

PLANEJAMENTO - 3ª SÉRIE - ENSINO MÉDIO

MÓDULO	TEMAS	CONTEÚDO CONCEITUAL	QUANTIDADE AULAS	CONTEÚDO PROCEDIMENTAL	CONTEÚDO ATITUDINAL
	PROJETO ESPECIAL	TCC sobre profissão	Este Projeto está na página 138 do livro e é livre para ser realizado ou não, durante o ano. Ver orientações no final do planejamento.		
AUTOCONEHECIMENTO E INTELIGÊNCIA EMOCIONAL	Sucesso e felicidade	Aprofundar o conhecimento sobre sucesso e felicidade.	1	<p>Iniciar a aula com um vitalizador.*</p> <p>Propor um debate sobre o conceito de sucesso e felicidade.</p> <p>Analisar o significado de "ser feliz" e "estar feliz".</p> <p>Orientá-los a responder às questões e compartilhar as impressões individuais no Pensar, Sentir e Agir.</p> <p>Pedir que pesquisem números de casos de ansiedade e depressão da região para na próxima aula fazer uma exposição das mesmas.</p>	<p>Cultivar o sentimento de felicidade.</p> <p>Ter consciência do seu próprio potencial e habilidades.</p> <p>Ter um olhar positivo sobre as situações diárias.</p> <p>Cultivar o bom humor.</p>
	Sugestão	<p>*Vitalizador: Dinâmica das frases - Distribuir para cada aluno uma bexiga vazia e um pedaço de papel. Solicitar que escrevam no papel o que é Felicidade, dobrar, guardar na bexiga e depois enchê-la. Após, colocar uma música e ao som dela todos jogam as bexigas ao alto e as espalham pela sala. Quando a música parar, cada aluno deve pegar um balão, estourar e ler a frase encontrada, interpretando a sua maneira.</p> <p>Video: Sucesso e Felicidade. < https://www.youtube.com/watch?v=eo_NERni1Tc> Acessado no dia 24 de novembro de 2016.</p> <p>Música: Felicidade - Marcelo Jeneci - <https://www.youtube.com/watch?v=s2IAZHAsoLI&list=RDs2IAZHAsoLI> Acessado em 23 de novembro de 2016.</p>			

	A criatividade é a energia que move o mundo	Desenvolver a criatividade	3	<p>Fazer um levantamento sobre qual é o entendimento dos alunos sobre criatividade.</p> <p>Ler o texto e promover um debate com os alunos sobre as questões apresentadas no início do texto.</p> <p>Promover um Quiz com as 5 biografias de personalidade sugeridas no manual na pág. 24.</p> <p>Ler o artigo "Entenda o design thinking"* e orientar os alunos a desenvolver o processo mencionado na sessão Fazendo conexões: Arte e comunicação, registrando em uma folha para expor no mural da sala.</p> <p>Debater o porquê alguém compraria ou usaria este serviço.</p> <p>Orientá-los a fazer o teste para saber quais os chapéus que mais se identificam.</p> <p>Pedir que eles leiam as respostas e apresentem mais informações, que são citadas no manual, na pág. 25.</p> <p>Sugerir que assistam em casa a série de programas em DVD "Coleção Neurociências na Educação".**</p>	<p>Ser criativo.</p> <p>Arriscar, tentar algo novo.</p> <p>Confiar em si.</p> <p>Valorizar seus talentos, iniciativas.</p> <p>Sonhar, pensar grande.</p>
	Sugestão	<p>*Artigo: Entenda o design thinking <74010aRCRD">http://www.sebrae.com.br/sites/PortalSebrae/artigos/entenda-o-design-thinking,369d9cb730905410VgnVCM1000003b>74010aRCRD. Acessado no dia 24 de novembro de 2016.</p> <p>**Série: Coleção Neurociência da educação - Palestrante Suzana Herculano - Nas últimas décadas as pesquisas em Neurociências vêm contribuindo para um conhecimento inédito de como o cérebro se desenvolve e funciona. Conhecimento fundamental para os diversos campos da ciência, em especial o da Educação. Nesta série de programas, a neurocientista Suzana Herculano-Houzel traz estas descobertas para o contexto educativo e revela como estas ideias podem ajudar na compreensão do processo de aprendizagem. Este programa oferece os seguintes conteúdos; O que é aprender; Um excesso de sinapses inicial; Remodelando os circuitos; Sinapses corretas; Criação e remoção das sinapses um processo contínuo; Janelas de oportunidade; Genética como ponto de partida; Oportunidade, prática e motivação; Fatores que influenciam a aprendizagem; Atenção a grande porta do aprendizado.</p>			
	Somos todos cidadãos	Perceber a importância da língua na construção da identidade	1	<p>Ler os textos, ressaltando a importância da língua como constituinte de nossa identidade.</p> <p>Orientá-los a acessar o site do Museu da Língua Portuguesa* e da Estação da Luz** para conhecer as exposições realizadas.</p> <p>Orientar a realização da atividade.</p>	<p>Ser criativo.</p> <p>Valorizar aspectos culturais.</p>

