostrem o polegar para cima se acharem que a situação é *bullying*.
- b. Discuta as respostas dos estudantes e use a definição de *bullying* para identificar cada situação como *bullying* ou conflito.
- c. Peça aos estudantes que escrevam “B” para *bullying* ou “C” para conflito ao lado de cada situação.

6. Releia cada uma das situações que os estudantes identificaram como *bullying*. Explique aos estudantes que é importante informar um adulto responsável sobre atos de *bullying* e peça aos estudantes que identifiquem pessoas a quem possam informar sobre tais atos de *bullying*. Facilite uma discussão rápida sobre maneiras seguras de informar sobre *bullying* (contar a um adulto de confiança, escrever um bilhete para o professor, deixar um bilhete para o coordenador ou enviar um e-mail). Lembre aos estudantes que informar sobre essas situações não significa fazer fofoca e que é importante para a segurança de todos.

7. Releia cada uma das situações que os estudantes identificaram como “conflito”. Peça aos estudantes que respondam as seguintes perguntas para cada situação de conflito.

- a. Qual é o problema ou conflito?
- b. O comportamento das crianças é aceitável? Por que ?
- c. Como as crianças poderiam resolver o problema ou conflito?

8. Encerre a lição dizendo aos estudantes que conflitos fazem parte da vida diária. As pessoas se desentendem com frequência e é importante saber como resolver conflitos e desentendimentos de maneira segura e responsável. Peça aos estudantes que deem exemplos de como eles poderiam resolver conflitos de maneira positiva. *Bullying*, por exemplo, nunca deve fazer parte da vida diária. Atos de *bullying* devem ser informados para que todos se sintam seguros e não sejam vítimas de atos intencionais dos outros.

SEÇÃO II – PROERD PARA 3º E 4º ANOS DO ENSINO FUNDAMENTAL

Lição: Resolvendo conflitos sem violência

FOLHA DE ATIVIDADE

Bullying: Um comportamento agressivo ou indesejável usado repetidamente para isolar, prejudicar ou controlar outra pessoa.

- a. É um comportamento repetido.
- b. É intencional.
- c. Visa ofender ou machucar outra pessoa.
- d. A vítima de *bullying* muitas vezes não consegue ou não deseja se proteger.

Conflito: Quando não nos relacionamos bem com alguém ou temos desentendimentos.

ISSO É *BULLYING* OU CONFLITO?

1. José e Raul estão jogando futebol quando de repente a bola é chutada para longe. Ambos correm atrás da bola e quando estão se aproximando dela José cai e derruba Raul. Jose alcança a bola primeiro. Raul se levanta, pega a bola das mãos de José e lhe dá um chute. Isso é *bullying*?

2. Susana está xingando Aline novamente, assim como fez ontem e anteontem. Aline já pediu que ela parasse, mas Susana não para. Isso é *bullying*?

3. Alan e José estão no mesmo time de beisebol. Quando o time termina de rebater a bola, Jose pega a luva de Alan e corre para o fundo do campo. Alan procura a luva, mas não encontra. Quando o time volta a rebater, Alan descobre que sua luva está com Jose. Alan fica tão bravo que agarra a luva e bate com ela no rosto de Jose. Isso é *bullying*?

4. Natália e Dani são amigas. Hoje eles estão discutindo. Natália chama Dani de nome feio, e Dani chama Natália de nome feio. Isso é *bullying*?

5. Sara fica sabendo da festa de aniversário de Carol. Sara se aproxima de Carol e diz: “Por que não fui convidada para sua festa? Pensei que eu fosse sua melhor amiga”. Carol diz: “Você não é tão legal quanto as outras meninas”. Sara diz: “Tudo bem, nunca mais falarei com você”. Isso é *bullying*?

6. Há uma semana, todo o dia Tiago fura a fila do almoço na frente de João Carlos. Tiago ameaça bater em João Carlos se ele contar a alguém. No recreio, Tiago encontra João Carlos e toma a bola dele. Isso é *bullying*?



MANUAL DE FACILITAÇÃO

Todos os direitos reservados. Copyright © 2010 D.A.R.E. America.

O presente produto foi elaborado e validado em 2014 pelos Centros de Treinamento Internacionais D.A.R.E./Proerd das Polícias Militares do Rio de Janeiro, de São Paulo, do Distrito Federal, de Santa Catarina, de Minas Gerais, do Rio Grande do Norte e do Rio Grande do Sul, sob a supervisão da Câmara Técnica Nacional do PROERD e o suporte da Secretaria Nacional de Segurança Pública – SENASP.

Equipe de tradução:

Tânia Santos Loos

Revisão ortográfica:

Lúcia Locatelli Flôres

Revisão científica:

Dr. Aristeu V. Stadler

Conselho Estadual de Entorpecente – CONEN/SC

Assessoria pedagógica:

Roseane Rodrigues Martins Pereira

Rosini Cristina Agostinho da Silva Guimarães

Direção de revisão e adaptação:

Tenente Coronel PMSC Claudete Lehmkuhl

Realização:

Centro de Treinamento DARE/Proerd da PMSC

Colaboração:

Centro de Treinamento DARE/Proerd da PMMG

Apoio:

Secretaria Nacional de Segurança Pública – SENASP/MJ

Departamento de Políticas, Programas e Projetos

Coordenação-Geral de Polícia Comunitária

Seção de Assuntos de Narcóticos da Embaixada dos Estados Unidos no

Brasil - NAS

Título original

D.A.R.E. Entrenamiento de Entrenadores

©The University Akron, 2004

Tradução, adaptação e reprodução autorizadas pelo D.A.R.E América

3ª edição

2005

Edição original, cedida para esta reprodução pelos autores

SUMÁRIO

O novo papel do Instrutor	03
O facilitador	04
Habilidades essenciais de um facilitador	05
Aprender é inesquecível	06
Informação e memória	07
Objetivo do Manual de Facilitação	08
Escuta ativa	09
O que dizem os estudantes sobre os professores que não os escutam	10
Perguntas	11
Cinco tipos de perguntas	12
Nas perguntas	17
Técnicas para fazer perguntas	18
Perguntas disfarçadas	18
Os diferentes níveis de pensamento e as perguntas que se pode usar em cada um deles	19
O intelecto de três andares	20
Exemplos de perguntas efetivas	21
Respondendo perguntas	22
Oportunidade mínima de resposta	22
Expressões de facilitação	23
Trabalho em equipe	25
Gerenciamento de classe	29
Estratégias para aumentar a participação dos alunos	30
Tipos de procedimentos	34
Normas de comportamento	35
Rotinas e procedimentos	36
Gerenciando a indisciplina	36
Nosso cérebro	37
Qual é o papel do movimento na aprendizagem?	39
Faça de seus alunos participantes e empreendedores através do movimento	40
Reflexão	42
Atividade de resumo da aula	43
Princípios de ensino	45
Características de aprendizes adultos	46

O NOVO PAPEL DO INSTRUTOR

O currículo atualizado do Proerd traz como diferencial o novo papel do Instrutor que passa agora a ser um “facilitador” da construção coletiva do conhecimento, um “mediador” da aprendizagem, indo assim, ao encontro das mais atuais teorias pedagógicas.

Na metodologia proposta pelo Proerd, o Instrutor faz a mediação das discussões dos grupos, corrigindo equívocos com novos questionamentos aos alunos, buscando que eles, em interação com seus pares, encontrem a solução. Cabe ao Instrutor instigar, estimular os alunos para construírem juntos um novo conhecimento, valorizando e colocando em primeiro plano as discussões dos alunos nas atividades realizadas nas equipes.

O currículo atualizado do programa possui como material didático-pedagógico este “Manual de Facilitação para o Instrutor Proerd”. Nele o Instrutor encontrará ferramentas para desenvolver suas lições de maneira atrativa e significativa para os alunos, como orientações, exemplos de atividades e metodologias de trabalho em grupos que o Instrutor deve utilizar para desenvolver habilidades de facilitação e desempenhar com eficiência esse novo papel.

O FACILITADOR

O facilitador é a pessoa que ajuda um grupo a alcançar um determinado propósito, tal como aprender um conceito ou um objetivo, demonstrando habilidade, avaliando necessidades, examinando questões, fazendo planos ou chegando a decisões.

É tarefa do facilitador extrair dos membros do grupo o fundamental da aula e tornar o trabalho mais fácil. Facilitar significa tornar menos difícil.

Um bom facilitador desenvolve a capacidade de escutar a si próprio e, ao mesmo tempo, escutar quando a palavra é dada aos outros.

