

Integridade por meio de metas

Nesta lição, os alunos discutirão integridade e perseverança através da lente do estabelecimento de metas. Eles aprenderão como definir metas SMART. Eles farão isso por meio de instrução explícita, modelagem do professor e trabalho em grandes grupos. Por fim, os alunos escreverão metas SMART individuais, incluindo etapas de ação. Os professores precisarão fazer algum trabalho de antecipação e acompanhamento para maximizar o impacto desta lição.

Subconceito(s) de Integridade

Perseverança, Bondade

Horário da Aula

35-40 minutos

Materiais requeridos

- ☐ Planejador de metas SMART (veja abaixo)

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:

- Analise a integridade e a perseverança através das lentes do estabelecimento de metas.

Conexão com o professor/autocuidado

A promessa final em sua sala de aula está relacionada ao nosso primeiro conceito deste ano: Respeito. A promessa nº 4 é: “Prometo mostrar respeito aos meus alunos em todos os momentos”. Isso pode parecer óbvio. Claro que respeitamos nossos alunos! Se formos verdadeiramente honestos conosco mesmos, podemos reconhecer que sempre haverá alguns alunos que são uma luta para nós de uma forma ou de outra. Podemos ter personalidades opostas, eles podem lutar para estar em um ambiente de grupo, pode haver desafios comportamentais, etc. Independentemente do motivo por trás disso, você deve trabalhar para garantir o mesmo nível de respeito por eles e pelo resto da classe. Dedique algum tempo com a promessa desta semana. Examine exatamente COMO você mostra respeito a cada aluno. Suas palavras e ações dentro e fora da sala de aula transmitem respeito a todos os alunos? Ao discutir assuntos difíceis relacionados a um aluno, você consegue fazê-lo de maneira honesta, mas respeitosa e compassiva? Você continua defendendo seus alunos mesmo quando o nível de respeito que você está dando não é retribuído pelo aluno e/ou família? A integridade começa com você. Diga o que você quer dizer e dizer o que você diz. Suas palavras e ações gentis fazem toda a diferença!

Dicas para diversos alunos

- Provavelmente, todos os alunos terão dificuldade em definir metas totalmente SMART. Ajuste este acrônimo para atender às suas necessidades e habilidades e as de seus alunos.



Compartilhar

5-7 minutos

Em nossa última lição, falamos sobre perseverança. O que significa perseverança?

Alguém já teve uma experiência desde nossa última aula em que teve que perseverar em meio a um desafio? E, lembre-se, “desafio” não significa necessariamente que algo ruim aconteceu com você. Um desafio pode ser um teste, uma competição esportiva difícil, um trabalho ou tarefa que você teve que completar, etc.

Convide as respostas dos alunos.



Inspirar

10-15 minutos

Nesta unidade assistimos a muitos vídeos do site Pass It On. Esta organização também cria outdoors com mensagens inspiradoras. Eles sempre têm um tema, como trabalho duro, dedicação ou perseverança. O outdoor apresenta alguém, às vezes famoso ou bem conhecido e às vezes bastante comum, e explica como eles demonstraram esse valor específico.

Eles têm um número que apresenta perseverança ou elementos de perseverança, como trabalho duro, dedicação e estabelecimento de metas. Vejamos alguns e falemos sobre eles.

Mostre os outdoors (link abaixo) e pergunte o que os alunos acham que eles representam. Discuta como cada um se relaciona com a perseverança e a integridade.

Perseverança: <https://www.passiton.com/inspirational-sayings-billboards/36-perseverance>

Trabalho duro: <https://www.passiton.com/inspirational-sayings-billboards/20-hard-work>

Dirigir: <https://www.passiton.com/inspirational-sayings-billboards/55-drive>

Viver a Vida: <https://www.passiton.com/inspirational-sayings-billboards/28-live-life>

Persistência: <https://www.passiton.com/inspirational-sayings-billboards/83-misty-copeland>



Empoderamento

15-20 minutos

Parte de ter integridade por meio da perseverança é terminar o que você começa. Às vezes isso é difícil, no entanto. Se não tivermos um plano específico de como fazer algo, talvez nem tentemos.

O plano específico de que estou falando é chamado de meta. Quantos de vocês já ouviram falar de metas?

Hoje vamos escrever algumas metas. Vamos escrever uma meta para nós como classe e depois você irá ter a chance de escrever uma meta para si mesmo.

