

# Lembre-se de Cuidar!

Esta é a lição inicial na Unidade de Cuidados. Embora existam 4 subtópicos nesta unidade (compaixão, ajuda, gratidão e empatia), o jardim de infância se concentrará apenas no cuidado com os 3 primeiros subtópicos baseados na adequação do desenvolvimento. Esta lição inicial cobre todos esses 4 tópicos por meio de um Jogo da Memória interativo usando seu Smart Board ou peças grandes do Jogo da Memória.

## Cuidador Sub-Conceitos

Compaixão, Prestatividade, Gratidão, Bondade

## Horário da Aula

45 minutos

## Materiais requeridos

- ☐ Powerpoint de jogo de memória interativo, como [esse da Tekhnologic](#).
- ☐ Peças do jogo de memória física (se você decidir jogar este jogo sem tecnologia)
- ☐ Roteiro do Professor

## 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 serão capazes de:

- Demonstrar como mostrar carinho, prestatividade, gratidão e compaixão para com os outros.
- Identifique o cuidado em vários ambientes, incluindo casa e escola.

## Conexão do professor/próprio-Cuidado

Na primeira unidade, falamos sobre a importância do auto-respeito como um alicerce para o respeito em nosso mundo. Essas unidades o foco está no Caring, que incorpora compaixão, utilidade, gratidão e empatia. Cuidar é definido como sentir e demonstrar preocupação consigo mesmo e com os outros. Com essa definição em mente, tente avaliar como você cuida de si mesmo.

O autocuidado é uma ferramenta vital para garantir que tenhamos tempo para reiniciar. Não é egoísta fornecer tempo todos os dias para se concentrar apenas em VOCÊ. O que você faz só por você todos os dias? Se a resposta for difícil de identificar, pense em algumas ideias sobre como você pode cuidar de si mesmo diariamente. Se você já iniciou esse processo, tente expandir ou aprofundar seu autocuidado para incluir metas de longo prazo (como malhar ou fazer uma aula divertida). Se você não se importava com você mesmo, como você pode esperar fornecer cuidados sólidos para os outros?

## Dicas para diversos alunos

- Explique como jogar MEemory usando cartões antes de fazer a transição para o Smart Board.
- Coloque os jogadores em pares para acomodar alunos com fala limitada.
- Forneça prompts de início de frase durante a sessão de perguntas e respostas



## Compartilhar

3-5 minutos

Faça com que os alunos se reúnam em seu círculo ou área comunitária. Peça-lhes que compartilhem uma maneira pela qual demonstraram respeito no fim de semana.

Se eles ficarem presos, forneça exemplos pessoais.



## Inspirar

### O que é Cuidar?

7-10 minutos

**Explique que cuidar é sentir e mostrar preocupação pelos outros.**

*Esta unidade se concentrará em cuidar e aprender como mostrar isso em nossa sala de aula. Já aprendemos como respeitar a nós mesmos, aos outros, e nossa sala de aula nos ajudou a nos sentirmos seguros e a mostrar bondade diariamente. Cuidar realmente se baseia nisso. Quando estamos cuidando, nossas ações mostram bondade e os outros se sentem felizes ao nosso redor.*

**Explique que existem 3 ajudantes que seguem o Caring. Certifique-se de dar tempo para os alunos identificarem exemplos, se desejar.**

- **Compaixão:** Quando você sente e mostra preocupação pelos outros cuidando deles, você também tem compaixão por eles. Compaixão é o desejo de querer ajudar alguém em necessidade. Você já viu um amigo lutando e foi ajudá-lo? Foi a compaixão que te chamou ali!
- **Gentileza:** Quando cuidamos dos outros, também demonstramos ajuda! Ajudar os outros geralmente acontece depois que temos esse sentimento de compaixão. Você já ajudou alguém sem que ela pedisse? Se sim, você estava demonstrando utilidade. Tóbrigado!
- **Gratidão:** Quando os outros estão cuidando de nós, sentimos gratidão. É quando você é grato por alguém mostrar compaixão, ajudá-lo e cuidar de você. As pessoas demonstram gratidão com suas palavras gentis, com ações (como abraços) e com presentes (como cartões de agradecimento).



## Empoderamento

15 minutos

Esta lição foi projetada para uso em um quadro interativo, mas as imagens fornecidas no final da lição podem ser ampliadas e impressas em cartolina para reproduzir a memória tradicional no chão.

*Para explorar esses 4 conceitos, a turma jogará Caring Memory.*

### Regras para Jogar:

Cada pessoa (ou dupla, se você decidir formar uma equipe) selecionará 2 cartas. Se eles acertarem, eles devem explicar como isso mostra Caring. Você pode então fazer perguntas de acompanhamento para que eles identifiquem como isso também pode mostrar compaixão, ajuda e gratidão. Consulte a página do script abaixo para obter ideias sobre cada imagem fornecida.

Se o aluno ficar preso, permita que ele “ligue para um amigo” para obter ajuda.

Se o amigo não souber, abra para toda a turma.

Se toda a turma não souber, divida a imagem em pedaços menores e oriente-os para a resposta. Exemplo: Ali está segurando uma maçã. Que hora do dia pode ser? (almoço/lanches) Por que ele pode estar segurando a maçã para você? (você esqueceu seu lanche)



## refletir

5-7 minutos

Depois de completar o jogo da memória, crie um gráfico em T com as palavras casa e escola em cada lado.

Análise cada jogo e pergunte aos alunos em que local esse tipo de cuidado pode ocorrer.

Enfatize a importância de estar atento às “Oportunidades de Cuidar” quando podemos praticar este conceito e todos os 3 de seus ajudantes: compaixão, ajuda e gratidão.



