



AULAS PROGRAMADAS - ESTUDOS DOMICILIARES 4
PROJETO DE VIDA – PROFESSOR: MARCUS FRAGA – 8º ANO

ROTEIRO DE ATIVIDADES ASSÍNCRONAS DE 26/04 a 07/05:

1. Atividades das Aulas dos dias 30/04 e 07/05 – **PROJETO DE VIDA**: Identificando Minhas Competências
 - a. Turma, vamos continuar com nossos estudos para o projeto de vida, para tal em anexo segue a continuação da missão 3 identificando minhas competências parte 2, sigam as instruções e façam o que se pede.
- Registrar suas elaborações e produções passar para PDF se possível e encaminhar por aqui na plataforma, opção de entregas, para quem não tem acesso à internet, deve fazer sua entrega na escola em folhas e não em caderno.
- Tendo dúvidas poderá encaminhar para o e-mail: marcus-vfraga@educar.rs.gov.br, ou pelo número de WhatsApp (51) 981511740.
- Abaixo segue o link da playlist, na qual vocês encontrarão aulas anteriores gravadas.

Link: https://www.youtube.com/playlist?list=PLS94J19d3npS3EMh1_Q8IELHpQpmoeoNH

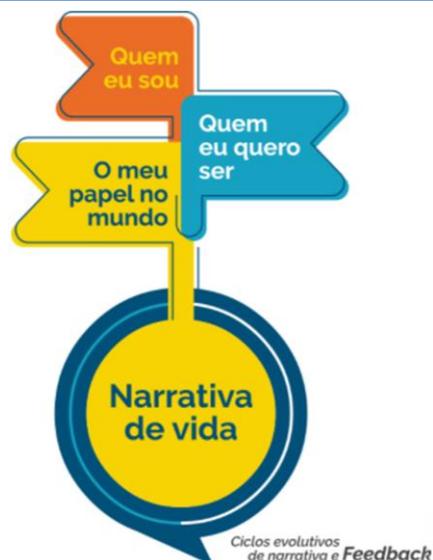
Observação:

→ Não deixar dúvidas!! Anotar seus questionamentos para que possamos saná-los, se possível. sanar as dúvidas vocês poderão enviar também pelo e-mail citado acima que responderei sempre que possível, ou ainda publicar no mural do “Google Sala de Aula”.

PROJETO DE VIDA

Projeto de Vida é o caminho entre o “**Quem eu sou**” e o “**Quem eu quero ser**”. Através de um processo bem estruturado unindo **autoconhecimento**, planejamento e prática, o aluno aprende a se conhecer melhor, identifica seus potenciais, interesses e sonhos, definindo **metas e estratégias para alcançar seus objetivos**.

“Aprender a falar sobre si mesmo, a escutar, a olhar nos olhos, a perceber a si mesmo e o outro”



Agora que você entendeu como é responder utilizando rubricas, vamos continuar aplicando com várias perguntas nas quais você utilizará esse método para responder. Caso você não lembre, acesse a atividade 3 para lembrar.

Foco consiste em “atenção seletiva” – isto é, a capacidade de selecionar um objetivo, tarefa ou atividade e então direcionar toda nossa atenção apenas para a tarefa “selecionada” e nada mais. Quando estamos altamente focados, somos capazes de nos concentrar e evitar distrações. Permanecer focado é especialmente difícil quando a tarefa em que estamos trabalhando não é muito interessante para nós, ou repetitiva ou desafiadora.

Por que isso é importante? Foco é uma habilidade importante porque nos ajuda a prestar atenção e a nos concentrar na atividade ou tarefa programada para agora, e que precisamos terminar e ignorar todas as outras distrações. Sem foco, podemos perder a noção do que estamos fazendo, esquecer o que as pessoas estão nos dizem.

Rubrica: De uma forma geral, **como você autoavalia seu foco?** Leia a seguir as descrições de cada degrau de desenvolvimento desta habilidade.