O facilitador deve estar disposto a abrir mão de um pouco de seu poder, a confiar no processo e a ter certeza no fato de que os participantes podem dar continuidade ao trabalho com sucesso sem terem que ser gerenciados a cada passo.

O facilitador eficiente usa as habilidades que forem necessárias para ajudar o grupo a alcançar o objetivo da aula. O objetivo é claramente exposto no início e se torna a força motriz da aula.

HABILIDADES ESSENCIAIS DE UM FACILITADOR

Aqui estão algumas das coisas que os facilitadores hábeis fazem:

- ❑ mantêm um clima propício à participação, escuta, entendimento, aprendizagem e criatividade;
- ❑ escutam ativamente;
- ❑ ajudam o grupo a estabelecer e cumprir os seus próprios objetivos;
- ❑ oferecem estrutura e orientação para aumentar a probabilidade de que os objetivos serão cumpridos;
- ❑ mantêm o grupo concentrado em seus objetivos;
- ❑ incentivam o diálogo e a interação entre os participantes;
- ❑ sugerem e direcionam processos que dão autonomia e mobilizam o grupo a realizar o trabalho;
- ❑ tiram proveito das diferenças entre os membros do grupo em prol do bem-comum de todo o grupo;
- ❑ permanecem neutros com relação ao conteúdo e ativos na sugestão e direcionamento do processo;
- ❑ protegem os membros do grupo e suas ideias para que não sejam atacadas ou ignoradas;
- ❑ usam habilidades de facilitação para lançar mão da bagagem de conhecimento, experiência e criatividade do grupo;
- ❑ selecionam, organizam e resumem as contribuições do grupo ou fazem com que o grupo o faça;
- ❑ ajudam o grupo a chegar a um consenso saudável, a definir e comprometer-se com os próximos passos e a chegarem a uma conclusão em tempo hábil.

APRENDER É INESQUECÍVEL

ATIVIDADE

Descreva com palavras ou desenhos sua experiência de aprendizagem favorita.

Descreva com palavras ou desenhos sua pior experiência de aprendizagem.

INFORMAÇÃO E MEMÓRIA

De acordo com pesquisa de Willian Lasser, recordamos:

10% do que lemos

20% do que ouvimos

30% do que vemos

70% do que vemos e ouvimos simultaneamente

80% do que vivenciamos pessoalmente

95% do que ensinamos aos demais

MÉTODO USADO	RECORDAMOS EM 3 HORAS	RECORDAMOS EM 3 DIAS
Conferência	70 %	10 %
Somente exposição visual	72 %	20 %
Combinação entre exposição visual e falar	85 %	65 %

Fonte: Quadro estatístico de um estudo da *Cia. Mobil Oil*.

OBJETIVO DO MANUAL DE FACILITAÇÃO

O objetivo deste manual é ensinar os Instrutores Proerd a desenvolverem estratégias que promovam à participação ativa dos estudantes no processo de ensino-aprendizagem.

O Instrutor terá a oportunidade de praticar estratégias de aprendizagem ativa, como:

- ☐ **ESCUTA ATIVA**
- ☐ **PERGUNTAS**
- ☐ **TRABALHO EM EQUIPE**
- ☐ **GERENCIAMENTO DE CLASSE**
- ☐ **REFLEXÃO**

ATIVIDADE

Para que possamos trabalhar de maneira eficaz, é necessário que combinemos agora como devemos agir ao longo do curso.

NORMAS DE COMPORTAMENTO

ESCUTA ATIVA

É a parte do processo de comunicação algumas vezes ignorada, resultando em conflitos e mal-entendidos. Escutar atentamente (Escuta Ativa) é uma ferramenta fundamental para o êxito na sala de aula.

ESCUTA ATIVA - Constitui-se de habilidades para demonstrar que ouve e entende o que a outra pessoa está falando.

Estratégias:

1. Olhe para a pessoa quando ela estiver falando;
2. Repita com suas palavras um ponto-chave daquilo que a pessoa está falando;
3. Balance a cabeça afirmativamente, quando apropriado;
4. Faça comentários que estejam diretamente relacionados com o que a pessoa esteja falando.

ESCUTA ENFÁTICA – Quem ouve demonstra que entende o que está sendo transmitido.

ATIVIDADE

Existem fatores que auxiliam e fatores que prejudicam a comunicação.

ESCREVA ALGUMAS RAZÕES PARA NÃO
ESCUTAR

ESCREVA ALGUMAS RAZÕES PARA ESCUTAR

**O QUE DIZEM OS ESTUDANTES SOBRE OS PROFESSORES
QUE NÃO OS ESCUTAM**

Contato Visual

- Não me vê
- Olha para fora da janela
- Somente vê ao redor da classe
- Ele está apenas fisicamente no espaço
- Vê outras pessoas
- Vê seus apontamentos
- Me diz para sentar e que faça o trabalho
- Fala enquanto eu falo
- Ele me diz que me cale
- Ele me diz: “Não me irritel!”
- Ele me diz: “Está bem!”
- Não me responde

- Não me pergunta quando levanto a mão

Uso da Voz (Gestos e Proximidade)

- Vira a sua cabeça ou vira de costas para mim
- Continua escrevendo e não me vê
- Faz gestos para que termine
- Sai de perto de onde estou
- Nunca se aproxima da minha carteira

O QUE DIZEM OS ESTUDANTES SOBRE OS PROFESSORES QUE OS ESCUTAM

Contato Visual

- Olha rapidamente suas anotações.
- Ele me olha e diz a todos que façam silêncio.
- Ele me vê e me saúda acenando com a cabeça.
- Fala sobre as mesmas coisas que estou falando.
- Elogia meu trabalho.
- Ele se levanta e diz meu nome.
- Fala com cada aluno.
- Não fala quando eu estou falando.

- Ele me responde sobre o quero saber

Uso da Voz (Gestos e Proximidade)

- Ele me saúda com a cabeça e diz sim, entre dentes.
- Sorri abertamente.
- Deixa de fazer o que está fazendo.
- Senta-se silenciosamente.
- Vem até minha carteira.
- Ele me pede que eu vá até sua sala.

PERGUNTAS

Uma importante ferramenta de ensino é o uso de perguntas. Você pode identificar o conhecimento de seus alunos, ajudá-los a pensar sobre as ideias e técnicas com que trabalham e obter avaliação de seu progresso na turma.

O aprendizado resulta da relação entre o significado pessoal que o aluno tem acerca do assunto e o significado dado pelo professor. O uso efetivo de perguntas é uma ferramenta que permite aos estudantes esclarecerem suas dúvidas, resolverem seus próprios problemas e construir significados profundos.

É através da pergunta efetiva que podemos transformar o ensino de “Instrutor de sucesso” em “Facilitador”, auxiliando na construção do conhecimento do aluno. Não há melhor forma de obter atenção e manter o interesse do que através de uma pergunta bem instigante ou bem estruturada. As perguntas não devem ser usadas como armas: devem ser utilizadas como ferramentas para promover a participação ativa, comprovar o que foi explicado e aumentar o nível de raciocínio.

Fazendo as perguntas corretas e dando o tempo necessário para que pensem as respostas, os alunos podem desenvolver técnicas e alcançar um melhor nível de raciocínio.

Quando usar o tempo de espera:

- antes de chamar o aluno;
- depois de chamar o aluno;
- quando a pergunta é difícil;
- quando se faz uma pergunta para que vários alunos respondam.

Quanto mais complexo for o questionamento, maior tempo de espera é necessário para responder a pergunta. Espere pelo menos de 5 a 10 segundos para permitir ao aluno pensar acerca da questão e poder responder as perguntas.

As perguntas sequenciais podem ser utilizadas para fazer com que os alunos pensem além das perguntas iniciais. Exemplo: Por que é a assertividade o melhor estilo de resposta? Pode me dar um exemplo de quando você foi assertivo ao solucionar uma situação? Por que ser assertivo lhe ajudou nesta situação?

Outro modo de fazer com que o aluno pense através das perguntas é dirigi-las à turma. Isto estimulará os alunos a pensarem e comunicarem-se uns com os outros.

Na próxima atividade, vamos trabalhar explorando os cinco diferentes tipos de perguntas e como transformar perguntas que não sejam adequadas, em exemplos.

