



ESCOLA ESTADUAL DE EDUCAÇÃO BÁSICA  
APELES PORTO ALEGRE  
Rua São Manoel, 1981 – Bairro Santana – Porto Alegre/RS



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

### ROTEIRO DE ATIVIDADES ASSÍNCRONAS DE 11/03 À 26/03:

Turma querida, como estão? Espero que bem, sejam bem vindos a mais um ano letivo, eu sou prof. Marcus Fraga e será um prazer trabalhar com vocês a disciplina de Projeto de Vida, não tivemos nenhum encontro presencial para nos conhecermos, mas inicio meu trabalho com vocês, na qual foi planejada essa atividade e espero que ela os ajude a entender o que é o Projeto de Vida e os auxilie na aplicação dos conceitos que ele aborda.

→ Tendo dúvidas poderá encaminhar para o e-mail: [marcus-vfraga@educar.rs.gov.br](mailto:marcus-vfraga@educar.rs.gov.br), ou pelo número de WhatsApp (51) 981511740.

→ Estamos aguardando a plataforma Google sala de aula ser liberada para podermos receber as atividades, enquanto isso façam as mesmas e guardem com vocês para poderem enviar pela plataforma assim que ela for liberada.

#### **Observação:**

→ Não deixar dúvidas!!

Anotar seus questionamentos para que possamos saná-los, se possível.

→ Para sanar as dúvidas vocês poderão enviar também pelo e-mail ou WhatsApp citados acima que responderei sempre que possível, ou ainda publicar no mural do “Google Sala de Aula” assim que esse último for liberado.

### 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”***



Lendo o que foi explanado anteriormente faça o que se pede:

## MISSÃO 1: DESCOBRINDO "SUPERPODERES"

Provavelmente, em algum momento de sua vida, você já imaginou como seria se tivesse superpoderes. Ser invisível, ter a força de um gigante, correr mais rápido que o vento ou conseguir ler mentes são poderes que vemos nos filmes de super-heróis. Se você pudesse escolher ter superpoderes, quais teria?

Saindo do mundo da imaginação dos super-heróis, saiba que você tem os seus próprios poderes. Isso quer dizer que você tem qualidades e valores que o(a) tornam único(a) e especial. Ninguém no mundo é igual a você! Para pensar e compreender quais são os seus poderes, é preciso pensar sobre si mesmo(a).

Para descobrir mais sobre suas qualidades, faça este rápido exercício.

Refleta e preencha a tabela a seguir. Se precisar copie o quadro em uma folha e adicione mais linhas.

Eu sou bom(boa) em	Eu preciso aprender a	Eu tenho medo de	Eu me animo quando	Eu não gosto de

Como foi? Converse com um(a) colega sobre o que foi mais fácil e o que foi mais difícil.

O que você acaba de fazer é um exercício de **autoconhecimento**. Assim como conhecemos outras pessoas – nossos familiares, amigos e professores – também temos que conhecer a nós mesmos! E isso nunca acaba. Por incrível que pareça, estamos sempre descobrindo coisas sobre como somos, como nos sentimos quando alguma situação específica acontece etc.

Para terminar esta missão, considerando o que indicou na tabela anterior, pense em 3 superpoderes que você já tem! Vale de tudo: saber guardar um segredo, conseguir manter seu armário organizado, manter a calma quando alguma coisa te chateia etc.

Converse com um(a) colega se conseguir fazê-lo por telefone, whatsApp, ou qualquer outro forma de comunicação.