Acho difícil prestar atenção e focar nas coisas que faço. Me distraio com muitas outras coisas.	Entre os degraus 1 e 2	Consigo me concentrar por algum tempo nas coisas que faço, mas depois me distraio. Acho difícil manter o foco.	Entre os degraus 2 e 3	Consigo evitar distrações e manter o foco nas coisas que faço. Não me distraio facilmente.	Entre os degraus 3 e 4	Consigo prestar muita atenção e ignorar as distrações. Eu me mantenho focado nas coisas importantes, mesmo se forem difíceis. Nada me distrai depois de ter começado.
<input type="radio"/> Degrau 1	<input type="radio"/> Degrau 1-2	<input type="radio"/> Degrau 2	<input type="radio"/> Degrau 2-3	<input type="radio"/> Degrau 3	<input type="radio"/> Degrau 3-4	<input type="radio"/> Degrau 4

Agora assinale abaixo a opção de degrau que melhor te representa, preenchendo completamente o espaço compreendido pelo círculo correspondente à sua resposta. Ela deve ser preenchida na caixa. “Aplicação 1”, caso seja a primeira vez que você responde, na Aplicação 2”, caso seja a segunda vez e assim sucessivamente.

APLICAÇÃO 1								APLICAÇÃO 2								APLICAÇÃO 3							
Data da Aplicação: ____/____/____								Data da Aplicação: ____/____/____								Data da Aplicação: ____/____/____							
DEGRAU	<input type="radio"/>	DEGRAU	<input type="radio"/>	DEGRAU	<input type="radio"/>																		
4. Por que você se avaliou neste degrau? Explique melhor e dê exemplos:								4. Por que você se avaliou neste degrau? Explique melhor e dê exemplos:								4. Por que você se avaliou neste degrau? Explique melhor e dê exemplos:							
_____								_____								_____							
_____								_____								_____							
_____								_____								_____							
_____								_____								_____							

Iniciativa Social é a habilidade de aproximar-se e relacionar-se com os outros, como os amigos, professores e pessoas novas que podem, eventualmente, tornar-se amigas. Especificamente, trata-se de iniciar, manter e apreciar as relações e o contato social. Praticar iniciativa social nos torna mais hábil no trabalho em equipe, na comunicação expressiva e para falar em público (por exemplo, falar em um grupo, de pessoas ou na frente da classe).

Por que isso é importante? Porque nos ajuda a permanecer conectados com pessoas que já conhecemos bem (como a família ou amigos) e estabelecer ligação com pessoas que estamos começando a conhecer! Também nos ajuda a comunicar livremente com os outros, aproveitar o tempo que passamos com eles e a nos sentirmos confortáveis em pequenos e grandes grupos. Com a iniciativa social, podemos facilmente abordar os outros e conhecer pessoal interessantes, que podem nos ajudar a aprender, crescer e compreender coisas novas e diferentes!

Rubrica: De uma forma geral, **como você autoavalia sua iniciativa social?** Leia a seguir as descrições de cada degrau de desenvolvimento desta habilidade.

Tendo a ser quieto(a) e tímido(a). Não me sinto confortável ao me aproximar e conversar com pessoas que não conheço bem. Geralmente, eu não sei sobre o que conversar em um grupo.	Entre os degraus 1 e 2	Eu me sinto confortável ao conversar e consigo me divertir com amigos e pessoas que conheço bem. Mas acho mais difícil conhecer pessoas novas e compartilhar com elas coisas sobre mim mesmo.	Entre os degraus 2 e 3	Eu me sinto confortável ao me aproximar e conversar com as pessoas mesmo que eu ainda não as conheça bem. Me sinto tranquilo(a) quando interajo com as pessoas em um grupo.	Entre os degraus 3 e 4	Acho fácil me aproximar das pessoas que não conheço bem e conversar com elas. Sou bom/boa em me divertir com as outras pessoas. Facilmente encontro coisas sobre o que conversar ou faço com que os outros também conversem.
<input type="radio"/> Degrau 1	<input type="radio"/> Degrau 1-2	<input type="radio"/> Degrau 2	<input type="radio"/> Degrau 2-3	<input type="radio"/> Degrau 3	<input type="radio"/> Degrau 3-4	<input type="radio"/> Degrau 4

Agora assinale abaixo a opção de degrau que melhor te representa, preenchendo completamente o espaço compreendido pelo círculo correspondente à sua resposta. Ela deve ser preenchida na caixa. “Aplicação 1”, caso seja a primeira vez que você responde, na Aplicação 2”, caso seja a segunda vez e assim sucessivamente.

