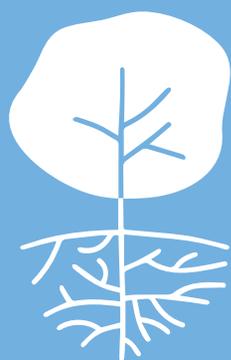


1º ano

Ensino Fundamental | Anos Iniciais



Raiz
do afeto

Antônia Burke





Quem sou eu?

Esses são o Gui e a Manu. Eles se conhecem desde que eram bem pequenos, porque a mãe do Gui e a tia da Manu são amigas há bastante tempo. Eles são melhores amigos e sempre brincam juntos!

A coisa que o Gui mais gosta de fazer é jogar futebol e brincar de pique-pega. A Manu adora dançar, ler e ouvir histórias. Eles também gostam muito de ir à praia e ao teatro.

Era o primeiro dia de aula do Gui e da Manu na escola. Manu estava muito feliz com a sua mochila nova e um pouco nervosa, porque só conhecia o Gui na escola toda! O Gui estava no pátio chutando uma bolinha de papel para lá e para cá. Manu resolveu chamar o amigo:

Gui, para de chutar essa bolinha!
Fica aqui perto de mim, eu não
conheço ninguém!



Gui respondeu:

E daí, Manu? Daqui a pouco a
gente vai conhecer todo mundo!

Você não está nervoso? E se
ninguém gostar da gente?
Será que vamos fazer amigos?

Tomara que sim, Manu!

Nessa hora, a professora chamou todos os alunos que estavam ali no pátio esperando:

Bom dia, pessoal! O meu nome é Paula e eu vou ser professora de vocês neste ano! Hora de ir para a sala! Vamos?

Manu achou a professora Paula muito animada e gostou de saber que ela seria a professora deles durante todo o ano.

Quando todos sentaram nas suas cadeiras, a professora Paula começou a explicar a atividade do dia:

Hoje é o dia de todo mundo se conhecer! Essas são as pessoas que vão estudar, brincar e conversar durante muito tempo com você! Então é



importante que a gente possa dizer quem somos nós, o que gostamos de fazer, como é nossa família, nossa brincadeira preferida e tudo mais que vocês quiserem contar! Quem quer começar?

Uma menina levantou a mão e começou a falar:

Eu sou a Clara! Faço aniversário em abril. Moro com meus pais e a minha irmã. O nome dela é Julia e ela tem 4 anos. Eu brinco muito de escolinha com ela e até estou ensinando as vogais! Minha comida preferida é pão com requeijão e eu como todo dia de manhã! Gosto de ver desenho e de jogar futebol.

Gui ficou animado:

Oba! Já tenho alguém para jogar futebol comigo na hora do recreio!

BOLA do Gui

**Outro menino da sala levantou a mão e falou:**

Eu também gosto de jogar bola!

A professora Paula falou:

Então agora é a sua vez, pode começar a contar para gente um pouquinho sobre você...



O menino falou:

Eu sou o Luis Eduardo, mas todo mundo me chama de Dudu. Também moro com os meus pais e com a minha irmã mais velha, a Ana! Ela tem 12 anos, é bem maior do que eu, mas nós somos amigos e jogamos videogame juntos! Eu gosto de jogar futebol e assisto a todos os jogos do meu time com o meu pai. Eu também gosto de música e faço aula de dança no clube.

Agora a Manu ficou animada:

Que legal, Dudu! O que você gosta de dançar?
Eu faço aula de dança de rua! Você também gosta?

Dudu respondeu:

Eu também gosto, mas prefiro jazz! Já dancei muitas vezes no palco da minha escola antiga, é a coisa que eu mais gosto de fazer!

Mochila da Manu



E, então, todo mundo foi se apresentando e, cada vez que alguém falava, novas coisas eram descobertas. Alguns alunos gostavam de coisas parecidas e outros gostavam de coisas diferentes. Todo mundo gostou de descobrir quem eram aquelas pessoas.

Agora, Manu não estava mais preocupada. Ela viu que poderia fazer muitos amigos na sua turma nova e ficou feliz.

E vocês? Vamos tentar fazer a mesma coisa? Que tal todo mundo se apresentar no encontro de hoje? Conte para a sua turma quem é você!