O tipo de metas que vamos escrever são chamadas de metas SMART. Isso é o que significa SMART:

- 1. Específico (o que significa que a meta é estreita e não muito grande; por exemplo, "Vou ler três livros este mês" é específico; "Vou ler bastante este mês" é muito grande).*
- 2. Mensurável (o que significa que você pode saber quando atingiu seu objetivo. Portanto, quando você lê três livros, sabe que atingiu seu objetivo. "Muita leitura" é vago; quantos livros são? Tendo esse número na meta torna mensurável.)*
- 3. Atingível (o que significa que você tem uma boa chance de realmente atingir seu objetivo; ler três livros é realista ou você acha que só lerá dois?)*
- 4. Relevante (significa que está relacionado a algo em sua vida e faz sentido para você ir atrás; a leitura é importante em sua vida ou deveria ser? Sim! Isso seria um grande objetivo!)*
- 5. Com limite de tempo (o que significa que você define um certo tempo para atingir a meta; as metas não podem durar para sempre. No exemplo de leitura, o último dia do mês seria a data-alvo; você pode medir quando essa data vem e vai.)*

Objetivo da aula:

Esta seção requer um planejamento prévio por parte do professor. Determine uma meta para a qual você gostaria que sua classe trabalhasse em conjunto; Deve ser uma boa meta em geral, mas faltam alguns dos elementos SMART. Deixe os alunos trabalharem juntos para estreitar o objetivo de modo que seja mais inteligente.

Ok, estive pensando em uma meta que quero que nossa classe alcance. Aqui está:

Com antecedência, planeje uma meta para a classe e, em seguida, escreva a meta no quadro ou projete-a no quadro inteligente. Deve ter elementos de uma meta SMART, mas fica um pouco aquém. Certifique-se de que os elementos SMART ausentes possam ser facilmente adicionados.

O que você acha? Essa é uma meta SMART?

Deixe que os alunos o analisem juntos e recomendem melhorias. Faça isso até que surja uma meta SMART. Escreva o objetivo final e certifique-se de que ocupe um lugar de destaque na sala de aula.

(Continua na próxima página)
Objetivos do Aluno:

EAgora você vai escrever uma meta SMART para si mesmo. Faça o seu melhor para torná-lo o mais inteligente possível! Em seguida, anote algumas etapas de ação que planeja realizar para ajudá-lo a atingir esse objetivo.

Use oApostila de metas SMART ou simplesmente peça aos alunos que os escrevam em uma folha de papel ou no diário da sala de aula.

Se o tempo permitir, os alunos podem trocar metas e fazer uma revisão por pares para ver se são, de fato, metas SMART. Ou o professor pode coletar os diários e oferecer feedback.



refletir

5 minutos

*Vamos rever o que é uma meta SMART. O que significa SMART?
Alguém quer compartilhar sua meta SMART?*

Convide alunos voluntários ou, em vez disso, compartilhe sua meta pessoal SMART.

Estarei verificando você nas próximas semanas para ver como você está indo em seus objetivos. Não se esqueça deles! Lembre-se de suas etapas de ação para ter coisas específicas que você pode fazer para alcançar seus objetivos!



Ideias de extensão

- O outdoor de perseverança com Shaquille O'Neal representa como ele voltou para a faculdade para terminar o bacharelado que começou na LSU, mas saiu para seguir carreira na NBA. Ele disse que quando saiu prometeu à família e ao técnico da faculdade que um dia terminaria. Desde então, ele obteve seu diploma de bacharel, um MBA e um doutorado, enquanto jogava basquete profissional. Os alunos podem estar interessados nesta história ou em pesquisar outras histórias de pessoas conhecidas que perseveraram para terminar o que começaram. Você pode ler mais sobre as atividades educacionais de Shaq aqui: <http://abcnews.go.com/Sports/story?id=100078&page=1> e aqui <https://www.cnn.com/2012/05/05/sport/dr-shaq/index.html>
- Peça aos alunos que criem uma meta SMART na qual possam trabalhar em casa. Você pode informar aos pais que o aluno está trabalhando em uma meta e que devem ficar atentos a ela e incentivar os alunos a alcançá-la.



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

O Colaborativo para Aprendizagem Acadêmica, Social e Emocional (CASSEL) 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/>

INTELIGENTE. PLANEJADOR DE METAS

ESPECÍFICO	O que <u>exatamente</u> eu quero acontecer?	
MEASUREABLE	Eu saberei que alcancei meu objetivo quando...	
ATINGÍVEL	Com perseverança, é possível atingir essa meta dentro do prazo?	
REALÍSTICO E RELEVANTE	Meu objetivo é importante o suficiente para eu colocar um plano em ação. Vou seguir este plano específico para atingir meu objetivo:	
TIME-BOUND	Eu alcançarei meu objetivo por:	

