

(DES)
ENVOLVER

&

(TRANS)
FORMAR

ITALE CERICATO

PROJETO DE VIDA

VOLUME ÚNICO
ENSINO MÉDIO

MANUAL DO PROFESSOR

ea
editora ática

(DES)

VOLUME ÚNICO
ENSINO MÉDIO

ENVOLVER

&

(TRANS)

FORMAR

PROJETO DE VIDA

MANUAL DO PROFESSOR

ITALE CERICATO

Bacharela e licenciada em Psicologia pela Faculdade Paulistana de Ciências e Letras (SP). Mestre em Psicologia pela Universidade São Marcos (SP). Doutora em Educação pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP)

Professora de Psicologia da Educação e Educação Inclusiva e orientadora do Programa de Pós-graduação em Educação na Universidade Federal de São Paulo (Unifesp)

Pesquisadora nas áreas de Formação de Professores e Desenvolvimento e Aprendizagem na Sala de Aula

Foi professora da Educação Básica nas redes pública e particular de São Paulo

1ª EDIÇÃO, SÃO PAULO, 2020



editora ática

Presidência: Paulo Serino

Direção editorial: Lauri Cericato

Gestão de projeto editorial: Heloisa Pimentel e Mirian Senra

Edição: Ana Lúcia Lucena, André Albert e Regina Gomes de Souza

Planejamento e controle de produção: Vilma Rossi e Camila Cunha

Revisão: Hélia de Jesus Gonsaga (ger.), Rosângela Muricy (coord.), Ana Paula C. Malfa, Ana Maria Herrera, Carlos Eduardo Sigris, Diego Carbone, Gabriela M. Andrade, Heloisa Schiavo, Hires Heglan, Kátia S. Lopes Godoi, Luciana B. Azevedo, Luis M. Boa Nova, Luiz Gustavo Bazana, Patrícia Cordeiro, Patrícia Travanca, Paula T. de Jesus, Sandra Fernandez, Sueli Bossi e Vanessa P. Santos

Arte: Claudio Faustino (ger.), Erika Tiemi Yamauchi (coord.), Ana Miadaira (edição de arte), Alexandre Miasato Uehara, Carlos Magno, Daniele Fátima Oliveira, Elen Coppini Camioto e Yong Lee Kim

Iconografia e tratamento de imagens: Sílvio Klugin (ger.), Roberto Silva (coord.), Evelyn Torrecilla (pesquisa iconográfica), Cesar Wolf (tratamento de imagens)

Licenciamento de conteúdos de terceiros: Fernanda Carvalho (coord.), Erika Ramires e Márcio Henrique (analistas adm.)

Cartografia: Alexandre Bueno e Mouses Sagiorato

Design: Gláucia Koller (ger.), Flávia Dutra (proj. gráfico e capa), Ana Miadaira e Yong Lee Kim (proj. gráfico), Tangente Design (proj. gráfico Manual do Professor)

Todos os direitos reservados por Editora Ática S.A.

Avenida Paulista, 901, 4º andar
Jardins – São Paulo – SP – CEP 01310-200
Tel.: 4003-3061
www.edocente.com.br
atendimento@aticascipione.com.br

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

Cericato, Itale
(Des)envolver e (trans)formar : Projeto de vida, volume único / Itale Cericato. -- 1. ed. -- São Paulo : Ática, 2020.

Suplementado pelo manual do professor
Bibliografia
ISBN: 978-85081-9600-5 (aluno)
ISBN: 978-85081-9601-2 (professor)

1. Ensino médio 2. Projetos de vida 3. Autoconhecimento
4. Leitura do mundo 5. Orientação profissional 6. Educação financeira 7. Identidade 8. Relações interpessoais
9. Mundo do trabalho I. Título

20-1183

CDD 373.02

Angélica Ilacqua CRB-8/7057

2020

Código da obra CL 713705

CAE 722665 (AL) / 722666 (PR)

1ª edição

1ª impressão

De acordo com a BNCC.



Impressão e acabamento

APRESENTAÇÃO

Querido estudante,

As recentes modificações ocorridas no Ensino Básico de nosso país, especificamente no Ensino Médio, tiveram por objetivo transformar a escola em um lugar que acolhe a juventude. Isso não aconteceu por acaso. Por muitos anos, uma desconexão entre os anseios dos jovens e o que a escola exigia deles se refletiu em altos índices de evasão.

Para enfrentar essa realidade, foi concebido o **Novo Ensino Médio**, que reorganizou concepções e práticas para garantir aprendizagens capazes de corresponder às exigências de um mundo em constante mudança.

Ao reorganizar-se e colocar os estudantes no centro da vida escolar, o Novo Ensino Médio elege o trabalho com projeto de vida como eixo orientador para uma formação integral: que promova seu desenvolvimento pessoal e social e os capacite para corresponder aos desafios das sociedades contemporâneas.

Para atender aos objetivos do Novo Ensino Médio, é necessário que os currículos escolares sejam organizados de acordo com as diretrizes da **Base Nacional Comum Curricular (BNCC)**, documento homologado em 2018 que garante um conjunto de aprendizagens essenciais e comuns a todos os estudantes da

Educação Básica, além da oferta de itinerários formativos, que permitam aos jovens escolher entre diferentes percursos a formação que mais se aproxima de seus interesses, aptidões e projeto de vida.

Em consonância com esses princípios, este livro o convida a elaborar um projeto de vida durante seu percurso escolar no Ensino Médio. Cada atividade dele foi cuidadosamente escolhida a fim de proporcionar experiências significativas que lhe permitam conhecer a si e aos outros e refletir sobre seu papel no mundo, vivenciando e compartilhando as inquietações que compõem esse processo. Nele, você não encontrará respostas prontas ou caminhos já trilhados, mas oportunidades para constituir-se no protagonista da própria história.

Construir um projeto de vida é essencial para alcançar o que se deseja, pois, quando se tem ideia de onde se quer chegar, fica mais fácil percorrer os caminhos necessários e enfrentar os obstáculos que surgem no percurso.

Assim, espero que aceite esse convite e que sua entrada no mundo adulto seja amparada por uma orientação consistente. É um prazer dividir essa construção com você! Seja bem-vindo!

A autora

CONHEÇA ESTE LIVRO

A obra se organiza em três **módulos**. Cada um deles vai tratar de uma dimensão de seu projeto de vida: **EU, O OUTRO** e **NÓS**.

O módulo está dividido em três **capítulos**, que vão detalhar temas específicos relacionados às dimensões.

O capítulo é dividido em seções que oferecem textos, imagens e atividades para orientá-lo na construção de seu projeto de vida.



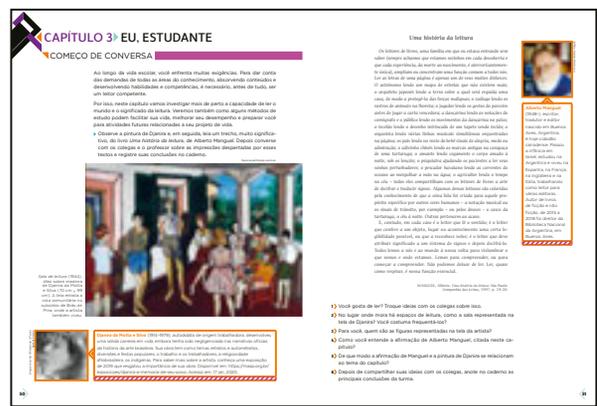
ABERTURA DE MÓDULO

A abertura do módulo apresenta um grafite, com a intenção de sintetizar a dimensão que será trabalhada nos capítulos e mexer com o imaginário, e um pequeno texto para introduzir o tema, além de enumerar os capítulos do módulo, assim como as competências mobilizadas em cada um deles.



VIVÊNCIA DE TRANSIÇÃO ENTRE OS MÓDULOS

Integra a mobilização das competências e habilidades trabalhadas em um módulo e permite sensibilizar para os temas que serão trabalhados no próximo.



ABERTURA DE CAPÍTULO - COMEÇO DE CONVERSA

A abertura do capítulo se faz com a seção **Começo de conversa**. Por meio de diferentes gêneros textuais, propõe uma discussão inicial para nortear os estudos desenvolvidos no capítulo, identificar o que se conhece a respeito do tema e sensibilizar para os desafios propostos.

VIVÊNCIA

Em dois momentos do capítulo, essa proposta utiliza linguagens e recursos variados a fim de propiciar experiências motivadoras, significativas e contextualizadas que permitam mobilizar competências relacionadas com o conhecimento de si, do outro e do mundo.

VIVÊNCIA SÍNTESE

Por meio de experiências motivadoras, significativas, contextualizadas e compartilhadas, essa seção propõe a identificação dos aspectos essenciais e das habilidades principais relacionadas ao tema de estudo. Você, estudante, desempenha papel ativo no encaminhamento das atividades propostas a fim de consolidar o conhecimento construído.

VIVÊNCIA INTEGRADORA

Seção final do volume, busca consolidar o percurso formativo por meio da sugestão de registro do projeto de vida.

TEXTO E CONTEXTO

Você sabe o que é um **relatório** ou **relatório** elaborado na Física, o termo designa a apresentação do conteúdo de uma experiência sobre os resultados obtidos e a análise dos fenômenos físicos e a capacidade de ler com compreensão, entender conclusões e fazer críticas, através de situações de grande relevância.

Uma tarefa a ser realizada em uma atividade coletiva ou experimento em um campo de concentração durante a Segunda Guerra Mundial, o relato de um soldado alemão.



Relato de Erika Eva Eger

Quando eu era menina eu vivia no campo de concentração de Auschwitz, não sei mais o que aconteceu com os outros prisioneiros, mas sei que eu sobrevivi. Eu não sei mais o que aconteceu com os outros prisioneiros, mas sei que eu sobrevivi. Eu não sei mais o que aconteceu com os outros prisioneiros, mas sei que eu sobrevivi.

CONHEÇA TAMBÉM

1. Leia o texto e reflita sobre o relato de Erika Eva Eger. O que você aprendeu com esse relato? Como você se sente ao ler esse relato? Como você se sente ao ler esse relato?

2. Leia o texto e reflita sobre o relato de Erika Eva Eger. O que você aprendeu com esse relato? Como você se sente ao ler esse relato? Como você se sente ao ler esse relato?

3. Leia o texto e reflita sobre o relato de Erika Eva Eger. O que você aprendeu com esse relato? Como você se sente ao ler esse relato? Como você se sente ao ler esse relato?

TEXTO E CONTEXTO

Ocorrendo também em dois momentos distintos do capítulo, essa seção constitui caminhos para a ampliação do repertório cultural e uma formação crítica. Por meio de variados gêneros textuais, aborda temáticas do mundo físico, social, histórico, cultural e digital com o objetivo de entender e explicar a realidade para, enfim, atuar nela.

REFLETIR E ARGUMENTAR

Subseção de **Texto e contexto**, propõe questionamentos que estimulam a pesquisar, inquirir, averiguar, inferir e consolidar informações, fenômenos, fatos e conceitos, além de demandar habilidades de oralidade, leitura e escrita a fim de obter, construir e aprofundar conhecimentos de modo ativo, autoral e significativo.

GLOSSÁRIO

Apresenta o significado do uso de palavra destacada no texto.

TEXTO E CONTEXTO

A prática de leitura crítica na abordagem dos textos literários e sociais é aquela que pretende analisar e compreender o texto, levando em consideração o contexto em que ele foi produzido, a intenção do autor e a linguagem utilizada. Essa prática é essencial para a compreensão e a interpretação dos textos literários e sociais.

CONHEÇA TAMBÉM

1. Leia o texto e reflita sobre o relato de Erika Eva Eger. O que você aprendeu com esse relato? Como você se sente ao ler esse relato? Como você se sente ao ler esse relato?

2. Leia o texto e reflita sobre o relato de Erika Eva Eger. O que você aprendeu com esse relato? Como você se sente ao ler esse relato? Como você se sente ao ler esse relato?

3. Leia o texto e reflita sobre o relato de Erika Eva Eger. O que você aprendeu com esse relato? Como você se sente ao ler esse relato? Como você se sente ao ler esse relato?

BIOGRAFIA

Traz dados essenciais sobre autor de texto de circulação social utilizado na obra.

CONHEÇA TAMBÉM

Apresenta dica cultural para ampliação do repertório e fruição estética.



INTEGRANDO SABERES

Em diálogos articulados entre saberes, você foi convidado a refletir sobre suas características individuais e avaliar sua forma de integrar de uma maneira mais profunda, relevante, útil e significativa os conhecimentos adquiridos em sala de aula, em situações reais de vida, superando a autonegação e a autonegação.

Gerarções: cultura e momento histórico

GERAÇÃO DE 1960

GERAÇÃO DE 1970

GERAÇÃO DE 1980

GERAÇÃO DE 1990

GERAÇÃO DE 2000

GERAÇÃO DE 2010

GERAÇÃO DE 2020

INTEGRANDO SABERES

Privilegiando produções ora individuais, ora coletivas, essa seção propõe a sistematização dos aspectos essenciais trabalhados no capítulo e das principais competências e habilidades com eles relacionados. As atividades estimulam a ler e interpretar, argumentar, pesquisar e registrar informações, apresentar as produções realizadas, construir projetos, resolver problemas e dialogar com os colegas e a comunidade.

RETOMADA

Autoavaliação de uma atividade fundamental nos estudos e no desenvolvimento de um projeto de pesquisa. O autor deve refletir sobre o processo de aprendizagem e o conhecimento adquirido, bem como sobre o impacto social e cultural do projeto.

ANÁLISE DA ATIVIDADE	SE	SI	NO
1. O autor conseguiu identificar os objetivos e a importância do projeto?			
2. O autor conseguiu identificar os recursos utilizados e a importância deles para o projeto?			
3. O autor conseguiu identificar os resultados obtidos e a importância deles para o projeto?			
4. O autor conseguiu identificar os impactos sociais e culturais do projeto?			

PARA SABER MAIS

Desafio a seguir sobre arte e fontes de informação sobre arte e cultura. Algumas fontes de informação sobre arte e cultura são:

- 1. Museu de Arte de São Paulo (MASP)
- 2. Museu de Arte Moderna de São Paulo (MAM)
- 3. Museu de Arte Contemporânea de São Paulo (MAC)
- 4. Museu de Arte do Rio de Janeiro (MARJ)
- 5. Museu de Arte do Rio de Janeiro (MARJ)

RETOMADA

Autoavaliação da aprendizagem que retoma as estratégias trabalhadas no capítulo a fim de que você identifique os pontos que devem ser eventualmente retomados e aqueles que deseja aprofundar.

PARA SABER MAIS

Para ampliar as aprendizagens constituídas no decorrer do processo de estudo e subsidiar a construção do projeto de vida, sugere-se o acesso a recursos variados, como músicas, filmes, livros, sites, charges, histórias em quadrinhos e visitas a museus, entre outros.

COMPETÊNCIAS GERAIS DA BNCC

Estudante no centro da aprendizagem, desenvolvimento integral e formação para a vida no século XXI.

01

Para entender e explicar a realidade, continuar aprendendo e colaborar para a construção de uma sociedade justa, democrática e inclusiva.

02

Para investigar causas, elaborar e testar hipóteses, formular e resolver problemas e criar soluções (inclusive tecnológicas) com base nos conhecimentos das diferentes áreas.

03

Para participar de práticas diversificadas da produção artístico-cultural.

04

Para expressar-se e partilhar informações, experiências, ideias e sentimentos em diferentes contextos e produzir sentidos que levem ao entendimento mútuo.

05

Para comunicar-se, acessar e disseminar informações, produzir conhecimentos, resolver problemas e exercer protagonismo e autoria na vida pessoal e coletiva.

PENSAMENTO CIENTÍFICO, CRÍTICO E CRIATIVO

Exercitar a curiosidade intelectual e recorrer à abordagem própria das ciências, incluindo a investigação, a reflexão, a análise crítica, a imaginação e a criatividade.

CONHECIMENTO

Valorizar e utilizar os conhecimentos historicamente construídos sobre o mundo físico, social, cultural e digital.

SENSO ESTÉTICO E REPERTÓRIO CULTURAL

Valorizar e fruir as diversas manifestações artísticas e culturais, das locais às mundiais.

COMUNICAÇÃO

Utilizar diferentes linguagens – verbal (oral ou visual-motora, como Libras, e escrita), corporal, visual, sonora e digital –, bem como conhecimentos das linguagens artística, matemática e científica.

CULTURA DIGITAL

Compreender, utilizar e criar tecnologias digitais de informação e comunicação de forma crítica, significativa, reflexiva e ética nas diversas práticas sociais (incluindo as escolares).



TRABALHO E PROJETO DE VIDA

Valorizar a diversidade de saberes e vivências culturais e apropriar-se de conhecimentos e experiências que lhe possibilitem entender as relações próprias do mundo do trabalho.

ARGUMENTAÇÃO

Argumentar com base em fatos, dados e informações confiáveis.

AUTOCONHECIMENTO E AUTOCUIDADO

Conhecer-se, apreciar-se e cuidar de sua saúde física e emocional.

EMPATIA E COOPERAÇÃO

Exercitar a empatia, o diálogo, a resolução de conflitos e a cooperação.

AUTONOMIA E CIDADANIA

Agir pessoal e coletivamente com autonomia, responsabilidade, flexibilidade, resiliência e determinação.

06

Para fazer escolhas alinhadas ao exercício da cidadania e ao seu projeto de vida, com liberdade, autonomia, consciência crítica e responsabilidade.

07

Para formular, negociar e defender ideias, pontos de vista e decisões comuns que respeitem e promovam os direitos humanos, a consciência socioambiental e o consumo responsável em âmbito local, regional e global, com posicionamento ético em relação ao cuidado de si mesmo, dos outros e do planeta.

08

Para compreender-se na diversidade humana e reconhecer suas emoções e as dos outros, com autocritica e capacidade para lidar com elas.

09

Para fazer-se respeitar e promover o respeito ao outro e aos direitos humanos, com acolhimento e valorização da diversidade de indivíduos e de grupos sociais, seus saberes, identidades, culturas e potencialidades, sem preconceitos de qualquer natureza.

10

Para tomar decisões com base em princípios éticos, democráticos, inclusivos, sustentáveis e solidários.

NOVO ENSINO MÉDIO: DIFERENCIAIS

As mudanças do Novo Ensino Médio visam maior engajamento, autonomia, protagonismo e aprendizagem dos estudantes a partir da realidade de uma sociedade em transformação.



Síntese com base em consulta dos principais documentos oficiais sobre o Novo Ensino Médio (Lei n. 13 415, de 2017, BNCC e Guia de implementação do Novo Ensino Médio).

01

- Novo olhar sobre o processo de aprendizagem com mais tempo para aprender o que é essencial e se aprofundar no que interessa.
- Foco no desenvolvimento de habilidades e competências para a atuação na sociedade contemporânea.
- Desenvolvimento da autonomia e do protagonismo para construção do projeto de vida e inserção no mundo do trabalho.
- Aprender a aprender para ser capaz de resolver problemas e dirigir a própria vida.
- Desenvolvimento das competências socioemocionais para relacionar-se consigo e com os outros.
- Desenvolvimento integral do estudante: físico, intelectual, emocional e social.

02

- Hoje: em média, 2 400 horas (800 h/ano).
- Até 2022: pelo menos, 3 000 horas (1 000 h/ano).
- Sem prazo definido: progressivamente, 4 200 horas (1 400 h/ano).

03

- Maior articulação entre a teoria e a prática.
- Desenvolver a capacidade de aprender a aprender.
- Acolher e respeitar a singularidade.
- Formar os estudantes para a sociedade do século XXI.
- Análise, reflexão crítica e solução de problemas.
- Leitura, compreensão, argumentação e produção de textos.
- Desenvolver as competências socioemocionais.

04

- Formação geral básica: desenvolvimento das competências gerais, competências específicas e habilidades previstas na BNCC para cada uma das áreas do conhecimento.
- Projeto de vida: desenvolvimento da autonomia e do protagonismo do estudante com foco na vida pessoal, acadêmica, na escolha da profissão e no exercício da cidadania.
- Conhecimentos flexíveis para escolha dos estudantes: itinerários formativos (aprofundamento em área do conhecimento e/ou na educação técnica profissional, observados o interesse do estudante e a disponibilidade da escola) e disciplinas eletivas (oferta opcional que leva em conta o interesse e a realidade do estudante).

05

O Novo Ensino Médio não trata especificamente do Enem, mas estão previstas mudanças com provas adequadas à BNCC e ao itinerário formativo escolhido pelo estudante.

MAPEAMENTO DA OBRA

Competências, habilidades e dimensões do projeto de vida

MÓDULO 1: EU																						
CAPÍTULO	1. IDENTIDADE							2. AUTOCONHECIMENTO							3. EU, ESTUDANTE							
1 SEÇÃO	CC	V1	TC1	V2	TC2	IS	VS	CC	V1	TC1	V2	TC2	IS	VS	CC	V1	TC1	V2	TC2	IS	VS	VT
2 COMP. GERAL	1 3 4 6 7 8	4 8 9	1 7	3 8 9	2 4 7	1 3 4 5 6 7 8	4 6 7 8 10	1 3 4 7 8	3 4 8 9	1 3 8	8	1 3 4 8 10	6 8 10	8 10	1 3 6	1 3 4 5	1 4 5 7	1	1 4 5 7 8 9	1 3 4 5 6 7 8 9	4	4 5 6 7 8 9
3 DIMENSÕES	6	6	5	1 8	5	1 7	4 9 10	6	6	6	1 6	9 10	6	6	2	3	2 3	3	2 3	2 3 6 7	2 3	
4 COMP. ESP.	LGG 1; LGG 2; CHS 5; CHS 6							LGG 1; LGG 2; CHS 3; CHS 5							LGG 1; LGG 6; CHS 4; CHS 5							
5 HAB. ESP.	EM13LGG102; EM13LGG202; EM13CHS502; EM13CHS605							EM13LGG102; EM13LGG201; EM13CHS301; EM13CHS504							EM13LGG102; EM13LGG103; EM13LGG602; EM13CHS403; EM13CHS502							

MÓDULO 2: OUTRO																						
CAPÍTULO	4. CIDADANIA							5. QUALIDADE DE VIDA							6. MUNDO DO TRABALHO							
1 SEÇÃO	CC	V1	TC1	V2	TC2	IS	VS	CC	V1	TC1	V2	TC2	IS	VS	CC	V1	TC1	V2	TC2	IS	VS	VT
2 COMP. GERAL	1 4 6 7 8	4 7 10	1 7 10	4 6 10	1 2 4 6 7	4 7 10	6 7 8 9	1 3 4 6 7 8	8	1 2 5 7	8	1 2 4 7 10	6 8 9 10	8	1 2 3 4	4 6 9	1 6 9	6 8 9	2 4 6 10	1 4 5 7	4 6 8 9	4 6 8 9 10
3 DIMENSÕES	1	1	1 3 4	2 4 5	3	4 5	1 6			1		4	2 5		6	6	6	2 4 6	4	1	2	
4 COMP. ESP.	LGG 1; LGG 6; CHS 5; CHS 6							LGG 1; LGG 6; CHS 3; CHS 5							LGG 1; LGG 6; CHS 4; CHS 5							
5 HAB. ESP.	EM13LGG101; EM13LGG602; EM13CHS502; EM13CHS605							EM13LGG101; EM13LGG602; EM13CHS301; EM13CHS504							EM13LGG101; EM13LGG602; EM13CHS403; EM13CHS502							

MÓDULO 3: NÓS																						
CAPÍTULO	7. ESCOLHA PROFISSIONAL							8. PROCESSO SELETIVO							9. EDUCAÇÃO FINANCEIRA							
1 SEÇÃO	CC	V1	TC1	V2	TC2	IS	VS	CC	V1	TC1	V2	TC2	IS	VS	CC	V1	TC1	V2	TC2	IS	VS	VI
2 COMP. GERAL	1 3 6 7	6 8 9	1 7	1 4 5 6 7	1 4 7	1 4 6 7	6 10	1 3 4 6 7	4 10	1 5 6	4 5 9	2 6 7 8 9 10	1 4 5 6	5 6 9	1 3 6 10	10	1 3 5 7	10	1 2 3 7	9 10	10	4 5 6 8 10
3 DIMENSÕES	1	2 5	4	2	1	4	3	1	5	1	5	1	1	1		4				2 4 5	3 4 5	
4 COMP. ESP.	CHS 4; CHS 5; CHS 6; LGG 1; LGG 3							CHS 2; CHS 4; CHS 5; CNT 2; LGG 1; LGG 3; LGG 4; LGG 7; MAT 1							CHS 3; CHS 4; CHS 5; CNT 2; LGG 1; LGG 7; MAT 2							
5 HAB. ESP.	EM13CHS401; EM13CHS404; EM13CHS504; EM13CHS601; EM13LGG101; EM13LGG102; EMLGG301							EM13CHS202; EM13CHS404; EM13CHS504; EM13CNT207; EM13LGG102; EM13LGG301; EMLGG303; EM13LGG402; EM13LGG702; EM13LGG703; EM13MAT104							EM13CHS301; EM13CHS303; EM13CHS401; EM13CHS504; EM13CNT206; EM13CNT207; EMLGG102; EM13LGG702; EM13MAT203							

1 SEÇÕES DA OBRA

CC, Começo de conversa
V, Vivência 1
TC, Texto e contexto 1
V, Vivência 2
Texto e contexto 2
IS, Integrando saberes
VS, Vivência: síntese
VT, Vivência de transição
VI, Vivência integradora

2 COMPETÊNCIAS GERAIS DA BNCC

1. Conhecimento
2. Pensamento científico, crítico e criativo
3. Senso estético e repertório cultural
4. Comunicação
5. Cultura digital
6. Trabalho e projeto de vida
7. Argumentação
8. Autoconhecimento e autocuidado
9. Empatia e cooperação
10. Autonomia e cidadania

3 DIMENSÕES DO PROJETO DE VIDA

3.1. AUTOCONHECIMENTO

1. Identificar os próprios interesses e necessidades.
2. Estabelecer significado para as experiências na escola e fora dela.
3. Conhecer-se como estudante, identificando por que, com quem e como estudar e aprender.
4. Estabelecer objetivos e metas, entendendo a necessidade da persistência para alcançá-los.
5. Vivenciar, refletir e dialogar sobre as maneiras como se relaciona com o outro e com o bem comum.
6. Conhecer-se, compreendendo as próprias emoções e como lidar com elas.
7. Estar aberto a novas culturas, pessoas e ideias.
8. Reconhecer as próprias forças e apoiar-se nelas, reconhecendo também a importância do convívio com o outro.
9. Identificar caminhos e estratégias para superar as dificuldades e alicerçar a busca da realização dos sonhos.
10. Olhar para o futuro sem medo.

3.2. EXPANSÃO E EXPLORAÇÃO

1. Conhecer e compreender direitos e deveres perante si mesmo e a sociedade.
2. Reconhecer a força de agir coletivamente.
3. Agir com empatia, sendo capaz de assumir a perspectiva do outro, compreendendo as necessidades e os sentimentos alheios, construindo relacionamentos baseados no compartilhamento e na abertura para o convívio social republicano.
4. Refletir e dialogar sobre as maneiras como vivenciam o compromisso com o outro e com o bem comum, buscando soluções concretas para problemas existentes por meio de princípios éticos necessários à construção da cidadania.
5. Vivenciar e atribuir significados às experiências cotidianas na escola, em especial àquelas que dizem

respeito à construção de laços afetivos e à atuação em grupos de trabalhos escolares, em projetos extraclasse e nas aulas.

6. Perceber-se como cidadão que integra a construção da vida familiar, escolar, comunitária, nacional e internacional, e é capaz de ampliar seus horizontes e perspectivas em relação a oportunidades de inserção no mundo do trabalho.