2º ano

Ensino Fundamental | Anos Iniciais



Raiz
do afeto

Antônia Burke





Raiva

Estava na hora do recreio. Manu já tinha acabado de lanchar e estava treinando passos de dança com sua amiga Gabi. O Gui estava na quadra, jogando bola com outras crianças da turma. Todos pareciam estar se divertindo, mas de repente o Tomás, que estava no jogo de futebol, caiu no chão segurando a perna. Ele parecia estar com muita dor!

Quando a Manu e a Gabi olharam para a quadra, o Gui também estava caído no chão. Tomás começou a gritar apontando para o Gui:

Ele chutou minha canela! Está doendo muito! Isso não vale!

O Gui levantou e gritou também:

Eu não chutei de propósito! Eu escorreguei na poça e meu pé acertou na sua canela!

Mentira! Você me machucou de propósito!

Não foi! Eu escorreguei!

Nessa hora, a professora Júlia, que sempre ficava por perto na hora do recreio, apareceu:

Ei, o que está acontecendo aqui?

Tomás gritou de novo:
O Gui chutou minha canela
e está doendo muito!

Gui começou a chorar na mesma hora e gritou também:
É mentira! Eu escorreguei, foi sem querer!

A professora Júlia ficou preocupada, mas a hora do recreio já tinha acabado e todos precisavam voltar para a sala de aula. Ela pediu para Tomás ir à enfermaria para ver se estava tudo bem com a sua perna e para o Gui lavar o rosto no banheiro, porque ele já estava chorando muito.

Todos voltaram para a sala de aula falando sobre o que aconteceu entre os meninos. A Gabi falou:
Eu acho que o Gui fez de propósito, o Tomás se machucou muito!



O Dudu defendeu:

Claro que não! O Gui não ia fazer isso, foi sem querer!

E todos falaram o que achavam que tinha acontecido.

Então, a professora Júlia, que era muito atenciosa com os alunos, falou:

Ei, ei, ei! Por que vocês estão opinando se não têm certeza do que aconteceu? Para entender o que aconteceu, precisamos conversar com quem viveu a situação!

Nessa hora, o Gui e o Tomás entraram juntos na sala, voltando da enfermaria e do banheiro. Eles não estavam se falando e estavam com as caras muito bravas! A professora Júlia, então, propôs uma conversa entre todos da turma:

Hoje o Gui e o Tomás se desentenderam na hora do futebol. O Tomás ficou com raiva porque se machucou e acha que o Gui chutou a sua perna de propósito. O Gui diz que foi sem querer, que escorregou em uma poça e acabou acertando o Tomás. A acusação de que ele fez de propósito deixou o Gui triste, porque ele se sente injustiçado. Algum de vocês quer dizer alguma coisa?

**Então, o Gui resolveu falar:**

Tomás, eu não chutei a sua perna de propósito. Eu não vi a poça e escorreguei, eu só queria chutar a bola mesmo.



E, então, o Pedro, que estava quieto durante toda a confusão falou: Tomás, é verdade! Fui eu que derrubei meu suco do lanche ali! Eu fui chamar alguém para me ajudar a secar, mas quando voltei, já tinha acontecido tudo!

Todos ficaram surpresos com essa informação nova e começaram a falar ao mesmo tempo! Então, a professora Júlia falou: Estão vendo? A gente não sabia disso... e olha ali... o tênis do Gui está mesmo com uma mancha de suco de uva!

E foi a hora de o Tomás falar:

Desculpa por ter falado que foi de propósito, Gui! Eu fiquei com raiva porque estava sentindo dor. Desculpa por ter te acusado sem ter certeza.



O Gui respondeu:

Tudo bem, Tomás! Eu podia ter explicado direito o que aconteceu, sem gritar e sem chorar... mas na hora eu fiquei muito nervoso!

Todos ficaram felizes quando perceberam que os amigos estavam se entendendo e reconhecendo o que poderiam ter feito para que a briga não tivesse acontecido. E, então, a professora Júlia propôs uma atividade...

No encontro de hoje, vamos refletir:

- ✓ Você já passou por alguma situação em que se sentiu injustiçado?
- ✓ Como foi?
- ✓ O que você sentiu?
- ✓ O que você faz quando sente raiva?
- ✓ Você acha que poderia ter agido diferente?
- ✓ Na história, o que o Tomás poderia ter feito diferente?
- ✓ E o Gui, como poderia ter agido?
- ✓ Que outros sentimentos os personagens experimentaram durante a história?

