

Gráficos com empatia

Esta lição enfoca o cuidado por meio da empatia. Esta é a primeira série em que este vocabulário é introduzido. Os alunos explorarão as emoções e, em seguida, usarão um gráfico para destacar a empatia por outras pessoas que são semelhantes e diferentes deles.

Cuidador Sub-Conceitos)

Compaixão, Empatia, Bondade

Horário da Aula

45 minutos

Materiais requeridos

- ☐ Um conjunto de cartões de emoção para cada aluno
- ☐ Gráfico de emoções em branco (ver modelo)
- ☐ *Observação - esta lição tem trabalho de preparação. Você precisará fazer um conjunto de palitos de emoção para cada criança antes de jogar.

Mapa de Padrões

Esta lição está alinhada com as Competências CASEL, os Padrões Nacionais de Educação em Saúde e os Padrões Comuns do Estado. Por favor, consulte o [Mapa de Padrões](#) Para maiores informações.



**DESIGNADO POR CASEL
COMO PROGRAMA RECOMENDADO
PARA O APRENDIZADO SOCIAL E EMOCIONAL.**
Consulte a última página para obter detalhes.

Objetivo da lição

Os alunos irão:

- Demonstrar uma compreensão das palavras básicas de emoção.
- Interprete as emoções que os outros podem estar sentindo e analise seu papel potencial na criação dessas emoções.

Conexão com o professor/autocuidado

Compaixão e Empatia andam de mãos dadas. Quando você experimenta esse puxão de compaixão, muitas vezes é capaz de expressar empatia simultaneamente. Na semana passada, nos concentramos em prestar mais atenção aos frequentemente esquecidos em sua comunidade. Esta semana, o desafio é ainda mais profundo. Escolha uma pessoa em sua comunidade para simpatizar e coloque-se no lugar dela por um dia.

Como é o dia dele/dela? Que lutas ele/ela pode encontrar? Qual pode ser o destaque do dia? Se possível, tente viver um dia da maneira que essa pessoa viveria. Se isso não for possível, tente visualizar o dia ou fazer um diário sobre ele. A compaixão nos leva a sentir emoções. No entanto, a verdadeira empatia permite que nos coloquemos no lugar da outra pessoa, com todos os altos e baixos, lutas e comemorações. Este exercício simples pode ajudá-lo a praticar a empatia mais prontamente com todas as pessoas diferentes, tanto local quanto internacionalmente.

Dicas para diversos alunos

- Use os rostos de emoção abaixo para ajudar os alunos a identificar sentimentos durante o jogo.
- Use os cartões de cenário no final desta lição para ajudar na compreensão.
- Adicione um cartão de cenário difícil "Crie o seu próprio" para alunos avançados para estender a lição.



Compartilhar

5-10 minutos

Divida os alunos em grupos de 3-4. Leia os seguintes cenários em voz alta e peça a cada grupo que represente como eles poderiam mostrar compaixão pela pessoa:

- Você quebrou a perna.
- Você esqueceu seu almoço.
- Você está triste com seu cachorro.



Inspirar

O que é Empatia?

7-10 minutos

Explique que a empatia é a capacidade de compartilhar e compreender os sentimentos de outras pessoas.

Isso pode parecer confuso, mas na verdade você faz isso quase todos os dias em sala de aula. Você já viu um amigo cair e se machucar? Como ela pode se sentir? Você consegue imaginar a dor dela? Sim, claro que podemos! Todos em nossa classe já se machucaram pelo menos uma vez. Nós conhecemos essa dor. Podemos compartilhar e entender sua dor porque sabemos como é por experiência própria. Isso é empatia.

Às vezes algo acontece com os outros que nunca experimentamos. Ainda podemos mostrar empatia, mas temos que nos esforçar muito para “nos colocar no lugar deles”. Tentar imaginar o que eles estão sentindo pode nos ajudar a entender seus sentimentos para que possamos mostrar bondade e empatia para com eles.m.

nossas emoções

10 minutos

Não podemos falar sobre empatia sem falar sobre nossas emoções. Para nos ajudar nesta lição, precisamos aprender as 6 emoções a seguir (segure cada face enquanto explica a emoção):

- Feliz: Esta criança está sorrindo. Ele está satisfeito com o que está acontecendo.
- Triste: Esta criança está carrancuda. Ela pode até estar chorando. Ela não está satisfeita com o que está acontecendo.
- Mad/Angry: Esta criança tem uma cara de mau. Seu rosto está amassado e ele tem uma carranca. Ele não gosta do que está acontecendo.
- Assustado: Esta criança está com medo. Ela não se sente segura e precisa de ajuda.
- Surpreendido: Esta criança foi apanhada desprevenida. Ela não esperava o que aconteceu. Isso pode ser bom ou ruim.
- Nervoso: Esta criança não sabe o que esperar. Ela não gosta de não saber o que está acontecendo ou o que ela deve fazer.



Empoderamento

20 minutos

Distribua um conjunto de 6 cartas de Emoção para cada aluno. Certifique-se de que eles estejam sentados em suas próprias mesas ou tenham espaço suficiente para colocar suas cartas na frente deles para o jogo. Também é útil colar os cartões em palitos de picolé para facilitar o uso.

Usando os cenários a seguir, leia em voz alta cada situação e peça à turma que “vote” em qual emoção eles acham que a pessoa pode estar sentindo. Enfatize que a capacidade de compartilhar e compreender os sentimentos dos outros é empatia. Após cada gráfico de “voto” o número de cada emoção escolhida em seu gráfico. Em seguida, revele as respostas corretas (muitas terão mais de uma emoção). Certifique-se de explicar POR QUE a criança pode experimentar todas essas emoções diferentes. Os alunos que conseguiram identificar corretamente uma dessas emoções demonstraram empatia! Repita isso até que uma de suas emoções esteja completamente preenchida no gráfico OU até que você tenha esgotado todos os cenários a seguir.