CINCO TIPOS DE PERGUNTAS

1. AS PERGUNTAS “SIM” OU “NÃO”

As “perguntas sim ou não”, normalmente, requerem uma resposta simples, de uma palavra como “sim” ou “não”. Este tipo de pergunta limita a participação. Começam, usualmente, com palavras como:

- É
- Pode
- Quanto
- Todos

Por exemplo: Todos entenderam as mudanças que temos discutido?

Em oposição às perguntas “sim ou não”, temos as perguntas abertas. Elas requerem uma resposta de mais de uma palavra e estimulam o pensamento. Normalmente, começam com palavras como:

- O que / Qual
- Como
- Quando
- Por quê

Um exemplo: Que ideias vocês têm para explicar as mudanças do currículo Proerd?

Agora, pratiquemos com as perguntas “sim ou não”. Usemos o conceito de pressão de grupo das lições do Proerd. Uma pergunta “sim ou não” a respeito da pressão de grupo pode ser: “Todos entendem a definição de pressão de grupo?”.

Uma maneira de refazer esta pergunta de modo a torná-la clara e mais efetiva para estimular o pensamento pode ser: “O que significa pressão de grupo para você?”.

ATIVIDADE

Trabalhe com seus companheiros para desenvolver três ou quatro formas diferentes de refazer a pergunta “Todos entenderam a definição de pressão de grupo?”, a fim de promover reflexão e análise.

2. AS PERGUNTAS DE GRANDE ESFORÇO

As “perguntas de grande esforço” contribuem para dispersar o pensamento em lugar de ativá-lo. Quando fazemos várias perguntas ao mesmo tempo, confundimos quem escuta. O cérebro, sem saber a qual responder primeiro, bloqueará.

Por exemplo: O que é um policial PROERD? O que ele faz? Trabalha somente nas escolas? De onde surgiu esta ideia?

Uma forma de refazer essas perguntas para torná-las claras e efetivas é: “Você pode me dizer o que é Proerd e qual é o tipo de trabalho de um Policial Proerd?”

ATIVIDADE

A seguir, apresenta-se mais um exemplo de pergunta que exige grande esforço. Trabalhe com seus companheiros e criem maneiras de refazer esta pergunta para promover a análise e a compreensão.

O que você fez no final de semana? Divertiu-se?
Viu o filme de que estamos falando? Onde almoçou?

3. AS PERGUNTAS COM RESPOSTAS PROGRAMADAS

As “perguntas com respostas programadas” consistem na prática de fazer perguntas com respostas já definidas, respostas corretas.

Em uma lição do Curso Proerd para adolescentes, a personagem tem um dilema pessoal. Esta é a história:

Tati está em casa depois de voltar do colégio e o telefone toca. A vizinha quer que ela cuide de suas crianças na sexta-feira à noite. Como Tati sempre precisa de um trocado, diz que sim. Vinte minutos mais tarde, o telefone toca novamente, mas desta vez é Caio, um carinha muito legal. Após se cumprimentarem, ele pergunta se ela quer sair na sexta-feira à noite e pegar um cineminha.

Uma “pergunta com resposta programada” seria: Por que Tati deve dizer a Caio que não pode sair com ele? Resposta: Porque vai cuidar das crianças da vizinha.

Para tornar essa pergunta mais efetiva, há uma série de perguntas que se pode fazer, promovendo o raciocínio e que ajudariam Tati a resolver o problema:

- a. Qual é o problema?
- b. Que alternativas tem Tati?
- c. Quais são os prós e os contras em cada uma das opções?
 - Ela é responsável? Explicar.
 - Ela respeita a si mesma? Explicar.
 - Ela respeita aos demais? Explicar.
 - Ela vive sua realidade? Explicar.
- d. O que você pensa que ela deveria fazer? Por quê?

O Modelo de Tomada de Decisão Proerd se apresenta em ambos os cursos (5º e 7º anos), na forma de quatro passos (defina, analise, atue e avalie) que se fundamentam nas perguntas apresentadas acima, pelas quais se elimina o uso de perguntas com respostas programadas.

ATIVIDADE

Discuta e analise o dilema de Tati, com seus companheiros, usando as perguntas do Modelo de Tomada de Decisão Proerd, para ajudá-la a resolvê-lo.

4. AS PERGUNTAS DE INTIMIDAÇÃO

As “perguntas de intimidação” são as que podem fazer o aluno sentir-se mal ou constranger-se. Elas podem fazer com que o cérebro recorra a um estado de defesa. O trabalho primordial do cérebro é a sobrevivência, seja física ou psicológica. O cérebro não faz distinção entre elas. Ante a pressão, o cérebro não utiliza os lóbulos frontais, onde ocorre o pensamento crítico.

Cuidado: Como Instrutores do Proerd, as posições autoritárias podem se tornar um potencial para causar danos, quando se utilizam as perguntas de intimidação.

Exemplos:

- a. Muito bem, já temos visto isto com vocês, já temos revisado no quadro, porém, vocês não entenderam?
- b. Esta é a explicação, porém, o que é mais óbvio?
- c. Penso que os problemas são fáceis de resolver, vocês têm alguma dúvida?
- d. Quantas vezes vocês precisam que eu explique como fazer isto?

Uma maneira de refazer a pergunta “a” para que seja clara e efetiva é: Turma, já vimos isto três vezes e parece que não estou conseguindo explicar claramente. Vocês podem me ajudar?

ATIVIDADE

Trabalhe com seus companheiros de equipe para modificar as perguntas restantes.

“b.” -

“c.” -

“d.” -

5. AS PERGUNTAS CONFUSAS

As “perguntas confusas” são aquelas que confundem o aluno. Os alunos não entendem exatamente o que se pergunta. Este tipo de pergunta bloqueia o pensamento e promove erros de interpretação.

Por exemplo:

- a. Quais ideias lhes dá o Modelo de Tomada de Decisão Proerd?
- b. Notaram o que se refere os Combinados Proerd?
- c. O que há de novo no aprendizado ativo?
- d. Alguém quer explicar isto de maneira diferente?

Uma forma de substituir a pergunta “a” para torná-la clara e efetiva é: “Mencionem dois passos do Modelo de Tomada de Decisão Proerd.”

ATIVIDADE

Trabalhe com seus companheiros de equipe para modificar as perguntas restantes.

“b.” -

“c.” -

“d.” -

NAS PERGUNTAS

ESTRATÉGIAS QUE FUNCIONAM	ESTRATÉGIAS QUE SE DEVE EVITAR
Dê-lhes tempo - espere ao menos 3 segundos: conte para si mesmo, se for necessário. As situações em que se deve dar tempo de espera são: ☐ antes de chamar um aluno; ☐ depois de chamar um aluno; ☐ quando o conteúdo é difícil; ☐ quando o instrutor fizer uma pergunta para ser respondida por vários alunos.	Exigir respostas rápidas, sem esperar que os alunos pensem e respondam.
☐ Pergunte: Posso esclarecer alguma dúvida a alguém? ou ☐ Use as ferramentas de participação ativa para comprovar se compreenderam o tema; ou ☐ Peça aos estudantes que estabeleçam ou demonstrem o que aprenderam ou entenderam.	Para terminar a aula ou o assunto, evite perguntar: "Têm alguma pergunta?" ou, "Todos entenderam?"
Faça a pergunta, depois diga o nome do aluno a quem se dirige. Isto ajuda a elevar o nível de atenção de todo o grupo.	Não pergunte na ordem de fileira ou lista de chamada. Já que o aluno sabe a sequência dos nomes, não se envolve na aula: apenas quando tiver certeza de que será sua vez de ser chamado.
Crie o hábito de perguntar a todos os alunos para dar oportunidades iguais e responsabilidade ao responder. Utilize as técnicas para fazer as perguntas.	Não pergunte somente aos alunos que levantam a mão.
As perguntas que comecem com como ou por que, ajudam a participação: "Como poderiam...?" "Por que estes conceitos são importantes?"	Não faça perguntas que comecem com: ☐ São... ? ☐ Pode...? ☐ Se...?

TÉCNICAS PARA FAZER PERGUNTAS

Podemos utilizar algumas técnicas para obter a participação dos alunos e envolvê-los:

- ❑ Caixa com fichas personalizadas; você faz uma pergunta, tira uma ficha com o nome de um aluno e depois recoloca a ficha na caixa;
- ❑ Tenha uma lista dos alunos por lugares na sala e faça uma anotação a cada vez que fizer uma pergunta a um deles;
- ❑ Utilize palitos de picolé coloridos com os nomes dos alunos e coloque-os num frasco (sorteio);
- ❑ Chame nomes de alunos aleatoriamente;
- ❑ Selecione o aluno pela cor das roupas. Exemplo: Respondam os que estão de camisa vermelha;
- ❑ Selecione o aluno pelo mês de aniversário;

Para responder as perguntas, adote:

- ❑ Sinais manuais: polegar para cima ou para baixo (obs.: Esta técnica não deve ser utilizada com alunos adolescentes).