Sugestão	<p>*Site: Museu da Língua Portuguesa - Museu interativo sobre a língua portuguesa, localizado na cidade de São Paulo, Brasil, no histórico edifício Estação da Luz, no Bairro da Luz. O objetivo da instituição é criar um espaço vivo sobre a língua portuguesa, considerada como base da cultura do Brasil, onde seja possível causar surpresa nos visitantes com os aspectos inusitados e, muitas vezes, desconhecidos de sua língua materna. Recentemente parte do prédio que abrigava o museu passou por um incêndio e passa por processo de restauração. <http://www.museudalinguaportuguesa.org.br/?cat=3> Acessado no dia 24 de novembro de 2016.</p> <p>**Site: Estação da Luz - A estação da Luz faz parte do cartão postal da cidade de São Paulo. Localizada na Praça da luz, bairro da luz. Foi inaugurada em 16 de fevereiro de 1867. No início sua primeira edificação foi de uma plataforma constituída por um pequeno bloco de um pavimento localizado lateralmente à linha da estrada de ferro. Atualmente a estação da luz possui um prédio bem maior do que o de início. A estação da luz só fica atrás da estação Brás em termos de volume movimentação e volume de entrada de passageiros. <http://www.estacaodaluz.org.br/>Acessado no dia 24 de novembro de 2016.</p>			
Planejar ou não planejar, eis a questão!	Compreender a importância do planejamento	1	<p>Explorar a temática do planejamento e da organização como estratégia para cumprir objetivos.</p> <p>Propor, no Pensar, Sentir e Agir, aos alunos pintarem o gráfico conforme o nível de satisfação em cada área da vida e analisá-lo.</p> <p>Solicitar que preencham o quadro, registrando os objetivos a partir das orientações da questão anterior. Esta atividade pode ser organizada em duplas para que compartilhem com alguém seus objetivos.</p>	<p>Dispor-se a eleger alguém para auxiliar na conquista de uma meta.</p> <p>Desenvolver o autoconhecimento a partir da análise das diferentes áreas da vida.</p> <p>Colocar em prática uma meta e ações para alcançá-la, levando em conta o planejamento.</p>
Cenas da vida	Refletir sobre a temática da autoestima e do autoconhecimento a partir da obra de arte e do poema	1	<p>Solicitar à turma que observe a obra e leia o poema.</p> <p>Orientar os alunos a responder as questões propostas no Partilhar e Refletir sobre as expressões artísticas, abordando: autoconhecimento e inteligência emocional.</p>	<p>Aprofundar o autoconhecimento a partir da reflexão sobre a autoimagem e o atual momento de vida: a adolescência.</p>
Valores e atitudes	Aprender sobre os valores paz e amor	1 ou 2	<p>Promover um grafite coletivo.*</p> <p>Propor reflexões sobre estes valores a partir das questões apresentadas.</p> <p>Orientar a turma na confecção dos cartões para expressarem sentimentos de paz e amor.</p>	<p>Relacionar os valores com ações práticas do dia a dia.</p>
Sugestão	<p>*Atividade artística: Para trabalhar os temas Paz e Amor, sugere-se fazer um grafite com a turma em um muro, mural ou outros, disponibilizados pela escola. Todos devem participar e contribuir de alguma maneira, expressando sentimentos sobre os temas.</p>			

