

Cuidadoso

Este mês estamos nos concentrando em Cuidar. Se você está nos acompanhando nas redes sociais, temos postagens semanais com foco no atendimento aos alunos do ensino fundamental e médio. No entanto, essas atividades permitem que você infunda sua sala de aula diariamente, se desejar. Todas essas atividades são projetadas especificamente para funcionar em um ambiente de ensino a distância.

Miniaulas

**Lição da classe
inteira**
30 minutos



Autocuidado diário

Trabalhem juntos para criar um pôster destacando uma área de autocuidado (exemplos incluem rotina matinal, alimentação saudável etc.). Certifique-se de que o pôster/powerpoint etc. inclua o seguinte:

- A palavra AUTOCUIDADO
- 10 a 15 fotos ilustrando uma maneira de praticar o autocuidado
- Uma explicação do que é desenhado

Se possível, incentive os alunos a terminar esta atividade em casa, examinando como eles usam o autocuidado durante suas vidas diárias e relatam na próxima sessão ao vivo.

**Para Grupos
Pequenos**
15 minutos



Dar uma mãozinha

Com sua família, encontre itens pela casa que ilustrem a utilidade. Como você pode cuidar dos outros por meio da ajuda? Depois de discutir isso em casa, traga um item para compartilhar com a classe. Esteja preparado para explicar seu item e como ele demonstra utilidade.

Para Parceiros
15 minutos



Gratidão Mashup

Faça parcerias e pense em 10 maneiras de mostrar gratidão a alguém sem vê-lo pessoalmente. Como podemos garantir que estamos agradecendo aos outros durante esse período de distanciamento social? Como mostramos que nos importamos sem contato físico, como cumprimentos e abraços? (Nota para o professor - esteja preparado para algumas conversas desafiadoras se você escolher isso, mas é um foco positivo em uma situação difícil!)

Para indivíduos
15 minutos



Quadrinhos da Compaixão

Usando www.canva.com ou outro gerador de quadrinhos, crie sua própria história ilustrando a compaixão. Como podemos ser compassivos durante esses tempos em constante mudança? Como minhas palavras e ações afetam os outros? Compartilhe sua história em quadrinhos com a classe, se o tempo permitir.

**Focado em
tecnologia**
15 minutos



Empatia Online

Escolha um local que você nunca esteve nos Estados Unidos e pesquise como eles estão indo na escola agora. Como isso difere da sua configuração? Se for diferente, como você pode usar a empatia para se relacionar com o ambiente atual? Cada aluno está experimentando algo

novo agora. A empatia nos ajuda a nos conectar com eles,
independentemente de onde estejam ou do que estejam fazendo.