PERGUNTAS DISFARÇADAS

Para ajudar o êxito dos alunos, sempre faça perguntas a todo o grupo, primeiro de forma disfarçada (encoberta). Depois faça a pergunta direta para o grupo todo, para pequenos grupos ou individual.

**OS DIFERENTES NÍVEIS DE PENSAMENTO E AS PERGUNTAS QUE SE PODEM
USAR EM CADA UM DELES**

- **LITERAL/CONHECIMENTO:** Recordando exercícios ou observações, dando definições, identificando aspectos.
Ex: Quais são as quatro fontes de pressão?
 - Tempo de espera: 1 a 2 segundos.
- **COMPREENSÃO/ENTENDIMENTO:** Descrever, fixar as ideias mais importantes, comparar causas e efeitos.
Ex: Por que é mais difícil resistir à pressão pesada que à pressão amigável?
 - Tempo de espera: 2 a 3 segundos.
- **PRÁTICO/APLICAÇÃO:** Aplicando regras e técnicas para resolver problemas que tenham somente uma resposta correta.
Ex: Quando alguém fizer uma pressão amigável sobre você, como poderá resistir?
 - Tempo de espera: 3 segundos.
- **CRÍTICO/ANÁLISE:** Fazendo desenvolver nos alunos a habilidade de “ler nas entrelinhas”. Exemplo: Conclua, resolva problemas, analise, especule, diga uma razão, dê hipóteses e pense criticamente. É um dos níveis mais altos de raciocínio e é por ele que o aprendizado ocorre.
Ex: O que você diria a alguém que não participou do Proerd acerca da influência da pressão dos companheiros para o uso de drogas?
 - Tempo de espera: de 4 a 5 segundos.
- **CRIATIVO/CRIAÇÃO:** Personalizando respostas através de informações e citações; levando o aluno a avaliar e julgar por si mesmo.
Ex: O que você diria a um amigo se ele pedisse que você usasse drogas?
Ex: Faça um anúncio demonstrando a influência que exercem os amigos e as formas de enfrentar essa pressão.
Ex: Escreva uma paródia sobre como resistir à pressão de companheiros. Utilize uma canção que esteja na moda, conhecida da maioria ou faça uma versão *rap*.
 - Tempo de espera: 6 minutos

Nota: Estabeleça estratégias para fazer perguntas aos alunos e procure variá-las.

O INTELLECTO DE TRÊS ANDARES

Há intellectos de um andar, intellectos de dois andares e intellectos de três andares com claraboias. Todos os coletadores de fatos, que não têm metas além dos seus fatos, são pessoas de um só andar. As pessoas de dois andares comparam, racionalizam, generalizam usando o trabalho dos coletadores de fatos e mais o seu próprio. As pessoas de três andares idealizam, imaginam, fazem previsões - a sua melhor iluminação vem de cima, através da claraboia.

Adaptado de Oliver Wendell Holmes

Terceiro Andar — Aplicando as Informações

Aplicar um princípio	Estimar
Avaliar	Especular
Criar	Imaginar (Se / Então)
Projetar	Julgar
Prever	

Produzir algo original após ter quebrado o material em peças componentes
Como os dados apoiam...? Como se pode projetar...?
Fazer um julgamento baseado em critérios pré-estabelecidos
Que julgamentos podem ser feitos a respeito de...?

Segundo Andar — Processando as Informações

Analisar	Explicar (Por que)
Classificar	Inferir
Comparar	Selecionar
Contrastar	Solucionar
Distinguir	Racionalizar

Selecionar um conceito para solucionar um problema
Quebrar os materiais em partes e explicar as relações
Como... se aplica?
Que distinções podem ser feitas a respeito de... e...?

Primeiro Andar — Coletar as Informações

Descrever	Relembrar
Identificar	Falar a respeito
Listar	Selecionar
Localizar	Contar

Lembrar-se de fatos, termos definições, etc.
Entender o material
Quem...o que... quando... é...?

EXEMPLOS DE PERGUNTAS EFETIVAS

- Pode me dar um exemplo disto?
- Deixa ver se entendi. Queres dizer que... ?
- O que quer dizer com... ?
- Poderia explicar-me isto um pouco mais?
- Diga-me por que diz isso.
- Pode me falar mais sobre isto?
- Por que pensa que isto é verdade?
- Alguém poderia me dar um exemplo disto, por favor?
- Alguém vê isto de outra maneira?
- Quais são suas razões para dizer isto?
- Poderia nos explicar suas razões?
- O que lhe levou a pensar isto?
- Por que esta é uma razão importante?
- Poderia estabelecer isto de outra maneira?
- Poderia este ser um exemplo? Por quê?

RESPONDENDO PERGUNTAS

- Não subestime as respostas dos alunos com respostas de alto nível.
- Corrija respostas incorretas respeitando a dignidade do aluno.
- Elogie o esforço, reforce as perguntas, dê mais informações.
- Minimize o potencial de vergonha devido a respostas incorretas:
 - Vejo seu ponto de vista, alguém tem outra ideia?
 - Creio que não fiz a pergunta ser bem entendida. Permita-me perguntar novamente.
- Sempre reforce as respostas positivamente:
 - Sim, muito bem!
 - Que boa observação!
- Evite responder suas próprias perguntas.
 - Isto condiciona os alunos a não escutá-lo ou a não escutar uns aos outros.
- Não imite, nem repita as respostas dos alunos.
 - Peça ao aluno que repita a resposta se for necessário.
- Reconheça o esforço do aluno sem enfatizar o erro da resposta dada.
 - Se a resposta é parcialmente correta, reforce o que está bem, depois faça a pergunta outra vez ou dirija-a a outro aluno. Exemplo: Este é um bom ponto. Alguém tem alguma alternativa?
- Procure não gesticular ou desaprovar franzindo a testa ante respostas incorretas.

OPORTUNIDADE MÍNIMA DE RESPOSTA (OMR)

Diga aos alunos que cada um deverá ter um mínimo de participação no grupo para demonstrar o que ele sabe e que eles mesmos decidam quantas vezes por dia ou semana seria bom que eles participassem. É responsabilidade dos alunos não ficarem sem participar. Lembre que a quantidade decidida será a mínima, porém, que devem participar mais vezes que a estabelecida como a mínima.

EXPRESSÕES DE FACILITAÇÃO

Para gerar reflexões conscientes e informações significativas a respeito de novas experiências de aprendizagem:

- O que mais você observou/vivenciou?
- Você pode ser mais específico?
- Você pode dizer isto de outra forma?
- Você poderia fornecer mais detalhes a respeito de _____?
- Você poderia esclarecer este ponto?
- Você poderia me dar um exemplo disto?
- Como você sabe?

Para ajudar os alunos a extraírem o significado dos dados, identificando vínculos, padrões ou tendências significativas:

- Você identifica um padrão aqui?
- O que foi significativo a respeito disto?
- Que conexões/vínculos você vê?
- O que _____ lhe sugere?

Para ajudar os alunos a generalizarem as informações transferindo-as para outras experiências:

- O que podemos inferir/concluir a partir disto?
- Isto lhe faz lembrar-se de algo?
- Que princípio você vê atuando aqui?
- O que isto lhe ajuda a explicar?
- Como isto se identifica com outras experiências ou coisas que você já conhecia?

Para ajudar os alunos a aplicarem o novo aprendizado a situações reais:

- Como você pode usar estas informações?
- O que estas informações nos dizem a respeito de nossas vidas?
- Quais as consequências de se fazer ou não isto?
- Como você pode adaptar estas informações para fazê-las se aplicarem a você?
- Quais alternativas existem?

Resolução de problemas:

- A melhor maneira de se pensar a respeito disto...
- Eu entendo, mas...
- Estou preocupado com...
- Meu problema é...
- Estou meio perdido com...
- Uma pergunta que tenho é...
- Outra forma de se dizer isto é...
- Eu aprendi...
- Eu descobri...

TRABALHO EM EQUIPE

O trabalho em equipe dá aos alunos oportunidades para participar em uma grande variedade de experiências. Eles terão mais oportunidades de falar, tomar iniciativas, escolher e, geralmente, desenvolver bons hábitos de estudo.

