

Anexos

Anexos do plano de aula no âmbito do projeto Positive Discipline in European Schools ERASMUS+ 2023-1-HU01-KA220-SCH-000156486.

Se desejar receber os anexos em formato Word, por favor contacte-nos aqui:

<https://positivediscipline.eu/contact/>



Erasmus+



Financiado pela União Europeia. As opiniões e pontos de vista expressos são, no entanto, da exclusiva responsabilidade dos autores e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Fundação Pública Tempus. Nem a União Europeia nem a autoridade financiadora podem ser responsabilizadas pelos mesmos.

Anexo nº 1 – Think/Write/Pair/Share (TWPS)	3
Annex_nº4_Feelings List poster.....	5
ANEXO nº 8 APRENDER COM OS ERROS	10
Annex_nº13 Comunicação	12
ANEXO nº 15 <i>Respeito pelas diferenças e respeito mútuo</i>	14
ANEXO nº 16 <i>Compreender que somos diferentes</i>	16
ANEXO nº 17 <i>Experiência de cooperação</i>	18
ANEXO nº 18 Encontre o Seu Par.....	19
ANEXO nº 20 <i>Oportunidades para aprender</i>	22
ANEXO nº 21 <i>Oportunidades para aprender</i>	25
ANEXO nº 22 <i>Bingo dos Erros</i>	27
ANEXO nº 24 "Puzzle".....	29
ANEXO nº26 Bingo card questions	32

Financiado pela União Europeia. As opiniões e pontos de vista expressos são, no entanto, da exclusiva responsabilidade dos autores e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Fundação Pública Tempus. Nem a União Europeia nem a autoridade financiadora podem ser responsabilizadas pelos mesmos.

Anexo nº 1 – Think/Write/Pair/Share (TWPS)

Fonte:

Sala, A., Herrero Rámila, C., *LifeComp into Action: Teaching life skills in the classroom and beyond*, EUR 31141 EN, Publications Office of the European Union, Luxemburgo, 2022, ISBN 978-92-76-54525-5, doi:10.2760/201230, JRC130003 – p. 60

VISÃO GERAL

O educador lança uma questão sobre um determinado tema académico.

Os alunos devem:

1. **Pensar** individualmente sobre a questão (Think).
2. **Escrever** a sua resposta (Write).
3. **Formar pares** com um colega (Pair).
4. **Partilhar** e discutir a resposta com o colega (Share).

RECURSOS

- Uma pergunta aberta (de preferência relacionada com o tema em estudo).

PREPARAÇÃO DA ATIVIDADE

O educador deve:

1. Explicar a atividade e os seus objetivos: permitir que todos os alunos reflitam sobre o tema, expliquem as suas ideias aos colegas, melhorem a compreensão do assunto e desenvolvam competências de comunicação.
2. Atribuir a cada aluno um par antes de lançar a questão, de forma a que a atividade comece de imediato.
3. Identificar dentro de cada par a pessoa “A” e a pessoa “B”, esclarecendo que, após um sinal, terão de trocar de papel para garantir a participação equitativa (primeiro “A” fala e “B” ouve; depois trocam).

IMPLEMENTAÇÃO DA ATIVIDADE

O educador deve:

Financiado pela União Europeia. As opiniões e pontos de vista expressos são, no entanto, da exclusiva responsabilidade dos autores e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Fundação Pública Tempus. Nem a União Europeia nem a autoridade financiadora podem ser responsabilizadas pelos mesmos.

1. Lançar a questão.
2. Dar **2 a 5 minutos** para que cada aluno pense e escreva a sua resposta.
3. Pedir aos alunos que se juntem ao par e partilhem as suas respostas.
4. Disponibilizar **10 minutos** para a discussão em pares.
 - o Após os primeiros 5 minutos, dar o sinal de atenção para que troquem de papel (quem falava passa a ouvir e vice-versa).
5. Circular pela sala durante a discussão, ajudando os alunos a manterem o foco e escutando os diálogos.

Financiado pela União Europeia. As opiniões e pontos de vista expressos são, no entanto, da exclusiva responsabilidade dos autores e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Fundação Pública Tempus. Nem a União Europeia nem a autoridade financiadora podem ser responsabilizadas pelos mesmos.