Difícilmente conseguimos evitar um sentimento, mas podemos pensar em maneiras de lidar melhor com eles. Que tal pensarmos em conjunto?

Em grupos de 3 ou 4 alunos, desenhem em uma folha de cartolina algumas situações em que podemos sentir raiva.

Depois, junto com toda a turma e com a ajuda da sua professora, elaborem uma lista com possibilidades de como melhorar as nossas reações e emoções, quando sentimos raiva.

DIVIRTA-SE!

3º ano

Ensino Fundamental | Anos Iniciais



Raiz
do afeto

Antônia Burke





Dinâmica do objeto

No último encontro, nos apresentamos e dissemos as coisas que gostaríamos de manter e as coisas que gostaríamos de mudar na nossa vida e personalidade. Hoje, vamos nos aprofundar um pouquinho mais e falar sobre coisas que são importantes para nós e escutar o que é importante para os outros.

Você já pensou que, às vezes, podemos ter pessoas próximas que deixamos de conhecer mais profundamente por timidez, ou até mesmo por achar que elas não têm muito em comum com a gente?

Muitas vezes, isso pode fazer com que a gente deixe de fazer grandes amizades, ou que percamos a oportunidade de conhecer mais profundamente as pessoas que estão perto de nós.



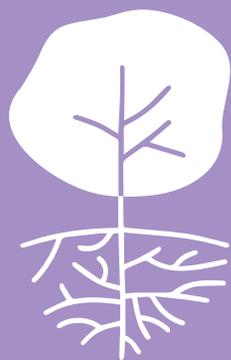
Como seria se pudéssemos conhecer um pouco mais de todas as pessoas que estão no nosso cotidiano através delas mesmas?

No encontro de hoje, você deve ter trazido um objeto que fale sobre você, que seja importante ou significativo na sua vida, para apresenta-lo para a turma. Vamos começar?

DIVIRTA-SE!

4º ano

Ensino Fundamental | Anos Iniciais



Raiz
do afeto

Antônia Burke





Como eu reajo?

Naquele dia, Gui e Manu foram juntos à escola. Gui, que é falante e animado, estava quieto e pensativo. Manu estranhou e perguntou para o amigo:

Gui, está tudo bem? Você parece um pouco preocupado... aconteceu alguma coisa?

Gui balançou a cabeça fazendo que sim, mas não falou nada. Agora, era Manu quem estava ficando preocupada...

Pode falar, Gui! Eu não conto para ninguém...

Jura, Manu? Você guarda meu segredo?

Claro, Gui! Conta logo, porque a professora já vai chamar a gente pra sala!



Ontem, lá na minha escolinha de futebol, entrou um menino novo, o Gustavo. Ele nunca tinha jogado em uma escolinha, então ainda não sabia algumas coisas... mas, durante o jogo, alguns meninos do meu time ficaram muito bravos quando ele errava algum passe e, depois que o nosso técnico saiu de perto, eles começaram a fazer piadas horríveis para o Gustavo.

Piadas, Gui? Como assim?

Falaram que ele joga muito mal, que não sabe jogar bola, que nunca vai conseguir jogar no nível do time e chamaram de feio, desengonçado, ficaram imitando o Gustavo... foi horrível.

E não tinha nenhum adulto perto?

Não, o nosso técnico tinha ido ao banheiro e todo mundo estava esperando os pais para ir embora.

E o que você fez?

Então, esse é o problema... eu não fiz nada!

Mas você também estava rindo dele?



Não, eu não ri dele... eu fiquei muito triste por ele, me deu até vontade de chorar na hora... mas eu segurei muito o choro, porque fiquei com medo de eles fazerem a mesma coisa comigo.



E você queria ter defendido ele?

Queria, mas não sabia o que falar ou o que fazer! Agora estou arrependido e com pena do Gustavo, ele deve ter ficado muito triste e é capaz de nem querer voltar pra escolinha!

Gui, a professora Rita é tão compreensiva... por que você não conta a sua história para ela? De repente ela tem um conselho bom... eu também não sei o que eu faria no seu lugar, é muito difícil mesmo!

É, pode ser... vou tentar contar pra ela.

