

# Limpeza

Esta lição fundamental da unidade Respeito enfoca a autodisciplina e como as ações responsáveis afetam a nós mesmos em primeiro lugar. Como a colocação desta unidade é após as férias de inverno, muitas rotinas precisam ser restabelecidas, principalmente em relação à organização. Esta lição se concentra na autodisciplina relacionada à mesa de cada aluno. Nota: Você precisará ter uma mesa como amostra de bagunça. Você pode usar sua mesa, se desejar. Certifique-se de que está **OBVIAMENTE** bagunçado. Você também precisará de uma foto de uma mesa de aluno organizada.

## Conceito(s) de Bondade

Responsabilidade, Autodisciplina, Gentileza

## Horário da Aula

45 minutos

## Materiais requeridos

- ❑ Cópias da foto da mesa organizada (varia de acordo com a sala de aula - tirada pelo professor)
- ❑ *Sra. McBloom, limpe sua sala de aula!* por Kelly Di Puchio

## 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:

- Explique a diferença entre ações responsáveis e irresponsáveis.
- Praticar atividades em sala de aula que exijam responsabilidade consigo mesmo.

## Conexão com o professor/autocuidado

Como professor, você é responsável pela segurança e educação de dezenas de crianças. Como você se prepara para a escola todos os dias? Todo professor é obrigado a fornecer algum tipo de plano de aula como prova de planejamento. O planejamento eficaz vai muito além disso. Mapear uma unidade com base no número de dias de aula juntamente com as restrições de tempo alocadas pode mudar completamente a lição original. Muitas vezes, nosso planejamento fica cada vez mais curto quanto mais tempo ensinamos. No entanto, a cada ano recebemos um conjunto completamente novo de alunos. Esta semana, reserve algum tempo extra para avaliar sua classe atual. Que necessidades especiais eles têm (tanto pontos fortes quanto fracos) que requerem uma abordagem diferente dos anos anteriores? Se este for seu primeiro ano de ensino, tente categorizar seus alunos por estilo de aprendizagem em vez de nível acadêmico. Você pode começar a apreciar cada aluno um pouco mais, o que acaba levando a um professor que responde com gentileza em vez de frustração durante esta época difícil do ano!

### Dicas para diversos alunos

- Crie um diagrama da mesa limpa ideal para ajudar os alunos a organizar suas próprias mesas.
- Faça um desenho simples ao lado de palavras comuns usadas nas ilustrações: lápis, giz de cera, fichário, etc.
- Permita que os alunos ditem as partes importantes de sua imagem para você, conforme necessário.

**RANDOM ACTS OF KINDNESS**  
FOUNDATION®



## Compartilhar

5-7 minutos

Jogue 2 verdades e um Dreamwish.

Explique como jogar: O professor diz três coisas sobre si mesmo. Duas delas são verdadeiras e uma que eles DESEJAM que seja verdadeira.

A classe deve votar em qual declaração é o desejo.

Repita mais 2 vezes com declarações diferentes. Aqui está um exemplo:

- Eu visitei o Havaí.
- Andei de monociclo.
- Fui caçar ossos de dinossauro. (desejar!)

Depois de jogar reflita sobre o jogo:

- Como foi aprender sobre alguns dos meus desejos na vida?
- Gostou do jogo? Por que ou por que não?
- Houve algum sinal que eu dei para saber quando estava desejando?
- Por que é importante dizer aos outros quando algo é um desejo e não um fato?



## Inspirar

### O que é Responsabilidade?

10-12 minutos

Explique que responsabilidade é quando você é confiável para fazer as coisas que são esperadas ou exigidas de você. Isso significa que as pessoas podem contar com você! Você faz o que diz e diz o que faz. Vamos praticar a responsabilidade trabalhando juntos para terminar estas frases:

Quando eu estrago tudo, eu \_\_\_\_\_ (limpo).

Quando eu abro, eu \_\_\_\_\_ (fecho).