Annex_nº4_Feelings List poster

Expandido / pleno

Maravilhado

Bem-disposto

Contente

Curioso

Encantado

Entusiasmado

Financiado pela União Europeia. As opiniões e pontos de vista expressos são, no entanto, da exclusiva responsabilidade dos autores e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Fundação Pública Tempus. Nem a União Europeia nem a autoridade financiadora podem ser responsabilizadas pelos mesmos.

Animado / empolgado

Grato

Feliz

Esperançoso

Interessado

Alegre

Aliviado

Descansado

Financiado pela União Europeia. As opiniões e pontos de vista expressos são, no entanto, da exclusiva responsabilidade dos autores e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Fundação Pública Tempus. Nem a União Europeia nem a autoridade financiadora podem ser responsabilizadas pelos mesmos.

Satisfeito

Surpreso

Comovido / tocado

Fechado / retraído

Assustado

Ansioso

Apreensivo

Financiado pela União Europeia. As opiniões e pontos de vista expressos são, no entanto, da exclusiva responsabilidade dos autores e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Fundação Pública Tempus. Nem a União Europeia nem a autoridade financiadora podem ser responsabilizadas pelos mesmos.

Preocupado

Confuso

Desesperado

Desapontado

Cheio de medo

Indefeso / impotente

Hesitante

Sem esperança

Solitário

Dolorido / magoado

Triste

Cheio de tristeza

Tenso

Preocupado

Financiado pela União Europeia. As opiniões e pontos de vista expressos são, no entanto, da exclusiva responsabilidade dos autores e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Fundação Pública Tempus. Nem a União Europeia nem a autoridade financiadora podem ser responsabilizadas pelos mesmos.

ANEXO nº 8 | APRENDER COM OS ERROS

Ficha para o Professor: A lutadora de karaté Ana

Ana é uma menina que adora karaté. Ela pratica karaté e repete constantemente os movimentos pela casa. Treina mais com as mãos e é um pouco preguiçosa a ajustar corretamente as pernas na posição. Sonha em tornar-se campeã mundial. Esta semana vai participar numa competição pela primeira vez e está muito entusiasmada com isso. Deseja ganhar uma medalha de ouro e ser melhor do que o seu amigo Simão, que também vai participar.

Ana anda um pouco fora de forma nestes dias porque esteve doente e não treinou regularmente, mas mesmo assim acha que vai vencer.

Chegou o dia da competição. Tudo era novo e desconhecido para ela. Primeiro praticou, estava muito concentrada e executou o exercício com segurança, vencendo a primeira adversária. “Super”, disse para si mesma, “Isto não foi difícil – de certeza que vou ganhar.” Também venceu a segunda adversária, mas já começava a ficar cansada. As pernas começaram a doer e ela já não conseguia mexer-se corretamente. Ao competir com a terceira adversária, cometeu vários erros com os pés, mas ainda assim ganhou.

Na final, as pernas doíam-lhe muito e perdeu. Ficou em segundo lugar e todos a felicitaram, mas ela sentiu-se muito desiludida e triste. Não queria falar com ninguém, muito menos com o Simão, que tinha ganho a medalha de ouro. Foi muito difícil para ela e não sabia o que fazer.

Ficha para os Alunos: Três continuações da história da lutadora de karaté Ana

Continuação 1

A Ana foi logo para casa, não falou com ninguém e chorou durante muito tempo. Estava desiludida consigo mesma e pensou que não era “boa o suficiente” para ser uma lutadora de karaté.

Decidiu nunca mais competir porque tinha medo de voltar a perder. Até decidiu desistir completamente dos treinos de karaté.

Não conseguia perdoar-se pelos erros que cometeu e pensava que, se aparecesse nos treinos, todos se iam rir dela, especialmente o Simão.

Continuação 2

A Ana decidiu não se entristecer e não mostrar aos outros que aquilo lhe tinha custado. Começou a dizer que não lhe importava nada o sucesso que conseguisse alcançar e que estava aborrecida. Esforçou-se bastante na sua terceira prova, mas como se estava a sentir pressionada, cometeu alguns erros.