3.3. PLANEJAMENTO

1. Refletir e dialogar sobre os interesses dos estudantes em relação à inserção no mundo do trabalho, bem como à ampliação dos conhecimentos sobre os contextos, as características, as possibilidades e os desafios do trabalho no século XXI.
2. Identificar, valorizar e fortalecer sonhos, aspirações, conhecimentos, habilidades e competências, desenvolvidos ao longo da sua trajetória escolar, familiar e comunitária.
3. Reconhecer-se como estudante no final da Educação Básica, identificando os caminhos de desenvolvimento até o momento, necessidades de melhorar e possíveis continuidades de estudos para o futuro.
4. Apropriar-se de habilidades pessoais, estratégias mentais e instrumentos práticos para planejamento de metas e estratégias para alcançá-las.
5. Sistematizar interesses, identificar habilidades, conhecimentos e oportunidades que correspondem às aspirações profissionais, abrindo caminho sólido à elaboração escalonada de metas e estratégias viáveis.

Adaptado de: <https://www.fnnde.gov.br/index.php/programas/programas-do-livro/consultas/editais-programas-livro/item/13106-edital-pnld-2021>. Acesso em: 17 fev. 2020.

4 COMPETÊNCIAS ESPECÍFICAS

LGG: Linguagens e suas Tecnologias

CHS: Ciências Humanas e Sociais Aplicadas

CNT: Ciências da Natureza e suas Tecnologias

MAT: Matemática e suas Tecnologias

5 HABILIDADES ESPECÍFICAS

EM13LGG602

Ensino
Médio

Série em que pode ser desenvolvido o conteúdo; no caso, da 1ª à 3ª série.

O 1º número: a competência específica à qual se relaciona a habilidade; o 2º e o 3º: a sua numeração no conjunto de habilidades relativas a cada competência.

Área (3 letras) ou o componente curricular (2 letras):

CHS: Ciências Humanas e Sociais Aplicadas

CNT: Ciências da Natureza e suas Tecnologias

MAT: Matemática e suas Tecnologias

LGG: Linguagens e suas Tecnologias

LP: Língua Portuguesa

Adaptado de: http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC_EI_EF_110518_versaofinal_site.pdf. Acesso em: 17 fev. 2020.

SUMÁRIO



Fernando Bisani/Acervo do fotógrafo

MÓDULO 1: EU	16	Texto e contexto	38
Fotografia do muralista Éder Oliveira preparando intervenção	16	“Ostra feliz não faz pérola”, de Rubem Alves	38
Refletir e argumentar	16	Refletir e argumentar	39
CAPÍTULO 1 IDENTIDADE	18	Vivência.....	40
Começo de conversa	18	Conhecendo mais sobre você.....	40
“Morte e vida severina”, de João Cabral de Melo Neto	18	Teste de <i>Vai encarar? Lidando com a agressividade</i> , de E. Otta e Vera S. R. Bussab (adaptado).....	40
Charge da Mafalda, de Quino	19	Texto e contexto	42
Vivência.....	20	Fotografia da plataforma de Birkenau, que fazia parte do complexo de Auschwitz	42
Acolhida.....	20	Relato de Edith Eva Eger, em <i>SobreViver: Instinto de vencedor</i> , de Claudia Riecken (trecho).....	42
Texto e contexto	22	Refletir e argumentar.....	43
“O nariz”, de Luis Fernando Verissimo.....	22	Integrando saberes	44
Refletir e argumentar.....	23	Roda das emoções	44
Vivência.....	24	Vivência: síntese.....	46
Seu jeito de ser.....	24	Diário de emoções.....	46
Autorretratos de Vincent van Gogh.....	25	Retomada.....	48
Texto e contexto	26	Avaliação do capítulo 2	48
“A adolescência como construção social”, de Ana Mercês Bahia Bock	26	Para saber mais	49
Refletir e argumentar.....	27	Sobre obras que tratam de emoções e sentimentos.....	49
Integrando saberes	28	CAPÍTULO 3 EU, ESTUDANTE	50
Infográfico “Gerações: cultura e momento histórico”.....	28	Começo de conversa	50
Vivência: síntese.....	30	<i>Sala de leitura</i> , de Djanira da Motta e Silva.....	50
Esquema de metas	30	<i>Uma história da leitura</i> , de Alberto Manguel (trecho).....	51
Retomada.....	32	Vivência.....	52
Avaliação do capítulo 1.....	32	Leitura do mundo.....	52
Para saber mais	33	“ <i>A função da arte 1</i> ”, de Eduardo Galeano	53
Sobre biografias e autobiografias.....	33	Texto e contexto	54
CAPÍTULO 2 AUTOCONHECIMENTO	34	<i>A águia e a galinha: uma metáfora da condição humana</i> , de Leonardo Boff (trecho).....	54
Começo de conversa	34		
“Caçador de mim”, de Sérgio Magrão e Luiz Carlos Sá.....	34		
<i>O pensador (Le penseur)</i> , de Auguste Rodin	35		
Vivência.....	36		
Criar personagens.....	36		

<i>A memória vegetal: e outros escritos de bibliofilia</i> , de Umberto Eco (trecho).....	54
Refletir e argumentar.....	55
Vivência	56
Elementos do texto.....	56
“O rap e o funk na socialização da juventude”, de Juarez Dayrell (trecho).....	57
Texto e contexto	58
“Leitor competente e leitor crítico”, de W. R. Cereja, T. M. Cochar e C. Cleto (trecho).....	58
Refletir e argumentar.....	59

Integrando saberes	60
Leitura de obras de arte visual.....	60
Vivência: síntese	62
Mapa mental.....	62
Retomada	64
Avaliação do capítulo 3.....	64
Para saber mais	65
Sobre o contato com a arte.....	65
Vivência de transição 1-2	66
Expressão dos sentimentos × convenções sociais.....	66
Avaliação atitudinal do módulo 1.....	67



Ismael Ingber/Pulsar Imagens

MÓDULO 2: O OUTRO	68
<i>Todos somos um (etnias)</i> , de Eduardo Kobra (detalhe).....	68
CAPÍTULO 4 CIDADANIA	70
Começo de conversa	70
Declaração Universal dos Direitos Humanos.....	70
Vivência	72
Meus direitos e deveres.....	72
<i>ECA em tirinhas</i> , da Secretaria de Comunicação Social da Câmara dos Deputados (trecho).....	73
Texto e contexto	74
“Direitos e comunidade”, de Zygmunt Bauman.....	74
Refletir e argumentar.....	75
Vivência	76
Ações comunitárias planejadas.....	76
Texto e contexto	78
“Observação”, de S. Boizard e L. Audoin.....	78
Refletir e argumentar.....	79
Integrando saberes	80
“Assim caminha a humanidade”, em <i>Um fio de prosa</i> , de Rachel de Queiroz.....	80

Vivência: síntese	82
Exploração de caminhos.....	82
Retomada	84
Avaliação do capítulo 4.....	84
Para saber mais	85
Sobre cidadania.....	85
CAPÍTULO 5 QUALIDADE DE VIDA	86
Começo de conversa	86
“Saúde”, de Rita Lee e Roberto de Carvalho.....	86
Ilustração de Lila Cruz.....	87
Vivência	88
Respiração profunda.....	88
Texto e contexto	90
“Lazer para jovem é gratuito, em casa ou ao ar livre”, em <i>O Estado de S. Paulo</i>	90
“Geração Z: antes mentíamos aos pais para sair, agora mentem aos amigos para ficar em casa”, em <i>El País</i>	91
Refletir e argumentar.....	92
Vivência	94
Relaxamento.....	94
Texto e contexto	96

“Entre adolescentes sedentários, meninas são mais inativas”, de Drauzio Varella.....	96	<i>The gossips</i> (Os fofoqueiros), de Norman Rockwell.....	109
Refletir e argumentar.....	99	Texto e contexto	110
Integrando saberes.....	100	“Competências socioemocionais são o ‘pote de ouro’ do novo mercado de trabalho”, em <i>O Estado de S. Paulo</i>	110
Agenda de eventos culturais.....	100	Refletir e argumentar.....	111
Vivência: síntese.....	102	Vivência.....	112
Estresse e qualidade de vida	102	Trabalho e colaboração	112
Teste para calcular nível de estresse, de Geraldo José Ballone (adaptado).....	103	Texto e contexto	114
Retomada.....	104	“Brumadinho, óleo no Nordeste: cresce busca por ‘profissões do fim do mundo’”, no <i>UOL</i>	114
Avaliação do capítulo 5.....	104	Refletir e argumentar.....	115
Para saber mais	105	Integrando saberes.....	116
Sobre obras relacionadas à qualidade de vida.....	105	Direitos trabalhistas.....	116
CAPÍTULO 6		Vivência: síntese.....	118
MUNDO DO TRABALHO	106	Juntos somos melhores.....	118
Começo de conversa	106	Retomada.....	120
“Perguntas de um trabalhador que lê”, de Bertolt Brecht.....	106	Avaliação do capítulo 6.....	120
Fotografia da construção do prédio do Congresso Nacional em Brasília, 1958.....	107	Para saber mais	121
Vivência.....	108	Sobre o mundo do trabalho	121
Processo de comunicação.....	108	Vivência de transição 2-3.....	122
		Ação voluntária.....	122
		Avaliação atitudinal do módulo 2.....	123



Cláudio Renato/Periférico Atividade

MÓDULO 3: NÓS	124	Texto e contexto	130
Grafite de trabalhador carregando cidade nas costas, Fortaleza.....	124	<i>Como me tornei professor de oratória</i> , de Reinaldo Polito (trecho).....	130
CAPÍTULO 7		“ <i>A abordagem sócio-histórica</i> ”, de Silvio D. Bock (trecho).....	131
ESCOLHA PROFISSIONAL	126	Refletir e argumentar.....	131
Começo de conversa	126	Vivência.....	132
<i>Jogador</i> , de Aldemir Martins.....	126	As profissões de ontem e de hoje.....	132
“‘Minha vida é quebrar barreiras’, diz a primeira mulher negra doutora em Física”, em <i>Universa</i>	127	Roteiro de entrevista	133
Vivência.....	128	Texto e contexto	134
A profissão que eu quero	128	“Minha vocação”, em <i>Pequenos delitos e outras crônicas</i> , de Walcyr Carrasco	134
Ficha de trabalho	129		

Tira <i>Chiqsland</i> , de Fabiane Langona.....	135
Refletir e argumentar.....	135
Integrando saberes.....	136
“O homem que devia entregar a carta”, em <i>Um fio de prosa</i> , de Ignácio de Loyola Brandão.....	136
Diagramas e fluxogramas.....	137
Vivência: síntese.....	138
A hora da decisão.....	138
Retomada.....	140
Avaliação do capítulo 7.....	140
Para saber mais.....	141
Sobre profissões e escolhas.....	141
CAPÍTULO 8	
PROCESSO SELETIVO.....	142
Começo de conversa.....	142
“Salário”, de Carlos Drummond de Andrade.....	142
Tirinha da <i>Dona Anésia</i> , de Will Leite.....	143
Vivência.....	144
Instrumentos para buscar um emprego.....	144
Currículo, carta de apresentação e ficha de solicitação de emprego.....	145
Texto e contexto.....	146
“Meios e requisitos para a obtenção de trabalho assalariado na Região Metropolitana de São Paulo”, em Seade/Dieese.....	146
“Sucesso em entrevistas de emprego <i>on-line</i> envolve algumas particularidades”, em <i>Exame</i>	147
Refletir e argumentar.....	147
Vivência.....	148
Entrevista de emprego.....	148
Texto e contexto.....	150
“Jovens profissionais precisam de atenção para não sabotar carreira”, em <i>JC ONLINE</i>	150
<i>Sociedade do cansaço</i> , de Byung-Chul Han (trecho).....	151
Refletir e argumentar.....	151
Integrando saberes.....	152
Tirinha de Laerte.....	152
Vivência: síntese.....	154
A rede de contatos.....	154
Infográfico “Para construir sua rede de contatos”.....	155

Retomada.....	156
Avaliação do capítulo 8.....	156
Para saber mais.....	157
Sobre as dificuldades enfrentadas no mundo de trabalho.....	157
CAPÍTULO 9	
EDUCAÇÃO FINANCEIRA.....	158
Começo de conversa.....	158
“Pecado capital”, de Paulinho da Viola.....	158
Pintura do The 6 th Floor Collective.....	159
Vivência.....	160
Apontamento de despesas.....	160
Orçamento pessoal.....	161
Texto e contexto.....	162
“Felicidade: uma presença eventual, um desejo permanente”, de Mario Sergio Cortella.....	162
Tira do <i>Armandinho</i> , de Alexandre Beck.....	163
Refletir e argumentar.....	163
Vivência.....	164
Perfil de consumo.....	164
“Percentual de famílias com dívidas sobe pelo nono mês seguido e chega a 65,1%, diz CNC”, no <i>G1</i>	164
Texto e contexto.....	166
<i>Consumo, logo existo</i> , de Thomaz Wood Junior (trecho).....	166
Obra do artista Bordalo II.....	167
Refletir e argumentar.....	167
Integrando saberes.....	168
<i>Checklist</i> e planilha de custos e cronograma.....	169
Vivência: síntese.....	170
Registro de desejos.....	170
Retomada.....	172
Avaliação do capítulo 9.....	172
Para saber mais.....	173
Sobre dinheiro, consumo e educação financeira.....	173
Vivência integradora.....	174
Escrever o projeto de vida.....	174
Avaliação atitudinal do módulo 3.....	175
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS COMENTADAS.....	176

Para iniciar o trabalho com o módulo 1, converse com os estudantes sobre o título: **Eu**. O que significa? Deixe que se expressem, lembrando que não há certo ou errado. Essa questão não é simples: desde o início dos tempos os seres humanos buscam a resposta. Podemos dizer que identidade é o que torna uma pessoa o que ela é. Nosso ancestral que desenhou a si mesmo na parede de uma caverna deixou um sinal de sua passagem, marcou sua presença, seu ser e estar no mundo. Para quem? Para quê? Para os que viriam depois dele? Para si mesmo, talvez? A construção da identidade é um processo que começa no nascimento (ou antes) e se prolonga por toda a vida. Segundo alguns estudiosos, consolida-se na adolescência. Essas ideias, entre outras, podem motivar os estudantes a iniciar a exploração deste projeto.

Estimule a turma a fruir e apreciar a imagem, fazendo perguntas como: A imagem tem relação com o título e o tema do módulo? Qual? Que sensações essa pintura transmite? O rosto retratado diz alguma coisa para vocês? Essas e outras questões, para as quais não há respostas certas ou erradas, abrem caminho para trocas de ideias sobre aspectos importantes da cultura jovem, além de favorecer a sensibilidade e o aprimoramento de competências relacionadas à cultura, estética, diversidade, etc.

Fale também aos estudantes sobre as competências gerais da Base Nacional Comum Curricular (BNCC). São elas: **Conhecimento; Pensamento científico, crítico e criativo; Senso estético e repertório cultural; Comunicação; Cultura digital; Trabalho e projeto de vida; Argumentação; Autoconhecimento e autocuidado; Empatia e cooperação; e Autonomia e cidadania.**

MÓDULO 1 EU

O início da adolescência é um momento chave na construção da identidade. Aquilo que chamamos de “eu” é construído de acordo com as relações que cada indivíduo estabelece com a cultura. E, assim como a cultura, a identidade não é estática: forma-se no decorrer da vida, de acordo com a história de cada um.

As informações deste módulo vão ajudar você a entender melhor a realidade em que vive e a fundamentar suas escolhas futuras. Conhecimentos sobre o mundo físico, social, cultural e digital são ferramentas essenciais em seu processo de escolhas alinhadas à cidadania e ao seu projeto de vida. Valorizar esses conhecimentos e experiências permite desenvolver seu projeto com autonomia, senso crítico e responsabilidade.

- Capítulo 1 ▶ Identidade
- Capítulo 2 ▶ Autoconhecimento
- Capítulo 3 ▶ Eu, estudante

O artista paraense Éder Oliveira prepara mural em intervenção site-specific (trabalho planejado que dialoga com o espaço para o qual a obra é elaborada) no Galpão Multiuso do Sesc Campinas, em 2015.

« Não escreva no livro »

O tema deste módulo, **Eu**, favorece o trabalho, prioritariamente, com as competências gerais **Trabalho e projeto de vida, Argumentação, Autoconhecimento e autocuidado, Empatia e cooperação**, que se relacionam às competências socioemocionais e à **percepção social**. A respeito das competências socioemocionais, consulte o Manual do Professor, Parte Geral.



O trecho inicial do poema favorece muitas questões. Por exemplo: Severino (eu lírico) se apresenta como um de “muitos Severinos” e cita uma série de referências que nunca são suficientes para individualizá-lo, até que se autodenomina: “passo a ser o Severino que em vossa presença emigra”. Assim, estabelece um diálogo com o leitor, que se torna testemunha da ação, cúmplice do texto. A lista de referências que Severino dá ao leitor para se identificar exemplifica o texto apresentado na abertura: a identidade de cada um está colada no mundo, “em estreita relação com a cultura”. Como os estudantes percebem isso? Que referências os definem? Tais questões podem revelar muita coisa, tanto para os estudantes

CAPÍTULO 1 ▶ IDENTIDADE

COMEÇO DE CONVERSA

como para o professor, a respeito dos conhecimentos prévios da turma sobre a questão da identidade. Também podem revelar muito sobre como se sentem ao discutir identidade, falar de si, abrir-se diante dos outros.

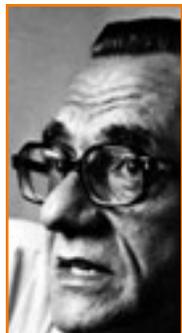
Neste capítulo, vamos investigar a construção da identidade e de que modo esse processo se configura, na adolescência, em estreita relação com a cultura.

▶ Leia a seguir um trecho do poema “Morte e vida severina”, de João Cabral de Melo Neto, e examine uma charge da Mafalda, de Quino. Depois, discuta com os colegas e o professor a relação desses textos com o tema do capítulo.

No enunciado acima, a palavra **texto** se refere a texto verbal, não verbal, misto, etc. Ver: <https://brasilecola.uol.com.br/o-que-e/portugues/o-que-e-um-texto.htm>. Acesso em: 19 nov. 2019.

Morte e vida severina

(auto de Natal pernambucano)



U. Dentmar/Folhapress

O pernambucano **João Cabral de Melo Neto** (1920-1999), poeta, ensaísta e diplomata, mais conhecido pelo clássico “Morte e vida severina” (1955), deixou uma obra vasta, de grande rigor formal e refinada sensibilidade, próxima aos temas sociais.

O retirante explica

ao leitor quem é e a que vai

— O meu nome é Severino,
não tenho outro de pia.

Como há muitos Severinos,
que é santo de romaria,
deram então de me chamar
Severino de Maria;
como há muitos Severinos
com mães chamadas Maria,
fiquei sendo o da Maria
do finado Zacarias.

Mas isso ainda diz pouco:
há muitos na freguesia,
por causa de um coronel
que se chamou Zacarias
e que foi o mais antigo
senhor desta sesmaria.
Como então dizer quem fala
ora a Vossas Senhorias?
Vejamos: é o Severino
da Maria do Zacarias,
lá da serra da Costela,
limites da Paraíba.
Mas isso ainda diz pouco:
se ao menos mais cinco havia
com nome de Severino
filhos de tantas Marias
mulheres de outros tantos,
já finados, Zacarias,
vivendo na mesma serra
magra e ossuda em que eu vivia.
Somos muitos Severinos
iguais em tudo na vida:

na mesma cabeça grande
que a custo é que se equilibra,
no mesmo ventre crescido
sobre as mesmas pernas finas
e iguais também porque o sangue
que usamos tem pouca tinta.
E se somos Severinos
iguais em tudo na vida,
morremos de morte igual,
mesma morte severina:
que é a morte de que se morre
de velhice antes dos trinta,
de emboscada antes dos vinte
de fome um pouco por dia
(de fraqueza e de doença
é que a morte severina
ataca em qualquer idade,
e até gente não nascida).
Somos muitos Severinos
iguais em tudo e na sina:
a de abrandar estas pedras
suando-se muito em cima,
a de tentar despertar
terra sempre mais extinta,
a de querer arrancar
algum roçado da cinza.
Mas, para que me conheçam
melhor Vossas Senhorias
e melhor possam seguir
a história de minha vida,
passo a ser o Severino
que em vossa presença emigra.
[...]

CONHEÇA TAMBÉM

A versão animada desse poema de João Cabral de Melo Neto, adaptada para quadrinhos pelo cartunista Miguel Falcão, pode ser encontrada na internet.

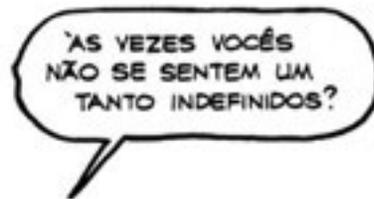


Reprodução de www.youtube.com/watch?v=dknAG2Ygww

MELO NETO, João Cabral de. *O rio*. Rio de Janeiro: Objetiva, 2012. p. 75-76.

Para subsidiar a leitura do texto com os estudantes, pode ser interessante acessar o *link* a seguir, a respeito do centenário do nascimento de João Cabral de Melo Neto, que comenta aspectos importantes de sua poesia. Disponível em: https://www.nexojournal.com.br/expresso/2020/01/08/4-poemas-de-Jo%C3%A3o-Cabral-comentados-por-escritores-e-cr%C3%ADticos?utm_campaign=sds&utm_source=Newsletter. Acesso em: 11 jan. 2020.

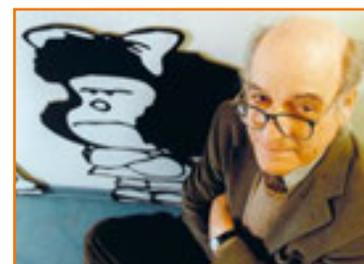
A charge brinca com o pontilhismo e o conceito de indefinição. Aproveite o momento para questionar os estudantes sobre essa “indefinição”. Do que se trata? Eles se sentem indefinidos? De onde vem esse sentimento? Quando crianças, tinham mais certezas? Essa ideia de adolescência como fase insegura, rebelde e de emoções turbulentas é reforçada pelo senso comum? De que modo? Ajude na leitura da imagem com questões como: Já conheciam a Mafalda e outros personagens criados por Quino? O que caracteriza essa garotinha? (Muito provavelmente é ser tão questionadora.) Que sentimentos ou questões essa imagem sugere? Por quê? Será que todas as pessoas têm seus momentos de indefinição? Estimule a turma a contar suas vivências.



© Joaquín Salvador Lavado (Quino)/Fotorena

Pode ser interessante listar na lousa as conclusões da turma sobre a leitura dos textos. Você pode retomar esse material do *Começo de conversa* antes de iniciar o módulo 2, com o objetivo de encadear a progressão de conhecimentos no desenvolvimento do projeto.

QUINO, Joaquín S. L. *Mafalda*. Disponível em: <http://contosdobaitasar.blogspot.com/2013/12/auto-ajuda-mafalda.html>. Acesso em: 28 nov. 2019.



Rogério Albuquerque/Folhapress

- 1 > Como você responderia à pergunta da Mafalda?
- 2 > Você acha que indefinição tem que ver com adolescência? Por quê?
- 3 > A oposição definição/indefinição aparece no poema que você acabou de ler? Justifique.
- 4 > De que modo o poema e a charge se relacionam ao tema do capítulo?
- 5 > Compartilhe suas respostas com os colegas. Depois, anote no caderno as principais conclusões da turma.

O cartunista e humorista Joaquín Salvador Lavado, conhecido como **Quino**, nasceu em Mendoza, Argentina, em 17 de julho de 1932. Veja mais sobre ele no *site* <https://www.quino.com.ar/>. Acesso em: 28 nov. 2019.

VIVÊNCIA

Esta atividade contempla especialmente as competências gerais **4. Comunicação**, **8. Autoconhecimento e autocuidado** e **9. Empatia e cooperação**.

ACOLHIDA

Não é fácil começar um projeto novo, tampouco falar de si na frente de todo mundo. Essa vivência inicial vai ajudá-lo nesse exercício, mobilizando as competências de **autoconhecimento, empatia e cooperação**, além de contribuir para melhorar a competência da **comunicação**.

OBJETIVO

Conhecer melhor os colegas e o professor, perceber-se melhor, aprender a se comunicar com clareza e a se apresentar ao grupo.

MATERIAL

▶ folhas de papel sulfite ▶ lápis preto ▶ caneta hidrocor

DESCRIÇÃO

Com seus colegas, sente-se em círculo. Feche os olhos e pense num objeto que identifica você. Deixe sua imaginação se soltar e imagine o que quiser. Em seguida, imagine que você se transforma nesse objeto. Quando conseguir, abra os olhos, mas continue em silêncio. O professor vai distribuir folhas de papel. Desenhe o objeto que você imaginou, mas não mostre a ninguém. Para que ninguém espie, é provável que você precise desenhar fora do círculo, escondendo seu papel. Quando todos tiverem terminado o desenho, é hora de voltar ao círculo e continuar a vivência em conjunto.

Na sua vez de falar, dê pistas sobre seu objeto (tamanho, cor, para que serve, onde se usa, etc.) para que o grupo tente adivinhar o que é. Por fim, mostre seu desenho e conte aos colegas por que esse objeto representa você. Durante a apresentação dos colegas, preste bastante atenção e procure adivinhar quais são os objetos escolhidos por eles por meio das pistas recebidas. Você pode ainda fazer algumas perguntas indiretas que ajudem a desvendá-los.

PARA CONCLUIR

Troque ideias com os colegas buscando responder:

1. Como você se sentiu durante a atividade?
2. O que mais chamou sua atenção durante a vivência?



O trabalho com identificações conduz a uma projeção daquilo que somos. Quando o estudante escolhe um objeto para representá-lo está expressando seus valores, crenças, sentimentos, interesses e formas de ver o mundo. Desse modo, a atividade pode ser utilizada tanto para o autocohecimento, sensibilizando o jovem para o reconhecimento de suas características individuais, aumentando a percepção a respeito de si mesmo e compondo sua identidade, como para o reconhecimento mútuo dos integrantes do grupo, fortalecendo assim os vínculos positivos (a empatia) com colegas e professor.

Foto: Tony/Sockphoto/Getty Images



TEXTO E CONTEXTO

- Leia a seguir uma crônica de Luis Fernando Verissimo e, na sequência, responda às questões relacionadas. *Ajude a turma a compreender e interpretar o texto, certificando-se de que todos compreendem o significado e resolvendo eventuais dúvidas de vocabulário e/ou sentido.*

O nariz

Era um dentista respeitadíssimo. Com seus quarenta e poucos anos, uma filha quase na faculdade. Um homem sério, sóbrio, sem opiniões surpreendentes, mas de uma sólida reputação como profissional e cidadão. Um dia, apareceu em casa com um nariz postiço. Passado o susto, a mulher e a filha sorriram com fingida tolerância. Era um daqueles narizes de borracha com óculos de aros pretos, sobrancelhas e bigodes que fazem a pessoa ficar parecida com o Groucho Marx. Mas o nosso dentista não estava imitando o Groucho Marx. Sentou-se à mesa de almoço – sempre almoçava em casa – com a retidão costumeira, quieto e algo distraído. Mas com um nariz postiço.

– O que é isso? – perguntou a mulher depois da salada, sorrindo menos.

– Isto o quê?

– Esse nariz.

– Ah, vi numa vitrina, entrei e comprei.

– Logo você, papai...

Depois do almoço ele foi recostar-se no sofá da sala como fazia todos os dias. A mulher impacientou-se.

– Tire esse negócio.

– Por quê?

– Brincadeira tem hora.

– Mas isto não é brincadeira.