NOTA: Pergunte ao professor(a) como ele(a) forma geralmente os grupos em sua sala.

1. TAMANHO DA EQUIPE

Trabalhar em duplas é uma forma mais problemática. Se um deles não mantém a atenção exigida pelo tema ou apresentação, facilmente, poderá distrair o outro. Decida o tamanho da equipe baseando-se no objetivo a ser alcançado. Quanto menos alunos tiver a equipe, maior oportunidade de participação terão seus membros.

2. MODOS DE AGRUPAR

- Por filas
- Por cores em crachás ou em folhas distribuídas
- Por temas
- Por sorteio
- Por mês ou dia de aniversário
- Por lugares onde sentam
- Por objetos que usem ou possuam na sala (pregadores de plástico coloridos, clips coloridos, canetas etc.)

3. PROBLEMAS COM A FORMAÇÃO ESPONTÂNEA DAS EQUIPES

Problema nº1: Todos escolhem sempre os mesmos colegas para formar a equipe.

Solução: Explique-lhes que você quer que todos se conheçam e sejam amigos.

Problema nº2: Ninguém quer sentar-se com um dos alunos da turma.

Solução: Você deve intervir algumas vezes para que o menino ou menina se integre a alguma equipe. Fale aos alunos que todos devem ser incluídos porque não queremos fazer ninguém sentir-se desprezado.

Problema nº3: Alguns alunos conversam e não terminam o trabalho.

Solução: Não se queixe ou se aborreça. Ao contrário disto, diga aos alunos: “Agradeceria se vocês se concentrassem no seu trabalho.”

Problema nº4: Os alunos mais lentos se sentam juntos e não são capazes de fazer o trabalho.

Solução: Estimule-os a serem mais rápidos. Sugira que as equipes, quando se formarem, tenham integrantes com diferentes habilidades (mais rápidos, escritores, desenhistas, organizadores etc.).

4. ETAPAS PARA A DINÂMICA DO TRABALHO EM EQUIPE

Etapa um: Motive o aluno para que trabalhe **só**. Algumas formas através das quais se pode levar o aluno a fazer isto, são:

- a) pedir-lhe que responda uma pergunta oralmente;
- b) estimulando-o a levantar a mão para dar uma resposta;
- c) solicitando que escreva a resposta.

Etapa dois: Trabalho em **duplas**.

Etapa três: Trabalho em **equipes** de 4 a 6 alunos.

Responder uma pergunta em pequenos grupos.

Etapa quatro: Reporte-se a **toda a turma**.

5. HABILIDADES PARA O PROCESSO DE FACILITAÇÃO DE EQUIPES

- 1. Observar o comportamento não verbal
 - a. Observe a linguagem corporal dos membros da equipe e use as mensagens para modificar suas técnicas.
- 2. Escutar
 - a. Concentre a atenção na pessoa que está falando.
 - b. Escute e busque indicações de sentimentos para oferecer feedback.
 - c. Indique apoio através de suas atitudes não verbais.
 - d. Responda as emoções de maneira empática.

3. Parafrasear
 - a. Uma reafirmação breve e direta daquilo que foi dito, concentrando-se no ponto essencial.
 - b. Usada para verificar o entendimento, manter a aula sob controle e extrair comentários.
 - c. Não inclui o ponto de vista do facilitador.
 - d. Use o nome da pessoa ou a palavra “você”.
4. Resumir
 - a. Recapitular mensagens longas de conteúdo e de sentimentos.
 - b. Ajuda a controlar a atividade e a mantê-la “nos trilhos” como:
 - esclarecer sentimentos ou pensamentos da equipe;
 - fornecer transições durante discussões prolongadas;
 - concluir uma atividade.
5. Analisar comportamentos
 - a. As pessoas tendem a cumprir papéis relacionados as suas características pessoais.
 - b. Observar a dinâmica da equipe e intervir sempre que necessário.
6. Questionar
 - a. Saber como extrair informações e estimular o pensamento crítico.
 - b. Técnicas de questionamento:
 - Jogado no ar – uma pergunta formulada a toda a equipe. É repetida para esclarecimento e para elucidar mais respostas.
 - Direto – uma pergunta formulada a um membro específico da equipe, usando o seu nome.
 - Repetido – uma pergunta gerada na equipe e repetida ao grupo como um todo.
 - Retornado – uma pergunta formulada por um membro da equipe que é encaminhada de volta àquela pessoa.
7. Concentrar a atenção da equipe
 - a. Reunir informações e pensamentos diversos de forma que a equipe se atenha a uma única questão ou tarefa.

8. Direcionar pensamentos ou sentimentos da equipe
 - a. Ajuda a equipe a entender uma tarefa.
 - b. Quatro passos:
 1. Explica o propósito e resultados desejados de uma atividade.
 2. Descreve procedimentos a serem seguidos.
 3. Verifica o entendimento da equipe.
 4. Intervém para esclarecer e orientar a equipe.

9. Conduzir uma discussão em equipe
 - a. Orientar ideias, pensamentos e perguntas que são desenvolvidos pelos aprendizes a partir de suas próprias experiências de modo a facilitar o entendimento de todos.
 - b. Três tipos de discussão:
 - Discussão direcionada ou em equipe baseada nas informações apresentadas por um instrutor.
 - Discussão geral ou de improviso
 - Discussões em painel

GERENCIAMENTO DE CLASSE

ESTIMULANDO A PARTICIPAÇÃO DO ALUNO NAS DISCUSSÕES

(Bárbara Gross Davis - Universidade da Califórnia, Berkeley, USA)

O entusiasmo e a boa vontade dos alunos para participarem aumenta a qualidade das discussões na turma criando oportunidade para aprender. O objetivo de estimular a participação é comprometer todos os alunos, mantendo-os falando uns com os outros acerca do tema e ajudá-los a desenvolverem conceitos para um bom aprendizado. Roby (1988) nos adverte para não cair na “quase discussão” – encontros nos quais os alunos falam, porém, não desenvolvem ou criticam suas próprias ideias e deixam de refletir sobre o processo e os resultados do que aprenderam na aula. Duas formas comuns de “quase discussão” podem ser: as avaliações (nos quais o professor tem a resposta correta) e as práticas informais (caracterizadas por clichês, estereótipos, generalizações, falta de caráter científico em opiniões prejudiciais etc.).

As seguintes sugestões de estratégias de ensino se propõem a ajudar a criar um ambiente na turma em que todos os alunos se sintam confortáveis, seguros, que desejem assumir suas opiniões e compartilhar ideias.

ESTRATÉGIAS GERAIS DE ENSINO

1. *Estimule os estudantes a aprenderem os nomes e conhecerem os interesses de seus colegas.*

Os alunos que irão participar da turma devem sentir-se entre amigos. Assim que iniciarem as aulas, peça que se apresentem e descrevam seus principais interesses ou suas experiências anteriores no assunto. (TIBERIUS, 1990) Isso ajudará você na elaboração das perguntas para obter boas discussões que incluam os interesses dos alunos.

2. *Procure conhecer o máximo de alunos de acordo com o tamanho da turma.*

Nas turmas de 30 alunos ou menos, aprende-se com mais facilidade seus nomes. Se você tiver oportunidade, passe fora do seu horário de aula, nas salas em que vai atuar durante as primeiras semanas de aula. Isso pode lhe ajudar a conhecer melhor os alunos e identificar o que lhes interessa. A participação da turma aumenta quando os alunos têm a oportunidade de conversar com o Instrutor de maneira informal.

3. *Arrume a posição das carteiras para facilitar a participação.*

Se sua sala de aula tem espaço, peça aos alunos que formem círculos de modo que se vejam uns aos outros. Em uma mesa retangular, durante as aulas, sente-se entre eles, mas não na cabeceira. Se puder, peça aos alunos que escrevam seus nomes numa tarjeta ou crachá e os deixem visíveis. As pesquisas feitas por Beard e Hartley (1984) mostram que as pessoas apresentam uma maior tendência a falar mais com as pessoas que se sentam em frente a elas que com as que estão ao lado, que as pessoas que estão no meio das outras podem ser um líder entre eles e que, normalmente, os líderes procuram sentar-se em áreas menos concorridas nas salas de aula.

4. *Dê à turma tempo para estimular a discussão.*

É importante chegar 3 minutos antes da aula para favorecer a conversa informal com os alunos. Comece a aula com uma conversa sobre temas comuns: atividades da escola, encontros desportivos, assuntos administrativos. (BILLSON, 1986; WELTY, 1989).