## Ideias de extensão

- Faça com que suas famílias pensem em maneiras de mostrar carinho, compaixão, ajuda e gratidão em casa, também. Peça a cada criança que traga sua lista e escreva todas as ideias juntas em um papel gigante para destacar os conceitos aprendidos e incentivar a gentileza em casa e na sala de aula.
- Personalize esta atividade tirando fotos dos alunos sendo atenciosos e adicione-as ao jogo da memória.
- Coloque o duro copie este jogo na área de matemática e adicione fatos matemáticos simples no verso dos cartões. Os alunos devem concluir o fato matemático antes de poderem virar as cartas.

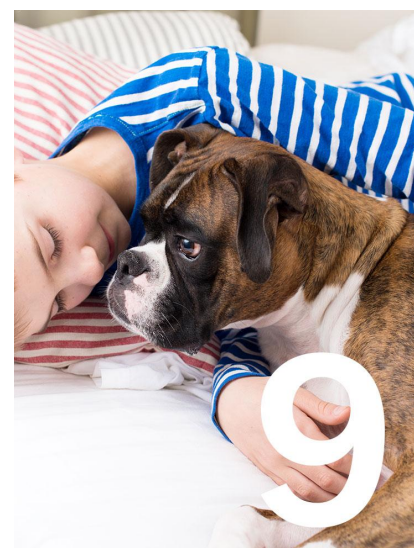


DESIGNADO POR CASEL  
COMO PROGRAMA  
RECOMENDADO PARA  
APRENDIZADO SOCIAL E  
EMOCIONAL.

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/>



**RANDOM ACTS OF KINDNESS**  
FOUNDATION®

## Roteiro do Professor

Use estes prompts e explicações após cada partida ser feita. Consulte os números nas imagens (página anterior) para fazer referência à explicação correta.

### 1. Pai ajudando filho na bicicleta

Este pai está cuidando de seu filho ensinando-o a andar de bicicleta. Você já aprendeu a andar de bicicleta? O que aconteceu? Ele se certificou de que estava com o capacete e o levou a um lugar seguro para aprender. Como ele poderia mostrar compaixão? Ele pode querer ajudar o filho quando ele cair da bicicleta. Como ele poderia mostrar utilidade? Ele poderia carregar a bicicleta do filho até o carro para ir para casa. Como o filho pode mostrar gratidão? Ele poderia agradecer ao pai por passar tempo com ele.

### 4. Garoto pegando lixo

Este menino está cuidando de nossa escola recolhendo o lixo a caminho da escola. Você já ajudou na escola sem ser solicitado? Ele pegou tudo e colocou em uma lata de lixo próxima. Como ele mostrou utilidade? Ele recolhia o lixo sem ser solicitado. Como seu professor pode mostrar gratidão por sua ajuda? Ela poderia deixá-lo escolher na caixa do tesouro, dar-lhe um adesivo, etc.

### 7. Tia carregando sobrinha com guarda-chuva

Esta tia está cuidando de sua sobrinha segurando-a sob o guarda-chuva durante uma tempestade. Você já ajudou alguém a sair da chuva rapidamente? Ela teve compaixão de sua sobrinha e a ajudou a entrar na casa. Como sua sobrinha poderia mostrar gratidão pela ajuda de sua tia? Ela poderia dar-lhe um grande abraço e beijo, etc.

### 2. Menino regando uma planta

Este menino está cuidando de seu jardim regando suas plantas. Você já cultivou alguma coisa em um jardim? O que as plantas precisam para crescer? Ele dá a cada planta água suficiente para crescer e florescer em uma linda flor! Como ele poderia mostrar utilidade? Ele poderia arrancar as ervas daninhas para que a planta crescesse melhor.

### 5. Garoto oferecendo maçã

Este menino está cuidando de um amigo, oferecendo-lhe uma maçã. Você já sentiu compaixão por um amigo quando ele esqueceu alguma coisa? Ele teve compaixão quando percebeu que seu amigo não almoçou. Como ele mostrou utilidade? Ele deu sua maçã sem ser solicitado. Ele foi gentil e se esforçou para ajudar um amigo.

### 8. Irmã compartilhando sorvete

Esta menina está cuidando de sua irmã compartilhando seu sorvete depois que ela deixou cair o dela. Você já derrubou sua comida no chão? Que sentimento especial a levou a dividir o sorvete? (compaixão) Como ela estava mostrando utilidade? Ela compartilhou sem ser perguntado. Como sua irmã poderia mostrar gratidão pelo sorvete? Ela poderia agradecê-la e brincar com ela depois, etc.

### 3. Mãe beijando filha na cabeça

Esta mãe está cuidando de sua filha, dando-lhe amor. Como você demonstra amor familiar? Ela gosta de passar tempo com ela. Como a filha poderia mostrar gratidão por sua mãe? Ela poderia lhe dar um grande abraço!

### 6. Garota ajudando outra garota a escrever

Esta menina está cuidando de sua vizinha, ajudando-a a soletrar uma palavra difícil. Você já ajudou um vizinho durante nossas aulas? Ela está mostrando a ela quais letras usar. Como a outra garota pode mostrar gratidão pela ajuda de sua amiga? Ela poderia desenhar um cartão de agradecimento, usar suas palavras, etc.

### 9. Menino com cachorro

Este menino está cuidando de seu cachorro. Você cuida de um animal de estimação em casa ou em nossa sala de aula? Que tipo de cuidado eles precisam? Ele acabou de voltar de uma caminhada e eles estão descansando. O que mais esse menino poderia fazer para mostrar ajuda com seu cachorro? Ele poderia alimentá-lo, brincar com ele, limpar sua caixa, etc. Como seu cachorro pode mostrar gratidão? Ele pode se aconchegar com ele ou dar-lhe uma grande lambida.