	Fique ligado	Organizar uma sessão de cinema com o filme sugerido, "Homens, mulheres e filhos"*, ou pedir que assistam em casa. Depois, promover um debate para conversar sobre Bullying, anorexia, exposição excessiva e vício em jogos on line. Acesse o site TED, e localize o TED Amy Cuddy - A linguagem corporal** molda quem você é (tem opção de vídeo com legenda em português), e assistam ao vídeo. Após todos assistirem o vídeo, promover um debate sobre a linguagem corporal.			
	Sugestão	* Filme: Homens, mulheres e filhos - 2014 - Não recomendado para menores de 16 anos - Adultos, adolescentes e crianças amam, sofrem, se relacionam e compartilham tudo, sempre conectados. A internet é onipresente e, nesta grande rede em que o mundo se transformou, as ideias de sociedade e interação social ganham um novo significado. Algumas situações como um casal que não tem intimidade; uma garota que quer ser uma anoréxica melhor; um adolescente que vive em num mundo de pornografia virtual, fazem o expectador repensar a relações humanas. ** Vídeo: TED - Amy Cuddy - A linguagem corporal molda quem você é. Psicóloga social Amy Cuddy - A linguagem corporal afeta a maneira como os outros nos vêem, mas também pode mudar a maneira como nos vemos. A psicóloga social Amy Cuddy nos mostra como "fazer poses de poder" — ficar numa postura confiante, mesmo quando não nos sentimos confiantes — pode afetar os níveis de testosterona e cortisol no cérebro, e pode até ter um impacto nas nossas chances de sucesso.< https://www.ted.com/talks/amy_cuddy_your_body_language_shapes_who_you_are?language=pt-br > Acessado em 24 de novembro de 2016.			
	Diário de bordo		1	Avaliar conceitos e conhecimentos adquiridos.	Promover uma retomada dos conceitos e aprendizados realizados ao longo do módulo. Proporcionar a prática de uma visão ampla e abrangente sobre as ideias centrais do módulo.
ESCOLHAS PROFISSIONAIS	As profissões e o mercado de trabalho	Conhecer mais a respeito das profissões e o mercado de trabalho	1	Ler o texto e promover um debate com os alunos sobre as questões apresentadas no início do texto. Questionar se conhecem todas as profissões dos tópicos. Solicitar que escolham uma profissão entre essas e pesquisem.	Conhecer melhor as profissões. Fazer escolhas mais assertivas. Ampliar o repertório sobre as profissões existentes.

Profissionais em falta no mercado de trabalho brasileiro e mundial	Conhecer quais os profissionais que estão em falta no mercado	1 ou 2	Ler o texto, refletir e debater sobre os dados apresentados. * Pesquisar profissões e socializá-las.** Orientá-los a responder às questões no Pensar, Sentir e Agir. Solicitar que cada um preencha o seu quadro de desempate com seis profissões que mais gostem.	Buscar informações confiáveis sobre a profissão e as possíveis escolhas. Estabelecer critérios de escolha.
Sugestão	* Vitalizador: http://g1.globo.com/economia/concursos-e-emprego/noticia/2016/08/desemprego-entre-jovens-cresce-no-mundo-todo-em-2016-diz-oit.html (dica informativa) Acessado no dia 24 de novembro de 2016. ** Vitalizador: Pedir aos alunos que escolham uma profissão e pesquisem imagens, palavras ou objetos de trabalho relacionadas a carreira escolhida. Com as imagens, os alunos deverão produzir cartazes da sua profissão. Após concluírem, propor que eles apresentem para a turma. No final, promova uma roda de conversa com as questões sugeridas no manual do professor na pág. 26.			
Escolha certa	Conhecer os caminhos de acesso ao Ensino Superior	2	Ler os textos com os alunos e iniciar um debate sobre as modalidades de ensino e as diversas formas de ingresso nas instituições de Ensino Superior. Falar a respeito de tipos de instituição, cursos e diplomas, modalidades de ensino. Ler o texto sobre cotas com o grupo. Solicitar que debatam, divididos em grupos prós e contra, sobre a necessidade desta Lei no Brasil, argumentando suas posições. Assistir ao vídeo.*	Atualizar-se sobre as formas de acesso ao Ensino Superior.
Sugestão	* Vídeo: Vídeo que explica o porquê das cotas nas instituições de ensino. < https://www.youtube.com/watch?v=jFhLEj8o65Y > Acessado no dia 24 de novembro de 2016.			
Como escolher a melhor universidade	Conhecer critérios importantes para a escolha da universidade.	1	Ler e debater com os alunos sobre as questões apresentadas no início do texto. Responder as questões no Pensar, Sentir e Agir. Orientá-los a consultar sua instituição de interesse no site do MEC, na área "Buscar por instituições de Ensino Superior".	Conhecer bem a instituição na qual pretende fazer sua formação profissional. Realizar escolhas conscientes.
Cenas da vida	Perceber que as escolhas partem de um ponto de vista. Compreender que somos seres multideterminados	1	Solicitar a leitura do texto da música e da tirinha. Orientá-los a relacionar o tema do módulo com as expressões artísticas. Promover um debate em que os alunos comentem sobre os desafios, inseguranças e consequências de se fazer uma escolha na vida.	Fazer escolhas conscientes.