Sesteou com o nariz de borracha para o alto. Depois de meia hora, levantou-se e dirigiu-se para a porta. A mulher o interpelou:

– Aonde é que você vai?

– Como, aonde é que eu vou? Vou voltar para o consultório.

– Mas com esse nariz?

– Eu não compreendo você – disse ele, olhando-a com censura através dos aros sem lentes. – Se fosse uma gravata nova, você não diria nada. Só porque é um nariz...

– Pense nos vizinhos. Pense nos clientes.

Os clientes, realmente, não compreenderam o nariz de borracha. Deram risadas (“Logo o senhor, doutor...”), fizeram perguntas, mas terminaram a consulta intrigados e saíram do consultório com dúvidas.

– Ele enlouqueceu?

– Não sei – respondia a recepcionista, que trabalhava com ele há 15 anos. – Nunca vi “ele” assim.

Naquela noite, ele tomou seu chuveiro, como fazia sempre antes de dormir. Depois, vestiu o pijama e o nariz postiço e foi se deitar.

– Você vai usar esse nariz na cama? – perguntou a mulher.

– Vou. Aliás, não vou mais tirar este nariz.

– Mas, por quê?

– Porque não!

Dormiu logo. A mulher passou metade da noite olhando para o nariz de borracha. De madrugada começou a chorar baixinho. Ele enlouquecera. Era isto. Tudo estava acabado. Uma carreira brilhante, uma reputação, um nome, uma família perfeita, tudo trocado por um nariz postiço.

– Papai...

– Sim, minha filha.

– Podemos conversar?

– Claro que podemos.

– É sobre esse seu nariz...

– O meu nariz, outra vez? Mas vocês só pensam nisso?

– Papai, como é que nós não vamos pensar? De uma hora para outra, um homem como você resolve andar de nariz postiço e não quer que ninguém note?



- O nariz é meu e vou continuar a usar.
- Mas por que, papai? Você não se dá conta de que se transformou no palhaço do prédio? Eu não posso mais encarar os vizinhos, de vergonha. A mamãe não tem mais vida social.
- Não tem por que não quer...
- Como é que ela vai à rua com um homem de nariz postiço?
- Mas não sou “um homem”. Sou eu. O marido dela. O seu pai. Continuo o mesmo homem. Um nariz de borracha não faz nenhuma diferença. Se não faz nenhuma diferença, por que não usar?
- Mas, mas...
- Minha filha.
- Chega! Não quero mais conversar. Você não é mais meu pai!

A mulher e a filha saíram de casa. Ele perdeu todos os clientes. A recepcionista, que trabalhava com ele há 15 anos, pediu demissão. Não sabia o que esperar de um homem que usava nariz postiço. Evitava aproximar-se dele. Mandou o pedido de demissão pelo correio. Os amigos mais chegados, numa última tentativa de salvar sua reputação, o convenceram a consultar um psiquiatra.

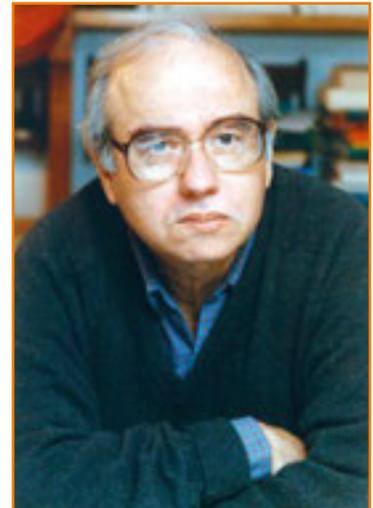
– Você vai concordar – disse o psiquiatra depois de concluir que não havia nada de errado com ele – que seu comportamento é um pouco estranho...

– Estranho é o comportamento dos outros! – disse ele. – Eu continuo o mesmo. Noventa e dois por cento do meu corpo continua o que era antes. Não mudei a maneira de vestir, nem de pensar, nem de me comportar. Continuo sendo um ótimo dentista, um bom marido, bom pai, contribuinte, sócio do fluminense, tudo como antes. Mas as pessoas repudiam todo o resto por causa deste nariz. Um simples nariz de borracha. Quer dizer que eu não sou eu, eu sou o meu nariz?

– É... – disse o psiquiatra. – Talvez você tenha razão...

O que é que você acha, leitor? Ele tem razão? Seja como for, não se entregou. Continua a usar o nariz postiço. Porque agora não é mais uma questão de nariz. Agora é uma questão de princípios.

VERISSIMO, Luis Fernando. *O nariz e outras crônicas*. São Paulo: Ática, 1994. p.73-74. Coleção para gostar de ler.



Carlos Rodrigues/Agência Estado

O gaúcho **Luis Fernando Verissimo** (1936) é escritor, humorista, cartunista, tradutor, roteirista de televisão, autor de teatro e romancista. Também é músico: já tocou saxofone em alguns conjuntos. Colunista de sucesso em vários periódicos, tem muitos livros publicados.

REFLETIR E ARGUMENTAR

1. Qual é o assunto da crônica?
A crônica trata de um dentista que de repente começa a se comportar de modo estranho.
2. Como a mulher e a filha reagiram?
Primeiro ficaram assustadas, depois reagiram com fingida tolerância, seguida de impaciência e irritação.
3. Como reagiram as outras pessoas que conviviam com o dentista?
Elas o acharam muito estranho e o abandonaram.
4. Quando acusado de louco, que argumento o dentista apresentou em sua defesa?
Afirmou continuar sendo a mesma pessoa de sempre, apenas usava um nariz postiço.
5. Tomando por base o caso do dentista, é possível afirmar que a sociedade discrimina quem é diferente? Justifique.
Sim, muitas vezes as pessoas reagem com preconceito em relação a quem é “diferente” e acabam por excluir esse indivíduo.
6. Na crônica, o narrador afirma que o dentista continua usando o nariz, mas agora por uma questão de princípios. O que isso significa?
Significa que, para o dentista, usar o nariz passou a ser um modo de se afirmar como pessoa livre, que não aceita que os outros o rejeitem por causa de um detalhe que considera sem importância e que não altera sua identidade.
7. No final da crônica, o autor propõe a questão ao leitor. Qual é a sua opinião: somos o que somos ou o que parecemos ser? Discuta com os colegas, depois registre no caderno as principais conclusões do grupo.
Embora a resposta seja pessoal, espera-se que os estudantes entendam que é importante reconhecer e respeitar os próprios sentimentos e desejos em vez de sempre tentar agradar os outros.

VIVÊNCIA

SEU JEITO DE SER

Esta atividade contempla especialmente as competências gerais

8. Autoconhecimento e autocuidado e **9. Empatia e cooperação**.

Falar sobre si mesmo nem sempre é fácil para os jovens. É algo que exige confiança em si, no grupo e em quem estiver conduzindo a atividade. Essa vivência ajuda o estudante a refletir sobre os elementos que constituem sua identidade. Além disso, pode auxiliar o professor a compreender mais profundamente os integrantes do grupo com o qual está trabalhando. Incentive os estudantes a participar, garantindo um ambiente acolhedor, em que todos se sintam à vontade, sejam ouvidos e respeitados.

Poucos artistas expressaram tanta emoção em suas telas como Vincent van Gogh. Ao longo da vida, ele pintou a si mesmo muitas vezes, tanto por falta de dinheiro para pagar modelos como para aprimorar sua técnica. Além disso, conhecendo um pouco de sua biografia, podemos arriscar dizer que pintar olhando o próprio rosto no espelho talvez acalmasse sua mente agitada e fervilhante...

Autorretratos são comuns entre pintores, mas Van Gogh, só entre 1885 e 1889, pintou mais de trinta. Observe ao lado uma montagem com alguns deles.

OBJETIVO

Perceber seus valores pessoais e perceber-se como pessoa única e diferente das demais.

MATERIAL

▶ folha de papel ofício ▶ lápis

DESCRIÇÃO

Sente-se em círculo com os colegas. Em silêncio, pense um pouco em como você é, no seu jeito de ser, naquilo que acredita serem suas qualidades e seus defeitos. Registre por escrito dez características da sua personalidade, organizando-as em uma tabela (veja o modelo a seguir). Após completar a tabela com suas informações, forme um grupo com dois ou três colegas para conversar a respeito das conclusões a que cada um chegou sobre suas características.

MODELO

Características que facilitam minha vida	Características que dificultam minha vida
////	////

PARA CONCLUIR

- Depois de trocar ideias com os colegas de grupo, compartilhe essas ideias com toda a classe.
1. O que cada um descobriu sobre si mesmo durante a atividade?
 2. Que característica mais aprecia em você? Qual é a que menos aprecia?
 3. Quais são as características comuns aos integrantes do grupo?

CONHEÇA TAMBÉM

Cartas a Theo, livro que reúne as cartas de Vincent van Gogh, publicado pela primeira vez em 1914.

Esta vivência proporciona exercitar a competência relacionada ao **autoconhecimento**. Nela, você poderá refletir sobre qualidades, valores e gostos pessoais por meio da descrição de suas principais características. Refletir sobre os elementos que constituem sua identidade, seu jeito de ser, é uma boa maneira de se conhecer melhor.



Reprodução/Museu Van Gogh, Amsterdã, Holanda/Museu d'Orsay, Paris, França/Rijksmuseum, Amsterdã, Holanda/Museu Wadsworth Atheneum, Hartford, EUA/Instituto de Artes de Detroit, Detroit, EUA

Autorretratos de Vincent van Gogh. Disponível em: <https://arteartistas.com.br/autorretratos-de-vincent-van-gogh/>. Acesso em: 27 dez. 2019.

TEXTO E CONTEXTO

Na seção anterior você leu uma crônica, gênero leve, mas nem por isso menos capaz de provocar reflexões. O texto que você vai ler agora é bem diferente: é um artigo científico publicado em uma revista de Psicologia. A leitura pode ser mais difícil. Por isso mesmo, vale concentrar-se e manter o foco, pois o assunto tem tudo a ver com você.

▶ Leia o texto a seguir e, na sequência, responda às questões relacionadas.

A adolescência como construção social

A adolescência não é vista aqui como uma fase natural do desenvolvimento e uma etapa natural entre a vida adulta e a infância. A adolescência é vista como uma construção social com repercussões na subjetividade e no desenvolvimento do homem moderno e não como um período natural do desenvolvimento. É um momento significativo, interpretado e construído pelos homens. [...]

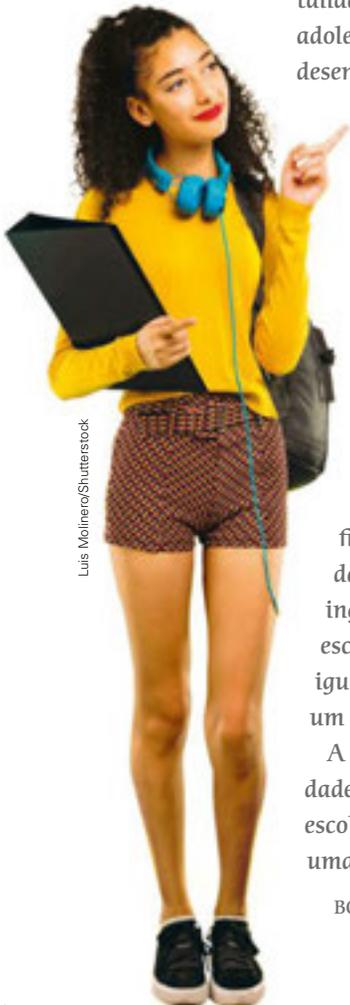
A abordagem sócio-histórica, ao estudar a adolescência, não faz a pergunta “o que é a adolescência”, mas “como se constituiu historicamente esse período do desenvolvimento”. Isso porque, para essa abordagem, só é possível compreender qualquer fato a partir da sua inserção na totalidade, na qual esse fato foi produzido, totalidade essa que o constitui e lhe dá sentido. Responder o que é a adolescência implica buscar compreender sua gênese histórica e seu desenvolvimento. [...]

A sociedade moderna, com suas revoluções industriais, gerou grandes modificações nas formas de vida. Com as revoluções industriais, o trabalho se sofisticou do ponto de vista tecnológico e passou a exigir um tempo prolongado de formação, adquirida na escola, reunindo em um mesmo espaço os jovens e afastando-os do trabalho por algum tempo. Além disso, o desemprego crônico/estrutural da sociedade capitalista trouxe a exigência de retardar o ingresso dos jovens no mercado e aumentar os requisitos para esse ingresso, o que era respondido pelo aumento do tempo na escola.

A ciência, por outro lado, resolveu muitos problemas do homem, e ele teve a sua vida prolongada, o que trouxe desafios para a sociedade, em termos de mercado de trabalho e formas de sobrevivência. Estavam dadas as condições para que se mantivesse a criança mais tempo sob a tutela dos pais, sem ingressar no mercado de trabalho. Mantê-las na escola foi a solução. A extensão do período escolar e o conseqüente distanciamento dos pais e da família e a aproximação de um grupo de iguais foram conseqüências dessas exigências sociais. A sociedade então assiste à criação de um novo grupo social com padrão coletivo de comportamento – a juventude/a adolescência.

A adolescência se refere, assim, a esse período de latência social constituída a partir da sociedade capitalista, gerada por questões de ingresso no mercado de trabalho e extensão do período escolar, da necessidade do preparo técnico. Essas questões sociais e históricas vão constituindo uma fase de afastamento do trabalho e o preparo para a vida adulta. [...]

BOCK, Ana Mercês Bahia. A adolescência como construção social: estudo sobre livros destinados a pais e educadores. *Psicologia Escolar e Educacional*, v. 11, n. 1, p. 63-76, jan./jun. 2007. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/pee/v11n1/v11n1a07>. Acesso em: 27 dez. 2019.



Ajude os estudantes a compreender o texto. Certifique-se de que todos compreendem o significado de conceitos e expressões como construção social, subjetividade, abordagem sócio-histórica, entre outros. Faça perguntas como: O que vocês entendem por subjetividade? O que os autores querem dizer ao afirmar que a adolescência não é um processo natural do desenvolvimento, mas sim uma construção social? É importante garantir que as ideias do texto ficaram claras para todos os estudantes antes de iniciar as atividades. Isso vale para qualquer tipo de texto, independentemente do gênero.

Rawpixel.com/Shutterstock



Se a adolescência é uma construção social, o modo como cada indivíduo a vivencia depende de fatores históricos e culturais de seu tempo e lugar. Por exemplo, a adolescência de uma garota que vive em uma cidade-satélite de Brasília é diferente da adolescência de uma garota de uma pequena cidade da China. Assim, a constituição da identidade individual se relaciona com tais vivências, que, uma vez organizadas no plano social, influenciam gostos, preferências, particularidades e histórias de vida.

REFLETIR E ARGUMENTAR

1. Qual é o assunto tratado no texto?

A adolescência como construção/fenômeno social.

2. De acordo com o texto, a adolescência é considerada um fenômeno natural ou socialmente construído?

Justifique. Socialmente construído, porque varia a depender da época e do contexto histórico.

3. Como surgiu o conceito de adolescência abordado no texto? Surgiu em decorrência das revoluções industriais da sociedade moderna, que trouxeram grandes mudanças nas formas de vida, transformando as relações de trabalho e exigindo maior tempo de formação escolar da juventude.

4. Como a constituição da identidade se relaciona com a adolescência?

5. Em uma mesma cidade, todos os jovens vivem a adolescência da mesma maneira? Que diferenças você percebe e a que acha que elas se devem? Compartilhe sua opinião com os colegas.

Resposta pessoal. Espera-se que o estudante perceba que a adolescência depende de fatores históricos, culturais e sociais. Segundo o texto, essa fase relaciona-se a um aumento progressivo no tempo de escolarização, como preparação para o mundo do trabalho. Entretanto, jovens que precisam trabalhar cedo não têm acesso a essa preparação e vivenciam a adolescência de modo diferente.

INTEGRANDO SABERES

Em diversas atividades deste capítulo, você foi convidado a refletir sobre suas características individuais e aquelas que são comuns aos integrantes de seu grupo mais próximo. Nesta, entretanto, você será estimulado a ampliar esse olhar para sua geração inteira. Para isso, vai trabalhar especialmente as competências relacionadas ao **conhecimento, repertório cultural, comunicação, trabalho e projeto de vida, argumentação e autoconhecimento e autocuidado.**

Gerações: cultura e

DE 1940 A 1960

Baby boomers é o termo usado para os indivíduos nascidos entre 1946 e 1964, durante o *baby boom* (explosão da taxa de natalidade), fenômeno social ocorrido nos EUA após a Segunda Guerra, quando os soldados norte-americanos voltaram para casa acreditando num futuro de paz e prosperidade. Os *baby boomers* foram jovens nas décadas de 1960 e 1970 e viveram grandes transformações sociais. Contrários aos conflitos armados (como a Guerra do Vietnã), desenvolveram a chamada era “paz e amor”.



Lainspiratiz/Shutterstock

Contexto



yulianas/Shutterstock

Padrão de relacionamento



nobeastsoferne/Shutterstock



Raciocínio
Nobelius/Shutterstock

DE 1960 A 1980

O termo **geração X** é utilizado para designar as pessoas nascidas após a geração *baby boom*, ou seja, durante a Guerra Fria. O medo do futuro incerto e, no Brasil, a constante convivência com ameaças do regime militar (1964-1985) definiram a infância dessa geração.



GoodStudio/Shutterstock

Contexto



nogaudiveter/Shutterstock

Padrão de relacionamento



Mmaxer/Shutterstock

Raciocínio



gs/Shutterstock

DE 1980 A 1990

A **geração Y** nasceu em um Brasil melhor; nos anos 1990 foi implantado o Plano Real, que trouxe mais esperança em relação à democracia recente e à economia aberta. Essa época marca o início da “invasão tecnológica”, ou seja, essa geração acompanhou de perto o aparecimento das máquinas modernas.



GoodStudio/Shutterstock

Contexto



meimei studio/Shutterstock

Padrão de relacionamento



VLADGRIN/Shutterstock

Raciocínio



Anita Ponne/Shutterstock

DE 1990 A 2010

A **geração Z** também é conhecida como *iGeneration*, plurais ou *centennials*. Essa geração corresponde ao nascimento da *world wide web* (www), rede mundial de computadores, criada em 1990 por Tim Berners-Lee, e ao *boom* dos aparelhos tecnológicos. A grande nuance dessa geração é zapear por canais de TV, navegar pela internet, usar *videogames*, telefones móveis, *MP3 players*, etc.



Lorelyn Medina/Shutterstock

- ▶ Este infográfico sintetiza, por meio de diferentes linguagens e recursos, algumas das principais características de diferentes gerações que marcaram história. Leia-o com atenção e discuta as informações com os colegas e o professor.

momento histórico

<p>Pensamento</p>  <p>MisterStock/Shutterstock</p>	<p>Padrão econômico</p>  <p>radnikovay/Shutterstock</p>	<p>Grupos</p>  <p>Meilun/Shutterstock</p>	<p>Desejos</p>  <p>Sashkin/Shutterstock</p>	<p>Padrão de comportamento</p>  <p>Macrovector/Shutterstock</p>	<p>Música e tecnologia</p>  <p>Fosin/Shutterstock</p>	<p>Meio de transporte</p>  <p>kamomeen/Shutterstock</p>
--	---	---	---	--	---	---

<p>Pensamento</p>  <p>Zakharchenko Anna/Shutterstock</p>	<p>Padrão econômico</p>  <p>Pro Symbols/Shutterstock</p>	<p>Grupos</p>  <p>Billion Photos/Shutterstock</p>	<p>Desejos</p>  <p>lgoposha/Shutterstock</p>	<p>Padrão de comportamento</p>  <p>Aniwhite/Shutterstock</p>	<p>Música e tecnologia</p>  <p>ipicalar vectorizer/Shutterstock</p>	<p>Meio de transporte</p>  <p>Radio_h/Shutterstock</p>
--	--	---	--	---	---	--

<p>Pensamento</p>  <p>Sudovovod/Shutterstock</p>	<p>Padrão econômico</p>  <p>GoodStudio/Shutterstock</p>	<p>Grupos</p>  <p>aelitra/Shutterstock</p>	<p>Desejos</p>  <p>MR Gao/Shutterstock</p>	<p>Padrão de comportamento</p>  <p>design36/Shutterstock</p>	<p>Música e tecnologia</p>  <p>Patria Ari/Shutterstock</p>	<p>Meio de transporte</p>  <p>flatvector/Shutterstock</p>
--	---	--	--	---	--	---

Adaptado de: JORDÃO, Matheus Hoffmann. *A mudança de comportamento das gerações X, Y, Z e Alfa e suas implicações*. São Carlos, 2016. Disponível em: <http://www.gradadm.ifsc.usp.br/dados/20162/SLC0631-1/geracoes%20xyz.pdf>. Acesso em: 29 dez. 2019.

- ▶ Pesquise imagens em jornais, revistas ou na internet para complementar a linha do infográfico que corresponde à geração a que você pertence. Recorte as imagens, cole-as no caderno e acrescente as legendas, compondo assim **sua própria linha do tempo**.
- ▶ Depois de realizado o trabalho, compare sua linha do tempo com a dos colegas e conversem sobre as semelhanças entre elas.

VIVÊNCIA SÍNTESE

ESQUEMA DE METAS

Neste capítulo, você viu que a identidade é construída por meio das relações que estabelecemos com o mundo sociocultural. Além disso, você e sua turma participaram de diversas atividades que permitiram refletir sobre as características individuais e coletivas que definem as particularidades de cada geração, tornando-a diferente das anteriores. É hora de retomar, sintetizar e trazer para sua vida tudo o que aprendeu.

Esta atividade contempla especialmente as competências gerais **Senso estético e repertório cultural**; **Comunicação**; **Cultura digital**; **Trabalho e projeto de vida**; **Argumentação**; **Autoconhecimento e autocuidado**; **Empatia e cooperação** e **Autonomia e cidadania**. A atividade permite ao estudante refletir sobre si mesmo, estabelecer metas e identificar formas de planejamento para alcançá-las. Pode ser realizada individualmente, de maneira leve e descontraída.

OBJETIVO

Aprofundar a percepção de si mesmo e perceber as motivações que interferem em seus sentimentos, desejos e ações.

MATERIAL

- ▶ folhas de papel sulfite
- ▶ lápis
- ▶ caneta hidrocor ou lápis de cor
- ▶ borracha

DESCRIÇÃO

Desenhe uma figura humana completa e atribua um nome a ela. Em seguida, acrescente à figura:

1. Um balão de pensamento com uma meta que você deseja realizar em, no máximo, trinta dias.
2. Uma seta saindo da mão direita para indicar uma qualidade que pode ajudar você a realizar a meta.
3. Uma seta saindo da mão esquerda para indicar uma característica que você precisa aperfeiçoar a fim de conseguir alcançá-la.
4. Uma seta saindo do pé direito para indicar um motivo pelo qual você quer atingir essa meta.
5. Uma seta saindo do pé esquerdo para indicar dois benefícios que você terá ao alcançar a meta.

PARA CONCLUIR

Compartilhe seu desenho com os colegas.



YUUME/Shutterstock



oneinchpunch/Shutterstock

PARA SABER MAIS

Na literatura e no cinema, as autobiografias e as biografias podem render boas reflexões e debates sobre o significado da identidade e suas mudanças ao longo da vida.

- ▶ Você pode começar pelo relato autobiográfico do escritor português José Saramago (1922-2010), prêmio Nobel de Literatura de 1998. O texto mostra bem como as circunstâncias do momento, tempo e lugar interferem naquilo que chamamos de identidade. Disponível em: <https://www.josesaramago.org/autobiografia-de-jose-saramago/>. Acesso em: dez. 2019.



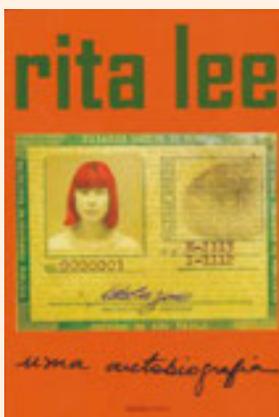
Luis Davilla/Cover/Getty Images

- ▶ *Na minha pele*, de Lázaro Ramos. Movido pelo desejo de viver num mundo em que a pluralidade cultural, racial, étnica e social seja vista como valor positivo, Lázaro Ramos divide com o leitor suas reflexões sobre ações afirmativas, gênero, família, afetividade e discriminação.



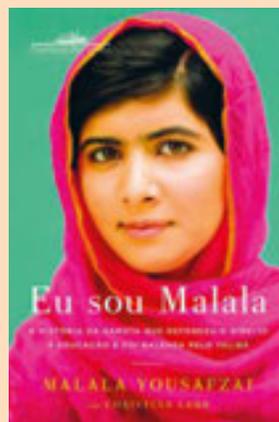
Reprodução/Editora Objetiva

- ▶ *Rita Lee: uma autobiografia*, de Rita Lee. História de uma figura humana singular, com qualidades e defeitos, sucessos e fracassos. Relato franco da menina de classe média rebelde e experimentadora que se tornou a grande estrela do rock brasileiro.



Reprodução/Globolivros

- ▶ *Eu sou Malala*, de Malala Yousafzai e Christina Lamb. História de uma adolescente paquistanesa: os primeiros anos de sua escolarização, a vida em uma região marcada pela desigualdade social e o universo religioso e cultural imposto pelo regime Talibã.



Reprodução/Companhia das Letras

- ▶ *Varda por Agnès*, documentário dirigido por Agnès Varda e Didier Rouget. Em seu último filme, a cineasta franco-belga Agnès Varda (1928-2019) constrói uma autobiografia, falando sobre suas duas vidas: como fotógrafa e como cineasta.



Reprodução/movision



CAPÍTULO 2 ▶ AUTOCONHECIMENTO

COMEÇO DE CONVERSA

Desperte o interesse e a curiosidade para o tema do capítulo fazendo perguntas: Como vocês entendem o título do capítulo e o texto inicial? Qual seria o papel de sentimentos e emoções no processo de autoconhecimento? O que vocês entendem por competências socioemocionais? Para que servem? Consideram importante desenvolvê-las? Por quê? Aproveite para explicar que competência socioemocional é a capacidade de gerenciar o comportamento, de modo a conduzir harmoniosamente os relacionamentos no contexto social.

Principais competências trabalhadas neste capítulo: Autoconhecimento e autocuidado (conhecer-se, apreciar-se, cuidar da saúde física e emocional; reconhecer suas emoções e as dos outros e saber lidar com elas) e Comunicação (expressar-se com clareza, compartilhar informações, experiências, ideias e sentimentos).

Como você viu no capítulo anterior, as experiências vividas fazem parte da construção da identidade. As relações que estabelecemos com os outros e com o mundo se tornam parte de nossa subjetividade e afetam nossos sentimentos e emoções.

Neste capítulo vamos tratar de emoções e sentimentos e de como lidar com eles para viver bem consigo mesmo e com os outros. Vamos descobrir também de que modo eles interferem nos planos que projetamos para o futuro.

- ▶ Leia a letra de “Caçador de mim”, de Luiz Carlos Sá e Sérgio Magrão, canção que deu nome a um disco do cantor, violonista e compositor Milton Nascimento lançado em 1981. Procure também ouvir a canção, pois a melodia e a interpretação são aspectos importantes para apreciar o sentido da letra.

A atividade ajuda a identificar o que os estudantes conhecem sobre o tema a ser trabalhado no capítulo. As artes, de modo geral, e a música, em particular, muitas vezes expressam as emoções e os sentimentos dos artistas. Ouvir a canção com os estudantes permite refletir sobre a letra, que sugere o autoconhecimento como uma busca do ser humano. Refletir sobre as próprias emoções e sentimentos e o modo como se constituem nas trocas e experiências com os outros é uma das formas de chegar ao autoconhecimento, competência a ser desenvolvida durante a adolescência.