Quando quebro alguma coisa, eu \_\_\_\_\_ (conserto, digo aos adultos).

Quando encontro algo, eu \_\_\_\_\_ (entrego).

**O que é Autodisciplina?** Explique que a autodisciplina significa que somos responsáveis por nosso próprio comportamento. Prestamos atenção em como agimos e como tratamos a nós mesmos e aos outros. Podemos e devemos controlar nossas emoções. Por exemplo, quando você fica muito frustrado, consegue se controlar respirando fundo ou indo embora? Se sim, você está praticando autodisciplina! A autodisciplina requer muita prática, então não desanime se precisar continuar tentando! Mesmo os adultos devem praticar essa habilidade todos os dias.

**Leia em voz alta:** *Sra. McBloom, limpe sua sala de aula! Por Kelly Di Puchio*

10 minutos

Link de leitura em voz alta: <https://www.youtube.com/watch?v=kqiYJAp7z4>

Esta história é sobre uma professora excepcionalmente bagunçada e sua sala de aula bagunçada. Ela não investe muito na limpeza de sua sala de aula até que finalmente é convencida a arrumar antes de se aposentar. Os próprios alunos é que acabam ajudando-a!

- Por que você acha que a Sra. McBroom pede aos alunos ideias sobre como limpar seu quarto?
- Você já se sentiu sobrecarregado pela bagunça que criou?



## Empoderamento

20 minutos

Os alunos praticarão a autodisciplina e a responsabilidade explorando uma mesa bagunçada versus uma mesa limpa.

Explique que praticamos autodisciplina e responsabilidade todos os dias na aula. Cada um de nós é responsável por nosso próprio espaço na mesa. Hoje vamos criar uma amostra de como devem ser nossas mesas limpas e arrumadas. Quando praticamos autodisciplina e responsabilidade, nossas áreas refletem isso. Como seu professor, também devo praticar essas habilidades. Vamos dar uma olhada na minha mesa bagunçada e falar sobre o que eu poderia fazer para arrumá-la.

- Explique: Esta escrivaninha está tão bagunçada porque escolhi não me responsabilizar por meus pertences. Eu não estava praticando autodisciplina. Hoje vamos dedicar um tempo para praticar a autodisciplina e a responsabilidade organizando nossas mesas.
- Forneça a cada aluno uma cópia da mesa organizada. Você também pode projetar a imagem usando o quadro branco.
- Em classe, discuta os componentes importantes da mesa limpa:
  - Todos os papéis soltos estão nas pastas apropriadas
  - Todos os cadernos e pastas são empilhados à esquerda
  - A caixa de lápis vai à direita
  - Não há lixo!
- Dê a todos 15 a 20 minutos para limpar suas mesas e organizá-las usando a imagem. Caminhe e ajude os alunos que precisam de assistência organizacional.
- Explique que no final de cada dia, depois que todos os alunos forem para casa, você começará a fazer verificações de mesa. O aluno com a mesa mais arrumada receberá a caixa “Recompensa de Responsabilidade” com vários itens pequenos para brincar depois de terminar o trabalho no dia seguinte. (Os itens a serem incluídos podem ser uma bola de estresse, argila, etc.)
- Depois que todos terminarem, circule pela sala e destaque pelo menos uma maneira como cada aluno conseguiu organizar suas carteiras.



## refletir

3-5 minutos

*Autodisciplina requer prática. Temos essa oportunidade diariamente com nossas mesas. Vamos trabalhar juntos para manter nossa sala de aula limpa e organizada. Quanto mais praticarmos, melhores nos tornaremos!*



## Ideias de extensão

- Plastifique cada foto da mesa limpa e cole-a na lateral de cada mesa para facilitar a consulta.
- Pratique a autodisciplina e a responsabilidade semanalmente, limpando sua mesa no final de cada sexta-feira, se possível.
- Envie um bilhete para casa com os pais e peça que repitam esta atividade com o quarto do aluno.



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/>