



Guia Metodológico

Hábito – Paciência	<p>Descrição e importância a nível escolar:</p> <p>O dicionário Webster define paciência como: a capacidade, o hábito ou o facto de ser paciente; suportar o que é difícil ou desagradável sem se queixar. A paciência é definida como a qualidade de ser paciente, como o suportar de provocação, aborrecimento, infortúnio ou dor, sem queixas, perda de temperamento, irritação, ou algo semelhante.</p> <p>Para uma criança pequena, a paciência pode ser definida como "continuar, mesmo que as coisas se tornem difíceis; manter a calma quando alguém ou alguma coisa a incomoda; e esperar calmamente pelas coisas".</p> <p>Para as crianças pequenas, trabalhar numa situação desafiadora requer paciência porque pode ser tentador ficar frustrado ou desistir se o projecto não tomar forma rapidamente ou como eles tinham previsto. As ideias incluem colar pequenos objectos, enfiar missangas, desenhar uma grelha e colorir os quadrados da grelha num padrão. Fale sobre a paciência que por vezes é precisa enquanto se desenvolve um projeto e no final, a satisfação que é de vermos o projeto concluído. Dê aos nossos alunos a oportunidade de reflectir sobre o que os rodeia e ajude-os a crescer com paciência, estudando a paciência de um pássaro ao construir o seu ninho, a paciência que necessitamos para cultivarmos o nosso jardim, a paciência que precisamos para plantar uma flor, cultivá-la e esperar que floresça.</p>
Atividade/ jogo	<p>Nome da atividade / jogo:</p> <p>Cultivar "doces de paciência"</p>
Idade /ano escolar	6 – 14 anos
Duração	+ - 40 minutos (+ - 30 minutos) aula extra
Recursos e materiais	Uma chávena de água, três chávenas de açúcar, um frasco de vidro, um clipe de papel, um corante alimentar (opcional), uma toalha de papel ou um filtro de café, e um fio de lã ou de algodão.
Descrição específica Aula passo a passo	<p>Objectivos de aprendizagem</p> <ul style="list-style-type: none"> - ajudar os alunos a crescer em paciência; - escolher algumas actividades que ajudam as crianças; - a esperar calmamente por um momento ou recompensa;

- a ser mais tolerante com as dificuldades dos outros;
- a controlar um temperamento brusco, uma atitude mais exigente e a intolerância para com as falhas dos outros.

Passos

1- Enquanto adulto que supervisiona, ferva um copo de água no fogão.

2 - Retire a panela do fogão e peça a um dos alunos para o ajudarem a mexer nas três chávenas de açúcar, uma colher de chá de cada vez. (Este é o primeiro exercício de paciência.) Enquanto os seus filhos alunos os mexem cada colher de chá de açúcar até dissolver, fale de situações em que é difícil ser paciente. Encoraje-os a agitarem com dedicação. (Se o açúcar não for mexido gradualmente, o seu "doce de paciência" não se formará adequadamente). Assim que o açúcar começar a acumular-se no fundo do recipiente, é porque já foi adicionado o açúcar suficiente.

3 - Em seguida, despeje a sua solução saturada de açúcar num frasco de vidro transparente. Se desejar, agora é o momento de usar corantes alimentares para tingir a água com açúcar.

4 - Para criar uma superfície de crescimento para os cristais, amarre um fio de lã ou algodão no meio de um lápis. Amarre um clipe de papel ou um gancho esterilizado semelhante, sem chumbo, à outra extremidade do fio.

5 - Enrole o fio na solução de açúcar, certificando-se de que o peso está muito próximo, mas não tocando o fundo do frasco.

6 - Mova o frasco para um local em que resguardado, mas que possa ser observado de perto. Cubra a parte superior com uma toalha de papel ou filtro de café para protegê-lo de contaminação.

7- Tudo o que resta a fazer é observar e esperar. Cerca de 24 horas depois, você deve ver cristais a formar-se. Os cristais continuarão a formar-se até que o açúcar se esgote.

8 - Finalmente, retire os cristais e deixe-os secar. Pode guardá-los ou permitir que os alunos os comam.

Se gosta de comer ou admirar os cristais, reserve algum tempo para refletir com seus alunos que temos que ter o poder em nós que nos ajude a ser pacientes.

Assim como os cristais não cresceram imediatamente, às vezes temos que esperar calmamente e leva tempo para conseguirmos o que queremos, para conseguirmos uma recompensa pelo nosso esforço.

Explique que ser paciente é difícil, mas com algum treino, é possível e gratificante!

2ª aula

Exemplos Extra

A paciência na natureza

Os animais demonstram uma paciência significativa durante a incubação dos seus ovos. Muitos passam um tempo significativo sem comida e água enquanto esperam que seus ovos ecludam.

Use perguntas para apresentar aos alunos a ideia de que as aves são pacientes. As aves geralmente incubam seus ovos pelo menos duas semanas antes de seus pintos eclodirem.

1 - Quanto tempo acham que uma ave tem que ficar em cima dos ovos antes deles eclodirem?

2 - O que aconteceria se a ave ficasse impaciente e fosse embora, deixando seus ovos por muito tempo?

3 - Há alguma coisa que lhe seja difícil esperar?

Para um lembrete de paciência, pode pedir aos alunos que pratiquem fazer barulho de ave ou chilrear na próxima vez que forem tentados a ser impacientes. Até você pode querer começar a chilrear como um pássaro como um lembrete quando vir um aluno a começar a ficar impaciente. As aves podem-nos lembrar a todos que ser paciente tem a sua própria recompensa. Pela sua paciência, os pássaros são recompensados com um ninho cheio de pássaros bebês. Da mesma forma, quando os membros da família são pacientes uns com os outros, a sua recompensa é um lar pacífico.

O amadurecimento dos frutos

Comprar fruta verde, com antecedência. Traga-a para as aulas e peça aos seus alunos que a provem um dos frutos quando estiverem verdes, depois espere alguns dias e peça-lhes para voltar a provar quando o fruto em questão estiver amadurecido. Explique que a vida é como esperar que a

	<p>fruta amadureça. Às vezes, quando estamos impacientes pelas coisas e as exigimos imediatamente, o resultado final será tão bom como se tivéssemos esperado.</p> <p>Poderá dar outros exemplos mais práticos e aplicáveis à vida dos seus alunos, como um bolo de aniversário quando eram mais pequenos. Como era por vezes difícil esperar que os convidados chegassem para comer um pouco daquele bolo favorito e tão saboroso mas como seria muito decepcionante servir aos amigos e convidados um bolo de aniversário já cortado.</p>
--	---