Caçador de mim

Por tanto amor, por tanta emoção
A vida me fez assim
Doce ou atroz, manso ou feroz
Eu, caçador de mim

Preso a canções
Entregue a paixões
que nunca tiveram fim
Vou me encontrar
longe do meu lugar
Eu, caçador de mim

Nada a temer senão o correr da luta
Nada a fazer senão esquecer o medo
Abrir o peito à força numa procura
Fugir às armadilhas da mata escura

Longe se vai
sonhando demais
Mas onde se chega assim
Vou descobrir
o que me faz sentir
Eu, caçador de mim

CAÇADOR de mim. Intérprete: Milton Nascimento. Compositores: Luiz Carlos Sá e Sérgio Magrão. In: CAÇADOR de mim. Intérprete: Milton Nascimento. [S. l.]: Ariola, 1981.



12/Shutterstock

- ▶ Agora, contemple a imagem abaixo, *O pensador*, de Auguste Rodin. Nem todos sabem que essa figura representa o poeta, escritor e político florentino Dante Alighieri (1265-1321), autor de *A divina comédia*. Originalmente, a figura fazia parte de outra obra de Rodin, *Os portões do inferno*, e retratava Dante observando o inferno enquanto meditava sobre sua obra.

Yulia Myroniuk/Shutterstock



O pensador (Le penseur), escultura em bronze do artista francês Auguste Rodin (1840-1917), representa um homem em atitude de profunda meditação.

CONHEÇA TAMBÉM

Na imagem abaixo, uma versão de *O pensador* criada para a fachada do Senac Tatuapé, em 2013, pelo artista brasileiro Eduardo Kobra, um dos muralistas mais reconhecidos da atualidade. Saiba mais sobre ele em: <http://www.eduardokobra.com/>. Acesso em: 6 jan. 2020.



Paula Squatella/Acervo da fotógrafa

- ▶ Depois de ler e ouvir a canção e observar a imagem de *O pensador*, troque ideias com o professor e a turma sobre a relação desses textos com o tema do capítulo. Procure responder:
- 1 > A letra da canção e a obra de Rodin têm relação com o título e o tema do capítulo? Justifique. Resposta pessoal.
 - 2 > Você acha importante conhecer as próprias emoções e reconhecer as emoções dos outros? Por quê? Converse com seus colegas a respeito. Apresente seus argumentos e ouça os dos outros. Resposta pessoal.
 - 3 > Depois da conversa, registre no caderno as principais conclusões da turma.

VIVÊNCIA

CRIAR PERSONAGENS

Emoções e sentimentos fazem parte da vida, mas nem sempre é fácil perceber e dar nome ao que estamos sentindo. Esta vivência vai ajudá-lo a aperfeiçoar as competências de **autoconhecimento e autocuidado, empatia e comunicação**. Nela, você vai exercitar diferentes linguagens para se expressar e compartilhar experiências.

OBJETIVO

Facilitar a expressão de sentimentos.

MATERIAL

▶ papel sulfite ▶ lápis preto ▶ lápis de cor

DESCRIÇÃO

Sente-se em círculo com os colegas.
O professor vai distribuir folhas avulsas.
Desenhe uma figura humana, criando um personagem com nome, idade, características específicas e uma história de vida.
A seguir, reúna-se em grupo com dois ou três colegas. Cada um vai apresentar ao grupo o personagem que criou.
Depois, seu grupo vai criar uma história na qual devem participar todos os personagens criados pelo grupo.
Quando todos os grupos tiverem criado sua história, é hora de voltar ao círculo e continuar a vivência em conjunto.
Na sequência, cada grupo vai apresentar à turma reunida a história que criou.

PARA CONCLUIR

Troque ideias com os colegas buscando responder:

1. Que personagem mais chamou sua atenção? Por quê?
2. Que personagem tem alguma coisa em comum com você? Que característica é essa?
3. Pergunte aos colegas se eles também acham que esse é o personagem que mais se parece com você ou se discordam de sua opinião.
4. Em que personagens você reconhece colegas do grupo? Justifique.



A criação de histórias e personagens é um recurso projetivo que permite aos estudantes expressar conteúdos sobre si mesmos. Se considerar oportuno, você pode sugerir que as apresentações sejam feitas na forma de dramatizações ou com o uso de mímica ou fantoches. O importante é criar um ambiente descontraído, dando espaço à livre expressão dos sentimentos, de modo que os estudantes possam falar livremente sobre as características dos personagens e estabelecer as relações necessárias no momento da discussão, atendendo aos objetivos da dinâmica.

Hill Street Studios/Digital Vision/Getty Images



Ajude os estudantes na leitura do texto. Certifique-se de que todos compreendem o significado das palavras e as referências que aparecem no texto. Faça perguntas como: Vocês conhecem ou já ouviram falar de Nietzsche, da tragédia grega? E dos artistas citados: “Beethoven – como é possível que um homem completamente surdo, no fim da vida, tenha produzido uma obra que canta a alegria? Van Gogh, Cecília Meireles, Fernando Pessoa...”. O que o autor do texto quer dizer ao afirmar: “São os que sofrem que produzem a beleza, para parar de sofrer”? É importante garantir que as ideias do texto fiquem claras para todos os estudantes antes de iniciar a discussão.

TEXTO E CONTEXTO

Todo mundo quer ser feliz e ter uma vida boa. Mas o que é a felicidade? O conceito de felicidade e as formas de chegar a ela têm variado bastante ao longo da História.

▶ Leia o texto a seguir e, na sequência, responda às questões relacionadas.

Se os estudantes não conhecem as pessoas citadas, sugira que pesquisem para descobrir. Isso faz parte da leitura e compreensão de um texto e favorece o desenvolvimento da competência Senso estético e repertório cultural, importante para capacitar o jovem a fruir e participar de práticas diversificadas da produção artístico-cultural.

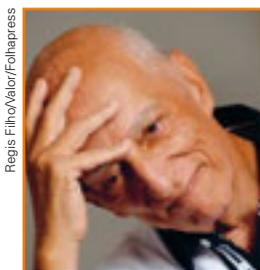
Ostra feliz não faz pérola

Ostras são moluscos, animais sem esqueleto, macias, que representam as delícias dos gastrônomos. Podem ser comidas cruas, com pingos de limão, com arroz, *paellas*, sopas. Sem defesas — são animais mansos —, seriam uma presa fácil dos predadores. Para que isso não acontecesse, a sua sabedoria as ensinou a fazer casas, conchas duras, dentro das quais vivem. Pois havia num fundo de mar uma colônia de ostras, muitas ostras. Eram ostras felizes. Sabia-se que eram ostras felizes porque de dentro de suas conchas saía uma delicada melodia, música aquática, como se fosse um canto gregoriano, todas cantando a mesma música.

Com uma exceção: de uma ostra solitária que fazia um solo solitário. Diferente da alegre música aquática, ela cantava um canto muito triste. As ostras felizes se riam dela e diziam: “ela não sai da sua depressão...” Não era depressão. Era dor. Pois um grão de areia havia entrado dentro da sua carne e doía, doía, doía. E ela não tinha jeito de se livrar dele, do grão de areia. Mas era possível livrar-se da dor. O seu corpo sabia que, para se livrar da dor que o grão de areia lhe provocava, em virtude de sua aspereza, arestas e pontas, bastava envolvê-lo com uma substância lisa, brilhante e redonda. Assim, enquanto cantava seu canto triste, o seu corpo fazia o trabalho — por causa da dor que o grão de areia lhe causava. Um dia, passou por ali um pescador com seu barco. Lançou a rede e toda a colônia de ostras, inclusive a sofredora, foi pescada. O pescador se alegrou, levou-as para casa e sua mulher fez uma deliciosa sopa de ostras. Deliciando-se com as ostras, de repente seus dentes bateram num objeto duro que estava dentro de uma ostra. Ele o tomou nos dedos e sorriu de felicidade: era uma pérola, uma linda pérola. Apenas a ostra sofredora fizera uma pérola. Ele a tomou e deu-a de presente para a sua esposa.

Isso é verdade para as ostras. E é verdade para os seres humanos. No seu ensaio sobre O nascimento da tragédia grega a partir do espírito da música, Nietzsche observou que os gregos, por oposição aos cristãos, levavam a tragédia a sério. Tragédia era tragédia. Não existia para eles, como existia para os cristãos, um céu onde a tragédia seria transformada em comédia. Ele se perguntou então das razões por que os gregos, sendo dominados por esse sentimento trágico da vida, não sucumbiram ao pessimismo. A resposta que encontrou foi a mesma da ostra que faz uma pérola: eles não se entregaram ao pessimismo porque foram capazes de transformar a tragédia em beleza. A beleza não elimina a tragédia, mas a torna suportável. A felicidade é um dom que deve ser simplesmente gozado. Ela se basta. Mas ela não cria. Não produz pérolas. São os que sofrem que produzem a beleza, para parar de sofrer. Esses são os artistas. Beethoven — como é possível que um homem completamente surdo, no fim da vida, tenha produzido uma obra que canta a alegria? Van Gogh, Cecília Meireles, Fernando Pessoa...

ALVES, Rubem. *Ostra feliz não faz pérola*. São Paulo: Planeta do Brasil, 2008.



Regis Filho/Valor/Folhapress

O mineiro Rubem Alves (1933-2014) foi psicanalista, educador, teólogo e escritor. Autor de livros religiosos, educacionais, existenciais e infantis, é considerado um dos principais pedagogos brasileiros, respeitado como intelectual polivalente nos debates sociais. Para saber mais sobre ele, veja o *site*: <https://institutorubemalves.org.br/>. Acesso em: 14 jan. 2020.

Ajude a turma a fazer a leitura da imagem e a relacioná-la ao texto e às questões. Procure assistir com os estudantes ao vídeo indicado no *Conheça também* (disponível em: <http://enciclopediataucultural.org.br/pessoa10562/alex-cerveny>; acesso em: 16 jan. 2020), pois o depoimento do artista sobre seu trabalho e a inspiração relacionada a fatos da vida, memórias e cotidiano podem ser muito oportunos para compreender as particularidades da profissão. Esta atividade contribui para o desenvolvimento da competência 8 (Senso estético e

CONHEÇA TAMBÉM

Saiba sobre a obra do desenhista, gravador, escultor, ilustrador e pintor paulistano Alex Cerveny observando a imagem ao lado e assistindo a um vídeo em que o artista fala de seu trabalho, sua experiência de vida e seu processo de criação, que está disponível na internet.

repertório cultural), mobilizando a fruição e a apreciação de diferentes linguagens.

4. Resposta pessoal. Entre outras diferenças, a principal está na duração e na intensidade. Tristeza persistente e sem causas definidas pode ser um sintoma de depressão, condição que requer tratamento médico, pois interfere na qualidade de vida e afeta a relação da pessoa consigo mesma e com os outros. Para saber mais sobre o assunto e melhor subsidiar seu trabalho com os alunos, veja: <https://www.pfizer.com.br/noticias/diferencas-entre-depressao-e-tristeza> e <https://drauziovarella.uol.com.br/entrevistas-2/depressao-infantil-e-na-adolescencia-entrevista/>. Acesso em: 15 jan. 2020.

5. Resposta pessoal. Espera-se que o estudante tenha compreendido o sentido do texto, que em certo trecho traz: “eles não se entregaram ao pessimismo porque foram capazes de transformar a tragédia em beleza”. Ou seja, o texto valoriza e defende a capacidade de transformar dor e sofrimento em oportunidade de criação, aprendizado e crescimento.

*Los hombres
no deben llorar*
(2015), óleo sobre
tela, de Alex Cerveny
(180 cm × 140 cm).



Reprodução/Coletivo particular

6. Resposta pessoal. Deixe que os estudantes se expressem livremente, ouça a opinião de todos e garanta que sejam ouvidos pelos colegas. Comente que essa expressão ou dito popular revela preconceito e machismo e pode afetar negativamente o desenvolvimento emocional de crianças que recebem esse tipo de advertência e passam a reprimir suas emoções e sentimentos, mesmo em situações de dor e sofrimento.

REFLETIR E ARGUMENTAR

1. No texto, o autor afirma: “Eram ostras felizes. Sabia-se que eram ostras felizes porque de dentro de suas conchas saía uma delicada melodia, música aquática, como se fosse um canto gregoriano, todas cantando a mesma música”. Você acha que todas as pessoas se expressam da mesma forma quando estão felizes?
Resposta pessoal.
2. Você se lembra da última vez em que se sentiu feliz? Descreva como foi e como expressou sua felicidade.
Resposta pessoal.
3. O texto trata também de uma ostra solitária, diferente das demais, que cantava um canto triste porque sentia dor. Entre nós, seres humanos, a tristeza também acontece. Diferentes acontecimentos podem nos deixar tristes, e é comum que esse sentimento se manifeste no corpo, como no caso da ostra. Você já se sentiu triste? Descreva as reações físicas que esse sentimento provocou.
Resposta pessoal.
4. O autor faz uma diferença entre a tristeza provocada pela dor (como no caso da ostra) e a depressão. Pesquise o que diferencia a tristeza da depressão e registre essa informação em seu caderno.
5. De acordo com o texto, o que significa a expressão “Ostra feliz não faz pérola”?
6. Você já ouviu dizer que “homem não chora”? Você concorda?
7. Você recebeu esse tipo de advertência ou conhece quem passou por isso? Compartilhe sua experiência com os colegas e identifique com eles outras práticas culturais que condenam ou ridicularizam a expressão de emoções e sentimentos.

7. Resposta pessoal. Se achar oportuno, sugira aos estudantes que pesquisem em livros e na internet artigos que discutem o assunto para subsidiar um debate em sala de aula.

VIVÊNCIA

A atividade tem por objetivo levar o estudante a refletir sobre seu comportamento em diferentes situações cotidianas de estresse, sensibilizando a percepção para aspectos que podem ser aperfeiçoados. Se achar necessário, você pode orientar o estudante a conversar com o coordenador pedagógico, o diretor da escola ou outra pessoa preparada para indicar orientação especializada. É importante destacar para o estudante que o autoconhecimento é a base para nossas escolhas e decisões.

CONHECENDO MAIS SOBRE VOCÊ

Você já deve ter percebido que, diante da mesma situação, as pessoas podem ter reações muito distintas. Os psicólogos norte-americanos Arnold Buss e Ann Durkee elaboraram um quadro para estudar diferentes tipos de reações tensas.

Esse quadro permite trabalhar as competências de **autoconhecimento** e **autocuidado**, que contribuem para você se conhecer melhor e reconhecer suas limitações. Essa disposição para desenvolver sua autoestima é um requisito importante para ser feliz.

OBJETIVO

Desenvolver o autoconhecimento.

MATERIAL

► Quadro com possibilidades de comportamento.

DESCRIÇÃO

Não há escolha certa ou errada para os itens do quadro a seguir: como as pessoas são diferentes, os resultados serão também distintos. O exercício ajuda a refletir sobre modos de agir, mas não é uma análise profunda e sistemática. Se você pretende aprofundar seu autoconhecimento, pesquise o assunto ou converse com um profissional capacitado para orientá-lo sobre comportamento, projeto de vida, escolha de carreira e outros assuntos, como o professor, o coordenador ou o assistente pedagógico da escola. Responda no caderno, usando a seguinte escala: **1** para “Nunca”; **2** para “Quase nunca”; **3** para “Raramente”; **4** para “De vez em quando”; **5** para “Frequentemente”; **6** para “Quase sempre”; **7** para “Sempre”.

PARA CONCLUIR

Comece a avaliação pelos itens nos quais alcançou a maior pontuação. Somas entre 25 e 35 pontos são elevadas. Se quiser esclarecer algum ponto que chamou sua atenção, converse com o professor e peça ajuda a ele.

◀ Não escreva no livro ▶

Comportamento	Escala
1. Espalho fofocas sobre pessoas de quem não gosto.	//////
2. Só faço o que me pedem quando o pedido é feito com muita gentileza.	//////
3. Meu sangue ferve com facilidade, mas a raiva passa depressa e não guardo rancor.	//////
4. Sei que as pessoas falam de mim pelas costas.	//////
5. Às vezes, as pessoas me aborrecem pelo simples fato de estar ao meu redor.	//////
6. Quando desaprovo o comportamento dos meus amigos, digo isso a eles.	//////

7. Se alguém impõe uma regra de que não gosto, sinto-me tentado a quebrá-la.	///
8. As outras pessoas sempre parecem conseguir melhores chances do que eu.	///
9. Quando alguém é mandão, faço o contrário do que me diz para fazer.	///
10. Quando alguém me aborrece, sou capaz de dizer o que penso dessa pessoa.	///
11. Se alguém é agressivo comigo, eu devolvo na mesma moeda.	///
12. Quando me enfureço, algumas vezes bato as portas.	///
13. Ocasionalmente, quando fico com raiva de uma pessoa, não converso com ela.	///
14. Quando olho para trás e penso no que aconteceu, não consigo deixar de me sentir um pouco ressentido.	///
15. Há várias pessoas que parecem ter inveja de mim.	///
16. Eu exijo que as pessoas respeitem meus direitos.	///
17. Algumas vezes fico emburrado quando estou com raiva.	///
18. Meu sangue ferve quando alguém tira barato da minha cara.	///
19. Quando as pessoas querem mandar em mim, faço com que me respeitem.	///
20. Praticamente toda semana vejo alguém de quem não gosto.	///
21. Algumas vezes tenho a sensação de que os outros dão risada de mim.	///
22. Pessoas que ficam importunando o tempo todo me irritam muito.	///
23. Muitas vezes eu me sinto como um barril de pólvora prestes a explodir.	///
24. Embora não demonstre, algumas vezes fico mordido de inveja.	///
25. Quando realmente me descontrolo, sou capaz de me desentender com alguém.	///
26. Meu lema é “nunca confie em estranhos”.	///
27. Quando fico com raiva, digo coisas desagradáveis.	///
28. Frequentemente faço ameaças que não penso em colocar em prática.	///
29. Se eu deixasse os outros verem o que eu sinto, seria considerado uma pessoa de difícil convivência.	///
30. Consigo me lembrar de ter ficado com tanta raiva que quebrei alguma coisa que estava perto de mim.	///
31. Não consigo deixar de ser um pouco grosseiro com as pessoas de quem não gosto.	///
32. Costumava pensar que a maioria das pessoas diz a verdade, mas hoje sei que é o contrário.	///
33. Conheci pessoas que me levaram a perder a paciência.	///
34. Algumas vezes demonstro minha irritação batendo em cima da mesa.	///
35. Posso chegar a ser agressivo se for obrigado a defender meus direitos.	///

Adaptado de OTTA, Emma; BUSSAB, Vera S. R. *Vai encarar? Lidando com a agressividade*. São Paulo: Moderna, 1998.

No caderno, some os pontos acumulados, usando a escala apresentada anteriormente, e mapeie sua pontuação de acordo com a descrição de comportamentos feita no quadro a seguir.

Comportamento	Descrição
Relacionam-se à irritabilidade os itens 3, 5, 18, 23 e 31 do quadro.	Pontuações elevadas indicam prontidão para explodir com afeto negativo diante da menor provocação. Significa que você é uma daquelas pessoas que ficam irritadas de repente, causando muita estranheza nas pessoas com quem convive.
Relacionam-se à desconfiança os itens 4, 15, 21, 26 e 32 do quadro.	Pontuações elevadas indicam que você tem reservas em relação a outras pessoas. Um certo grau de cautela é recomendável, no entanto, há pessoas que se sentem inferiorizadas e não se aproximam porque pensam que os outros tramam o tempo todo. Se esse for o seu caso, cuidado! Você talvez esteja projetando hostilidade de dentro de você sobre os outros, e pode estar perdendo excelentes oportunidades para fazer novos amigos.
Relacionam-se ao ressentimento os itens 8, 14, 20, 24 e 29 do quadro.	Pontuações elevadas indicam que você pode ser uma daquelas pessoas que ficam o tempo todo remoendo o que passou de ruim e esquece de olhar para as coisas boas que estão acontecendo. Quando nutrimos um sentimento muito grande de raiva contra todo mundo, corremos o risco de, além dos maus-tratos realmente sofridos, imaginar outros que não aconteceram.
Relacionam-se ao negativismo os itens 2, 7, 9, 13 e 19 do quadro.	Pontuações elevadas indicam que você precisa cuidar do aspecto de oposição. Fazer oposição em algumas situações é saudável, mas a recusa sistemática em cooperar pode nos levar a fazer oposição pela oposição e a perder experiências importantes.
Relacionam-se ao desentendimento os itens 11, 22, 25, 33 e 35 do quadro.	Pontuações elevadas indicam que você perde a paciência com facilidade e não consegue resolver os problemas por meio do diálogo. Isso pode levar você a se encrencar em diversas situações no decorrer da vida.
Relacionam-se à hostilidade verbal os itens 6, 10, 16, 27 e 28 do quadro.	Pontuações elevadas indicam que há manifestação de agressividade verbal. Ela pode ser notada tanto em relação ao conteúdo como à forma de se expressar (grito). A gente sempre fala que é preferível resolver os problemas na base do diálogo, e em geral é verdade, mas às vezes palavras doem mais do que tapas.
Relacionam-se à hostilidade indireta os itens 1, 12, 17, 30 e 34 do quadro.	Pontuações elevadas indicam que há manifestação de hostilidade indireta. Formas indiretas de agressão são fofocas maliciosas, piadas de mau gosto, preconceito, etc. Também podemos considerar manifestações de agressão contra objetos como hostilidade indireta.

Adaptado de OTTA, Emma; BUSSAB, Vera S. R. *Vai encarar? Lidando com a agressividade*. São Paulo: Moderna, 1998.

O teste foi extraído do livro de Emma Otta e Vera S. R. Bussab e adaptado para fins didáticos e para a faixa etária dos estudantes do Ensino Médio.

TEXTO E CONTEXTO

Você sabe o que é resiliência? Usado originariamente na Física, o termo designa a propriedade dos corpos de voltar à forma original após ter sofrido deformação ou choque. Em Psicologia, resiliência é a capacidade de lidar com problemas, vencer obstáculos e não ceder à pressão, mesmo em situações de grande tensão.

- ▶ Leia a seguir o relato de uma sobrevivente sobre sua experiência em um campo de concentração durante a Segunda Guerra Mundial e, depois, faça a atividade proposta.



Autor desconhecido/Yad Vashem Archives, Jerusalém, Israel.

A fotografia mostra um panorama da plataforma de chegada a Birkenau, que fazia parte do complexo de Auschwitz. Ao fundo, é possível ver as chaminés dos crematórios II e III. A foto foi tirada por guardas da SS em maio de 1944, no momento mais atroz do campo de extermínio nazista. A sobrevivente Lilly Jacob-Zelmanovic Meier encontrou as imagens por acaso e descobriu que seus vizinhos e familiares apareciam nelas, pouco antes de ser assassinados. O *Álbum de Auschwitz*, como é chamado o conjunto de 193 fotos, é um documento único no contexto do Holocausto e se encontra no Museu Yad Vashem, de Jerusalém.

Relato de Edith Eva Eger

Quando se deu nossa chegada ao campo de Auschwitz, meu pai foi imediatamente separado de nós e encaminhado para o setor destinado aos homens. Nós nunca mais o vimos novamente.

Porque éramos maiores de 14 anos, eu e Magda pudemos ficar inicialmente junto de nossa mãe. Crianças pequenas eram forçosamente tiradas de suas mães ainda na estação de trem. Os nazistas sabiam bem que as mães seriam muito submissas se elas temessem por seus filhos pequenos.

Como fomos conduzidos por guardas armados, ainda no trem, minha mãe virou-se para mim e cochichou: “Não sabemos onde estão nos levando. Mas lembre-se sempre de que nada nem ninguém pode tirar de você o que você põe aqui, na cabeça, e aqui, no coração”. Ela não pode imaginar quão importante foi esse momento e sua sabedoria para que eu sobrevivesse.

Já no campo de concentração, não tardou para que os guardas nos alinhassem em duas filas, uma à esquerda e outra à direita. Quis ir para junto da minha mãe na fila da esquerda, mas os guardas me empurraram, então, me agarrei à minha irmã, Magda, e juntas ficamos na fila da direita.

Naquele momento, por mais alguns segundos, corri até a fila da minha mãe e dei minhas duas mãos para ela, que as segurou firme e repetiu suas palavras, dizendo: “Ninguém pode tirar nem um pedacinho do que você põe na sua mente”. E, então, eu fui puxada novamente, e segurei-me a Magda na fila da direita para que fôssemos juntas.

[...] Era uma terça-feira e eu fiquei com minha irmã, esperando nosso destino. Doutor Josef Mengele, conhecido como o “Anjo da morte” em pessoa, se aproximou. Ele nos segurou na fila certa e nos disse: “Sua mãe volta já. Ela precisa apenas ir tomar um banho e seguirá na fila do banho”.

Eu não sabia, até então, que “direita” era o mesmo que “viver” e “esquerda” era o mesmo que “morrer”.

Eu esperei por minha mãe, mas ela não voltaria.

Aquela foi a última vez que vimos minha mãe.

Mais tarde, quando perguntei sobre ela, um interno contou a verdade: minha mãe tinha ido para as câmeras de gás. Nunca mais a vi novamente.

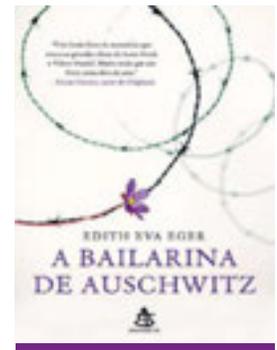
Guardas nazistas olharam para a fumaça no céu e disseram que eu deveria falar deles, de meus pais, conjugando o verbo no pretérito. Eles já haviam sido mortos.

[...] Eu fechei meus olhos e me lembrei de suas palavras: “Ninguém pode tirar de você o que você põe na sua mente”. Eu rezava, não por mim, mas pelo doutor Mengele, de forma que ele não precisasse me matar. Foi então que comecei a sentir pena dos nazistas: eles eram mais prisioneiros do que eu. De alguma forma eu sobreviveria, mas eles sempre teriam que viver com o que eles tinham feito.

Relato de Edith Eva Eger. In: RIECKEN, Cláudia. *SobreViver: Instinto de vencedor. Os 12 pontos da resiliência e a personalidade dos sobreviventes*. São Paulo: Saraiva, 2006. p. 196.

CONHEÇA TAMBÉM

A bailarina de Auschwitz, de Edith Eva Eger, autora do relato que você acabou de ler. Saiba mais sobre o livro em: <https://www.sextante.com.br/autoajuda/em-a-bailarina-de-auschwitz-sobrevivente-do-holocausto-relata-como-acolheu-a-esperanca-apos-viver-o-horror-nazista/>. Acesso em: 20 jan. 2020.



Reprodução/Editora Sextante

REFLETIR E ARGUMENTAR

1. O texto que você leu faz parte de um livro da psicoterapeuta Cláudia Riecken, resultado de pesquisas e entrevistas com pessoas que superaram grandes adversidades. Nesse livro, a autora destaca a resiliência, capacidade de reverter uma situação, transformando um fato negativo em algo positivo. Você conhece alguém com essa capacidade? **Resposta pessoal.**
2. Além da resiliência, que características você observa no comportamento de pessoas que não se deixam vencer pelas dificuldades?
3. Você já precisou ser resiliente em alguma situação de sua vida? Registre no caderno que situação foi essa e que atitudes você tomou para enfrentá-la. Depois, compartilhe com os colegas. **Resposta pessoal.**
4. Você acredita que a resiliência é uma característica importante a ser cultivada no comportamento? E na construção do projeto de vida? Justifique e compartilhe sua opinião com os colegas.

2. Resposta pessoal. É esperado que os estudantes mencionem aspectos como curiosidade, alegria, bom humor, flexibilidade, abertura a mudanças, entre outros.

