

**Tema** : Quem sou eu?

Faixa etária: 09/10 anos

**Objetivo:** levar a criança a pensar em si mesma, como indivíduo, como pessoa, como ela mesma. Aprendendo a refletir e a concentrar em si mesma.

**Bibliografia** :

- a)** LE, itens 919 e 919a, Livro III, Cap. XII, editora Lake, tradução de J. Herculano Pires
- b)** Os Valores Humanos, Uma viagem do “Eu” ao “Nós”, de Antônio e Sylvie Craxi, editora Persona
- c)** Técnicas de Integração, setor de Juventude, UEM

**Motivação** : Conversar com as crianças perguntando:

- a) Vocês têm nome e sobrenome?
- b) Vocês têm pais?
- c) Vocês têm amigos?
- d) O que vocês gostam e o que vocês não gostam?
- e) Como vocês agem na escola, com os amigos e na família?
- f) O que vocês sonham para o seu futuro?

**Desenvolvimento** :

**Passo um** : Agora teremos um momento de relaxamento, onde a gente possa ficar quietinho a sós com a gente mesmo, um momento em que a gente é único. Só que a gente irá fazer isso de forma diferente. A gente vai enquanto fica quietinho, de olho fechado, escutando a música ao fundo, a gente vai sentar em roda no chão e vai respondendo, MENTALMENTE, as questões que irão ser propostas enquanto ficamos de olhos fechados(não pode abrir os olhos, ok?).

**Passo dois** :

- colocar ao fundo uma música suave, tipo meditação;
- colocar as crianças sentadas no chão em roda;
- pedir que elas fechem os olhos bem fechados;
- Pedir então que elas se acalmem, que respirem fundo, e que se imaginem em uma praia, de ondas suaves, uma brisa refrescante, um lugar bem calmo, tranquilo, gostoso de se estar. Agora, vocês têm que pensar em vocês mesmo: como vc se apresentaria para você mesmo? Você é alegre? é triste? é feliz? não é feliz? tem sonhos? quer realizá-lo? Como vc pretende realiza-lo? tem amigos? como você trata seus amigos? Que tipo de comportamento vc tem em casa e na sua família? é um comportamento legal? não é legal?O que vc gostaria de mudar em você? O que vc não gosta em você? Quando vc ama alguém e esse alguém morre, por quem vc chora? Pelo corpo ou por algo que saiu do corpo? O que foi que deixou o corpo? Quando vc dorme profundamente e não sonha, aonde foi parar o mundo em que vc vive? Você está existindo mesmo neste estado? Quando vc fala esse é o meu corpo, vc é o corpo ou apenas é o proprietário desse corpo? Quando vc diz os meus pensamentos, vc quer dizer que é o seu pensamento ou que os pensamentos são seus? Quando vc fala os meus sentimentos, vc quer dizer que é o

sentimento ou que é proprietário dos seus sentimentos?

- Dar uns minutinhos de silêncio, deixando a música tocar suave e sozinha ao fundo

- ir então dizendo às crianças, agora que refletimos sozinhos nesse lugar gostoso, chegou a hora de voltarmos, calmamente para nossa sala , vamos mexer primeiros os pés devagarzinho, agora as mãos, agora vamos abrir lentamente os olhos.

**Passo três** : conversar com as crianças : qual a sensação que tiveram, o que pensaram, quais as respostas que se deram.

**Passo Quatro** :

- entregar a cada criança cópia da figura e do texto correspondente (pp.28/29, do livro Os Valores Humanos, uma viagem do “Eu” ao “Nös”)

- solicitar que elas façam um texto reflexivo sobre a figura e o texto, oralmente em sala

**Passo Cinco:**

- entregar a cada criança seu Bloco n º 01 – nossas reflexões diárias

- pedir que elas escrevam, a cada dia da semana, uma reflexão sobre as seguintes questões:

a) EU SOU...

à Eu fui...(alegre, triste, amiga, brigona, respondona, responsável, solidária, etc.)

à Por que eu fui assim?

à esse comportamento foi meu? Ou foi influenciado por alguém? Por quem? Por que fui influenciado?

b) EU FIZ...

à Eu fiz ...(trabalhei, ajudei, estudei, brinquei, etc.)

à Por que eu fiz?

à eu fiz por mim? Ou foi influenciado por alguém? Por quem? Por que fui influenciado?

c) EU DISSE...

à Eu disse... (isso, aquilo, aquilo outro, falei coisas positivas, falei coisas negativas, etc.)

à Por que eu disse?

à Foi bom eu ter dito? Por que foi bom?

à Foi ruim eu ter dito? Por que foi ruim?

à Eu disse por mim mesmo? Ou foi influenciado por alguém? Por quem? Por que fui influenciado?

d) MEUS SENTIMENTOS DO DIA:

à Quais foram meus sentimentos bons e positivos? Como eu me senti com eles?

à Quais foram meus sentimentos ruins e negativos? Como eu me senti com eles?

e) QUAL O HORÁRIO QUE ESTOU ESCRREVENDO ? QUE DIA É HOJE?

### **Material Didático:**

aparelho de som;

- CD de músicas para meditação, ou músicas suaves, ou músicas clássicas ou eruditas suaves;
- blocos montados com 09 folhas cada
- cópias da figura e texto das pps. 28/29 do livro utilizado.