APLICAÇÃO ①								APLICAÇÃO ②								APLICAÇÃO ③							
Data da Aplicação: ____/____/____								Data da Aplicação: ____/____/____								Data da Aplicação: ____/____/____							
DEGRAU	<input type="radio"/>	DEGRAU	<input type="radio"/>	DEGRAU	<input type="radio"/>																		
4. Por que você se avaliou neste degrau? Explique melhor e dê exemplos:								4. Por que você se avaliou neste degrau? Explique melhor e dê exemplos:								4. Por que você se avaliou neste degrau? Explique melhor e dê exemplos:							
_____								_____								_____							
_____								_____								_____							
_____								_____								_____							
_____								_____								_____							
_____								_____								_____							

Interesse Artístico diz respeito a valorizar, admirar e apreciar o design, as produções artísticas e ver beleza em todas as formas. Podemos usar nossa imaginação e habilidades criativas para produzir ou vivenciar arte em muitos domínios diferentes, tais como visual (pintura, fotografias, grafite, vídeos), verbal (histórias, poemas, drama), musical (uma música, um rap, tocar bateria, dança) e muitas outras maneiras (arquitetura, desenho industrial – como design de um telefone celular).

Por que isso é importante? Porque nos ajuda a valorizar e expressar arte com nossas emoções e ações. Com interesse artístico, podemos apreciar diferentes manifestações da atividade humana, como música, teatro pintura etc, e nos sentir motivados para praticá-las da maneira que gostamos. Apreciar arte é nos expressar, conectarmo-nos com os outros e nos divertir!

Rubrica: De uma forma geral, **como você autoavalia sua interesse artístico?** Leia a seguir as descrições de cada degrau de desenvolvimento desta habilidade.

Não presto muita atenção à arte. Não tenho muito interesse nas atividades ligadas à arte.	Entre os degraus 1 e 2	Algumas manifestações de arte me Interessam, mas não todas. Quando alguém me explica, ou faz algo artístico, posso gostar ou até mesmo participar.	Entre os degraus 2 e 3	Apreço diferentes manifestações de arte e partípo de atividades artísticas. Acho a arte bonita.	Entre os degraus 3 e 4	Me conecto com a arte. Aprecio sua beleza. Gosto de praticá-la e me expressar por meio dela. Acho que Isso enriquece minha vida.
<input type="radio"/> Degrau 1	<input type="radio"/> Degrau 1-2	<input type="radio"/> Degrau 2	<input type="radio"/> Degrau 2-3	<input type="radio"/> Degrau 3	<input type="radio"/> Degrau 3-4	<input type="radio"/> Degrau 4

Agora assinale abaixo a opção de degrau que melhor te representa, preenchendo completamente o espaço compreendido pelo círculo correspondente à sua resposta. Ela deve ser preenchida na caixa. “Aplicação 1”, caso seja a primeira vez que você responde, na Aplicação 2”, caso seja a segundavez e assim sucessivamente.

APLICAÇÃO 1								APLICAÇÃO 2								APLICAÇÃO 3							
Data da Aplicação: ____/____/____								Data da Aplicação: ____/____/____								Data da Aplicação: ____/____/____							
DEGRAU	<input type="radio"/>	DEGRAU	<input type="radio"/>	DEGRAU	<input type="radio"/>																		
4. Por que você se avaliou neste degrau? Explique melhor e dê exemplos:								4. Por que você se avaliou neste degrau? Explique melhor e dê exemplos:								4. Por que você se avaliou neste degrau? Explique melhor e dê exemplos:							
_____								_____								_____							
_____								_____								_____							
_____								_____								_____							
_____								_____								_____							
_____								_____								_____							

Na próxima atividade continuaremos com as demais competências.