4. Resposta pessoal. É esperado que os estudantes reconheçam a resiliência como uma característica importante a ser desenvolvida para superar adversidades e responder aos desafios da vida cotidiana. E que reconheçam que nem sempre o primeiro projeto de vida se realiza na íntegra, muitas vezes é necessário ter plano b, c, d, etc.

Neste capítulo, realizamos atividades relacionadas a características de comportamento, emoções e sentimentos, procurando reconhecê-los e nomeá-los, a fim de estabelecer melhores relações intra e interpessoais. Esse percurso de estudo objetivou desenvolver o **autoconhecimento**, processo que nos ajuda a fazer escolhas de modo mais seguro e consciente.

Agora é hora de integrar todos esses conhecimentos por meio da atividade a seguir.

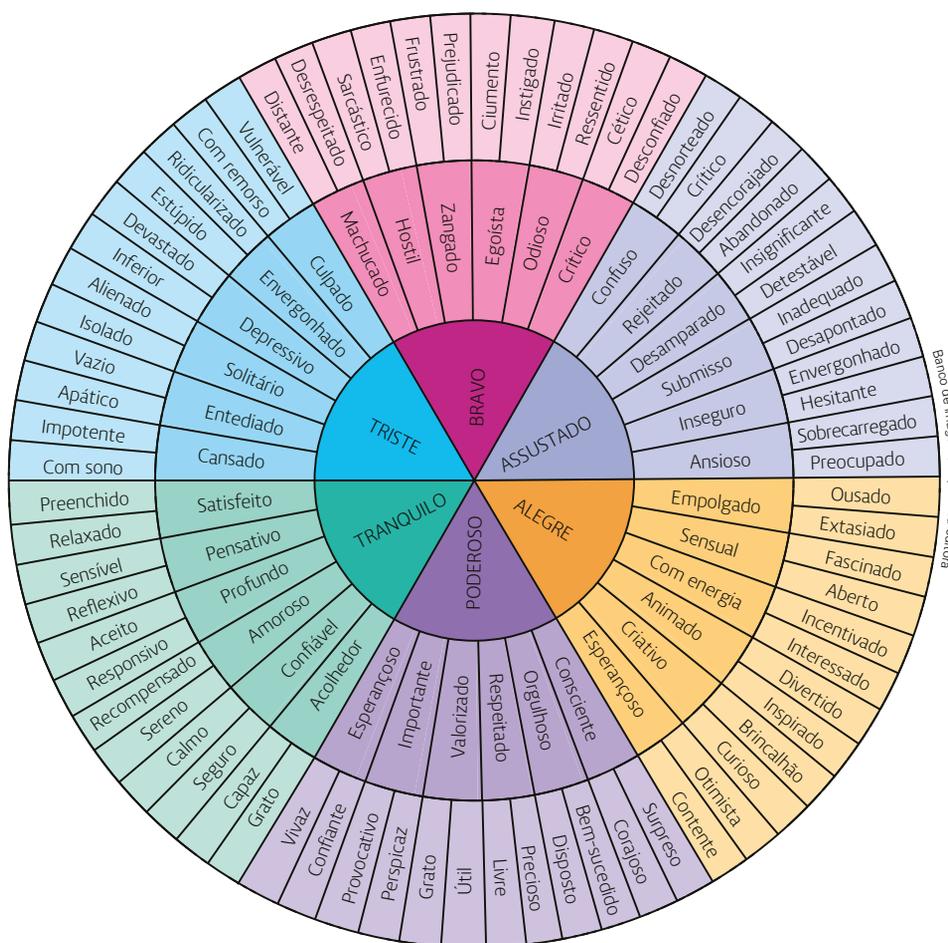
Para lidar com as emoções, em primeiro lugar é preciso saber identificá-las. Mas isso não é fácil!

“Nossa pesquisa mostra que só 36% das pessoas conseguem fazer isso, o que é problemático, pois emoções não rotuladas frequentemente são mal interpretadas, o que leva a escolhas irracionais e ações contraproducentes”, afirma Travis Bradberry, autor do livro *Inteligência emocional 2.0*.

Para as pessoas que ainda não desenvolveram a capacidade de identificar aquilo que sentem, a roda das emoções representa uma boa maneira de exercitar essa habilidade.

► Então, que tal construir sua própria roda das emoções?

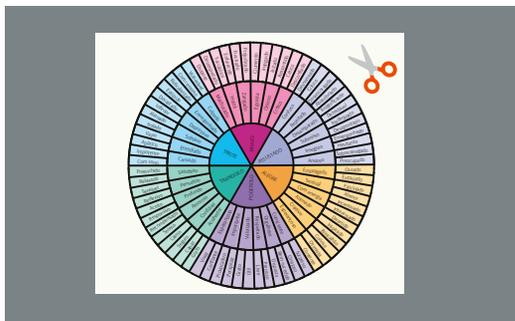
Roda das emoções



Disponível em: <https://forbes.com.br/forbeslife/2017/10/conheca-o-segredo-para-controlar-suas-emocoes-antes-que-elas-controlem-voce/>. Acesso em: 20 jan. 2020.

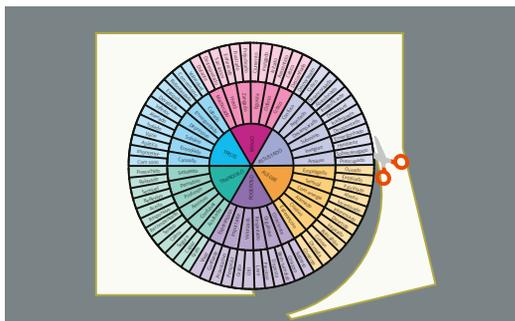
Siga as orientações da página seguinte e comece a praticar.

- 1) Reproduza a roda das emoções em uma cartolina, tal como está representada na imagem da página anterior, depois recorte-a. Para facilitar, você pode fazer uma impressão colorida da roda e colar sobre uma cartolina.



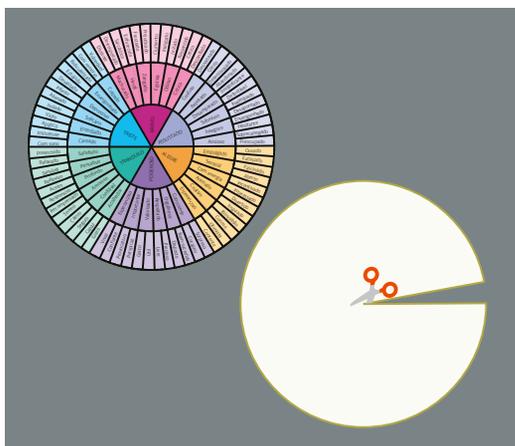
Banco de imagens/Arquivo da editora

- 2) Em uma cartolina branca, desenhe um círculo do tamanho da roda das emoções e recorte-o.



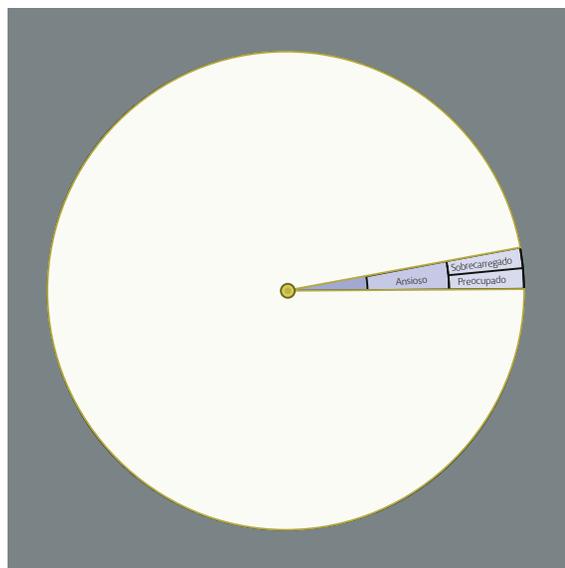
Banco de imagens/Arquivo da editora

- 3) Faça um recorte no círculo branco, conforme indicado no desenho.



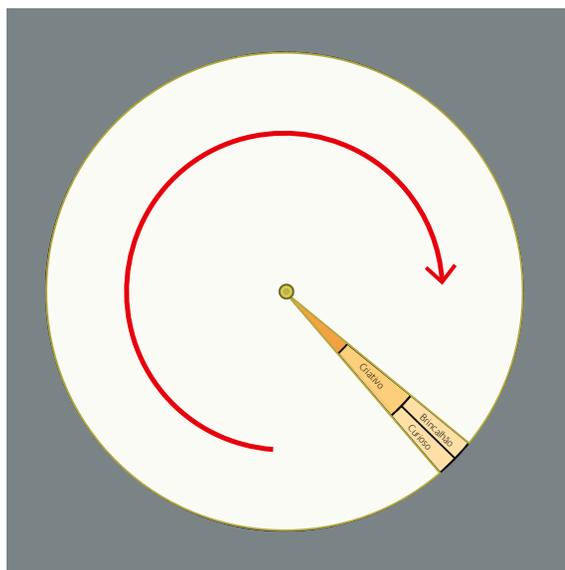
Banco de imagens/Arquivo da editora

- 4) Sobreponha o círculo de cartolina branca à roda das emoções e prenda-o no centro da roda, de modo que possa girar. Você pode usar uma tachinha, por exemplo.



Banco de imagens/Arquivo da editora

- 5) Faça a pergunta “Como estou me sentindo?” e gire a cartolina que está sobre a imagem da roda até encontrar as emoções que descrevam seu estado de espírito.



Banco de imagens/Arquivo da editora

CONHEÇA TAMBÉM

Reprodução/www.youtube.com



O vídeo do neurocientista Pedro Calabrez sobre as diferenças entre emoções e sentimentos. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=SUAQeBKikQ0>. Acesso em: 16 jan. 2020.

A atividade permite aos estudantes o desenvolvimento da educação socioemocional, que impacta positivamente na aprendizagem, no clima escolar e na convivência

entre eles. É uma prática que deve durar a vida inteira, pois afeta as relações de todas as pessoas, nos diversos ambientes em que circulam. Explique que as competências socioemocionais são atualmente muito valorizadas pelo mercado de trabalho, e desenvolvê-las pode contribuir para a inserção dos jovens que buscam as primeiras experiências profissionais.



Ao reconhecer as próprias emoções e sentimentos, ampliando assim o conhecimento sobre si mesmo, o estudante estará em condições de manejar melhor seu comportamento para responder de forma adequada às diferentes demandas da sociedade contemporânea. A atividade tem por objetivo ampliar a percepção e a autoconsciência a fim de desenvolver condições para cuidar de si com independência e autonomia.

VIVÊNCIA SÍNTESE

DIÁRIO DE EMOÇÕES

Nas vivências do capítulo, realizamos atividades relacionadas a emoções e sentimentos a fim de desenvolver especialmente as competências de **autoconhecimento e autocuidado**. Além disso, você e sua turma puderam exercitar a **reflexão** e a **comunicação** em diversas oportunidades.

Agora, você vai sintetizar esse aprendizado criando um diário para registrar suas emoções. São essenciais a criatividade, para dar seu recado de forma pessoal, e a franqueza, para que esse seja um exercício realmente enriquecedor.



Olga_ZiStockphoto/Getty Images

OBJETIVO

Identificar, reconhecer e expressar emoções e sentimentos; aprender a manejar emoções e sentimentos adequadamente; ampliar as possibilidades de autoconhecimento.

MATERIAL

- ▶ caderno
- ▶ lápis
- ▶ caneta
- ▶ lápis de cor

DESCRIÇÃO

Copie no caderno o modelo do diário de emoções, oferecido a seguir.

« Não escreva no livro »

DIA DA SEMANA	SITUAÇÃO DISPARADORA	EMOÇÃO E/OU SENTIMENTO VIVENCIADO	REAÇÃO ADOTADA
SEGUNDA-FEIRA			
TERÇA-FEIRA			
QUARTA-FEIRA			
QUINTA-FEIRA			
SEXTA-FEIRA			
SÁBADO			
DOMINGO			

Use a roda das emoções que construiu na seção *Integrando saberes* para completar o diário ao longo da semana.

A cada dia, registre as emoções, os sentimentos, a situação que disparou essa emoção ou esse sentimento e qual foi sua reação nessa situação.

Você pode utilizar palavras e imagens para fazer as anotações. Ou seja, além de escrever, ilustre seu diário com desenhos e recortes.

PARA CONCLUIR

Se considerar importante, você pode compartilhar com os colegas e o professor seu diário de emoções. Essa é uma decisão só sua, mas se optar por isso, pode ser um excelente aprendizado, pois essa é uma oportunidade de ouvir a opinião de outras pessoas sobre seu comportamento para compará-la com a maneira como você se enxerga.

RETOMADA

A autoavaliação é uma etapa fundamental nos estudos e para o desenvolvimento de um projeto de vida. Ela permite que você descubra o que está indo bem e o que é preciso aperfeiçoar.

- ▶ Agora que terminamos este capítulo, reflita sobre suas atitudes e seu aproveitamento das atividades por meio do roteiro a seguir. Registre as respostas no caderno. Ao encerrar, se considerar necessário, converse com o professor e os colegas sobre os resultados.

Para os critérios de avaliação, utilize a seguinte legenda: DT, desenvolvi totalmente; DP, desenvolvi parcialmente; DPD, desenvolvi parcialmente e com dificuldade; ND, não desenvolvi.

« Não escreva no livro »

AVALIAÇÃO: CAPÍTULO 2 - AUTOCONHECIMENTO				
SEÇÃO/AÇÃO	DT	DP	DPD	ND
Começo de conversa: refleti sobre o autoconhecimento como uma busca que constitui o processo de desenvolvimento humano.	/	/	/	/
Vivência 1: trabalhei a expressão dos sentimentos.	/	/	/	/
Texto e contexto 1: com base no texto, refleti e compreendi melhor as emoções e sentimentos humanos.	/	/	/	/
Vivência 2: aperfeiçoei meu autoconhecimento.	/	/	/	/
Texto e contexto 2: refleti sobre a importância da resiliência e compreendi que o comportamento resiliente contribui para enfrentar as adversidades da vida.	/	/	/	/
Integrando saberes: identifiquei comportamentos, emoções e sentimentos e aprendi a lidar com eles; aprimorei as relações intra e interpessoais.	/	/	/	/
Vivência síntese: identifiquei, reconheci e expressei minhas emoções e sentimentos; aprendi a lidar com as emoções e sentimentos adequadamente e ampliei meu autoconhecimento.	/	/	/	/

SÍNTESE DA AVALIAÇÃO	
O que considero mais significativo neste tema?	/
Que informações eu contaria para um colega sobre o tema?	/
Que outras informações eu gostaria de saber sobre o tema?	/
Sou sensível aos problemas e dificuldades dos colegas e de outras pessoas com quem convivo?	/

PARA SABER MAIS

Filmes, séries e canções podem ser boas oportunidades de constatar que as emoções e os sentimentos fazem parte da história de vida de todos nós. Veja a seguir algumas sugestões.

- ▶ **Comer, rezar, amar** (2010), filme dirigido por Ryan Murphy, é uma adaptação do *best-seller* autobiográfico de Elizabeth Gilbert. Conta a história de uma mulher recém-divorciada que resolve viver novas experiências, iniciando uma grande jornada de autoconhecimento.



Reprodução/Columbia Pictures



Marcello Fim/Octografo-Foco/Folhapress

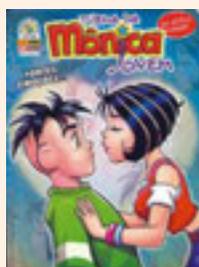
- ▶ **A sombra**, canção de Martin Andrade de Mendonça e Priscilla Novaes Leone, a Pitty, fala do desejo de se conhecer e de se querer bem.

Reprodução/Companhia das Letras



- ▶ O livro **Tá todo mundo mal** (Companhia das Letras, 2016), da *youtuber* Julia Tolezano, mais conhecida como Jout Jout, trata das crises típicas da adolescência. Em crônicas curtas e divertidas, ela fala de angústias relacionadas com família, aparência, trabalho, relacionamentos amorosos e outros temas.

- ▶ A coleção **Turma da Mônica Jovem**, dos Estúdios Mauricio de Sousa, é uma releitura dos personagens da Turma da Mônica, em versões adolescentes. Com traços e linguagem que remetem aos mangás japoneses, contam histórias de amor, fidelidade, escolhas, relações familiares, entre outros temas.



Reprodução/Panini Comics Editora



Reprodução/TV Cultura

- ▶ A série de televisão **Confissões de adolescente**, lançada em 1994 e inspirada no livro de mesmo nome, de Maria Mariana, conta o dia a dia de quatro irmãs que vivem no Rio de Janeiro. As protagonistas, apesar de terem personalidades bem diferentes, se completam em um elo de amizade, confidências e companheirismo. A série pode dar oportunidade para perceber e comparar semelhanças e diferenças entre comportamentos típicos de adolescentes da classe média nos anos 1990 e dos dias atuais.

Reprodução/Citadel Editora



- ▶ O livro **Em busca de nós mesmos**, de Clóvis de Barros Filho e Pedro Calabrez, traz questões e respostas da Filosofia e das ciências da mente (Psicologia e Neurociências) e instiga o leitor a chegar às próprias conclusões por meio de um texto descontraído e acessível.

Domicio Pinheiro/Agência Estado



- ▶ **O que é, o que é?**, canção de Gonzaguinha, faz uma reflexão sobre a vida e a busca pela felicidade.

Por meio de diferentes linguagens, explore o trecho do escritor Alberto Manguel e a pintura de Djanira para motivar os estudantes a refletir sobre o papel da leitura em sua vida. Pergunte a eles se costumam ler e o que gostam de ler. Será que ler é importante? Por quê? Além de livros didáticos, costumam ler outros tipos de livro? Quais são eles? Quem costuma frequentar livrarias? Quem lê jornais? E revistas? Quais são elas? Em edição impressa ou no computador?

CAPÍTULO 3 ▶ EU, ESTUDANTE

Essas e outras questões contribuem para levantar os conhecimentos dos jovens sobre o tema, além de subsidiar o professor para o encaminhamento das atividades que serão propostas no decorrer do capítulo. Liste na lousa as principais respostas da turma

COMEÇO DE CONVERSA

sobre o gosto pela leitura e retome esse material antes de iniciar o módulo seguinte, com o objetivo de encadear a progressão de conhecimentos no desenvolvimento do projeto.

Pode ser muito proveitoso assistir com os estudantes a um curto vídeo legendado no qual Alberto Manguel, escritor e leitor apaixonado, fala com muita beleza e sabedoria sobre a experiência da leitura. Disponível em: <https://www.fronteiras.com/videos/memorias-de-jorge-luis-borges>. Acesso em: 17 jan. 2020.

Ao longo da vida escolar, você enfrenta muitas exigências. Para dar conta das demandas de todas as áreas do conhecimento, absorvendo conteúdos e desenvolvendo habilidades e competências, é necessário, antes de tudo, ser um leitor competente.

Por isso, neste capítulo vamos investigar mais de perto a capacidade de ler o mundo e o significado da leitura. Veremos também como alguns métodos de estudo podem facilitar sua vida, melhorar seu desempenho e preparar você para atividades futuras relacionadas a seu projeto de vida.

- ▶ Observe a pintura de Djanira e, em seguida, leia um trecho, muito significativo, do livro *Uma história da leitura*, de Alberto Manguel. Depois converse com os colegas e o professor sobre as impressões despertadas por esses textos e registre suas conclusões no caderno.

Reprodução/Coleção particular



Sala de leitura (1944), óleo sobre madeira de Djanira da Motta e Silva (70 cm x 99 cm). A tela retrata a vida comunitária no subúrbio de Brás de Pina, onde a artista também viveu.

Arquivo do jornal O Estado de S. Paulo / Agência Estado



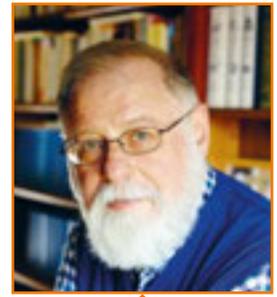
Djanira da Motta e Silva (1914–1979), autodidata de origem trabalhadora, desenvolveu uma sólida carreira em vida, embora tenha sido negligenciada nas narrativas oficiais da história da arte brasileira. Sua obra tem como temas retratos e autorretratos, diversões e festas populares, o trabalho e os trabalhadores, a religiosidade afrobrasileira, os indígenas. Para saber mais sobre a artista, conheça uma exposição de 2019 que resgatou a importância de sua obra. Disponível em: <https://masp.org.br/exposicoes/djanira-a-memoria-de-seu-povo>. Acesso em: 17 jan. 2020.

Uma história da leitura

Os leitores de livros, uma família em que eu estava entrando sem saber (sempre achamos que estamos sozinhos em cada descoberta e que cada experiência, da morte ao nascimento, é aterrorizantemente única), ampliam ou concentram uma função comum a todos nós. Ler as letras de uma página é apenas um de seus muitos disfarces. O astrônomo lendo um mapa de estrelas que não existem mais; o arquiteto japonês lendo a terra sobre a qual será erguida uma casa, de modo a protegê-la das forças malignas; o zoólogo lendo os rastros de animais na floresta; o jogador lendo os gestos do parceiro antes de jogar a carta vencedora; a dançarina lendo as notações do coreógrafo e o público lendo os movimentos da dançarina no palco; o tecelão lendo o desenho intrincado de um tapete sendo tecido; o organista lendo várias linhas musicais simultâneas orquestradas na página; os pais lendo no rosto do bebê sinais de alegria, medo ou admiração; o adivinho chinês lendo as marcas antigas na carapaça de uma tartaruga; o amante lendo cegamente o corpo amado à noite, sob os lençóis; o psiquiatra ajudando os pacientes a ler seus sonhos perturbadores; o pescador havaiano lendo as correntes do oceano ao mergulhar a mão na água; o agricultor lendo o tempo no céu - todos eles compartilham com os leitores de livros a arte de decifrar e traduzir signos. Algumas dessas leituras são coloridas pelo conhecimento de que a coisa lida foi criada para aquele propósito específico por outros seres humanos - a notação musical ou os sinais de trânsito, por exemplo - ou pelos deuses - o casco da tartaruga, o céu à noite. Outras pertencem ao acaso.

E, contudo, em cada caso é o leitor que lê o sentido; é o leitor que confere a um objeto, lugar ou acontecimento uma certa legibilidade possível, ou que a reconhece neles; é o leitor que deve atribuir significado a um sistema de signos e depois decifrá-lo. Todos lemos a nós e ao mundo à nossa volta para vislumbrar o que somos e onde estamos. Lemos para compreender, ou para começar a compreender. Não podemos deixar de ler. Ler, quase como respirar, é nossa função essencial.

MANGUEL, Alberto. *Uma história da leitura*. São Paulo: Companhia das Letras, 1997. p. 19-20.



Ulf Andersen/Getty Images

Alberto Manguel

(1948-), escritor, tradutor e editor nascido em Buenos Aires, Argentina, é hoje cidadão canadense. Passou a infância em Israel, estudou na Argentina e viveu na Espanha, na França, na Inglaterra e na Itália, trabalhando como leitor para várias editoras. Autor de livros de ficção e não ficção, de 2015 a 2018 foi diretor da Biblioteca Nacional da Argentina, em Buenos Aires.

- 1 > Você gosta de ler? Troque ideias com os colegas sobre isso. **Resposta pessoal.**
- 2 > No lugar onde mora há espaços de leitura, como a sala representada na tela de Djanira? Você costuma frequentá-los? **Resposta pessoal.**
- 3 > Para você, quem são as figuras representadas na tela da artista? **Resposta pessoal.**
- 4 > "Lemos para compreender, ou para começar a compreender. Não podemos deixar de ler. Ler, quase como respirar, é nossa função essencial." Como você entende essa afirmação? **Resposta pessoal.**
- 5 > De que modo a afirmação de Manguel e a pintura de Djanira se relacionam ao tema do capítulo?
- 6 > Depois de compartilhar suas ideias com os colegas, anote no caderno as principais conclusões da turma. **Resposta pessoal.**

5. É esperado que os estudantes percebam a importância da leitura, tema da pintura e que, na visão do escritor, nos torna aptos a compreender o que somos, onde estamos e a decifrar o mundo ao nosso redor. Tanto na vida de estudante como pela vida afora, a leitura é essencial para começar a compreender e a cada momento renovar e continuar esse aprendizado que dura a vida inteira.

VIVÊNCIA

LEITURA DO MUNDO

Você já pensou no que significa ler o mundo? Esta vivência vai ajudá-lo a exercitar essa capacidade, mobilizando seu **conhecimento, cultura digital, comunicação e senso estético e repertório cultural**. Essas competências são essenciais para entender e explicar a realidade, expressar-se, apreciar e participar de manifestações culturais e artísticas.

OBJETIVO

Desenvolver a capacidade de ler o mundo.

MATERIAL

► Texto “A função da arte I”, do escritor Eduardo Galeano.

DESCRIÇÃO

Leia o texto de Eduardo Galeano, que está na página ao lado. Após a leitura individual, troque ideias com os colegas buscando responder:

1. O narrador começa falando do personagem Diego e mencionando o nome de seu pai, Santiago Kovadloff. Quem seria essa pessoa? Por que razão o escritor citou o nome do pai de Diego quando poderia simplesmente ter escrito “O pai levou-o”?
2. Qual foi a reação do menino ao ver o mar?
3. Como você entende a frase: “Me ajuda a olhar!”?
4. Qual é a relação do texto com a capacidade de ler o mundo?
5. O que pode contribuir para ampliar nossa percepção sobre os diferentes acontecimentos do mundo que nos rodeia?
6. O que significa ler o mundo e como isso pode nos ajudar no cotidiano?

PARA CONCLUIR

Faça um pequeno exercício de leitura do mundo:

- Escolha uma situação qualquer que esteja presenciando ou já tenha presenciado, ou ainda um fato que tenha chamado sua atenção.
- Descreva em voz alta a situação ou o fato, procurando entender cada detalhe e explicando as razões de sua interpretação.
- Grave o exercício com o celular ou um gravador, depois compartilhe a gravação com os colegas e o professor.
- Ao final, discuta com a turma as semelhanças e diferenças entre as leituras do mundo de cada um de vocês.

2. O menino ficou mudo diante de tanta beleza.

3. Resposta pessoal. Espera-se que os estudantes percebam que o menino pede ajuda para entender tamanha beleza, além de pedir amparo ao pai diante da imensidão do mar.

4. Espera-se que os estudantes entendam que o texto é uma alegoria da leitura do mundo, em que se contemplam ampliação do repertório, capacidade de interpretação, atribuição de significado e fruição.

5. Espera-se que os estudantes entendam que a multiplicação de experiências pode ampliar a percepção, aí incluído o aprendizado escolar.

1. Uma das funções da leitura é despertar a curiosidade e, assim, ampliar o repertório do leitor. Para saber quem é essa pessoa, sugira aos estudantes que assistam a um vídeo (em espanhol) que apresenta uma entrevista com Kovadloff. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=HNs9Q7Z3e6Q>. Acesso em: 18 jan. 2020. No vídeo, esse intelectual argentino, provavelmente amigo de Eduardo Galeano, dá um depoimento que pode enriquecer os conhecimentos do professor e dos estudantes sobre vários temas relacionados à educação e à leitura do mundo.

6. A leitura de mundo é uma competência que pode ser desenvolvida pela ampliação do repertório de experiências de vida de cada um. A atividade constitui oportunidade de levar os estudantes a refletir sobre a importância de estimular a percepção, a capacidade de interpretação e a atribuição de significado a acontecimentos do cotidiano.

A função da arte 1

Diego não conhecia o mar. O pai, Santiago Kovadloff, levou-o para que descobrisse o mar. Viajaram para o Sul. Ele, o mar, estava do outro lado das dunas altas, esperando.