5. *Limite seus comentários.*

Alguns Instrutores falam muito e levam às vezes as discussões como uma espécie de diálogo entre eles e os alunos. Brown e Atkins (1988) se referem a uma série de pesquisas científicas que constataram que a maioria das discussões em sala de aula é monopolizada pelo professor. Em um estudo o professor falou 86% do tempo total. **Evite a tentação de falar depois da participação de cada aluno. Ao contrário, permita que os estudantes desenvolvam o tema e respondam as dúvidas uns dos outros.**

ESTRATÉGIAS PARA AUMENTAR A PARTICIPAÇÃO DOS ALUNOS

1. *Assegure-se de que cada estudante tenha uma oportunidade para falar na aula durante os primeiros encontros.*

Quando o aluno não participa da aula desde o início, será cada vez mais difícil fazê-lo. Promova pequenos grupos ou trabalho em duplas a fim de que todos os alunos possam participar e encontrar-se em circunstâncias que não lhes exijam tanto esforço.

2. *Planeje uma atividade para quebrar o gelo no início do programa.*

Por exemplo: Assistir ao filme “Na terra das decisões e escolhas”, do curso Proerd de 4ª série do currículo passado. Promova apresentação dos alunos em duplas para a classe e outras dinâmicas de apresentação.

3. *Peça aos alunos que identifiquem as características de uma discussão produtiva.*

Peça aos estudantes que, de maneira individual ou em pequenos grupos, lembrem discussões que já ocorreram em aulas passadas e que enumerem as características

de uma discussão improdutiva. Escreva-as no quadro, sublinhando as mencionadas mais de uma vez. Com toda a turma, revise como podem ser otimizados os aspectos que levam a uma boa discussão e evitados os aspectos que fazem uma discussão ser improdutiva ou má.

4. *Periodicamente trabalhe em pequenos grupos.*

Isso facilita aos alunos falarem ou participarem, mais do que em atividade com toda a turma. Divida os alunos em pequenos grupos, faça uma pergunta para que discutam por 5 a 10 minutos, depois os faça retornarem aos seus lugares na sala. Escolha temas que estejam sendo enfocados e sejam problemáticos. Peça que cada grupo faça um relatório e o exponha para toda a turma. Anote os resultados no quadro. Uma vez que tenham participado nos pequenos grupos, estarão mais dispostos a falar frente a toda a turma.

5. *Designe tarefas aos estudantes em um debate.*

Peça a dois ou três alunos que dirijam o debate algumas vezes, durante o programa. Reúna-se com eles, antecipadamente, para revisar o tema ou as perguntas propostas. Os alunos encarregados de dirigir a discussão deverão distribuir de 3 a 6 perguntas para discutir com a turma, uma semana antes do debate. Durante a aula os encarregados deverão ter a responsabilidade de *gerenciar* e facilitar o debate. Indique um dos alunos por sessão para ser o *observador* e fazer comentários sobre como vai o processo. Os outros podem participar fazendo *resumos* periódicos (deverão ressaltar os pontos mais importantes da discussão – duas ou três vezes durante o processo). Alguém pode *gravar* (para servir de memória do grupo). Alguém *gerenciará o tempo* (para manter o horário da aula) e um *relatará* o resultado da discussão (HYMAN, 1980).

6. *Use fichas ou cartões com comentários para facilitar o debate.*

Um aluno encarregado distribuirá 3 fichas ou cartões por aluno. Cada vez que o aluno participa, entrega uma das fichas ou cartão ao moderador. Todos deverão usar todas as suas fichas durante o debate. O Instrutor irá notar que esta estratégia limitará a participação do aluno que domina o tema e ajudará aos menos participativos a atuarem. O professor da sala distribui cartões cada vez que o aluno participa com uma boa resposta e faz um comentário positivo. Os alunos entregam as fichas no final do semestre e o(a) professor(a) poderá dar pontos extras pela participação, segundo o número de cartões devolvidos (SADKER; SADKER, 1992).

7. *Utilize o correio eletrônico para começar um debate.*

Pode-se enviar por meio de correio eletrônico uma pergunta, a qual deverá ser respondida e comentada pelos alunos. O Instrutor poderá usar as respostas distribuindo cópias com as participações recebidas, para iniciar a discussão na turma.

8. *Favoreça a interação.*

Dizer que você está interessado no que os alunos pensam e que valoriza suas opiniões, não é suficiente. Faça outros comentários positivos sobre a participação dos

alunos e reforce os pontos positivos parafraseando-os e resumindo-os. Se um dos alunos faz uma boa observação e esta é ignorada pela turma diga: “Obrigado, João, Maria quis observar isto antes, porém não nos demos conta, quem sabe agora entendemos. Obrigado, Maria, por tua paciência.” (TIBERIUS,1990). Clarke (1988) sugeriu citar perguntas ou participações importantes nominando as pessoas que as fez: o argumento de Ana, a hipótese de Artur etc. Tiberius (1990) nos previne para não usarmos tanto esta estratégia já que a turma pode cansar de ouvir que fulano ou beltrano disse algo.

9. *Incluam nas aulas os comentários externos dos alunos.*

Converse com os estudantes fora da sala de aula, no pátio, por exemplo. Se fizerem um bom comentário, pergunte-lhes se querem compartilhá-lo com a turma. Se aceitarem, diga, por exemplo, na turma: “Ana, você estava dizendo algo acerca desta aula de hoje, pela manhã, quando conversávamos no pátio. Poderia repetir para o restante da turma?”.

10. *Use reforços não verbais para estimular a participação.*

Por exemplo, sorria em sinal afirmativo, incline um pouco a cabeça quando os alunos falam, mantenha contato visual com eles. Veja-os de maneira tranquila e demonstre interesse.

11. *Inclua todos os estudantes na discussão.*

Você pode obter maior participação dos alunos, perguntando-lhes se estão de acordo com o que se acaba de dizer ou se alguém pode dar outro exemplo para confirmar ou contradizer algo. O que vocês acham a respeito? Qual a opinião de vocês sobre o que estamos falando? Alguém que não tenha feito seu comentário, quer opinar sobre isto? Além disso, se você se afasta em lugar de juntar-se ao grupo, o aluno participante deverá falar em um tom mais forte contribuindo para que os demais participem da aula e, tendo algo para falar, os alunos se envolvam.

12. *Dê aos estudantes menos participativos estímulos especiais.*

Os estudantes tranquilos não são, necessariamente, os menos participativos. Assim, evite esforços excessivos para fazê-los participar. Alguns deles estão esperando oportunidades menos estressantes para falar. Para ajudá-los, sugerimos estas estratégias:

- forme pequenos grupos (2 a 4 alunos);
- faça sorteios de perguntas que não impliquem respostas detalhadas (MACKEACHIE, 1986);
- designe uma tarefa menor a um estudante mais tímido, como a pesquisa de uma informação simples;
- recompense os que participam menos com um sorriso quando responderem;
- reforce a autoestima de seus alunos, escrevendo seus comentários no quadro;

- pare ou sente-se perto de alguém que não tenha participado; sua aproximação pode estimulá-lo a participar.

13. *Desestimule os estudantes que monopolizam a discussão.*

No Relatório “Os que falam muito” (1988), os pesquisadores Karpis e Yoles constataram que em salas de aula com menos de 40 alunos, 4 ou 5 tiveram 75% de participação na aula. Em turmas com mais de 40 alunos, 2 ou 3 tiveram 51% de participação. Estas são algumas sugestões para gerenciar alunos dominadores:

- forme duplas e designe-lhes temas;
- peça a todos que respondam uma pergunta por escrito e depois peça a um que leia sua resposta;
- se apenas um aluno participativo levantar a mão, insista dizendo à turma que devem participar: “Eu gostaria de ouvir, também, a opinião dos demais.”;
- evite o contato visual com o aluno que fala muito;
- se algum aluno controla o debate, pergunte aos demais se estão ou não de acordo com ele;
- faça-os observar que a discussão tem ido só para um lado e peça ao aluno monopolizador que ajude deixando de participar: “Mário, como temos que passar para outro assunto, por favor, podes resumir tuas observações e depois vamos ouvir o que os demais pensam a respeito?”;
- indique uma tarefa ao aluno dominante que limite sua participação;
- informe aos alunos que o tempo está limitado. Diga: “João, creio que nosso tempo está se esgotando. Vamos dar 30 segundos para os comentários da turma a partir desse momento.”;
- se o(a) monopolizador(a) é um problema, fale com ele(a) depois da aula. Diga que valoriza sua participação, porém deseja que outros estudantes participem. Se seus comentários são bons, diga; porém faça-o(a) perceber que a aprendizagem é um processo de interação, e que todos nos beneficiamos ao ouvir as opiniões e os pontos de vista dos demais.

