

Jogar em Gratidão

GENTILEZA ALÉM DA SALA DE AULA™
TODO GRUPO • OPÇÃO 3 • CUIDADOSO

Horário da Aula

15-20 mins

Materiais

- ☐ Bola de Praia (ou outra bola leve para jogar)
- ☐ Caring poster (opcional)



Compartilhar

Discuta que cuidar dos outros é algo que podemos praticar todos os dias. Quando os outros cuidam de nós, podemos usar a GRATIDÃO para agradecê-los. O sentimento que temos quando alguém cuida de nós chama-se GRATIDÃO. Defina cuidar: CUIDAR É SENTIR E DEMONSTRAR PREOCUPAÇÃO PELOS OUTROS. (Mostre o pôster Caring, se desejar.)

Faça um brainstorm de diferentes maneiras pelas quais você cuidou dos outros.

- Como você cuida das pessoas em sua casa?
- Como você cuida das pessoas em sua classe ou aqui em nosso programa?

Certifique-se de incluir respostas de várias faixas etárias.



Inspirar

Somos cuidados de uma forma ou de outra todos os dias, mas podemos não perceber. A forma como agradecemos aos outros pelas maneiras gentis com que nos ajudam é como demonstramos gratidão. É muito importante agradecer aos outros por suas palavras e ações carinhosas. Existem muitas, muitas maneiras de demonstrar gratidão.

Explique que hoje identificaremos diferentes maneiras de mostrar gratidão àqueles que cuidam de nós. Lembre-se, você pode mostrar gratidão por meio de ações e palavras. Comece a pensar em maneiras diferentes de mostrar sua gratidão aos outros quando eles cuidam de você. Como você pode ir além do obrigatório “obrigado”?



Empoderamento

Também podemos mostrar nossa gratidão dando um 'grito' para as pessoas que cuidam de nós e nos tratam com gentileza. É bom dizer às pessoas que você é grato por elas. Então, vamos fazer isso agora! Com um grande grupo, forme um círculo gigante em sua sala. Começando com um adulto, jogue a bola de praia para alguém na sala. Ao lançar a bola, conclua o seguinte prompt: “**Sou grato por _____ (insira o nome aqui) porque...**” À medida que cada pessoa pega a bola, ela deve terminar a solicitação e jogá-la para alguém que não teve chance de responder.

Repita até que todos os alunos tenham tido a chance de participar.



refletir

Orienta toda uma conversa em grupo sobre CARINHO e GRATIDÃO.

- Como os outros cuidam de nós?
- O que é GRATIDÃO?
- Como podemos mostrar gratidão por outras pessoas que nos ajudam ao longo do dia?
- O que pode acontecer se nunca mostrarmos gratidão àqueles com quem convivemos? Como eles podem se sentir?