Quando o menino e o pai enfim alcançaram aquelas alturas de areia, depois de muito caminhar, o mar estava na frente de seus olhos. E foi tanta a imensidão do mar, e tanto seu fulgor, que o menino ficou mudo de beleza.

E quando finalmente conseguiu falar, tremendo, gaguejando, pediu ao pai:
– *Me ajuda a olhar!*

GALEANO, Eduardo. *O livro dos abraços*. Porto Alegre: L&PM, 2002. Disponível em: <https://www.anarquista.net/wp-content/uploads/2013/03/O-Livro-dos-Abra%C3%A7os-Eduardo-Galeano.pdf>. Acesso em: 18 jan. 2020.

Leonardo Cendamo/Getty Images



O escritor uruguaio **Eduardo Galeano** (1940-2015) escreveu mais de quarenta livros, entre obras de ficção, jornalismo, análise política e história. Saiba mais sobre Galeano e seus livros em uma entrevista disponível em: https://tvcultura.com.br/videos/28242_entrelinhas-eduardo-galeano.html. Acesso em: 17 jan. 2020.



Anado/Shutterstock

TEXTO E CONTEXTO

- ▶ Leia um trecho do texto de Leonardo Boff e, na sequência, outro de obra de Umberto Eco. Depois, responda às questões relacionadas.

A águia e a galinha: uma metáfora da condição humana

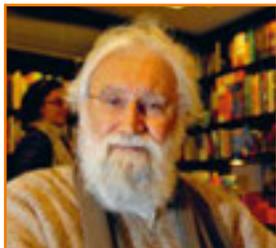
Ler significa reler e compreender, interpretar. Cada um lê com os olhos que tem. E interpreta a partir de onde os pés pisam.

Todo ponto de vista é um ponto. Para entender como alguém lê, é necessário saber como são seus olhos e qual é a sua visão de mundo. Isso faz da leitura sempre uma releitura.

A cabeça pensa a partir de onde os pés pisam. Para compreender, é essencial conhecer o lugar social de quem olha. Vale dizer: como alguém vive, com quem convive, que experiências tem, em que trabalha, que desejos alimenta, como assume os dramas da vida e da morte e que esperanças o animam. Isso faz da compreensão sempre uma interpretação.

BOFF, Leonardo. *A águia e a galinha: uma metáfora da condição humana*. Petrópolis: Vozes, 2017. p. 13.

Fábio Guinzel/Fotorena



O catarinense **Leonardo Boff** (1938-) é teólogo, escritor, filósofo, ecologista, professor, conhecido internacionalmente. Saiba mais em: <https://leonardoboff.wordpress.com/>. Acesso em: 20 jan. 2020.

A memória vegetal: e outros escritos de bibliofilia

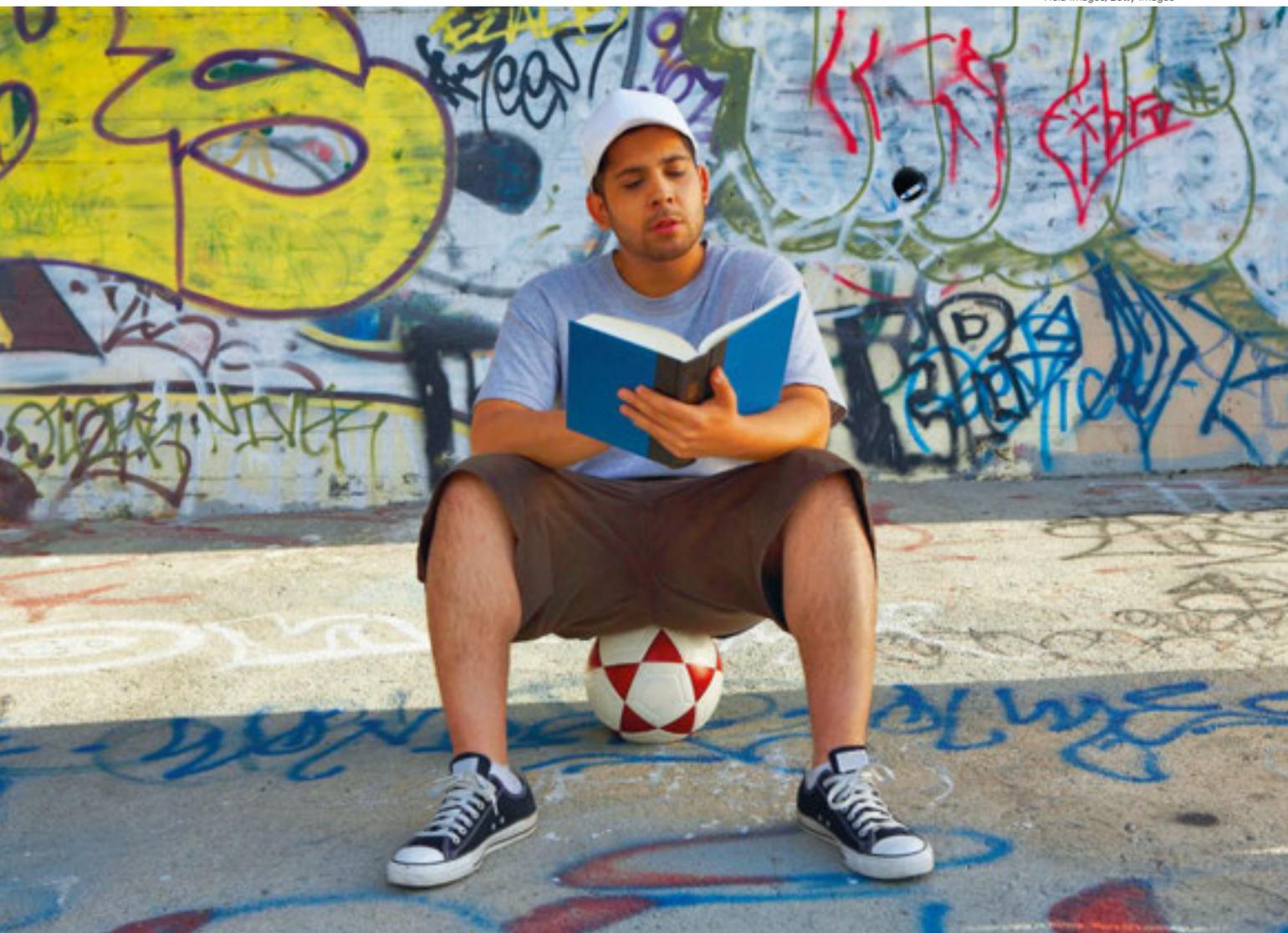
Os livros existem desde antes da imprensa, embora no início tivessem a forma de um rolo e só aos poucos tenham ficado mais semelhantes ao objeto que conhecemos. O livro, sob qualquer forma, permitiu que a escrita se personalizasse: representava uma porção de memória, até coletiva, mas selecionada segundo uma perspectiva pessoal. Diante dos obeliscos, estelas, tábuas, ou de epígrafes em pedras tumulares, procuramos decifrá-los; ou seja, trata-se de conhecer o alfabeto usado e de saber quais eram as informações essenciais ali transmitidas: aqui está sepultado fulano, este ano produziram-se tantos feixes de espigas, tais países e tais outros foram conquistados por este senhor. Não nos perguntamos quem estilou ou gravou. Diante do livro, em contraposição, procuramos uma pessoa, um modo individual de ver as coisas. Não procuramos apenas decifrar, mas também interpretar um pensamento, uma intenção. Em busca de uma intenção, interroga-se um texto, do qual se podem até fazer leituras diferentes. [...]

ECO, Umberto. *A memória vegetal: e outros escritos de bibliofilia*. Rio de Janeiro: Record, 2010. p. 15.

Serge Benhamou/Gamma-Rapho/Getty Images



Umberto Eco (1932-2016) foi um escritor, filósofo e linguista italiano de fama internacional. Para saber mais sobre ele, um dos grandes intelectuais de seu tempo, leia um artigo do jornal português *Público*. Disponível em: <https://www.publico.pt/2016/02/20/culturaipsilon/noticia/morreu-o-escritor-italiano-umberto-eco-1723897>. Acesso em: 28 jan. 2020.



2. Resposta possível: “O livro, sob qualquer forma, permitiu que a escrita se personalizasse: representava uma porção de memória, até coletiva, mas selecionada segundo uma perspectiva pessoal.” “Diante do livro, em contraposição, procuramos uma pessoa, um modo individual de ver as coisas. Não procuramos apenas decifrar, mas também interpretar um pensamento, uma intenção. Em busca de uma intenção, interroga-se um texto, do qual se podem até fazer leituras diferentes.”

REFLETIR E ARGUMENTAR

1. No primeiro texto, Leonardo Boff apresenta a leitura como uma experiência social integrada a um contexto. Você concorda com essa visão? Justifique. *Resposta pessoal.*
2. No segundo texto, Umberto Eco aponta a diferença entre a escrita e a leitura. Que frases do texto expressam essas ideias?
3. Converse com os colegas sobre o papel da leitura em sua vida de estudante. Registre as opiniões no caderno. *3. Resposta pessoal, mas é esperado que os estudantes demonstrem consciência de que grande parte do estudo se faz por meio da leitura, atividade que requer disciplina e organização.*
4. Trabalhos em grupo e seminários são estratégias de estudo que contribuem para a construção e consolidação de conhecimentos. Você sabe como organizar um grupo de trabalho e como participar? Sabe como organizar um seminário? Pesquise em livros ou na internet e compartilhe suas descobertas com a turma. *Resposta pessoal.*
5. Com alguns colegas, pesquise em livros ou na internet quais são as melhores formas de organizar uma rotina de estudos. Depois, ainda em grupo, elabore um cartaz para expor no mural da classe as conclusões do grupo. *Resposta pessoal.*

VIVÊNCIA

ELEMENTOS DO TEXTO

Esta atividade permite que os estudantes examinem e identifiquem em detalhe os elementos que compõem um texto (mobilizando as competências **Conhecimento e Comunicação**), o que contribui para a compreensão de leituras sistematizadas durante o processo de estudo. Você pode complementar as informações com explicações eventualmente não mencionadas. Além disso, pode aproveitar a oportunidade para introduzir conceitos de tipos de leitura, como a leitura racional, que se divide em quatro níveis de complexidade progressiva (denotação, interpretação, crítica e problematização), e a emocional, em que o leitor tem no texto uma forma de distração, sendo o ato de ler conduzido apenas pelo gosto pessoal. Para mais informações sobre esses conceitos, veja o livro *Temas de filosofia*, de Maria Lúcia de Arruda Aranha e Maria Helena Pires Martins. São Paulo: Moderna, 1992.

Para redigir, interpretar ou analisar um texto, é essencial conhecer e compreender os elementos que o compõem. Nesta vivência, um infográfico facilita a visualização e a compreensão de alguns desses elementos.

OBJETIVO

Trabalhar a leitura e a compreensão dos elementos que compõem um texto.

MATERIAL

- ▶ infográfico
- ▶ caderno
- ▶ lápis

DESCRIÇÃO

Leia o texto do infográfico na página ao lado individualmente, destacando os elementos que chamam sua atenção. Tome notas no caderno. Em seguida, pesquise e selecione um texto; pode ser uma crônica, uma reportagem, um artigo científico ou outro que lhe interesse. Identifique os elementos que o compõem e registre suas impressões no caderno para compartilhar, posteriormente, com os colegas e o professor.

PARA CONCLUIR

Troque ideias com a turma, comparando as diferenças e as semelhanças entre as anotações.

INDICA A
EXISTÊNCIA DE **NOTA DE
RODAPÉ**, QUE É UMA INFORMAÇÃO
ADICIONAL AO TEXTO, QUE PODE
SER BIBLIOGRÁFICA, EXPLICATIVA
OU UMA OBSERVAÇÃO DO
AUTOR DO TEXTO.

A FONTE
INDICA DE ONDE FOI
EXTRAÍDO O TRECHO
REPRODUZIDO E DEVE CONTER
NOME DO AUTOR, TÍTULO
DA OBRA, LOCAL, EDIÇÃO,
ANO E INDICAÇÃO
DA PÁGINA.

O rap e o funk na socialização da juventude

Nos últimos anos, e de forma cada vez mais intensa, podemos observar que os jovens vêm lançando mão da dimensão simbólica como a principal e mais visível forma de comunicação, expressa nos comportamentos e atitudes pelos quais se posicionam diante de si mesmos e da sociedade. É possível constatar esse fenômeno nas ruas, nas escolas ou nos espaços de agregação juvenil, onde os jovens se reúnem em torno de diferentes expressões culturais, como a música, a dança, o teatro, entre outras, e tornam visíveis, através do corpo, das roupas e de comportamentos próprios, as diferentes formas de se expressar e de se colocar diante do mundo.

O mundo da cultura aparece como um espaço privilegiado de práticas, representações, símbolos e rituais no qual os jovens buscam demarcar uma identidade juvenil. Longe dos olhares dos pais, professores ou patrões, assumem um papel de protagonistas, atuando de alguma forma sobre o seu meio, construindo um determinado olhar sobre si mesmos e sobre o mundo que os cerca. Nesse contexto, a música é a atividade que mais os envolve e os mobiliza. Muitos deles deixam de ser simples fruidores e passam também a ser produtores, formando grupos musicais das mais diversas tendências, compondo, apresentando-se em festas e eventos, criando novas formas de mobilizar os recursos culturais da sociedade atual além da lógica estreita do mercado.

Esse processo não está presente apenas entre os jovens de classe média. Nas periferias constatamos uma efervescência cultural protagonizada por parcelas dos setores juvenis. Ao contrário da imagem socialmente criada a respeito dos jovens pobres, quase sempre associada à violência e à marginalidade, eles também se posicionam como produtores culturais¹. Entre eles, a música é o produto cultural mais consumido e em torno dela criam seus grupos musicais de estilos diversos, dentre eles o rap e o funk. Nesses grupos estabelecem trocas, experimentam, divertem-se,

Autores como Mannheim (1982) ou Melucci (1994) recomendam que devemos estar atentos às expressões juvenis, pois estas podem ser a ponta de um iceberg, que torna visíveis as tensões e contradições da sociedade em que vivem. [...]

A nossa hipótese é de que a centralidade do consumo e a da produção cultural para os jovens são sinais de novos espaços, de novos tempos e de novas formas de sua produção/formação como atores sociais. Ou seja, apontam para novas formas de socialização, nas quais os grupos culturais e a sociabilidade que produzem vêm ocupando um lugar central.

1. Nos limites deste texto não cabe desenvolver uma discussão sobre violência e juventude, que se torna cada vez mais séria, com índices alarmantes de homicídios envolvendo jovens. Como denunciou o juiz Geraldo Claret, do Juizado da Infância e da Juventude de Belo Horizonte, morrem assassinados na cidade, por ano, uma média de quatrocentos jovens de 12 a 20 anos. (*Estado de Minas*, 13 de janeiro de 2001). [...]

DAYRELL, Juez. O rap e o funk na socialização da juventude. *Educação e Pesquisa*, São Paulo, v. 28, n. 1, p. 117-136, jan./jun. 2002.

Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-97022002000100009. Acesso em: 20 jan. 2020.

O **TÍTULO**, EM GERAL, REVELA A PRINCIPAL IDEIA DO TEXTO.

A **INTRODUÇÃO** APRESENTA O TEMA A SER ABORDADO.

O **DESENVOLVIMENTO** É A EXPOSIÇÃO OU ARGUMENTAÇÃO DAS IDEIAS E OPINIÕES DO AUTOR DO TEXTO.

A **CITAÇÃO** FAZ REFERÊNCIA A AUTOR OU IDEIA DEFENDIDA POR UM AUTOR NO TEXTO. PODE SER FEITA NA FORMA DE SÍNTESE OU DE TRANSCRIÇÃO LITERAL; NESSE ÚLTIMO CASO, AS IDEIAS APARECEM ENTRE ASPAS.

[...] É UM SINAL DE QUE PARTE DO TEXTO FOI SUPRIMIDA.

A **CONCLUSÃO** É A SÍNTESE, NÃO SÓ DAS IDEIAS DO ÚLTIMO PARÁGRAFO, MAS DO QUE FOI APRESENTADO NO TEXTO TODO.

TEXTO E CONTEXTO

A leitura pode acontecer em muitos lugares diferentes. E, como você vai ver no texto a seguir, também pode se dar em níveis bem diversos.

- ▶ Leia o texto a seguir, depois faça a atividade correspondente para refletir sobre ele.

Leitor competente e leitor crítico

Como se vê, ler é uma atividade bem mais complexa do que parece. Se, por um lado, pode consistir em simplesmente decodificar sinais, por outro pode incluir também interpretar, decifrar o que está além do literal.

A linguagem é um poderoso instrumento de expressão do ser humano e, como tal, um meio de aproximação, de interação e de comunhão entre as pessoas. Assim como a linguagem pode ser oral ou escrita, a leitura vai além do universo da palavra escrita. Podemos fazer a leitura de um texto produzido em linguagem escrita, como a de um artigo de opinião; em linguagem oral, como a de um debate regrado público; em linguagem mista, como a de um filme ou uma história em quadrinhos; em linguagem pictórica, como a de uma pintura; e assim por diante.

Ler bem, ou ser um leitor competente, não é apenas compreender o que está dito, mas compreender também o não dito, as entrelinhas, o implícito do texto.

O leitor crítico é aquele que, diante de qualquer texto, verbal ou não verbal, coloca-se numa postura ativa, de análise, de resposta ao texto lido. Ele não só analisa o texto, mas também os demais elementos da situação de produção: quem fala, para quem fala, em qual contexto e momento histórico, em que meio ou suporte de divulgação, com que intenção etc.



Tao Zhang/NurPhoto/Agência France-Presse

Jovens participam de evento de leitura no metrô por ocasião do Dia Mundial do Livro, em Harbin, China, 2016.

1. Resposta pessoal. Deixe que os estudantes se expressem, a fim de verificar se compreenderam as ideias do texto e ouvir suas opiniões a respeito da complexidade da leitura, em vez de apenas reproduzir o texto que acabaram de ler.

Como se sabe, ninguém fala ou escreve sem ter um destinatário em mente. Quando alguém produz um texto, tem uma intenção e supõe ou tem um interlocutor real. Leva em conta, por exemplo, que seu texto pode interagir com o interlocutor, modificar seu comportamento, suas ideias ou emoções; pode, por exemplo, informar, emocionar, defender um ponto de vista, ensinar, contar o que aconteceu...

Nenhum texto é neutro, despretensioso. Todo texto está carregado de intenções, significados explícitos e implícitos e ideologia que dependem impreterivelmente do contexto em que foi produzido. Um mesmo texto pode ter, em um e outro contexto, sentidos completamente diferentes, ou seja, a situação participa da construção do sentido do texto.

O leitor competente é aquele que, além do sentido das palavras, descobre também o significado das pausas, dos silêncios, da pontuação...

Todas as intenções e todos os significados, os explícitos e os implícitos, os subterfúgios, as pausas e o silêncio precisam ser lidos, interpretados de modo crítico e competente. Ler, nesse sentido, é assumir uma postura ativa diante do que lemos ou escutamos. Só assim podemos ser leitores competentes e críticos, prontos para o exercício da cidadania, prontos para a vida. Essa é que é a mais desafiante, porém a mais prazerosa tarefa de ler.

CEREJA, William Roberto; COCHAR, Thereza Magalhães; CLETO, Ciley. *Interpretação de textos: construindo competências e habilidades em leitura*. São Paulo: Atual, 2009. p. 11.

2. Resposta pessoal. É esperado que os estudantes respondam que, segundo o texto, podemos fazer a leitura de um texto produzido em linguagem escrita, em linguagem oral, em linguagem mista, em linguagem pictórica, etc.; e que ler bem não é apenas compreender o que está dito, mas compreender também o não dito, as entrelinhas, o implícito do texto.

3. Resposta pessoal. Pode ser interessante listar na lousa, com os estudantes, as qualidades do leitor crítico destacadas no texto. Por exemplo: 1. Diante de qualquer texto, verbal ou não verbal, colocar-se numa postura ativa, de análise, de resposta ao texto lido. 2. Não só analisar o texto, mas também os demais elementos da situação de produção: quem fala, para quem fala, em qual contexto e momento histórico, em que meio ou suporte de divulgação, com qual intenção, etc. 3. Além do sentido das palavras, descobrir também o significado das pausas, dos silêncios, da pontuação. 4. Assumir uma postura ativa diante do que lemos ou escutamos.

4. Resposta pessoal. É esperado que os estudantes mencionem que a leitura crítica é necessária em todas as situações da vida cotidiana e também nas atividades escolares, pois favorece a formação de conceitos, a compreensão dos temas estudados e a leitura do mundo em geral.

6. Resposta pessoal. É esperado que os estudantes relacionem o aperfeiçoamento da escrita com a leitura de textos de diversos gêneros: poesia, crônica, texto jornalístico, ensaio, romance, entre outros, e com o exercício cotidiano de escrever.

7. Resposta pessoal. É esperado que a apresentação do grupo destaque aspectos como introdução, desenvolvimento e conclusão, além da realização de um plano de trabalho que organize previamente as informações, decidindo qual é a melhor forma de apresentá-las de modo coerente e ordenado. Para orientar os estudantes, veja também: <https://www.nexojournal.com.br/expresso/2019/01/03/por-que-conte%C3%BAdos-de-jornais-s%C3%A3o-usados-em-vestibulares>. Acesso em: 19 jan. 2020.

REFLETIR E ARGUMENTAR

1. Segundo o texto, ler é uma tarefa complexa. Você concorda? Por quê? Justifique sua resposta.
2. De acordo com o texto, a leitura vai além da palavra escrita. Explique essa afirmação.
3. Segundo o texto, o que é necessário para ser um leitor crítico? Faça uma lista no caderno.
4. A leitura crítica é necessária em suas atividades de estudo? Por quê?
5. A linguagem escrita é um poderoso instrumento de expressão do ser humano. Para muitas pessoas, escrever é uma tarefa difícil. E para você, escrever é fácil ou difícil? Justifique. *Resposta pessoal.*
6. Pesquise em livros ou na internet estratégias que contribuem para aperfeiçoar as formas de escrita. Registre suas descobertas no caderno e compartilhe com a turma.
7. Em grupo, pesquise em livros ou na internet quais são os passos recomendados para escrever um bom texto. Apresente suas descobertas aos colegas da classe.

INTEGRANDO SABERES

Neste capítulo vimos que a leitura é essencial para nos ajudar a compreender o mundo. Aprendemos que há diferentes tipos de leitura, com diversos objetivos e graus de complexidade. Vimos também que organizar uma rotina de estudos contribui para facilitar sua vida de estudante.

- ▶ Agora você vai integrar todos esses conhecimentos, exercitando suas habilidades para ler imagens de obras de arte. Como sabe, as artes visuais transmitem muitas informações, como a época e o contexto histórico em que o artista viveu ou escolheu retratar, as emoções e os sentimentos do artista e das pessoas retratadas e as características da paisagem do lugar, entre outras.

Para ler essas e inúmeras outras informações, é necessário exercitar um olhar atento. Vamos lá?

Pratique sua habilidade para a leitura do mundo nas obras reproduzidas a seguir. Registre as impressões no caderno para posteriormente compartilhar com os colegas e o professor.



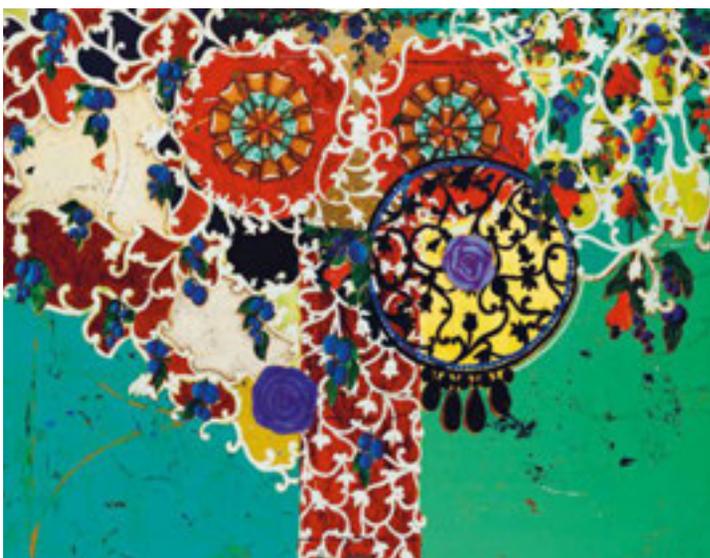
© Estate of Mira Schendel/Museu de Arte Moderna de Nova York (MoMA), EUA.

Sem título, da série *Objetos gráficos* (1967), grafite, decalques e óleo sobre papel entre folhas de acrílico transparente de Mira Schendel (99,8 cm x 99,8 cm x 1 cm).



Reprodução/Österreichische Galerie Belvedere, Viena, Áustria.

O beijo (1907-1908), óleo sobre tela de Gustav Klimt (180 cm x 180 cm).



Fine Art Images/Album/Fotoarena/Museu de Arte Moderna de Nova York (MoMA), EUA.

Berinjelas suculentas (2000), acrílica sobre tela de Beatriz Milhazes (191 cm x 256,50 cm).

Esta atividade, além de trabalhar a sensibilidade e o senso estético, tem por objetivo auxiliar os estudantes no desenvolvimento das habilidades de leitura de mundo. Identificar as emoções e os sentimentos que uma obra desperta é uma resposta que pode ser construída mediante as impressões de cada um ao observar a obra.

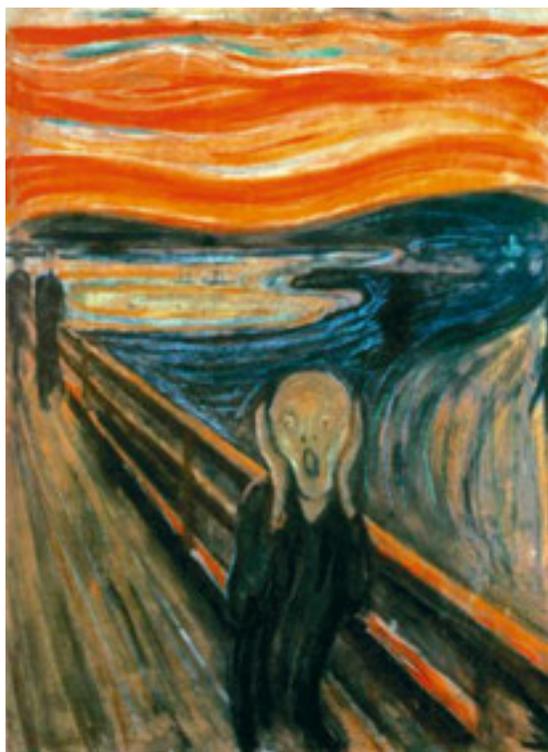
Já para informações relacionadas ao contexto histórico, é importante orientar uma pesquisa em livros ou na internet sobre a biografia do artista e sua época, os movimentos artísticos ou estilos a que pertenceu, entre outras informações pertinentes para subsidiar a compreensão dos estudantes.

Esta atividade constitui oportunidade para mobilizar o desenvolvimento das competências: **Conhecimento; Senso estético e repertório cultural; Comunicação; Cultura digital; Trabalho e projeto de vida; Argumentação; Autoconhecimento e autocuidado e Empatia e cooperação.**



Reprodução/Galeria Tate, Londres, Reino Unido. © Succession Pablo Picasso/AUTVIS, Brasil, 2021.

A mulher chorando (1937), óleo sobre tela de Pablo Picasso (55 cm x 46 cm).



Reprodução/Museu Nacional de Arte, Oslo, Noruega.