TIPOS DE PROCEDIMENTOS

Procedimentos para o gerenciamento da turma:

- usar sinais previamente combinados, como levantar a mão;
- gerenciar o tempo;
- utilizar fichas de trabalho/não trabalho;
- mudar o tom de voz.

Procedimentos para o gerenciamento de materiais:

- controle por fichas;
- material codificado por cores;
- prateleiras para guardar os livros do estudante.

Procedimentos para o gerenciamento de perguntas:

- caixinha Proerd;
- perguntas e respostas ao final de uma lição;
- fichas para registrar qualquer pergunta que surja durante a aula;
- concessão de tempo para perguntas durante a lição.

Procedimentos para dar as aulas:

- escreva o que vai falar resumidamente em fichas.
- seja claro(a) e específico(a) com poucas palavras.
- prepare-se muito bem, lendo todo o material da aula.

NORMAS DE COMPORTAMENTO

Uma das melhores ferramentas para o gerenciamento do comportamento dos estudantes é a definição clara das regras criadas em conjunto. As Normas de Comportamento são as maneiras de comportar-se dos estudantes e do Instrutor que levam à integração na sala de aula.

Critérios para Normas de Comportamento:

Surgimento – As normas são mais efetivas quando são criadas em conjunto pelo grupo.

Comunicação – As normas devem ser claramente justificadas e explicadas para que todos se comprometam em cumpri-las, antes mesmo de serem aplicadas.

Seja positivo – Formule as normas de maneira assertiva, por exemplo: ao contrário de dizer “Não cheguem tarde” diga: “Cheguem sempre no horário”.

Consequências adequadas e previsíveis – Os alunos devem conhecer as consequências do não cumprimento das normas e o Instrutor as reforça de maneira constante.

Rendimento – O Instrutor deve deixar claro que as expectativas sobre os alunos, tanto acadêmicas como de conduta, devem ser de alto nível.

Participantes – Todos devem participar da construção e também no cumprimento das normas, isto é, o Instrutor deve usar sempre “nós” ao contrário de “eu” ou “você”.

Quantidade – As normas devem ser poucas; ideal: de 3 a 5.

Um exemplo de normas de comportamento são os **Combinados Proerd**:

- Levante a mão e aguarde ser chamado para que só uma pessoa fale de cada vez;
- Seja positivo e respeitoso;
- Observe e use o sinal de silêncio;
- Use a expressão “alguém que conheço” em vez do nome da pessoa quando contar uma história;
- Responda somente às perguntas que não lhe deixem acanhado.

ATIVIDADE

Compare os Combinados Proerd com os critérios anteriores.

ROTINAS E PROCEDIMENTOS

O que você faz ou diz quando entra numa sala de aula é muito importante. Isto representa um precedente. O que significa isto?

Algumas vezes o problema da turma não é disciplinar, mas sim a falta de definição de procedimentos e rotinas através da combinação de como proceder, como os Combinados Proerd.

Nota: Certifique-se com o(a) professor(a) sobre os procedimentos e rotinas que já foram definidas e são aplicadas em sua turma.

A maioria dos problemas de conduta na turma é causada porque:

- os alunos não conhecem claramente as regras e por que elas existem (justificativa);
- os alunos não participaram da elaboração das regras – já estavam prontas – e, por isso, não se sentem fazendo parte delas, não se comprometem efetivamente com o seu cumprimento;
- o professor não corrige comportamentos de acordo com o que acontece na sala de aula, para cobrar o cumprimento das regras.

GERENCIANDO A INDISCIPLINA

Na aprendizagem, um dos comportamentos mais desafiantes para gerenciar, é a indisciplina.

Nível I de intervenção

- Analise o comportamento.
- Pergunte-se: importa?
- Faça intervenções sem chamar atenção para a indisciplina.
Ex: “Posso ajudar de alguma maneira?”, “Quer compartilhar com o grande grupo?”.
- Pare próximo (junto).
- Fique em silêncio.
- Fale baixinho.
- Mude os alunos de lugar.

Nível II de intervenção

- Ignore-o(a).
- Minimize a importância.
- Mantenha a movimentação ativa.
- Reafirme as regras combinadas (Normas de Comportamento).

Nível III de intervenção

- Peça ajuda ao(à) professor(a).

NOSSO CÉREBRO

AUTORES: Anne Westwattee e Pat Wolfe*

TÍTULO: The Brain-Compatible Curriculum

FONTE: Educational Leadership 58 nº 349-52N2000

P: Qual a principal função do cérebro?

R: A mais importante de todas: garantir a sobrevivência tanto individual como coletiva.

O nosso cérebro está:

1. programado para estar atento, recordar estímulos que nos mantêm vivos e funcionando;
2. preparado para explorar constantemente o que nos cerca;
3. preparado para encontrar sentido para o que experimentamos;
4. classificando constantemente se a informação que recebe é importante para sobreviver física ou psicologicamente.

P: Como o cérebro aprenderá melhor?

R: Dando significado a tudo o que aprendemos.

Se nossa meta é dar aos alunos informações cheias de significados, primeiro temos que defini-las em termos das funções cerebrais. Isto começa com a definição do canal de entrada da informação: **olhos, ouvidos, tato, olfato, paladar.**

O cérebro tem um processo de filtragem para determinar que tipo de informação seja relevante e requer atenção da consciência. Como decidir o que guardar e o que desprezar? Um fator determinante é se a informação que chega tem um padrão desconhecido ou conhecido. O cérebro investiga através de redes de neurônios, previamente estabelecidas, para encontrar um lugar onde colocar a nova informação.

P: O que podem fazer os Instrutores para aumentar a compreensão e a retenção das informações?

R: Unir a informação à experiência dos alunos, dando-lhe um significado.

Os Instrutores podem aumentar consideravelmente as probabilidades de que a informação tenha significado para os alunos, unindo-a a informação que já está armazenada no cérebro.

Isso implica duas coisas:

1. Os alunos podem ver que já tinham alguns conhecimentos sobre os novos temas e ficarão menos apreensivos.
2. A personalização do novo tema dá significado e relevância à informação, o que a torna mais interessante.

Vejamos a seguir o exemplo ao qual todos podemos dar significado. (Dinheiro)

Dinheiro

Um problema comum é que o cérebro tem dificuldade para captar grandes quantidades. Imaginemos cem milhões de reais. Realmente compreendemos quanto dinheiro é isso? Quanto é um milhão, um bilhão, um trilhão? Para muitos de nós, estas quantias são muito grandes para envolver nosso cérebro nelas, porque não fazem parte da nossa experiência. Porém, as imagens ajudam. Por exemplo: um pacote de um metro de altura de notas de cem reais (bem compactadas) equivale a um milhão de reais. Outro exemplo seria comparar grandes valores com uma quantidade X de carros, que é muito utilizado pela imprensa na divulgação de prêmios da loteria.

Analogias, metáforas e similaridades são excelentes formas para ajudar o cérebro a unir informação nova com as que já temos armazenadas.

P: O que fazer se os estudantes não têm nenhuma experiência sobre uma informação que precisa ser dada a eles?

R: Construa as experiências!

Na teoria, os professores relacionariam toda a nova informação com as experiências anteriores dos alunos. Porém, na prática isto nem sempre é possível. Entender que nós criamos novos sistemas neuronais através de novas experiências nos dá uma segunda oportunidade de fazer o material significativo. Se não podemos relacionar informações com experiências da vida real, podemos usar simulações, problemas fictícios, como estratégias de ensino. Quando for possível, devemos estimular os alunos a resolverem problemas reais de sua escola ou comunidade, porque nossas redes neuronais fortes estão formadas por experiências atuais.

Professores criativos apontam numerosos exemplos para usar os recursos da comunidade para dar significado ao que ensinam. Vejamos estes exemplos.

Exemplo 1:

Estudantes da Escola Secundária, numa turma de Educação Especial, que vinham estudando sobre a Grande Depressão, entrevistaram pessoas excluídas em uma área de *trailers*, sobre suas experiências nessa época. No ciclo escolar, durante um debate acerca de viver dos impostos, os alunos decidiram entrevistá-los novamente. Os professores encontraram benefícios inesperados: criou-se um laço entre os jovens e os excluídos, e vários deles se ofereceram como voluntários para se apresentarem em sala de aula.