Justificou os erros dizendo que, na terceira luta, não se tinha esforçado de verdade. Até dizia que sabia karaté muito bem e que podia vencer qualquer pessoa quando quisesse, mas que naquele dia simplesmente não lhe tinha apetecido ganhar.

De tanto repetir isto, a Ana até começou a acreditar, e por isso achou que já não precisava de treinar tantas vezes, porque era muito boa.

Continuação 3

A Ana ficou confusa com o novo sentimento que a invadiu. Até então, não conhecia a derrota — tudo lhe tinha saído facilmente e nunca cometia erros. Era sempre a melhor.

Decidiu falar com os pais e com os amigos. Os pais disseram-lhe que, mesmo sendo adultos, também cometem erros, às vezes em coisas que são muito importantes para eles, como educar os filhos.

Foi um alívio para a Ana perceber que todas as pessoas erram. Recordou na mente o seu desempenho no combate e percebeu que os erros foram com os pés. Felizmente, esses erros podiam ser corrigidos.

Ana decidiu continuar a ir aos treinos e a praticar mais os movimentos das pernas, e pediu ao Simão que lhe mostrasse a melhor forma de o fazer. Voltou a sonhar em ser campeã mundial, mas agora já sabia como lá chegar.

Annex_nº13 | Comunicação

Atividade: Prática de Escuta Ativa

Cenários de Escuta (se os alunos não criarem os seus próprios):

6. Amigo a falar de um teste difícil
 - o O colega descreve como se sentiu stressado e ansioso durante o teste e a sua desilusão com o resultado.
7. Colega entusiasmado com a festa de aniversário
 - o O colega conta os detalhes da festa, os convidados e os jogos que vão brincar.
8. Irmão chateado porque perdeu o brinquedo favorito
 - o O irmão partilha como o brinquedo era importante para ele e a frustração de não o encontrar.
9. Professor a explicar as instruções de um trabalho de grupo
 - o O professor explica os objetivos, os prazos e como os alunos devem colaborar em equipa.
10. Amigo a justificar porque não conseguiu encontrá-lo depois da escola
 - o O colega pede desculpa e explica que teve uma emergência familiar que o impediu de vir.
11. Colega com medo de atuar no espetáculo da escola
 - o O colega conta que se sente nervoso em atuar em frente a muita gente e teme cometer erros.
12. Colega de equipa frustrado por ter perdido o último jogo de futebol
 - o O colega partilha a desilusão e explica que sente que deixou a equipa em baixo.
13. Pai ou mãe a perguntar sobre os trabalhos de casa
 - o O pai ou mãe faz perguntas sobre o dia na escola, se o trabalho de casa foi difícil e se precisa de ajuda.

Lista de Verificação de Habilidades de Escuta Ativa

1. Contacto visual: Olhaste para quem falava?
2. Acenos ou sinais de compreensão: Mostraste que estavas a acompanhar?
3. Não interromper: Deixaste o colega terminar antes de responder?
4. Fazer perguntas: Colocaste perguntas para esclarecer ou mostrar interesse?
5. Parafrasear: Repetiste com as tuas palavras o que o colega disse para confirmar que percebeste (ex.: “Então estás preocupado com o teste?”)?
6. Linguagem corporal: Viraste-te para a pessoa e mostraste interesse com a postura?
7. Empatia: Mostraste que comprehendeste os sentimentos dela (ex.: “Deve ter sido muito difícil para ti.”)?
8. Foco no orador: Estiveste totalmente concentrado, sem distrações?
9. Encorajamento: Disseste coisas como “Compreendo”, “Continua”, ou “Estou a ouvir”?
10. Resposta adequada: Respondeste de forma pensada e respeitosa no fim?

Financiado pela União Europeia. As opiniões e pontos de vista expressos são, no entanto, da exclusiva responsabilidade dos autores e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Fundação Pública Tempus. Nem a União Europeia nem a autoridade financiadora podem ser responsabilizadas pelos mesmos.