O grito (1893), óleo, têmpera e pastel sobre cartão de Edvard Munch (91 cm x 73,5 cm).



Vanessa Carvalho/Brazil Photo Press/Folhapress

Mural dedicado ao hip hop (2017), grafite da dupla Os Gêmeos, pintado em parede da rua 14, entre a 6ª e a 7ª avenidas, em Manhattan, Nova York, NY.

- ▶ Após o exercício de leitura das obras, escolha uma delas para ser objeto de uma pesquisa mais ampla. A fim de aprofundar a compreensão da obra e conhecer mais sobre o artista, busque informações sobre o contexto em que vivia, suas referências e as influências que sofreu.
- ▶ Por fim, você pode juntar as informações obtidas na pesquisa à leitura inicial e fazer uma exposição oral para a turma. A exposição pode se concretizar por meio de um vídeo previamente gravado ou de um seminário presencial. Converse com o professor e os colegas sobre essas opções e decida com eles qual é a mais adequada para o grupo.



VIVÊNCIA SÍNTESE

MAPA MENTAL

A atividade permitirá aos estudantes desenvolver a habilidade de construção de mapas mentais, recurso que mobiliza as competências **Conhecimento** e **Comunicação** e pode contribuir para auxiliar nos processos de estudo, na sistematização dos conteúdos e na análise crítica. Incentive os estudantes a usar palavras-chave que expressem conceitos sintetizadores. A ideia é favorecer o exercício da curiosidade intelectual e valorizar a utilização dos conhecimentos construídos nas diferentes áreas, com vistas à compreensão da realidade.

Elaborar um mapa mental para anotar aulas é uma estratégia que vai ajudar você a se organizar durante o estudo. Ao construí-lo, você deve encontrar uma maneira pessoal e funcional para expressar a síntese de informações, a compreensão dos fatos, o estabelecimento de comparações e a conexão das ideias.

OBJETIVO

Desenvolver a habilidade de elaborar mapas mentais e a capacidade de síntese.

MATERIAL

- ▶ caderno
- ▶ papel Kraft
- ▶ lápis, canetas e canetões coloridos

DESCRIÇÃO

Escolha uma aula que tenha sido significativa para você. Identifique o tema principal trabalhado na aula. Depois, identifique os conceitos secundários. Para isso, reveja seu material (textos e anotações).

No caderno, elabore um mapa mental sobre a aula escolhida, tomando como referência os exemplos apresentados na página ao lado e com a ajuda do passo a passo a seguir.

Roteiro de mapa mental

1. Utilize a folha de papel no formato paisagem para ter mais espaço para as associações de ideias.
2. Coloque o tema principal no centro da folha.
3. Reveja os conceitos secundários e outras informações relacionadas ao tema principal.
4. Usando setas e desenhos coloridos, represente as associações entre o tema principal e os conceitos e assuntos relacionados ao tema. Experimente usar uma cor para cada ramo do mapa.
5. Utilize palavras-chave para montar o mapa, de tal modo que ao visualizá-lo sua memória seja ativada.
6. Estabeleça conexões entre a ideia central e as ideias secundárias. Para isso, você pode, por exemplo, imaginar uma árvore com todos os galhos e ramos conectados ao tronco. Refaça o mapa quantas vezes for necessário para alcançar a melhor síntese possível do tema a fim de otimizar seu objetivo de estudo. Quando tiver um resultado satisfatório, transponha o desenho para uma folha de papel Kraft em tamanho grande.

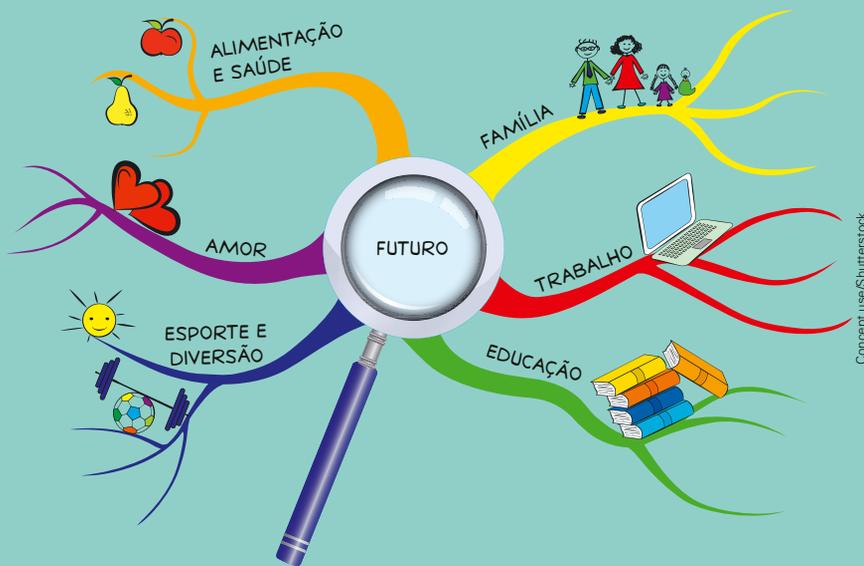
PARA CONCLUIR

Exponha seu mapa mental no mural da sala, ao lado dos mapas da turma. Compartilhe explicações sobre a elaboração do mapa e as soluções encontradas por você. Indique também melhorias nos mapas dos colegas que possam facilitar o entendimento. Por fim, eleja com a turma os mapas mais criativos e funcionais.

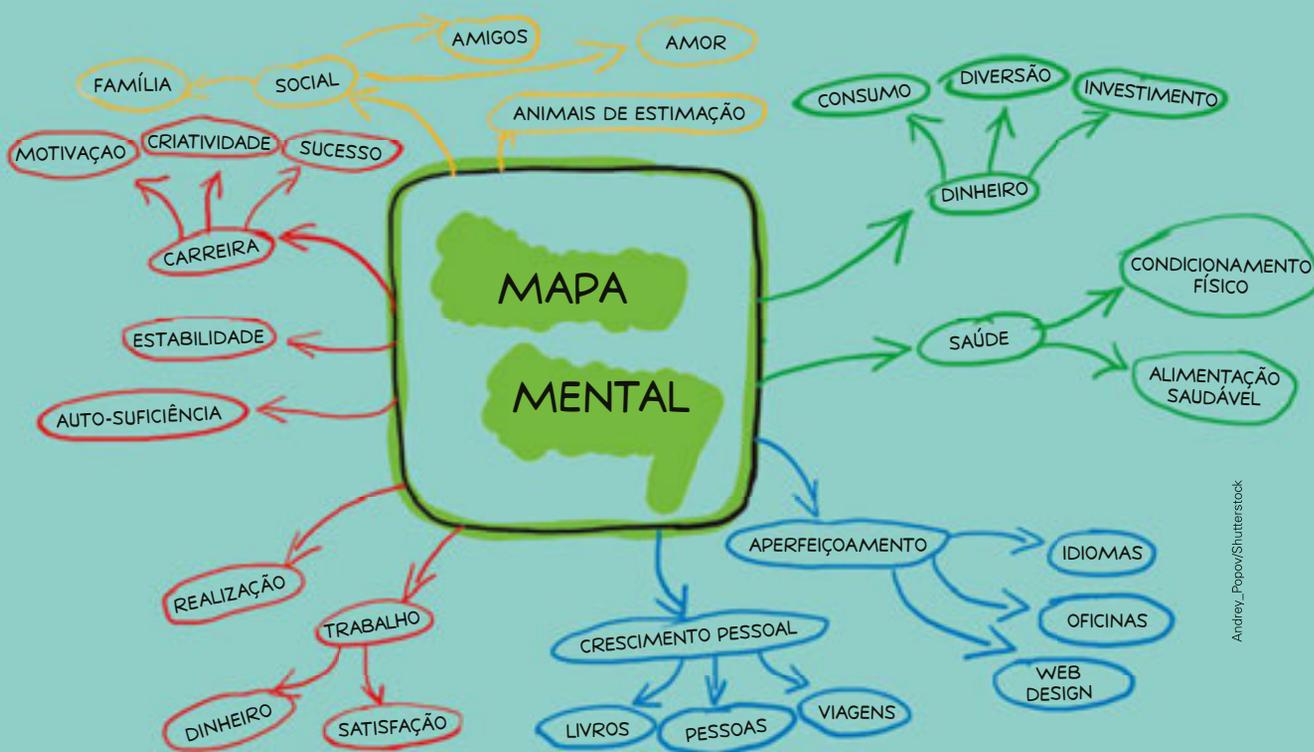
O mapa mental é uma espécie de resumo do conteúdo, com as principais ideias, as relações entre elas e uso de palavras-chave. Em geral, é realizado na forma de um desenho, um diagrama, com flechas, sinais e ícones que ajudam a visualizar e a memorizar as informações.

Veja a seguir dois exemplos de mapa mental.

Exemplo 1



Exemplo 2



RETOMADA

A autoavaliação é uma etapa fundamental nos estudos e no desenvolvimento de um projeto de vida. Ela permite que você descubra o que está indo bem e o que é preciso aperfeiçoar.

- ▶ Agora que terminamos este capítulo, reflita sobre suas atitudes e seu aproveitamento nas aulas e nas atividades com o roteiro de autoavaliação a seguir. Registre as respostas no caderno. Por fim, se considerar necessário, converse com o professor.

Para os critérios de avaliação, utilize a seguinte legenda: DT, desenvolvi totalmente; DP, desenvolvi parcialmente; DPD, desenvolvi parcialmente e com dificuldade; ND, não desenvolvi.

« Não escreva no livro »

AVALIAÇÃO: CAPÍTULO 3 - EU, ESTUDANTE				
SEÇÃO/AÇÃO	DT	DP	DPD	ND
Começo de conversa: refleti sobre a importância da leitura competente e crítica em meu cotidiano de estudante e na elaboração do projeto de vida.	///	///	///	///
Vivência 1: desenvolvi a capacidade de fazer a leitura de mundo.	///	///	///	///
Texto e contexto 1: entendi a importância da leitura em minha vida estudantil; aprendi que a leitura é uma experiência social associada a um contexto; pesquisei sobre como organizar uma rotina de estudos e trabalhos em grupo e utilizei esses conhecimentos em meu cotidiano estudantil.	///	///	///	///
Vivência 2: percebi quais são os elementos que compõem um texto.	///	///	///	///
Texto e contexto 2: compreendi o que é ser um leitor competente e crítico; pesquisei estratégias para aperfeiçoar minhas formas de escrita; relacionei os conteúdos aprendidos com meu cotidiano estudantil.	///	///	///	///
Integrando saberes: pratiquei a habilidade de ler o mundo por meio de obras de arte; compartilhei meu aprendizado com os colegas me comunicando por meio de mídias digitais.	///	///	///	///
Vivência síntese: aprendi a elaborar mapas mentais e desenvolvi a capacidade de síntese.	///	///	///	///

SÍNTESE DA AVALIAÇÃO	
O que considero mais significativo neste tema?	///
Que informações eu contaria para um colega sobre o tema?	///
Que outras informações eu gostaria de saber sobre o tema?	///
Aprendi a planejar minha escolha profissional considerando meus sonhos e o contexto em que vivo?	///

PARA SABER MAIS

Ser um leitor competente e crítico e aperfeiçoar a capacidade de ler o mundo depende muito do jeito de ser e da experiência de cada um. O contato com a arte, porém, sempre vai enriquecer nossas percepções. Aprender a ver, aguçar o olhar e frequentar espaços culturais físicos e virtuais nos torna pessoas mais abertas para o novo, o diálogo com o outro, as novas perspectivas e os pontos de vista diferentes. Confira a seguir algumas sugestões.

- ▶ O clássico *Metodologia do trabalho científico* (Cortez, 2017), de Antônio Joaquim Severino, discute temas úteis para a organização do estudo (fichamento, resumo de texto, seminário, dissertação) e traz um capítulo dedicado à orientação da internet como fonte de pesquisa. Também recomenda *sites* que oferecem informações confiáveis.



Reprodução/Cortez Editora

- ▶ No documentário *A pintura contemporânea* (Canal Curta!), o artista e professor Franz Manata comenta a abstração e a figuração na arte e fala da pintura contemporânea. Disponível na internet.



Reprodução/
www.youtube.com

- ▶ *O sal da terra* (2014), documentário sobre Sebastião Salgado, visto pelos olhos de seu filho, Juliano Salgado, e do cineasta alemão Wim Wenders. O filme trata dos quarenta anos de carreira do fotógrafo brasileiro, que percorreu o mundo registrando, em imagens muito pessoais, lugares e regiões até então inexplorados.



Reprodução/movision

- ▶ O Instituto Inhotim é o maior museu a céu aberto do mundo e a sede de um dos mais importantes acervos de arte contemporânea do Brasil. Localizado em Brumadinho, MG, compreende jardins, galerias, edificações e fragmentos de Mata Atlântica, além de cinco lagos ornamentais. Para saber mais, veja: <http://www.inhotim.org.br/>. Acesso em: 31 jan. 2020.



Wagner Campelo/Shutterstock

- ▶ O Museu de Arte Moderna (Museum of Modern Art), mais conhecido como MoMA, é um museu da cidade de Nova York. Atualmente é um dos mais famosos e importantes museus de arte moderna do mundo. Para saber mais, veja: <https://www.moma.org/>. Acesso em: 31 jan. 2020.



ARTYOFRAN/
Shutterstock

- ▶ *Cidade cinza* (2013), documentário de Marcelo Mesquita e Guilherme Valiengo, com participação dos grafiteiros OsGêmeos, Nunca e Nina, e trilha sonora de Criolo e Daniel Ganjaman. Na cidade de São Paulo, a prefeitura apagou a arte cobrindo grafites com tinta cinza. O filme acompanha a repintura de um mural apagado e abre espaço para a arte dos grafites, questionando o cinza das grandes metrópoles.



Reprodução/Espaço
Filmes

VIVÊNCIA DE TRANSIÇÃO 1-2

EXPRESSÃO DOS SENTIMENTOS × CONVENÇÕES SOCIAIS

É comum ouvir dizer que não devemos expressar nossos sentimentos abertamente, que os sentimentos negativos, como inveja, medo ou raiva, devem ser reprimidos e que até mesmo os sentimentos positivos devem ser contidos. Você concorda com essas afirmações?

Existem convenções sociais para a expressão de sentimentos, mas quem estabeleceu essas regras? Há formas certas ou erradas de expressar sentimentos? Vamos pensar sobre isso?

OBJETIVO

Aprender a reconhecer os próprios sentimentos e a valorizar a individualidade; identificar valores presentes na sociedade e discutir de que modo interferem em nossos sentimentos e comportamentos.

MATERIAL

▶ vídeo ▶ lápis ▶ caderno ▶ caneta

DESCRIÇÃO

Assista ao vídeo *Eu sou uma orquídea*, da vlogueira, escritora e jornalista Julia Tolezano, mais conhecida como Jout Jout. O vídeo pode ser facilmente encontrado na internet – basta digitar o nome do vídeo + o apelido da realizadora em um buscador de sua preferência.

Converse com os colegas e o professor sobre o conteúdo do vídeo e procure responder às seguintes questões:

1. Você costuma falar com alguém de seus sentimentos?
2. Conhece alguém que lida bem com os próprios sentimentos? Descreva as características dessa pessoa.
3. É possível ter apenas bons sentimentos?
4. Você já experimentou sentimentos negativos? O que fez para lidar com eles?
5. Existem formas certas ou erradas de expressar sentimentos? Por quê?
6. Em sua opinião, por que existem convenções sociais para a expressão dos sentimentos?
7. Que valores você cultiva em suas relações com as pessoas? Esses valores interferem no modo como você se expressa?
8. Você gostaria que esses valores estivessem presentes na construção de seu projeto de vida?

PARA CONCLUIR

Produza com sua turma um *podcast* sobre o que você aprendeu a respeito dos sentimentos, sua expressão nos diferentes contextos sociais e o impacto desse tema na vida cotidiana das pessoas.

A atividade tem por objetivo levar o estudante a perceber seus sentimentos e refletir sobre eles. A capacidade de reconhecê-los e saber pedir ajuda quando necessário é uma competência a ser desenvolvida durante a adolescência. O debate e a troca de experiências com os colegas objetivam ampliar a percepção sobre as interferências do contexto social, bem como as possibilidades de comunicação. O professor deve estar atento para destacar a importância de valores como respeito, diálogo, empatia, caso eles não apareçam na discussão. No Manual do Professor você encontrará sugestões de bibliografia para fundamentar e ampliar o trabalho com os estudantes.



Reprodução/Canal de Jout Jout/
www.youtube.com



Reprodução/Canal de Jout Jout/
www.youtube.com



Reprodução/Canal de Jout Jout/
www.youtube.com



Reprodução/Canal de Jout Jout/
www.youtube.com

Jout Jout em quatro momentos de *Eu sou uma orquídea*, 2020.

» AVALIAÇÃO ATITUDINAL «

Para encerrar o módulo 1, reflita sobre suas atitudes durante as aulas e as atividades. Para os critérios de avaliação, utilize a seguinte legenda: S, sempre; AV, às vezes; R, raramente; N, nunca.

« Não escreva no livro »

ATITUDE	S	AV	R	N
Faço perguntas durante a aula, apresento sugestões para solução de problemas e contribuo para a aprendizagem dos colegas.	/ / / /	/ / / /	/ / / /	/ / / /
Entrego os trabalhos nas datas previstas.	/ / / /	/ / / /	/ / / /	/ / / /
Respeito as opiniões do professor, dos colegas e de outras pessoas envolvidas no processo de ensino e aprendizagem.	/ / / /	/ / / /	/ / / /	/ / / /
Participo das atividades, ajudo a seguir as regras propostas e sugiro novas possibilidades quando necessário.	/ / / /	/ / / /	/ / / /	/ / / /
Colaboro com os colegas e estou atento a seus problemas e dificuldades.	/ / / /	/ / / /	/ / / /	/ / / /
Colaboro com o professor.	/ / / /	/ / / /	/ / / /	/ / / /
Exponho minhas opiniões com clareza.	/ / / /	/ / / /	/ / / /	/ / / /
Sou organizado e faço as atividades com dedicação e atenção.	/ / / /	/ / / /	/ / / /	/ / / /
Respeito os momentos em que o grupo precisa de silêncio.	/ / / /	/ / / /	/ / / /	/ / / /
Mantenho meu material organizado e completo.	/ / / /	/ / / /	/ / / /	/ / / /
Todas as minhas posturas colaboram para o bom andamento das aulas e das atividades propostas.	/ / / /	/ / / /	/ / / /	/ / / /

Para iniciar o trabalho com o módulo 2, converse com os estudantes sobre o título, **O outro**. Pergunte-lhes o que significa esse título e deixe que se expressem livremente, lembrando que não há resposta certa nem errada. Pode ser interessante resgatar as aprendizagens realizadas no módulo 1, **EU**, para relacioná-las com os conhecimentos deste módulo. Destaque o papel do “Outro” na constituição de cada pessoa. Ressalte que todos partilham da mesma sociedade e do mesmo planeta e estimule os estudantes a refletir de que modo nossas ações individuais podem causar impacto na vida coletiva. Essas ideias, entre outras, podem motivar os estudantes a iniciar a exploração deste projeto. Estimule a turma a fruir e apreciar a imagem, fazendo perguntas, como: A imagem tem relação com o título e o tema do módulo? Qual? Que sensações essa pintura transmite? O rosto retratado diz alguma coisa para você? Essas e outras questões, para as quais não há respostas certas nem erradas, abrem caminho para trocas de ideias sobre aspectos importantes da cultura jovem, além de favorecer a sensibilidade e o aprimoramento de competências relacionadas à cultura, estética, diversidade etc.

Converse também com os estudantes sobre as Competências Gerais da BNCC (**Conhecimento; Pensamento científico, crítico e criativo; Senso estético e repertório cultural; Comunicação; Cultura digital; Trabalho e projeto de vida; Argumentação; Autoconhecimento e autocuidado; Empatia e cooperação; e Autonomia e cidadania**).

MÓDULO 2 O OUTRO

Chame a atenção deles para o fato de que o tema deste módulo, **O outro**, favorece em especial o trabalho com as competências gerais **Trabalho e projeto de vida, Argumentação, Autoconhecimento e autocuidado e Empatia e cooperação**, que se relacionam

às competências socioemocionais e à percepção social. A respeito das competências socioemocionais, consulte o Manual do Professor, Parte Geral.

Desde que nasceu, você integra um grupo social: a família. A partir desse primeiro núcleo, suas relações foram se ampliando para outros grupos, em contatos diretos e virtuais, e hoje formam uma rede capaz de abarcar o mundo. Qual tem sido seu papel nessa rede de relações? Como você tem atuado em seu encontro com o outro e com o mundo?

As atividades e vivências propostas neste módulo vão contribuir para que reconheça seu papel no mundo e reflita sobre seus direitos e deveres como cidadão ou cidadã, identificando as ações que favorecem o bem-estar individual e coletivo e suas expectativas de atuação no mundo do trabalho.

Esse percurso de estudo e experiências objetiva contribuir para a construção do seu projeto de vida.

- ▶ Capítulo 4 ▶ Cidadania
- ▶ Capítulo 5 ▶ Qualidade de vida
- ▶ Capítulo 6 ▶ Mundo do trabalho

◀ Não escreva no livro ▶

Detalhe do mural *Todos somos um* (ethnias), de Eduardo Kobra, inaugurado no Rio de Janeiro em 2016.



CAPÍTULO 4 ► CIDADANIA

COMEÇO DE CONVERSA

A prática da cidadania começa pela relação de respeito que você estabelece consigo e com o outro. Envolve, assim, o reconhecimento e a valorização das diferenças entre as pessoas e o combate a todas as formas de preconceito e discriminação. Por meio das vivências propostas neste capítulo, você poderá exercitar essas atitudes, identificar seus direitos e deveres e refletir sobre os valores éticos, democráticos e solidários que orientam o comportamento cidadão.

- Para iniciar o trabalho, leia os artigos extraídos da Declaração Universal dos Direitos Humanos e analise as imagens apresentadas a seguir. Compare as informações visuais com as textuais e registre suas observações e dúvidas no caderno.

Declaração Universal dos Direitos Humanos

Relembre aos estudantes que a Declaração Universal dos Direitos Humanos se compõe de trinta artigos. Esclareça que os dez artigos apresentados foram selecionados porque dizem respeito a aspectos fundamentais para a construção de um projeto de vida (identidade, educação, qualidade de vida e trabalho).

Artigo I

Todos os seres humanos nascem livres e iguais em dignidade e direitos. São dotados de razão e consciência e devem agir em relação uns aos outros com espírito de fraternidade.

Artigo II

1. *Todo ser humano tem capacidade para gozar os direitos e as liberdades estabelecidos nesta Declaração, sem distinção de qualquer espécie, seja de raça, cor, sexo, idioma, religião, opinião política ou de outra natureza, origem nacional ou social, riqueza, nascimento, ou qualquer outra condição.*

Artigo III

Todo ser humano tem direito à vida, à liberdade e à segurança pessoal.

Artigo XVIII

Todo ser humano tem direito à liberdade de pensamento, consciência e religião; este direito inclui a liberdade de mudar de religião ou crença e a liberdade de manifestar essa religião ou crença, pelo ensino, pela prática, pelo culto e pela observância, em público ou em particular.

Artigo XIX

Todo ser humano tem direito à liberdade de opinião e expressão; este direito inclui a liberdade de, sem interferência, ter opiniões e de procurar, receber e transmitir informações e ideias por quaisquer meios e independentemente de fronteiras.

Artigo XXIII

1. *Todo ser humano tem direito ao trabalho, à livre escolha de emprego, a condições justas e favoráveis de trabalho e à proteção contra o desemprego.*
2. *Todo ser humano, sem qualquer distinção, tem direito a igual remuneração por igual trabalho.*
3. *Todo ser humano que trabalha tem direito a uma remuneração justa e satisfatória, que lhe assegure, assim como à sua família, uma existência compatível com a dignidade humana e a que se acrescentarão, se necessário, outros meios de proteção social.*

Artigo XXV

1. *Todo ser humano tem direito a um padrão de vida capaz de assegurar-lhe, e a sua família, saúde e bem-estar, inclusive alimentação, vestuário, habitação, cuidados médicos e os serviços sociais indispensáveis, e direito à segurança em caso de desemprego, doença, invalidez, viuvez, velhice ou outros casos de perda dos meios de subsistência em circunstâncias fora de seu controle.*

A atividade possibilita levantar os conhecimentos que os estudantes têm acerca do tema que será trabalhado no capítulo, bem como mobilizar sua atenção para a realidade que vivenciam. Depois da exploração individual das imagens e do texto, proponha que compartilhem as anotações e incentive-os a debater. Ao mediar discussões sobre as desigualdades de acesso aos direitos, procure valorizar as posturas que expressem empatia e respeito às diferenças. Um resgate histórico da criação da Declaração Universal dos Direitos Humanos (DUDH) pode contribuir para a compreensão da importância desse documento como resposta aos crimes cometidos contra a humanidade no contexto da Segunda Guerra Mundial. A DUDH completou setenta anos em 2018 e há muito a ser feito para a promoção dos seus princípios – o que está em debate é o que fazer individual e coletivamente nessa direção.

Artigo XXVI

1. Todo ser humano tem direito à instrução. A instrução será gratuita, pelo menos nos graus elementares e fundamentais. A instrução elementar será obrigatória. A instrução técnico-profissional será acessível a todos, bem como a instrução superior, esta baseada no mérito.
2. A instrução será orientada no sentido do pleno desenvolvimento da personalidade humana e do fortalecimento do respeito pelos direitos humanos e pelas liberdades fundamentais. A instrução promoverá a compreensão, a tolerância e a amizade entre todas as nações e grupos raciais ou religiosos, e coadjuvará as atividades das Nações Unidas em prol da manutenção da paz.

Artigo XXVII

1. Todo ser humano tem o direito de participar livremente da vida cultural da comunidade, de fruir das artes e de participar do progresso científico e de seus benefícios.

Artigo XXIX

1. Todo ser humano tem deveres para com a comunidade, na qual o livre e pleno desenvolvimento de sua personalidade é possível.
2. No exercício de seus direitos e liberdades, todo ser humano estará sujeito apenas às limitações determinadas pela lei, exclusivamente com o fim de assegurar o devido reconhecimento e respeito dos direitos e liberdades de outrem e de satisfazer as justas exigências da moral, da ordem pública e do bem-estar de uma sociedade democrática.

NAÇÕES UNIDAS BRASIL. *Declaração Universal dos Direitos Humanos*. Disponível em: <https://nacoesunidas.org/wp-content/uploads/2018/10/DUDH.pdf>. Acesso em: 18 dez. 2019.



Trabalho infantil em praia de Lauro de Freitas, na Bahia, 2017.



Jovens fazem fila para cadastro para vagas de emprego em Londrina, Paraná, 2018.



Esgoto a céu aberto em rua de comunidade de Santa Maria da Boa Vista, em Pernambuco, 2019.



Sala de aula em escola de São Bento, no Maranhão, 2019.

- 1 > Os direitos enunciados nos artigos da Declaração Universal dos Direitos Humanos são observados na sociedade da qual fazemos parte?
- 2 > O que as imagens apresentadas revelam a esse respeito? Analise cada uma delas e discuta o assunto com os colegas e o professor.



VIVÊNCIA

Esta atividade mobiliza especialmente as competências **Conhecimento, Comunicação, Argumentação** e **Autonomia e cidadania**.

MEUS DIREITOS E DEVERES

Os direitos humanos de crianças e adolescentes no Brasil estão expressos em um documento sancionado pelo governo brasileiro em 1990, o Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA). Na vivência proposta a seguir, você vai conhecer alguns dos direitos assegurados pelo ECA e refletir sobre os deveres a eles correspondentes.

OBJETIVO

Perceber que o exercício dos direitos envolve o cumprimento de deveres.