	Valores e atitudes	Aprender sobre os valores igualdade e fraternidade	2	<p>VALORES E ATITUDES</p> <p>Propor reflexões sobre estes valores a partir das questões apresentadas.</p> <p>VALORES EM AÇÃO</p> <p>Solicitar que criem jogos utilizando as informações sobre os valores estudados.</p>	Relacionar os valores com ações práticas do dia a dia.
	Fique ligado	<p>Organizar uma sessão de cinema com o filme sugerido "Billy Elliot", ou peça que assistam em casa.*</p> <p>Promover um debate para conversar sobre as escolhas que contradizem as escolhas esperadas e a como realizar os seus sonhos.</p> <p>Sugerir à turma a leitura dos livros "Cartas" ** e "Mulher e mercado de trabalho no Brasil" ***, e peça que compartilhem as impressões e opiniões entre eles.</p>			
	Sugestão	<p>* Filme: Billy Elliot - 2000 - Billy Elliot (Jamie Bell) um garoto de 11 anos que vive numa pequena cidade da Inglaterra, onde o principal meio de sustento são as minas da cidade. Obrigado pelo pai a treinar boxe, Billy fica fascinado com a magia do balé, ao qual tem contato através de aulas de dança clássica que são realizadas na mesma academia onde pratica boxe. Incentivado pela professora de balé (Julie Walters), que vê em Billy um talento nato para a dança, ele resolve então pendurar as luvas de boxe e se dedicar de corpo e alma dança, mesmo tendo que enfrentar a contrariedade de seu irmão e seu pai sua nova atividade.</p> <p>** Livro: Cartas a um jovem - O livro faz parte da série Cartas a um jovem, na qual pretendemos disponibilizar, aos que estão começando, àqueles que já começaram ou que ainda estão em dúvida, ou mesmo aos curiosos e interessados que desejam saber mais sobre a área, que mais do que informações. Queremos mostrar os meandros da profissão, revelar seu dia-a-dia e responder com sinceridade às dúvidas e inseguranças que surgem. Tudo isso, feito por um profissional de renome, uma referência da profissão no Brasil, alguém que possua experiência e principalmente, todo o conhecimento de quem já passou pelos obstáculos e venceu.</p> <p>*** Livro: UCHÔA, Marcelo Ribeiro. O Mulher no mercado de trabalho no Brasil: Um Estudo Sobre Igualdade Efetiva Baseado no Modelo Normativo Espanhol. São Paulo: LTR, 2016. - A obra problematiza sobre a discriminação de gênero praticada contras as mulheres no mercado de trabalho brasileiro. A partir do estudo comparado da realidade fático-normativa nacional com a perspectiva espanhola, à luz da Ley Orgánica 3/2007, de 22 de marzo, para la igualdad efectiva de mujeres y hombres, o estudo propõe medidas para diminuir o quadro discriminatório no Brasil. O livro é prefaciado pelo juslaboralista espanhol Professor Doutor Manuel Carlos Palomeque López, Catedrático de Direito do Trabalho da Universidade de Salamanca.</p>			
	Diário de bordo		1	Avaliar conceitos e conhecimentos adquiridos.	<p>Promover uma retomada dos conceitos e aprendizados realizados ao longo do módulo.</p> <p>Proporcionar a prática de uma visão ampla e abrangente sobre as ideias centrais do módulo.</p>