Instruções da Atividade

1. Introdução às habilidades de escuta ativa: O professor explica cada item da checklist e porque é importante prestar atenção e mostrar compreensão enquanto se escuta.
2. Prática em pares: Os alunos formam pares. Um assume o papel de orador e o outro pratica a escuta ativa seguindo a checklist. Após alguns minutos, trocam de papéis.
3. Avaliação em conjunto: No final de cada ronda, os pares usam a checklist para avaliar quais as habilidades usadas com sucesso e discutem o que podem melhorar.

Financiado pela União Europeia. As opiniões e pontos de vista expressos são, no entanto, da exclusiva responsabilidade dos autores e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Fundação Pública Tempus. Nem a União Europeia nem a autoridade financiadora podem ser responsabilizadas pelos mesmos.

ANEXO nº 15 | *Respeito pelas diferenças e respeito mútuo*

Cartões de Cenários de Respeito

- Trabalho de Grupo – Desacordo
 - A tua equipa está a trabalhar num projeto e dois colegas têm ideias diferentes sobre como apresentar a informação.
 - Como podes garantir que todas as opiniões sejam ouvidas e respeitadas, enquanto o grupo toma uma decisão final?
- Partilha de Materiais da Sala de Aula
 - Durante uma atividade de artes, não há pincéis suficientes para todos.
 - Como podes garantir que todos tenham a oportunidade de usar os materiais, mostrando respeito por quem ainda está à espera?
- Ouvir um Colega
 - Um colega está a partilhar a sua opinião sobre um tema durante a discussão, mas alguns alunos não concordam.
 - Como a turma pode garantir que a opinião dele seja ouvida e respeitada, mesmo que nem todos estejam de acordo?
- Turnos num Jogo
 - No recreio, alguns colegas querem entrar num jogo que já começou. O jogo tem lugares limitados, mas todos querem jogar.
 - Como podes garantir que os novos colegas se sintam incluídos, ao mesmo tempo que respeitas o desejo dos jogadores iniciais de terminar a partida?
- Arrumação da Sala
 - O professor pede à turma para arrumar no final do dia, mas alguns alunos estão a fazer mais esforço que outros.
 - Como a turma pode garantir que todos contribuam de forma justa, respeitando o esforço de cada um?
- Ajudar um Colega com Dificuldades
 - Um colega está com dificuldades em resolver um problema de matemática, e alguns alunos começam a ficar frustrados com o tempo que demora.
 - Como a turma pode demonstrar respeito e paciência enquanto o ajuda?
- Respeitar Diferenças Culturais
 - Durante uma apresentação sobre diferentes culturas, um colega partilha algo da sua cultura que é novo para a turma.

Financiado pela União Europeia. As opiniões e pontos de vista expressos são, no entanto, da exclusiva responsabilidade dos autores e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Fundação Pública Tempus. Nem a União Europeia nem a autoridade financiadora podem ser responsabilizadas pelos mesmos.

- Como todos podem mostrar respeito e curiosidade, em vez de gozar ou rejeitar a experiência do colega?
- Trabalhar com um Novo Colega
 - Um aluno novo chega à turma e é colocado no vosso grupo para um projeto de ciências. Ele está tímido e nervoso.
 - Como podes demonstrar respeito ao incluí-lo e fazê-lo sentir-se confortável para partilhar as suas ideias?
- Lidar com Interrupções
 - Durante uma discussão em grupo, um colega interrompe sempre os outros quando estão a falar.
 - Como podes lembrá-lo, de forma respeitosa, da importância de ouvir e esperar pela sua vez?
- Espaço Pessoal
 - 4. Um colega fica muitas vezes demasiado perto de ti ou mexe nas tuas coisas sem pedir.
 - Como podes explicar, de forma respeitosa, a importância do espaço pessoal, mantendo uma boa relação?