Quando Gui chegou na sala de aula, já foi logo falando com a professora Rita, antes que perdesse a coragem de falar:

Professora, eu posso falar com você sozinho depois da aula? É uma coisa importante!

Claro, Gui! Na hora do intervalo a gente conversa! Pode ser? Pode.



E Gui foi sentar, ainda muito apreensivo e com medo de contar a sua história. O que a professora ia pensar dele? Por que não defendeu o colega da escolinha? Ele não queria que a professora Rita pensasse que ele era medroso ou que concordava com o que os meninos tinham feito com o Gustavo. Mas agora ele já tinha dito que queria conversar, ia ter que tomar coragem e falar a verdade.

Quando chegou a hora do recreio, o Gui ouviu:

Ei, Gui... vamos conversar? Estou curiosa pra saber o que você tem para me falar...vamos para a outra sala, para você me contar?

Gui foi andando ao lado da professora. Quando sentaram, ele respirou fundo e tomou coragem de contar toda a sua história de uma vez. A professora ouviu atentamente e depois perguntou:

Como você se sentiu com isso, Gui?

Primeiro, eu fiquei assustado, depois eu fiquei com raiva, porque achei que era injusto fazer aquilo com o aluno novo, ele nunca tinha jogado em uma escolinha e não sabia fazer algumas coisas... depois, eu fiquei triste, ainda mais quando vi a cara de tristeza do Gustavo. Aí eu pensei em falar alguma coisa, mas fiquei com medo de eles fazerem a mesma coisa comigo. Professora, você acha que eu sou medroso?





A professora Rita deu um abraço no Gui e falou:

Claro que você não é medroso, Gui... passar por uma situação assim é muito difícil mesmo, principalmente pela primeira vez. É normal a gente sentir todas essas coisas que você falou que sentiu, é normal a gente não saber como reagir e é mais normal ainda sentir medo! Você está sendo muito corajoso de vir me contar e pedir ajuda. Isso que você está fazendo é muito importante, porque você percebeu que uma pessoa está sofrendo e tentou reverter a situação, encontrar uma solução para isso não acontecer mais. Não é verdade?

É, mas eu não ia te contar...foi ideia da Manu!

Tudo bem, Gui. A Manu é sua melhor amiga e os amigos estão ao nosso lado para ajudar e dar conselhos nas horas em que a gente não consegue pensar muito bem! Pode deixar que eu vou conversar com a sua mãe e pedir para ela também conversar com o seu técnico, tudo bem? Vamos resolver isso!

Obrigado, professora!

Gui saiu bem mais aliviado depois da conversa com a professora Rita. Na mesma semana, a professora conversou com a sua mãe e, no dia seguinte, já na escolinha, o Deco, técnico do time, conversou muito com os alunos, explicou o que era bullying, quais eram as consequências e como agir quando os alunos presenciassem alguma situação parecida com os exemplos que ele deu. Foi um papo muito legal. O Gui achou que os meninos do time entenderam o mal que tinham feito, porque o Gustavo continuou no time e o Gui nunca mais viu ele passar por nada parecido. Depois de algumas semanas, o Gustavo e o Gui descobriram que moravam perto, então eles sempre voltavam juntos com a mãe do Gustavo. No fim, o Gui ajudou uma pessoa e ganhou um amigo!

E você? Vamos conversar sobre a história?

- ✓ Você já presenciou alguma cena em que alguém sofria bullying?
- ✓ Conhece alguma história sobre bullying?
- ✓ Qual é a diferença entre bullying e brincadeira?
- ✓ Você já praticou bullying? Por quê?
- ✓ Quais podem ser as consequências do bullying na vida de alguém?
- ✓ Quais podem ser as consequências para quem pratica o bullying?
- ✓ Como podemos agir em casos como esses?

DIVIRTA-SE!



5º ano

Ensino Fundamental | Anos Iniciais



Raiz
do afeto

Antônia Burke







Quem sou eu?

Olá! Você chegou ao 5º ano! Essa é a última série dos anos iniciais do ensino fundamental. Quanta coisa aconteceu desde que você começou essa jornada, não é? Momentos felizes, dias mais cansativos ou tristes, dias em que você sentiu raiva, preocupação... talvez você tenha passado por alguma perda ou injustiça, medos que você superou e outros medos que chegaram.

Provavelmente, quando você olha para trás, percebe que mudou muito desde o primeiro ano do ensino fundamental. Ao mesmo tempo, algumas características devem ter permanecido na sua personalidade desde então.