MERCADO DE TRABALHO E EDUCAÇÃO FINANCEIRA

Da faculdade para o mercado de trabalho	Conhecer jovens que empreendem	1	Solicitar a leitura do texto sobre vida profissional e atitude empreendedora. Propor que os alunos respondam às questões no Pensar, Sentir e Agir. Pedir que pesquisem em diferentes mídias (internet, revistas e jornais) anúncios de estágios e empregos e acessem sites de empresas nas quais eles se interessariam em trabalhar e compartilhem com o grupo. Promover uma visita de um profissional de RH.*	Refletir sobre a própria atitude empreendedora. Ser empreendedor.
Sugestão	*Vitalizador: Convidar pais, ex-alunos ou algum profissional que trabalha na área de Recursos Humanos para participar de um debate sobre o que se espera de um jovem quando ele ingressa no mercado de trabalho. Solicitar aos alunos que preparem, antecipadamente, perguntas para fazer durante a entrevista.			
Antes da entrevista	Conhecer as formas de se preparar para uma entrevista	1	Pedir que leiam o texto individualmente e respondam as questões iniciais. Promover um debate sobre o texto e as questões respondidas. Orientar na realização das atividades do Pensar, Sentir e Agir.	Acreditar em seu potencial. Ser confiante. Fazer autoanálise. Procurar conhecer a empresa antes da entrevista. Cuidar da aparência. Ser determinado e ético.
Atitude empreendedora	Conhecer o empreendedorismo social.	1	Assistir o filme "Quem se importa".* Organizar uma conversa sobre as histórias reais apresentadas no filme. Solicitar aos alunos que escolham um empreendedor citado no filme e pesquisem sobre a vida e o trabalho. Acessar o site do filme e do projeto educativo. Promover um debate com a turma sobre a participação em projetos sociais.	Refletir sobre a atitude empreendedora e a importância do empreendedorismo social na sociedade.
Sugestão	*Filme: Quem se importa - 2012 - Este documentário investiga as iniciativas de 19 empreendedores sociais pelo mundo, dentre eles o prêmio Nobel da Paz, Muhammad Yunus. A narração é de Rodrigo Santoro e a direção de Mara Mourão (Doutores da Alegria).			
Como elaborar seu currículo	Conhecer formas de elaborar o currículo	1	Ler o texto e conversar sobre o currículo, esclarecendo possíveis dúvidas. Orientar as atividades do pensar, Sentir e Agir.	Elaborar um bom currículo.

	Aprendendo a ler as metaperguntas	Entender o que são metaperguntas	1	Ler o texto com os alunos explicando os itens conforme a necessidade. Solicitar a turma que criem metaperguntas e realizem a entrevista entre eles. Orientar para o preenchimento das colunas na questão do Pensar, Sentir e Agir.	Elaborar um bom currículo. Estar atento aos sinais verbais e não verbais do entrevistador e aos sinais emitidos por si mesmo durante a entrevista. Treinar habilidades para um bom desempenho em uma entrevista ou processo seletivo.
	Plano de negócios	Conhecer o que é plano de negócios	2	Ler o texto e conversar sobre as ideias apresentadas. Orientar os alunos a pensar a respeito de algo em que gostariam de empreender, conforme sugerido no Pensar, Senti e Agir. Dividir a turma em pequenos grupos conforme o interesse, para que construam um plano de negócio, seguindo as 10 etapas das atividades. Solicitar a apresentação do Plano de Negócio.	Estabelecer objetivos e criar meios para alcançá-los. Planejar de modo consistente.
	Consumismo	Entender o que é e o que causa a frustração por não consumir e suas consequências. Identificar como nossas emoções e autoestima podem influenciar nossos padrões de consumo.	1 ou 2	Promover um debate com os alunos sobre as duas questões apresentadas no início do texto. Ler os textos com os alunos e explicar a relação entre frustração e consumismo. Debater sobre momentos que foram consumistas e sobre o poema. Orientar na realização das atividades do Pensar, Sentir e Agir. Solicitar aos alunos que conversem seus amigos e familiares sobre os prós e contras de começar a trabalhar antes de concluir o Ensino médio para a próxima aula.	Consumir de forma consciente. Tolerar frustrações. Valorizar o ser. Aprender a lidar com limites.
	Cenas da vida	Refletir sobre o trabalho na adolescência	1	Pedir a turma que leia o texto. Solicitar aos alunos que compartilhem o que concluíram quanto aos prós e contras de iniciar a trabalhar ainda no Ensino Médio. Conversar sobre as duas questões propostas.	Equilibrar estudos e trabalho.