ANEXO nº 16 | *Compreender que somos diferentes*

FICHA 1: VERIFICAÇÃO DAS NECESSIDADES BÁSICAS

Declaração	Necessidade Associada
“Eu consigo passar um dia inteiro sem beber água.”	Sobrevivência (água)
“Nunca me sinto com medo.”	Segurança
“Dormir não é assim tão importante.”	Descanso
“Hospitais não são necessários.”	Cuidados médicos
“Elogios me deixam envergonhado; prefiro não receber nenhum.”	Reconhecimento
“Importa-me que alguém se preocupe comigo.”	Amor e pertença
“Gosto de demonstrar carinho pelos outros.”	Amor e pertença
“Comer é opcional para as pessoas.”	Sobrevivência (alimento)
“Brincar e relaxar é uma perda de tempo.”	Recreação

FICHA 2: NECESSIDADES DIFERENTES E PARTILHADAS

Leia cada frase em voz alta; os alunos levantam-se se concordarem.

Financiado pela União Europeia. As opiniões e pontos de vista expressos são, no entanto, da exclusiva responsabilidade dos autores e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Fundação Pública Tempus. Nem a União Europeia nem a autoridade financiadora podem ser responsabilizadas pelos mesmos.

- Os bebés precisam de dormir mais horas do que os adolescentes.
- Alguns atletas comem refeições maiores do que trabalhadores de escritório.
- Pessoas com muletas podem precisar de mais tempo para se deslocarem entre as aulas.
- Alguns leitores precisam de livros com letra grande, enquanto outros não.
- Algumas famílias evitam certos alimentos por causa das suas crenças.
- Os adultos nunca têm medo.
- Os bebés crescem mais rápido do que os avós.
- Alguém com gripe precisa de mais descanso do que alguém que se sente saudável.
- Algumas pessoas andam de cadeira de rodas, enquanto outras caminham.
- Todos pertencem à mesma comunidade religiosa.
- Os avós gostam de sentir-se amados tanto quanto as crianças.
- Os adultos apreciam um “high-five” ou um “bem feito” tanto quanto as crianças.

ANEXO nº 17 | *Experiência de cooperação*

Ficha do aluno: Escolha o equipamento necessário para sobreviver na estação espacial

Você é um membro da tripulação de uma estação espacial. Acabou de ocorrer uma grande avaria. Juntos, vocês devem escolher 3 equipamentos essenciais para garantir a sua sobrevivência e a da tripulação.

Instruções:

5. Discuta com o seu grupo, ouça as ideias dos colegas e tentem chegar a um acordo.
6. Explique as escolhas que fizeram.

Lista de equipamentos disponíveis:

- Fato espacial
- Suprimento portátil de oxigénio
- Ferramentas de reparação
- Computador a bordo
- Comida desidratada
- Rádio de comunicação
- Kit de primeiros socorros
- Manual de sobrevivência
- Lanterna
- Filtro de água

Perguntas:

5. Quais 3 itens de equipamento você escolheria?
6. Por que escolheu esses itens?

ANEXO nº 18 | Encontre o Seu Par

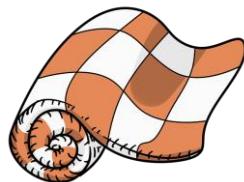
Atividade: “Encontre o Seu Par”

Instruções:

7. Cada aluno recebe uma carta com um item.
8. O objetivo é encontrar o colega que tem o item correspondente, sem falar — apenas usando gestos e movimentos.
9. Quando encontrarem o par correto, fiquem juntos até todos encontrarem o seu par.

Exemplos de pares (cartas):

- | | |
|--------------------------------------|-----------------------|
| • Colher / Garfo | • Cadeado / Chave |
| • Sol / Lua | • Cama / Cobertor |
| • Meias / Sapatos | • Luva / Mão |
| • Escova de dentes / Pasta de dentes | • Cadeira / Mesa |
| • Caneta / Papel | • Laptop / Carregador |
| • Faca / Tábua de cortar | • Pão / Manteiga |



Financiado pela União Europeia. As opiniões e pontos de vista expressos são, no entanto, da exclusiva responsabilidade dos autores e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Fundação Pública Tempus. Nem a União Europeia nem a autoridade financiadora podem ser responsabilizadas pelos mesmos.



Financiado pela União Europeia. As opiniões e pontos de vista expressos são, no entanto, da exclusiva responsabilidade dos autores e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Fundação Pública Tempus. Nem a União Europeia nem a autoridade financiadora podem ser responsabilizadas pelos mesmos.