É possível que você pense sobre quem você é, sobre suas características e aspectos da sua personalidade com mais frequência

nos últimos tempos e isso é normal, já que a cada dia você vai se tornando mais independente.

Você já deve fazer alguns deveres da escola sem a ajuda da família e é possível que tenha algumas obrigações que não tinha há alguns anos. Mas como foi o caminho para chegar até aqui?

O Programa Raízes é um espaço para você pensar, não só sobre você mesmo, como também sobre as pessoas ao seu redor e tudo o que acontece na sua vida, no seu entorno e até no mundo.

Então, para começar, é importante que você conheça ou saiba mais sobre quem são o Gui e a Manu, que vão nos acompanhar durante todo o ano!

A Manu é uma menina muito querida por todos. Ela tem 10 anos, é estudiosa, organizada e sempre está disposta a ajudar os amigos, seja explicando algum exercício, consolando sobre algum problema ou só dizendo alguma coisa que faça a pessoa se sentir melhor. Muitos consideram a Manu uma grande amiga! Ela gosta muito de dançar, de ouvir música e de fazer passeios com suas amigas e amigos. Nos últimos anos, Manu percebeu que ficava muito ansiosa sempre que algo estava para acontecer, ou quando ela não sabia como determinada situação seria. Ela vem trabalhando nisso, tentando focar mais no presente e buscando entender o que ela controla e o que não controla. Isso tem ajudado muito! Ela também tinha medo de escuro, mas desde o ano passado ela já dorme sozinha e com a luz apagada! Foi difícil, mas ela conseguiu depois de tentar bastante!



O Gui é o melhor amigo da Manu. Eles se conhecem desde pequenos e estudam na mesma escola desde o primeiro ano! Ele é um garoto animado, cheio de amigos e as pessoas o consideram muito engraçado! Ele adora tudo o que envolve futebol e é fanático pelo seu time. O programa que ele mais gosta de fazer é ir ao estádio torcer pelo seu time. Ele também curte dançar, ir à praia e tomar açaí. Gui teve algumas dificuldades com a sua organização nos últimos anos. Ele não conseguia organizar suas tarefas e obrigações com facilidade, mas sua amiga Manu, que é muito responsável, vem ajudando ele com isso. O Gui também tinha uma característica da qual ele não gostava muito e procurou transformar com o passar do tempo: sempre que sentia raiva de alguma situação, ele chorava. Com as conversas do Programa Raízes, ele passou a se conhecer cada vez melhor e hoje chora com menos frequência, porque entendeu que o problema não é chorar e sim não conseguir conversar e explicar o que está sentindo. Boa, Gui!



E você? Que tal se apresentar também? No encontro de hoje, vamos dizer quem somos, o que gostamos e o que não gostamos em nós.

Além disso, vamos começar a entender como reagimos diante de determinadas situações que acontecem nas nossas vidas. Você já parou para pensar se o seu amigo sente raiva igual a você? E tristeza? E alegria? Como cada um reage? O que mexe com você?

Vamos começar com algumas perguntas para você preparar a sua apresentação:

Nome:

Idade:

- ✓ Comida preferida:
- ✓ Como é minha família:
- ✓ O que mais gosto de fazer:
- ✓ O que não gosto de fazer:
- ✓ Que características da minha personalidade gosto em mim:
- ✓ Que características da minha personalidade eu gostaria que fossem diferentes:
- ✓ O que me irrita:
- ✓ O que me magoa:
- ✓ O que me deixa triste:
- ✓ O que me deixa feliz:
- ✓ Uma pessoa que eu amo:
- ✓ Quem é meu melhor amigo ou amiga:
- ✓ O que eu gosto em um amigo:
- ✓ Qual é o assunto sobre o qual eu mais gosto de falar:
- ✓ Qual foi o dia mais feliz da minha vida:
- ✓ Qual foi o dia mais triste da minha vida:
- ✓ O que eu gosto de assistir ou ler:
- ✓ Como estou me sentindo hoje:

Depois de refletir sobre as suas respostas, apresente-se para a sua turma! Perceba se vocês têm respostas parecidas ou diferentes, troque ideias sobre as diferenças e semelhanças, com certeza você vai descobrir muita coisa legal!

DIVIRTA-SE!