	Valores e atitudes	Aprender sobre os valores justiça e universalidade	1 ou 2	<p>VALORES E ATITUDES</p> <p>Propor reflexões sobre estes valores a partir das questões propostas.</p> <p>VALORES EM AÇÃO</p> <p>Orientar os alunos na simulação de entrevista de emprego.</p>	Relacionar os valores com ações práticas do dia a dia.
	Fique ligado	Sugerir a leitura dos livros "O teorema de Katherine"* e/ou "A menina do vale"*** e pedir que compartilhem as impressões e opiniões entre eles, sobre desenvolver competências, habilidades e atitudes empreendedoras.			
	Sugestão	<p>*Livro: GREEN, John. O teorema de Katherine. Rio de Janeiro: Intrínseca, 2013. - Se o assunto é relacionamento, o tipo de garota de Colin Singleton tem nome: Katherine. E em se tratando de Colin e Katherines, o desfecho é sempre o mesmo: ele leva o fora. Já aconteceu muito. Dezenove vezes, para ser exato. Depois do mais recente e traumático término, ele resolve cair na estrada. Dirigindo o Rabecão de Satã, com seu caderninho de anotações no bolso e um melhor amigo bem fora de forma no banco do carona, o ex-garoto prodígio, viciado em anagramas e PhD em levar pés na bunda, descobre sua verdadeira missão: elaborar e comprovar o Teorema Fundamental da Previsibilidade das Katherines, que tornará possível antever, através da linguagem universal da matemática, o desfecho de qualquer relacionamento antes mesmo que as duas pessoas se conheçam. Uma descoberta que vai mudar para sempre a história amorosa do mundo, vai vingar séculos de injusta vantagem entre Terminantes e Terminados e, enfim, elevará Colin Singleton diretamente ao distinto posto de gênio da humanidade. Também, é claro, vai ajudá-lo a reconquistar sua garota. Ou, pelo menos, é isso o que ele espera.</p> <p>**Livro: PESCE, Bel. A menina do vale: como o empreendedorismo pode mudar sua vida. São Paulo: Enkla, 2015. - Bel é um ponto fora da curva. Um dos grandes expoentes do empreendedorismo, essa brasileira já trabalhou em empresas como Google, Microsoft e Deutsche Bank. Tudo isso antes dos 20 anos! Hoje, aos 24 anos, comanda sua própria empresa: a startup Lemon, sediada no Vale do Silício, Estados Unidos, berço de algumas das mais importantes empresas de tecnologia do mundo. Este livro revela ensinamentos que Bel aprendeu em sua aventura empreendedora e apresenta casos de sucesso que mostram que tudo é possível quando há uma boa ideia e muita dedicação.</p>			
	Diário de bordo		1	Avaliar conceitos e conhecimentos adquiridos.	<p>Promover uma retomada dos conceitos e aprendizados realizados ao longo do módulo.</p> <p>Proporcionar a prática de uma visão ampla e abrangente sobre as ideias centrais do módulo.</p>

MÉTODOS DE ESTUDO E PROCESSOS SELETIVOS	Aprender a aprender	Aprender sobre as preferências sensoriais	2	Ler os textos com os alunos e debater sobre as diversas formas de aprendizado. Propor uma reflexão quanto aos hábitos de estudos de cada um. Solicitar que respondam as questões propostas no Pensar, Sentir e Agir.	Ter bons hábitos de estudos a partir do perfil identificado. Aproveitar todas as oportunidades para aprender.
	Equilíbrio emocional e sucesso escolar	Entender os processos para se manter em equilíbrio emocional e alcançar sucesso escolar	1	Solicitar aos alunos que leiam os textos em pequenos grupos e debatam sobre o roteiro para seguir no dia da prova, baseando-se no manual do professor, na pág. 30. Orientar a turma a responder às questões no Pensar, Sentir e Agir.	Praticar relaxamento e técnicas de concentração. Conectar-se com a própria essência. Buscar coisas que dão prazer. Ter bons hábitos alimentares. Cuidar da saúde.
	Ansiedade	Entender a ansiedade e as formas de lidar com ela e com o "branco"	2	Fazer o levantamento com os alunos dos sintomas pessoais de ansiedade e anotá-las na lousa. Ler os textos com a turma e discutir os assuntos apresentados. Dar dicas para lidar com o "branco" na hora da prova. Conversar, no Pensar, Sentir e Agir, sobre a importância do controle emocional e de saber lidar com a ansiedade, utilizando como referências as questões do manual, na pág. 30.	Manter-se calmo e seguro. Ser capaz de manter o equilíbrio. Acreditar em si. Saber lidar com a ansiedade. Respirar adequadamente.
	Neurocuriosidade	Perceber a importância da escrita e da meditação como formas de expressão dos sentimentos	1	Solicitar a leitura dos textos e iniciar um debate sobre eles com os alunos. Propor que escrevam sobre os sentimentos durante uma semana. Após este período, pedir que releiam os registros individualmente e compartilhem, caso desejem, com o grupo sobre esse exercício.	Praticar a escrita e a meditação como estratégias para aprofundar o autoconhecimento e lidar com situações adversas.
	Cenas da vida	Obter informações sobre a meditação transcendental e conhecer alguns praticantes.	1	Solicitar a leitura do texto e conversar sobre como a prática da meditação pode auxiliar na rotina. Fazer meditação com os alunos, seguindo as orientações do site, se julgar pertinente* Pedir que respondam às questões individualmente.	Refletir sobre a prática meditativa. Praticar a meditação como forma de relaxamento.