Financiado pela União Europeia. As opiniões e pontos de vista expressos são, no entanto, da exclusiva responsabilidade dos autores e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Fundação Pública Tempus. Nem a União Europeia nem a autoridade financiadora podem ser responsabilizadas pelos mesmos.

ANEXO nº 20 | *Oportunidades para aprender*

Atividade: “Erros Famosos”

- 1. Descoberta da penicilina (1928)
 - 10. Erro: laboratório mal higienizado
 - 11. Descoberta: Alexander Fleming deixou placas de Petri com culturas de estafilococos e, ao retornar de férias, percebeu que um fungo (*Penicillium notatum*) tinha matado as bactérias ao redor.
 - 12. Resultado: descoberta do primeiro antibiótico, a penicilina, salvando milhões de vidas.

- 2. Descoberta da eletricidade estática (Efeito Volta)
 - Erro: ligação incorreta em um experimento com rãs
 - Descoberta: Luigi Galvani observou que as pernas de rãs se contraíam ao entrar em contato com dois metais diferentes.
 - Consequência: Alessandro Volta desenvolveu a ideia da bateria elétrica, fundando a eletroquímica.

- 3. Descoberta da forma helicoidal do DNA (1953)
 - 7. Erro: uso indevido ou “roubo” de uma imagem
 - 8. Descoberta: a famosa "Foto 51" de Rosalind Franklin foi mostrada sem permissão a Watson e Crick, que compreenderam imediatamente a estrutura da dupla hélice.
 - 9. Consequência: modelo correto do DNA, base da biologia moderna.

Financiado pela União Europeia. As opiniões e pontos de vista expressos são, no entanto, da exclusiva responsabilidade dos autores e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Fundação Pública Tempus. Nem a União Europeia nem a autoridade financiadora podem ser responsabilizadas pelos mesmos.

· 4. Nitroglicerina e dinamite (século XIX)

14. Erro: instabilidade perigosa do composto

15. Descoberta: Alfred Nobel perdeu seu irmão em uma explosão de nitroglicerina. Tentando estabilizar a substância, descobriu que misturá-la com terra siliciosa (kieselguhr) a tornava manuseável.

16. Consequência: invenção da dinamite — e Nobel usou sua fortuna para criar o Prêmio Nobel da Paz.

· 5. Descoberta do corante roxo (1856)

11. Erro: tentativa de sintetizar quinina

12. Descoberta: William Perkin obteve um resíduo roxo enquanto tentava produzir um medicamento contra a malária.

13. Consequência: invenção do corante sintético moderno, revolucionando a indústria têxtil.

· 6. Micro-ondas (1945)

- Erro: engenheiro percebe que uma barra de chocolate derretia no bolso
 - Descoberta: Percy Spencer trabalhava com radar e notou este efeito inesperado.
 - Consequência: invenção do forno de micro-ondas.
-

· 7. Teflon (1938)

- Erro: um gás não se polimeriza como esperado

Financiado pela União Europeia. As opiniões e pontos de vista expressos são, no entanto, da exclusiva responsabilidade dos autores e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Fundação Pública Tempus. Nem a União Europeia nem a autoridade financiadora podem ser responsabilizadas pelos mesmos.

- Descoberta: Roy Plunkett percebeu que o gás usado como refrigerante havia se transformado em um pó branco muito escorregadio.
- Consequência: nascimento do Teflon, usado em revestimentos antiaderentes.

Financiado pela União Europeia. As opiniões e pontos de vista expressos são, no entanto, da exclusiva responsabilidade dos autores e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Fundação Pública Tempus. Nem a União Europeia nem a autoridade financiadora podem ser responsabilizadas pelos mesmos.

ANEXO nº 21 | *Oportunidades para aprender*

Nome da Atividade: “Superpoderes”

Cartas de Superpoderes

- Poder da Perseverança

Efeito: Continuas mesmo quando as coisas ficam difíceis.

- “Não desisto — fico mais forte a cada vez!”

- Faísca da Criatividade

Efeito: Encontras novas formas de resolver problemas.

- “Os erros ajudam-me a pensar fora da caixa!”