REALMENTE SIGNIFICOU MUITO O QUE O PROFESSOR OBTEVE.

Exemplo 2:

Um professor da 5ª série em Napa, Califórnia, esperando ajudar seus alunos a compreenderem o papel da opinião pública numa eleição presidencial, propôs a eles que efetuassem uma eleição num Centro Comercial da cidade. Eles tabularam os dados e discutiram suas experiências.

ISTO LHE DEU ALGO PARA RECORDAR.

*Ann Westwater, professora da Escola Secundária, é assessora educacional e crítica de livros de texto de ciências. Pode-se localizá-la em awest@mcn.org Pat Wolf é assessora educacional. Seu novo livro sobre Cérebro e Educação foi publicado por ASDC. Ela pode ser localizada no Wolfe@napanet.net Esta atividade foi criada originalmente por Zero Population Growth, 1400 Calle 16, NW, WashingtonDC 20004, sob o título de "Food for Thought".

QUAL É O PAPEL DO MOVIMENTO NA APRENDIZAGEM?

AUTOR: Eric Jensen*

TÍTULO: Moving with their Brain in Mind

FONTE: Educational Leadership 58 nº 334 - 37N2000

Por que os alunos devem se levantar e mover-se na sala de aula? Não somente para reduzir a monotonia, mas sim para algo mais importante, para favorecer o aprendizado. Muitas pesquisas sugerem que movimentar-se é bom para os alunos. Eis quatro boas razões:

1. Aumento da circulação

O movimento aumenta as batidas do coração e a circulação fazendo chegar mais sangue ao cérebro, oxigenando-o, assim como às áreas do corpo, facilitando o aprendizado.

2. Descanso para a aprendizagem

Nosso cérebro está preparado para aprender com pequenos *flashes* ou impulsos de informação, seguidos por um tempo para processar a informação.

3. Estímulo químico

O movimento pode estimular a liberação dos estimulantes naturais do corpo como adrenalina e endorfina. Os estimulantes podem “despertar” os alunos, aumentar seus níveis de energia, melhorar o sistema de armazenamento e recuperação de informação e ajudá-los a sentirem-se bem.

4. Muito tempo sentados

Embora possamos aprender enquanto estamos sentados, durante os 400.000 anos passados, o corpo humano, primordialmente, tem caminhado, dormido, aprendido, corrido ou se sentado de cócoras (não em cadeiras). A falta de movimento causa inabilidade para concentrar-se.

*Eric Jensen é um capacitador de pessoal e autor do livro “Teaching with the Brain Mind (ASCD, 1998), Learning with Body In Mind (The Brain Store, 20 00) y Arts With the Brain In Mind (ASCD, Mayo 2001). Seu correio eletrônico é eric@jlcbrain.com

**FAÇA DE SEUS ALUNOS PARTICIPANTES E EMPREENDEDORES
ATRAVÉS DO MOVIMENTO**

Você quer ensinar de uma forma mais duradoura, isto é, que contribua para que seus alunos se recordem melhor? Quer ensinar de forma mais divertida, de acordo com a idade e com mais participação dos alunos? Faça-os se moverem. O aprendizado ativo não é somente para o professor de Educação Física, mas sim para todos os professores que entendem que a ciência está atrás da aprendizagem.

Apresentamos algumas ideias de como obter que seus alunos se movam e participem:

1. Se for possível, utilize cadeiras reclináveis, pois estas diminuem a fadiga, melhoram a concentração, diminuem o cansaço das vistas e as dores na coluna.
2. Como o exercício é o melhor regulador do humor, permita que deem caminhadas rápidas.
3. Permita que o aluno se movimente para explicar conceitos como: grande ou pequeno, alto ou baixo, rápido ou lento; que se divirtam fazendo isso.
4. Permita que aplaudam ou cantem.
5. As demonstrações os motivam muito.
6. Permita que atuem para repassar o tema principal ou dramatizar os pontos mais importantes.
7. Sugira que façam comerciais de um minuto.
8. Motive-os que façam jogos.
9. Faça atividades com braços e pernas cruzados.
10. Se não puderem fazer algo mais, que se levanten e se estiquem a cada 20 minutos para que recarreguem as energias.

SUGESTÕES DE MOVIMENTOS:

GESTOS ESPECIAIS
MUDAR DE LUGAR
ASSOVIAR
CONTAR UMA HISTÓRIA
JOGOS
CANTAR UMA MÚSICA
FAZER TEATRO OU MÍMICA
LEVANTAR A MÃO
SAIR DA SALA

ESTICAREM-SE
CONTAR UMA PIADA
APONTAR PARA ALGO
INVENTAR SAUDAÇÕES
TRABALHAR A RESPIRAÇÃO
TROCAR DE LUGAR
SUSTENTAR UM OBJETO
MUDAR O TOM DE VOZ
MOVER-SE ENTRE AS CADEIRAS

ATIVIDADE

Faça uma lista com seus colegas de todas as formas em que o movimento tenha sido utilizado neste treinamento.

REFLEXÃO

Refletir é o processo de dar significado às informações antes, durante e depois da lição. É um processo consciente e intencional que dá um tempo ao cérebro para dar-lhe significado.

Uma aula pode ser assim dividida:

1/3 APRESENTAÇÃO

1/3 APLICAÇÃO

1/3 REFLEXÃO

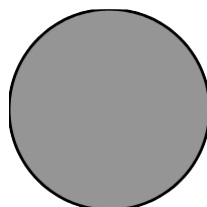
ATIVIDADE DE RESUMO DA AULA

DANDO FORMA A UMA REFLEXÃO

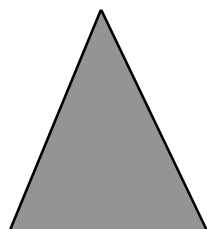
Algo que aprendi que se enquadra com meu pensamento.



Uma pergunta CIRCULA em minha mente.



Três pontos que quero recordar.



ATIVIDADE DE RESUMO DA AULA

Liste coisas que você aprendeu durante a aula que comecem com a letra determinada.

REFLEXÃO DE “A” a “Z”

A

N

B

O

C

P

D

Q

E

R

F

S

G

T

H

U

I

V

J

X

K

Y

L

Z

M

PRINCÍPIOS DE ENSINO

- Divida as informações em partes (“pedaços”).
- Forneça tempo e atividades que unam os “pedaços”.
- Forneça oportunidades para aplicar/praticar as novas habilidades.
- Permita que os participantes “descubram” novas informações.
- Torne as coisas significativas em relação ao que eles já sabem.
- Revise continuamente as informações e forme vínculos.
- Use o conhecimento que os participantes trazem. Novos aprendizados são determinados pelo conhecimento prévio do aprendiz.
- Estabeleça um ambiente de aprendizagem positivo.
- Apresente as informações em vários formatos para acomodar os diferentes estilos de aprendizagem. Use recursos visuais.
- A aprendizagem ocorre através da *interação social*.
- A aprendizagem está intimamente vinculada a situações específicas.
- A aprendizagem bem-sucedida envolve o uso de várias estratégias.
- Evite palestras longas e períodos longos com os participantes sentados.

CARACTERÍSTICAS DE APRENDIZES ADULTOS

- A experiência do aprendiz adulto é uma fonte rica de aprendizado.
- Os adultos são pessoas que têm corpos relativamente grandes sujeitos ao stress dos estímulos gravitacionais.
- Os adultos são pessoas com coisas muito tangíveis a perder, por isso são mais avessos a correr riscos.
- Os adultos trazem consigo valores, atitudes e experiências para cada situação.
- Os adultos são pessoas que têm ideias para contribuir.
- Os adultos gastam o seu tempo com aquilo que consideram ser importante.
- Os adultos têm capacidade de maior autodisciplina.
- Os adultos podem aplicar novos conhecimentos imediatamente.
- Os adultos reagem a um clima que seja respeitoso, colaborativo e informal.
- O planejamento, o diagnóstico de necessidades e a formulação de objetivos podem ser colaborativos.
- A avaliação pode ser feita através de um rediagnóstico mútuo das necessidades.
- Os adultos precisam estar física e psicologicamente confortáveis para o aprendizado eficiente.
- Os adultos tendem a preferir um treinamento de conceito único, de teoria única que se concentre na aplicação.
- Os adultos têm muitos compromissos e exigências com relação ao seu tempo.
- Os adultos vêm ao treinamento com um conjunto de expectativas.