	Sugestão	*Site: Templo Zulai - A prática contínua da meditação é capaz de eliminar as tensões que vão se desenvolvendo na vida diária, desfazendo os nós que foram atados por nosso velho hábito de reagir de forma desequilibrada tanto às situações negativas, quanto às positivas. < http://www.templozulai.org.br/como-meditar.html > Acessado no dia 24 de novembro de 2016.			
	Valores e atitudes	Aprender sobre os valores unidade e diversidade	1 ou 2	Propor reflexões sobre estes valores a partir das questões apresentadas Orientar os alunos na criação de uma campanha que promova o respeito à diversidade, por meio de cartazes, encenações ou apresentação de dança ou outros.	Relacionar os valores com ações práticas do dia a dia.
	Fique ligado	Sugerir a turma, a leitura do livro "Revolução no aprendizado: autonomia e hábito de estudo", e pedir que compartilhem as impressões e opiniões entre eles, sobre os impactos de seus estudos e suas perspectivas para o futuro. Organizar uma sessão de cinema com o filme sugerido, "Coach Carter: treino para a vida"**, ou pedir que assistam em casa. Depois, promover um debate para conversar sobre trabalho em equipe, superação, metas, busca pelo equilíbrio e a importâncias do planejamento e de ter objetivos.			
	Sugestão	*Livro: MENDES, Fábio Ribeiro. Porto Alegre: Dom Quixote Editora, 2009. - Revolução no aprendizado: autonomia e hábito de estudo. Neste livro, o autor transforma a profundidade do assunto em uma leitura prática e sequencial, cativando o leitor através de desafios a construir etapas de organização, autonomia e autoria. Ele revisita o espaço de outras áreas relacionadas ao tema, contextualizando suas inter-relações com foco na prática do estudo. As 4 etapas de estudo sugeridas pela vivência do autor levam o aluno a percorrer o trajeto da informação à formação e, finalmente, transformação do conhecimento. **Filme: Coach Carter: treino para a vida - 2015. - O dono de uma loja de artigos esportivos, Ken Carter (Samuel L. Jackson), aceita ser o técnico de basquete de sua antiga escola, onde conseguiu recorde e que fica em uma área pobre da cidade. Para surpresa de muitos ele impõe um rígido regime, em que os alunos que queriam participar do time tinham de assinar um contrato que incluía um comportamento respeitoso, modo adequado de se vestir e ter boas notas em todas as matérias. A resistência inicial dos jovens acaba e o time sob o comando de Carter vai se tornando imbatível. Quando o comportamento do time fica muito abaixo do desejável Carter descobre que muitos dos seus jogadores estão tendo um desempenho muito fraco nas salas de aula. Assim Carter toma uma atitude que espanta o time, o colégio e a comunidade.			
	Diário de bordo		1	Avaliar conceitos e conhecimentos adquiridos.	Promover uma retomada dos conceitos e aprendizados realizados ao longo do módulo. Proporcionar a prática de uma visão ampla e abrangente sobre as ideias centrais do módulo.

	Projeto especial		Livre	Orientar os alunos a elaborar um projeto de conclusão, em formato de pôster, caderno, revista ou jornal, com o tema "Próximos passos - empregabilidade e primeiro emprego", abordando assuntos como: empregabilidade, empreendedorismo, estágio fora do país, bolsa de estudos, sucesso no vestibular e/ou ENEM, tendências de mercado, desafio do jovem na atualidade.	Reforçar conceitos trabalhados ao longo do ano e a partir de um projeto.
	Jogo		1 ou mais	O jogo pode ser trabalhado em qualquer momento em que o professor considerar oportuno.	Desenvolver habilidades reflexivas sobre a construção da cidadania e da maturidade.