- Impulso de Coragem

Efeito: Tentas novamente, mesmo quando tens medo de falhar.

- “Errar não me assusta — aprendo com isso!”

- Raio da Curiosidade

Efeito: Fazes mais perguntas e aprendes mais profundamente.

- “Hmm... fico a pensar por que isto aconteceu?”

- Escudo da Bondade

Efeito: Tratas os outros com gentileza quando cometem erros.

- “Todos cometem erros. Está tudo bem!”

- Lente da Reflexão

Efeito: Paras para pensar no que correu mal — e no que fazer a seguir.

- “Cada erro é uma mensagem!”

- Flash de Humor

Efeito: Consegues rir de pequenos erros e seguir em frente.

- “Ups! Foi engraçado. Vamos tentar outra vez!”

- Pulso da Paciência

Efeito: Manténs a calma quando aprender leva tempo.

- “Aprender é uma viagem, não uma corrida.”

- Como usar:

- Distribui aleatoriamente aos alunos ou deixa que escolham um que corresponda a um erro que tenham cometido.
- Deixa-os decorar o “superpoder” e escrever um exemplo de quando o utilizaram.
- Exibe-os como crachás, cartazes ou num “Mural dos Heróis da Aprendizagem”.

Financiado pela União Europeia. As opiniões e pontos de vista expressos são, no entanto, da exclusiva responsabilidade dos autores e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Fundação Pública Tempus. Nem a União Europeia nem a autoridade financiadora podem ser responsabilizadas pelos mesmos.

ANEXO nº 22 | *Bingo dos Erros*

cartões de Bingo – Erros e Aprendizagem

- Respondeste mal a uma pergunta na aula
- Perdeste algo importante
- Não seguiste corretamente as instruções
- Distraíste-te durante o trabalho de casa
- Escreveste mal uma palavra
- Esqueceste-te de trazer materiais para a aula
- Interpretaste mal os sentimentos de alguém
- Apresaste-te a terminar um projeto
- Não pediste ajuda quando precisavas
- Chegaste atrasado à escola ou a um evento
- Ignoraste as instruções de leitura
- Exageraste na reação a um pequeno problema
- Leste mal uma questão num teste
- Subestimaste o tempo necessário para uma tarefa
- Esqueceste-te de pedir desculpa quando era necessário
- Deixaste um trabalho incompleto
- Ignoraste o conselho de um amigo ou professor
- Perdeste a noção do tempo
- Perdeste o trabalho de casa
- Procrastinaste num projeto
- Não ouviste atentamente as instruções
- Assumiste algo sem perguntar
- Copiaste algo incorretamente sem querer
- Discutiste sem compreender o ponto de vista da outra pessoa
- Esqueceste-te de entregar o trabalho de casa
- Esqueceste-te de estudar para um teste
- Feriste os sentimentos de alguém sem querer
- Perdeste um prazo

Financiado pela União Europeia. As opiniões e pontos de vista expressos são, no entanto, da exclusiva responsabilidade dos autores e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Fundação Pública Tempus. Nem a União Europeia nem a autoridade financiadora podem ser responsabilizadas pelos mesmos.

- Tentaste algo novo e falhaste
- Não comprehendeste um conceito na aula

Museum of Failure

<https://museumoffailure.com/>

Financiado pela União Europeia. As opiniões e pontos de vista expressos são, no entanto, da exclusiva responsabilidade dos autores e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Fundação Pública Tempus. Nem a União Europeia nem a autoridade financiadora podem ser responsabilizadas pelos mesmos.

ANEXO nº 24 | "Puzzle"

