

# Gratidão

Este mês estamos nos concentrando na Gratidão. Embora este seja tecnicamente um subconceito de Cuidar, optamos por dedicar um mês inteiro a ele devido às nossas necessidades atuais como comunidade. As atividades abaixo permitirão 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



### Gratidão Top 10

Crie uma lista das 10 principais maneiras de mostrar gratidão de maneiras criativas sem contato físico. Alguns exemplos seriam: escrever uma carta à moda antiga, enviar um e-mail, dirigir com uma placa de agradecimento, criar um vídeo de agradecimento etc. Isso servirá como uma lista para cada aluno (e professor) acessar ao longo do ano!

**Para Grupos Pequenos**  
15 minutos



### Exame de Gratidão

Reserve um tempo para examinar sua vida doméstica - por quais comportamentos dos outros você é grato? Como você demonstra sua gratidão àqueles com quem convive, mesmo pelo básico ou essencial? Muitas vezes tomamos as coisas como garantidas e passamos a “esperar” certos comportamentos, especialmente dos adultos em nossas vidas. No entanto, eles precisam receber gratidão tanto quanto as crianças!

**Para Parceiros**  
15 minutos



### Olhe para mim!

Faça parceria e dê uma olhada na vida um do outro. Cite de 3 a 5 coisas que vocês têm em comum e pelas quais ambos são gratos. Depois de criar sua lista, identifique novas maneiras de mostrar sua gratidão por essas coisas. Tente ser criativo e listar ideias que não envolvam contato físico.

**Para indivíduos**  
15 minutos



### diário de gratidão

O que você MAIS agradece na vida agora? Pode ser qualquer coisa - um objeto, uma experiência, um local, uma pessoa. Usando esta pergunta, escreva ou desenhe uma resposta em seu caderno/diário. Certifique-se de incluir 2-3 maneiras de expressar sua gratidão. Se for um objeto/local, etc., pense na pessoa ou pessoas que o tornaram possível. Como você mostra gratidão a eles? Se você usa o objeto com frequência, você compartilhou isso com eles? Esteja preparado para compartilhar seu desenho/escrita com o resto da classe de alguma forma.

**Focado em tecnologia**  
15 minutos



### Nuvem de palavras de gratidão

Usando [www.wordclouds.com](http://www.wordclouds.com) ou outro gerador de nuvem de palavras, crie uma nuvem de palavras com tema de gratidão. Salve-o e compartilhe-o com a turma ou use-o como plano de fundo durante sua próxima sessão ao vivo!