- Alice perdeu o casaco no ônibus. A mãe dela acabou de comprar para ela hoje. (Triste, Irritado, Nervoso, Assustado)
- Hector caiu em uma poça de lama. Ele não estava olhando por onde estava andando. (Triste, Irritado, Surpreso)
- Lisa andaem sua festa de aniversário surpresa. Ela está confusa sobre o que está acontecendo. (Feliz, Surpreso, Nervoso)
- O pai de E.J. está levando-o para um jogo de beisebol. Ele está saindo logo depois da escola. (Feliz)
- Jamal é o aluno da semana. Ele vai compartilhar suas fotos de família na frente da classe. (Feliz, Nervoso)
- Adicione seus próprios exemplos para incluir alunos em sua classe.



refletir

5-7 minutos

Usando o gráfico completo, peça aos alunos que identifiquem a(s) emoção(ões) mais comum(s) experimentada(s). Peça-lhes exemplos em suas próprias vidas quando sentiram essa emoção. Continue esse processo até que todas as seis emoções tenham sido exploradas.



Ideias de extensão

- Guarde esses cartões de emoção como uma forma de discutir a empatia quando os outros estiverem chateados ou extremamente entusiasmados.
- Tire fotos de cada aluno mostrando cada emoção e crie cartões de emoção personalizados para seu uso pessoal. Isso é especialmente útil para crianças no espectro do autismo.



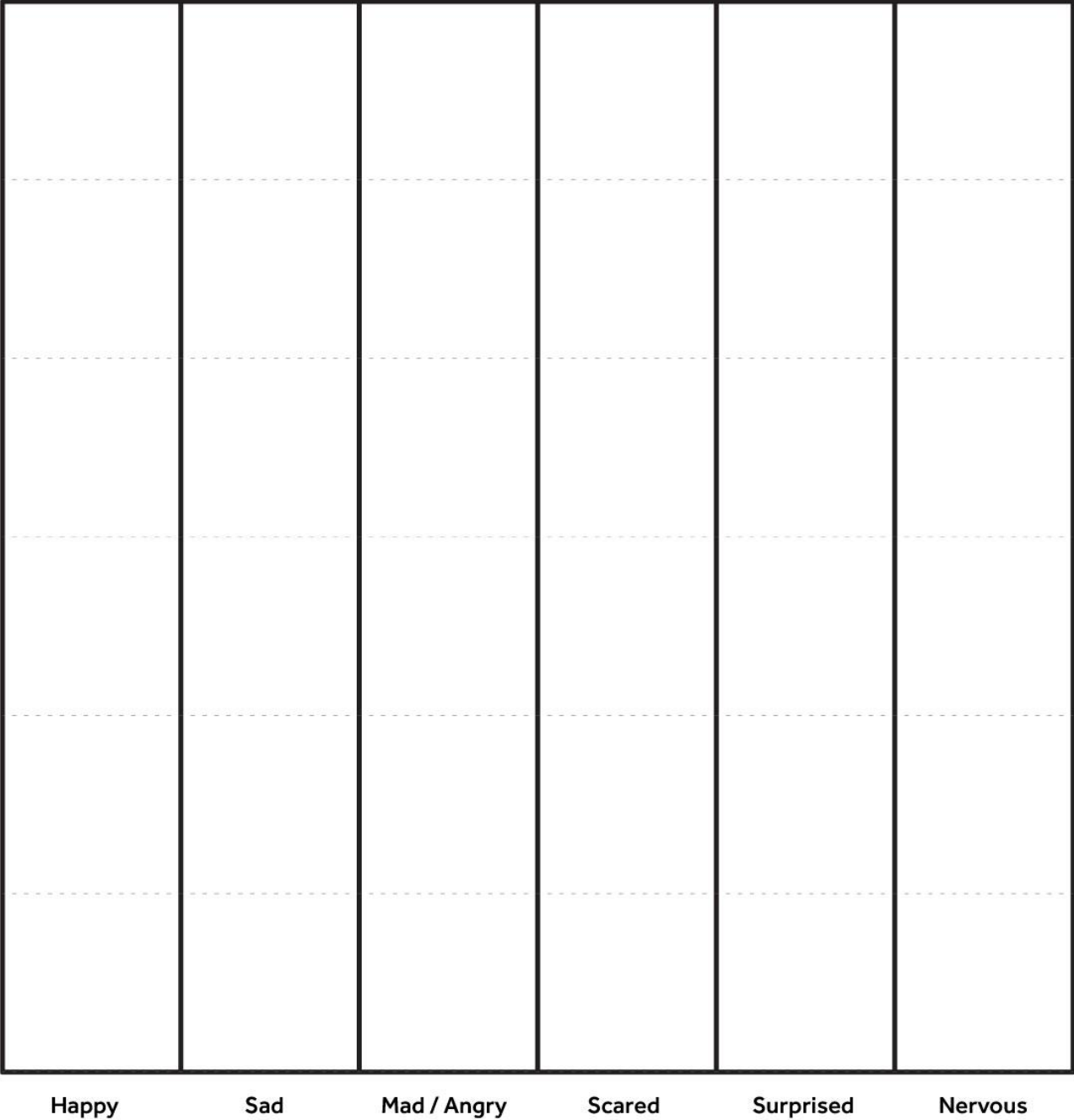
DESIGNADO POR CASEL
COMO PROGRAMA
RECOMENDADO PARA
APRENDIZADO SOCIAL E
EMOCIONAL.

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

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

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

Emotions Graph



RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®



RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®