HISTÓRIAS DE ESFORÇO E CRESCIMENTO

História

- 1 O Treino Perdido do Mateus
Mateus joga futebol há três anos. Depois de muito treino, tornou-se capitão da equipa. Recentemente saltou vários treinos, pensando: "Sou sempre a estrela; não preciso de mais exercícios." No jogo de sábado jogou mal.
- 2 A Nina e as Teclas Altas do Piano
A Nina tem 7 anos; a maioria dos colegas da sua aula de piano tem 10–11 anos. Ela pratica diariamente, mas as mãos pequenas ainda não alcançam certos acordes. Sente-se desapontada e diz: "Não sou boa o suficiente."
- 3 O Almoço Ambicioso do Tomás
Tomás (9 anos) adora cozinhar e quer ser chefe de cozinha. Tentou preparar um almoço de três pratos para a família, espalhou farinha por todo o lado, queimou o molho e sentiu-se derrotado.
- 4 A Corrida Rápida da Leonor
Leonor corre por todo o lado! Numa corrida de 50 metros fez o seu melhor pessoal em 9 segundos, mas terminou em 4.º lugar. Ainda assim, sentiu-se orgulhosa e sorriu na linha de chegada.
- 5 O Desafio de Recuperação do Rui
Rui faltou uma semana à escola e foi ensinada uma nova metodologia de ciências. O trabalho de casa demorava muito e continuava a cometer erros, mesmo depois de reler o livro.

Perguntas para Discussão

- Por que é que o Mateus teve dificuldades?
- Que palavras de incentivo poderiam ajudá-lo a recuperar a sua melhor forma?
- Por que é que a Nina se sente sem sucesso?
- Como é que planos de prática e palavras de incentivo a podem ajudar a progredir?
- Por que é que o Tomás não teve sucesso desta vez?
- Que objetivo mais pequeno (e palavras encorajadoras) poderiam ajudá-lo a ter sucesso?
- Por que é que a Leonor está contente mesmo sem ganhar medalha?
- Como é que a sua atitude pode inspirar os outros?
- Por que é que o Rui está a ter dificuldades?
- Que passos de apoio e palavras encorajadoras poderiam ajudá-lo a compreender a nova metodologia?

História

6 A Beatriz e o Novo Tablet
Beatriz era uma aluna excelente. Desde que recebeu um tablet, joga primeiro e depois apressa o trabalho de casa, já cansada. Os erros acumulam-se e as notas descem.

7 A Frustração do Quebra-Cabeças 3D do Diogo
Diogo adora montar conjuntos. O pai comprou-lhe um puzzle 3D complexo de um robô. Depois de várias tentativas falhadas nas peças difíceis, desistiu e disse que nunca mais montaria o robô.

Perguntas para Discussão

- Por que é que o sucesso da Beatriz diminuiu?
- Que plano (e lembretes positivos) podem ajudá-la a equilibrar estudo e lazer?

- Por que é que o Diogo desistiu?
- Que mentalidade e palavras encorajadoras poderiam ajudá-lo a completar o robô?

Exemplos de frases de incentivo:

10. Conseguiste resolver isso!
11. Conseguiste!
12. Estás a aprender a amarrar os atacadores. Na semana passada tiveste dificuldade, mas esta semana conseguiste sem problema.
13. Conta-me como fizeste.
14. Vejo que estás a trabalhar arduamente.
15. Isto é difícil para ti, mas estás a insistir.
16. Pensaste bem e encontraste uma solução nova.
17. Notei como ajudaste o teu amigo.
18. Continua a tentar, estás a melhorar dia após dia!

Podes escrever algumas no quadro ou criar um cartaz como exemplo, começando as frases com “Conseguiste...”, “Vejo que...”, “Continua a...”.

Financiado pela União Europeia. As opiniões e pontos de vista expressos são, no entanto, da exclusiva responsabilidade dos autores e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Fundação Pública Tempus. Nem a União Europeia nem a autoridade financiadora podem ser responsabilizadas pelos mesmos.

ANEXO nº26 Bingo card questions

Fala outra língua

Tem uma comida favorita diferente da tua

Usa óculos

Tem um animal de estimação

Celebra um feriado diferente

Gosta de um desporto diferente

Não tomou pequeno-almoço hoje

Gosta de matemática

Ganhou um concurso

É preguiçoso(a) / passa muito tempo no sofá

Já viu uma cobra na natureza

Vê televisão mais de uma hora por dia

Já discutiu com um amigo recentemente

Gosta de comida muito picante

Roí as unhas

Nasceu em janeiro

Tem medo de aranhas

Sabe tocar um instrumento musical

Adora nadar

Tem mais de quatro irmãos/irmãs

É filho(a) único(a)

Sabe assobiar