MATERIAL

- ▶ papel Kraft
- ▶ lápis
- ▶ canetas coloridas
- ▶ cópia do Capítulo II do Estatuto da Criança e do Adolescente

Para as cópias do Capítulo II (Artigos 15 a 18) do ECA, você pode utilizar a versão de 2019. Disponível em: <https://www.mdh.gov.br/todas-as-noticias/2019/maio/governo-federal-lanca-nova-edicao-do-estatuto-da-crianca-e-do-adolescente-eca/ECA2019digital.pdf>. Acesso em: 31 dez. 2019. Se a escola dispuser de infraestrutura, o material pode ser consultado pelos estudantes de forma on-line.

DESCRIÇÃO

Reúna-se a alguns colegas para formar um grupo de até cinco integrantes. O professor vai fornecer uma cópia do trecho do Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA) que trata dos direitos à liberdade, ao respeito e à dignidade. Com os colegas, analise o material recebido e escolha um dos direitos estabelecidos no documento. Reflita sobre o direito escolhido e imagine os deveres que correspondem a ele. Elabore um cartaz que represente esses deveres. Quando todos os grupos tiverem concluído seu cartaz, compartilhe com eles o trabalho realizado por seu grupo.

PARA CONCLUIR

- Após a apresentação dos cartazes, discuta as seguintes questões com os colegas e o professor:
1. Por que é importante que todos conheçam seus direitos e deveres?
 2. Você considera que seu direito à liberdade, ao respeito e à dignidade tem sido assegurado pela sociedade e pelo Estado? Justifique.
 3. Você cumpre com seus deveres? Cite alguns deles.

Verifique se os estudantes correlacionaram os direitos expressos no ECA aos direitos humanos. Pontuar que existe uma relação entre os direitos e os deveres de todos os cidadãos e cidadãs, explicitando que para cada direito há um ou mais deveres, contribuindo para uma reflexão acerca dos compromissos que devem assumir para o exercício de sua cidadania. Outros artigos do ECA também podem ser trabalhados, particularmente os que compõem as Disposições Preliminares e o Capítulo 1.

M. Business Images/Shutterstock

CONHEÇA TAMBÉM

Uma versão ilustrada do Estatuto da Criança e do Adolescente pode ser encontrada no Plenarinho, portal da Câmara dos Deputados destinado aos jovens. Nessa versão, os artigos do ECA estão explicados em linguagem de fácil entendimento, como você pode observar no texto reproduzido abaixo.

Pense, diga, brinque e divirta-se!



Mesmo sob os cuidados de adultos, as crianças têm direito à liberdade. Isso significa que você pode expressar sua opinião – inclusive sobre política –, contar suas ideias, falar sobre

o que acredita e seguir sua religião. Você também pode passear, brincar, praticar esportes e se divertir!

SECRETARIA DE COMUNICAÇÃO SOCIAL DA CÂMARA DOS DEPUTADOS. *ECA em tirinhas*. Brasília: Edições Câmara, 2015. Disponível em: <https://plenarinho.leg.br/index.php/2018/07/estatuto-da-crianca-e-do-adolescente/>. Acesso em: 31 dez. 2019.

Reprodução/plenarinho.leg.br - Câmara dos Deputados



TEXTO E CONTEXTO

Como cidadãos e cidadãs de uma sociedade democrática, é nosso direito e nosso dever participar da vida comunitária e atuar coletivamente para garantir que todos tenham acesso aos mesmos direitos.

- ▶ Leia a seguir um texto do pensador Zygmunt Bauman que trata desse tema e, depois, faça a atividade proposta.

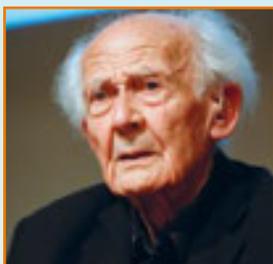
Direitos e comunidade

Somos todos interdependentes neste nosso mundo que rapidamente se globaliza, e devido a essa interdependência nenhum de nós pode ser senhor de seu destino por si mesmo. Há tarefas que cada indivíduo enfrenta, mas com as quais não se pode lidar individualmente. O que quer que nos separe e nos leve a manter distância dos outros, a estabelecer limites e construir barreiras torna a administração destas tarefas ainda mais difícil. Todos precisamos ganhar controle sobre as condições sob as quais enfrentamos os desafios da vida – mas para a maioria de nós esse controle só pode ser obtido coletivamente.

Aqui, na realização de tais tarefas, é que a comunidade mais faz falta; mas também aqui reside a chance de que a comunidade venha a se realizar. Se vier a existir uma comunidade no mundo dos indivíduos, só poderá ser (e precisa sê-lo) uma comunidade tecida em conjunto a partir do compartilhamento e do cuidado mútuo; uma comunidade de interesse e responsabilidade em relação aos direitos iguais de sermos humanos e igual capacidade de agirmos em defesa desses direitos.

BAUMAN, Zygmunt. *Comunidade*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2003. p. 133.

andresphoto/Shutterstock



Zygmunt Bauman (1925-2017) foi um sociólogo polonês que desenvolveu importantes estudos sobre os efeitos do individualismo e do consumismo nas relações humanas. Em suas análises, ele caracterizou a sociedade atual como uma “sociedade líquida”, uma vez que a rapidez das mudanças deixa as pessoas sem raízes e desamparadas, conectadas por relações passageiras e fluidas. Nesse tipo de sociedade, os laços comunitários são frágeis e a busca compartilhada por melhorias coletivas é substituída pela busca de sobrevivência do indivíduo.



intararit/Shutterstock

REFLETIR E ARGUMENTAR

1. Por meio da pesquisa, espera-se que o estudante identifique os direitos civis como os direitos fundamentais à vida, à liberdade, à propriedade privada e à igualdade perante a lei. Como exemplos, poderá mencionar os direitos de ir e vir, de liberdade de expressão e pensamento, de não ter sua casa e seus bens violados e de ser julgado e encarcerado apenas por autoridade civil estabelecida pela lei vigente após processo legal. Os direitos políticos envolvem a participação do cidadão no governo e podem ser exemplificados pelo direito de eleger e de ser eleito, de realizar manifestações políticas e de fundar partidos políticos. Os direitos sociais incluem, entre outros, o direito à educação, à saúde e a um salário justo.
1. A luta por direitos faz parte do exercício da cidadania. Pesquise e dê exemplos de direitos civis, políticos e sociais assegurados por lei aos cidadãos.
2. Você já observou situações que exemplifiquem o desrespeito aos direitos civis, políticos ou sociais dos cidadãos? Cite uma delas e conte qual foi a reação dos envolvidos. Você teria tido a mesma reação? Justifique.
3. Jogar lixo no chão ou danificar bens públicos são ações que vão contra o exercício da cidadania porque ferem o cumprimento de deveres relacionados com o bem comum. Ser cidadão envolve ter direitos individuais, mas também deveres. Você se recorda de ter realizado, ao longo da última semana, ações em que teve a oportunidade de exercer sua cidadania em prol do bem comum? Liste-as em seu caderno. **Resposta pessoal.**
4. “Há tarefas que cada indivíduo enfrenta, mas com as quais não se pode lidar individualmente.” Como você entende essa afirmação de Zygmunt Bauman? Registre sua explicação no caderno. **Resposta pessoal. É esperado que o estudante faça referência à interdependência das tarefas nos agrupamentos humanos e à necessidade de ações coletivas.**
5. Segundo Zygmunt Bauman, “Se vier a existir uma comunidade no mundo dos indivíduos, só poderá ser (e precisa sê-lo) uma comunidade tecida em conjunto a partir do compartilhamento e do cuidado mútuo”. Você concorda com essa afirmação? Justifique. **Resposta pessoal. É esperado que o estudante faça referência à importância do respeito e da solidariedade para a construção de uma comunidade de indivíduos.**
6. De que modo as pessoas podem se ajudar mutuamente no enfrentamento de questões como a fome, a educação e a saúde? **Resposta pessoal. É esperado que o estudante faça referência à ética, aos direitos humanos e à solidariedade.**
7. Leia a tirinha e responda: Qual é a importância da democracia para a sociedade? **Recomenda-se promover a leitura coletiva da tirinha e o compartilhamento das respostas. Esse procedimento poderá favorecer a percepção de como os direitos da cidadania e as práticas da democracia estão associados.**



Tirinha de Alexandre Beck, 2019.



VIVÊNCIA

Esta vivência motivará o estudante a refletir sobre a realidade local e sobre os compromissos que pode assumir em relação a ela, mobilizando assim, especialmente, a competência da **Autonomia e cidadania**. A atividade é interessante por favorecer a percepção de que o simples desejar não produz transformações e que as mudanças estão vinculadas à proposição de ações que muitas vezes só podem ser concretizadas coletivamente. Procure orientar os estudantes a buscar soluções e assumir responsabilidades que sejam compatíveis com seu nível de desenvolvimento e maturidade, destacando que há muitas formas de contribuir para uma causa.

AÇÕES COMUNITÁRIAS PLANEJADAS

Em sua comunidade, possivelmente existem problemas que só podem ser resolvidos por meio de ações coletivas. Para o enfrentamento desse tipo de problema, o planejamento é fundamental, como você poderá perceber na vivência proposta a seguir.

OBJETIVO

Conscientizar-se dos problemas que afetam a comunidade da qual faz parte e refletir sobre possíveis soluções.

MATERIAL

- ▶ revistas
- ▶ lápis de cor
- ▶ tesoura
- ▶ lápis
- ▶ fita-crepe
- ▶ borracha
- ▶ cola bastão
- ▶ papel Kraft
- ▶ canetas coloridas

DESCRIÇÃO

Reúna-se a alguns colegas para trabalhar em grupo. Com eles, construa duas colagens: uma que represente a comunidade em que vive tal como a vê hoje e outra para representar como gostaria que ela fosse. Apresente o trabalho para a classe. Para isso, prenda as colagens produzidas na parede. Elas devem estar separadas por um espaço que represente a distância entre a realidade percebida e a realidade desejada. Depois das apresentações, discuta com o grupo ações a serem empreendidas para que a distância entre a realidade atual e a realidade desejada desapareça. Construa com eles, então, uma ponte para afixar entre as duas colagens para representar as ações que, no entendimento do grupo, devem ser realizadas a fim de reduzir a distância entre as duas realidades.

PARA CONCLUIR

Exponha a produção do grupo para a classe e converse com os colegas sobre as discussões desenvolvidas no grupo até chegar a esse resultado. Durante as apresentações de outros grupos, não deixe de contribuir com comentários e observações. Encerradas todas as apresentações, compartilhe conclusões com os colegas a fim de fazer uma avaliação coletiva do conjunto dos problemas levantados e suas possíveis soluções. Para consolidar esse trabalho, você e sua turma podem ainda organizar uma mostra para apresentar os problemas locais que identificaram à comunidade, acompanhados das possíveis soluções a que chegaram. Outra opção é encaminhar a avaliação dos estudantes para a Câmara dos Vereadores ou Prefeitura, para evidenciar que a interferência nos problemas e soluções da comunidade é parte do exercício da cidadania.



Robert Kreschke/Shutterstock

TEXTO E CONTEXTO

Para a convivência humana, é fundamental reconhecer e valorizar as diferenças entre os indivíduos e a diversidade dos grupos sociais. Mas não basta: igualmente importante é reconhecer o que temos em comum, as semelhanças que aproximam todos os seres humanos.

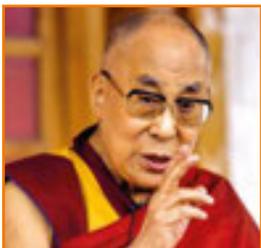
- ▶ Leia o texto a seguir. Ele foi extraído de um livro destinado à formação dos jovens. Em seguida, faça a atividade relacionada.

Observação

“Toda vez que conheço pessoas nas mais diferentes regiões do mundo, lembro-me de que somos essencialmente iguais.”

Dalai Lama

Richard Maghrazak/Shutterstock



Dalai Lama (1935-) é um monge budista e líder espiritual tibetano. Recebeu o prêmio Nobel da Paz de 1989, em reconhecimento à sua campanha pacifista pelo fim do domínio chinês no Tibete.

Agora vamos fazer uma brincadeira de observação – sugere Sr. Astonaz, atual professor de Filosofia de Leo e Josi, antes de separar a classe em dois grupos.

A atividade consiste em analisar o outro grupo e descrevê-lo com a maior exatidão possível. Imediatamente, Leo, Josi e os outros começam a anotar todas as diferenças: entre garotos e garotas, entre as características físicas – quem é maior, quem é menor –, entre os estilos no vestuário, entre sotaques, etnias, culturas, por exemplo.

O Sr. Astonaz passa os olhos pelas anotações dos alunos, mas não parece satisfeito: – Não basta. Vocês só completaram a metade da proposta. Ninguém se lembrou das semelhanças, dos pontos em comum que unem todos vocês. Então vocês não fazem parte da mesma classe, do mesmo colégio, da mesma cidade, do mesmo planeta Terra? Não pertencem à mesma família: a família dos seres humanos? Não partilham os mesmos medos (da dor, do fracasso, de ser rejeitado, de não ser amado) e os mesmos sonhos (de ter amigos, de viver em paz, de ser felizes)? Anotaram somente o que os diferencia uns dos outros, mas não o que os aproxima.

Acontece o mesmo com o observador que viaja pelo mundo – prossegue o Sr. Astonaz. – Numa mulher de Madagascar que embala seu bebê, talvez ele veja uma mulher de etnia diferente da dele, com hábitos diferentes dos dele. Talvez também veja nela uma mãe que, assim como todas as mães do mundo, se preocupa quando seu bebê não está bem. “No fundo, somos todos seres humanos”, nos relembra o Dalai Lama. Não é isso o que realmente importa? – conclui o professor.

BOIZARD, Sophie; AUDOIN, Laurent. *Grandes sábios falam a pequenos sábios*. São Paulo: FTD, 2015. p. 14.



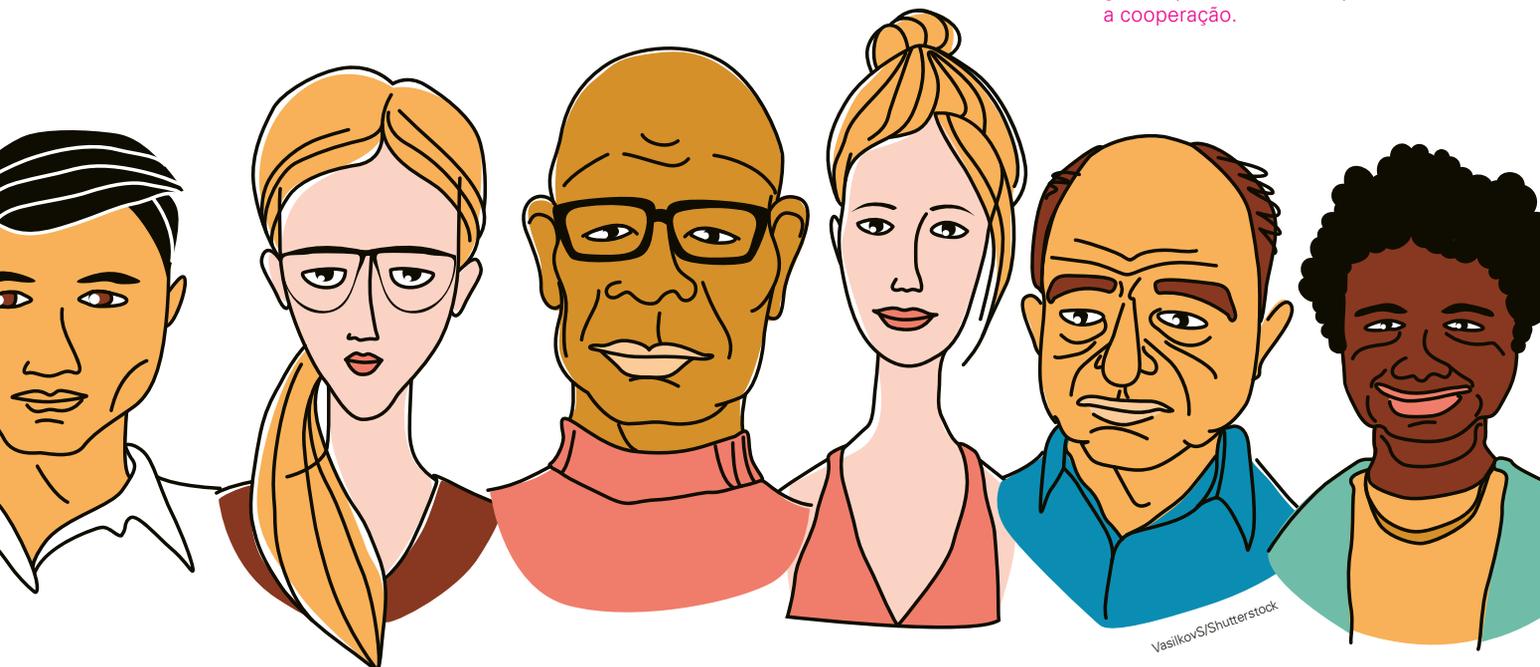
REFLETIR E ARGUMENTAR

1. Qual é o tema central do texto?
2. “Toda vez que conheço pessoas nas mais diferentes regiões do mundo, lembro-me de que somos essencialmente iguais.” Você concorda com essa observação do Dalai Lama? Justifique e anote suas considerações no caderno. *Resposta pessoal. A questão oferece uma boa oportunidade para o trabalho com a valorização da diversidade, o reconhecimento das semelhanças e a tolerância.*
3. Faça uma pesquisa sobre as “tribos” de jovens no Brasil.
 - Comece pela observação de sua comunidade. Procure saber quais são os aspectos culturais que identificam os integrantes dos diferentes grupos e registre o que levantou sobre crenças, valores, atitudes, músicas que ouvem, formas de se vestir, etc.
 - Busque imagens que representem os grupos pesquisados.
 - Com esse material em mãos, reúna-se com alguns colegas e monte com eles um cartaz com fotos e textos que mostrem a diversidade das culturas juvenis.
 - Exponha o cartaz na sala e discuta com os demais colegas os aspectos dos grupos jovens revelados pelas pesquisas.
4. Com a orientação do professor, participe de um debate coletivo sobre a seguinte questão: Por que nós, os seres humanos, pertencentes à mesma espécie biológica, desenvolvemos modos de vida tão diversos e conflitantes?
5. Após o debate, anote os principais pontos discutidos e elabore um texto dissertativo-argumentativo sobre o tema. Lembre-se de que nesse tipo de texto você deve expressar um ponto de vista e defendê-lo por meio de argumentos convincentes. *Resposta pessoal.*

O texto trata das diferenças e das semelhanças entre os seres humanos e destaca a importância de reconhecer o que temos em comum, mostrando que na maioria das vezes observamos apenas os aspectos superficiais que distinguem as pessoas.

Ao orientar a pesquisa, motive o estudante a observar o meio em que vive. Como disparador, use a pergunta: Qual é sua “tribo”? Você pode ajudá-lo perguntando também: Como agem os jovens que você conhece? Que normas de conduta eles seguem? Já trabalham ou não? Se trabalham, o que fazem com sua remuneração? Ajudam no orçamento familiar? O que é importante para eles? Qual é sua visão de mundo?

Essas atividades permitirão ao estudante refletir sobre a questão da diversidade. É importante que ele compreenda que pertencemos a uma mesma espécie biológica, mas que, como seres construtores de cultura, nos diferenciamos em muitos aspectos. A falta de entendimento dos processos de construção cultural contribui para a geração de conflitos entre grupos e povos de culturas distintas e para o surgimento da intolerância e da crença na superioridade da própria cultura em relação às demais. Essa temática favorece o desenvolvimento do trabalho com valores e atitudes como a tolerância, a empatia, a valorização da pluralidade, o respeito e a cooperação.



VasikovS/Shutterstock

A atividade permite o desenvolvimento do protagonismo e da consciência crítica ao incentivar a reflexão sobre questões que envolvem sustentabilidade, mobilidade urbana e preservação do planeta. Proporciona também ao estudante a oportunidade de se projetar no futuro, em relação tanto ao exercício da cidadania como à construção do seu projeto de vida.

No decorrer das atividades realizadas no capítulo, discutimos os direitos humanos, a importância do respeito e da colaboração entre as pessoas e as formas de atuar como cidadão ou cidadã para a construção de uma sociedade melhor para todos. Agora, procure integrar todos esses saberes e vivências para refletir sobre suas possibilidades de atuação cidadã.

► Leia o texto a seguir para dar o primeiro passo.

Assim caminha a humanidade

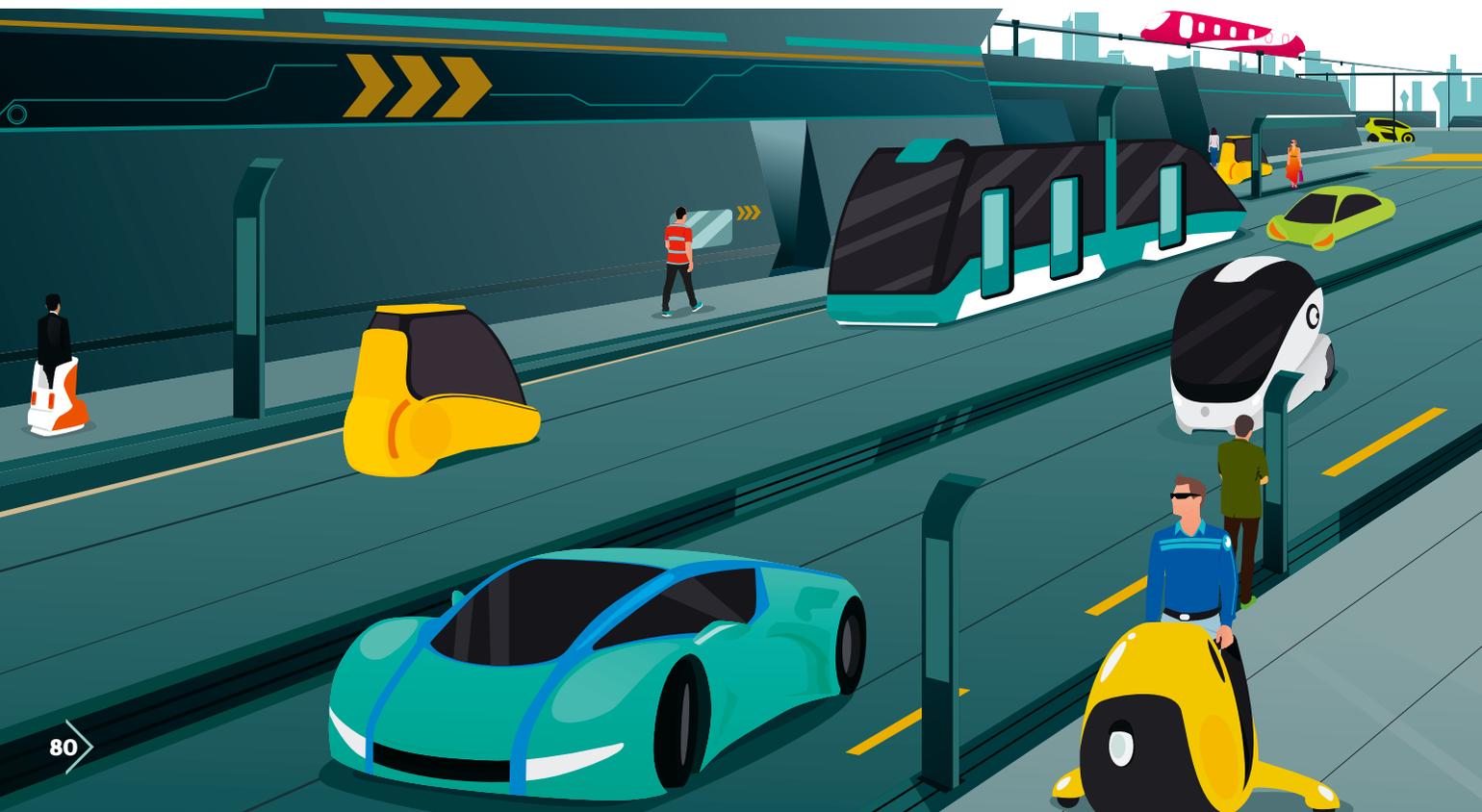
Há muito que penso nisso e muitas pessoas devem ter pensado a mesma coisa.

Mas ninguém fala, ninguém diz nada. Por que, não o sei. Trata-se do automóvel. Essa maravilha mecânica, o veículo revolucionário que acabou com os carros de tração animal e expulsou o trem urbano para os longos percursos.

E agora esse totem da nossa era, o AUTOMÓVEL, também chega ao seu fim, transforma-se num veículo obsoleto. Não serve mais. A finalidade a que se destinava, nas áreas urbanas: transporte individual, rápido, seletivo, perdeu o sentido.

Você, hoje, para transpor alguns poucos mil metros, da sua casa para o centro, leva o mesmo tempo que gastaria se fosse caminhando a pé. As ruas de todas as cidades do mundo – pequenas, médias, grandes (ou imensas como São Paulo ou Nova York) – vivem atravancadas por essas tartarugas ninjas, andando a passo de – sim, de tartaruga mesmo, cada uma ocupando um espaço que vai de 10 a 12 metros quadrados, e transporta na sua grande maioria só uma ou duas pessoas, no máximo três, se houver o motorista.

Arrogante. Nas suas janelas de cristal, na pintura luzidia, nos metais polidos, o automóvel é, acima de tudo, um monstro de egoísmo. A área que ele exige para isso, na via pública, em vez de dois personagens lhe ocupando os assentos, daria para, no mínimo, três bancos de três pessoas, folgadoamente instaladas. Para quem vem, aqui no Rio, da Barra da Tijuca ao centro, tem de se inserir logo na avenida das Américas, num imenso, compacto cortejo, andando em velocidade



de enterro (qual enterro, já vi enterro marchando em muito maior velocidade!) e carregando todos juntos, um contingente de pessoas que caberia folgadoamente dentro de um trem suburbano. E em meio de buzinas, palavrões, batidas de para-choques ou outros incidentes mais graves, só vai alcançar o seu destino – se der sorte – dentro de, no mínimo, hora e meia.

É, temos de livrar as ruas disso que Macunaíma chamava “a máquina veículo automóvel”. O carro puxado a cavalos também não desapareceu, por obsoleto? Hoje nem a rainha da Inglaterra o emprega, prefere os seus reluzentes Rolls Royces. Tal como não se podia mais suportar o atropelo e sujeira dos cavalos, das lerdas caruagens do fim do século 19, assim também o automóvel acabou.

Há que substituí-lo por um transporte coletivo de qualidade, rápido, limpo, confortável. Metrô ou mesmo grandes veículos de superfície, sei lá. A cabeça dos técnicos já deve estar trabalhando, a dos urbanistas, a dos chamados cientistas sociais.

Hoje em dia, se leva mais tempo viajando de casa para o trabalho, do que no trabalho propriamente dito. E como os patrões exigem as suas oito horas, tem-se de sair de casa em plena madrugada e chegar em casa depois das 10 da noite. Quem mora em subúrbio conhece bem essa tragédia. Os ônibus mesmo, que poderiam ser um grande recurso, têm os seus espaços disputados furiosamente pelos carros, e se embaralham, retardam e se engarrafam, na confusão geral.

Quem sabe vai-se recorrer ao transporte aéreo, grandes helicópteros que seriam como ônibus voadores, pousando em heliportos arranjados nos tetos dos grandes edifícios? Não sei... Porque logo apareceriam helicópteros particulares, cada executivo teria o seu, de luxo, importado. O que, aliás, já está acontecendo. Eu mesma já viajei num desses, a convite de um amigo.

Ou será que os engarrafamentos vão continuar por mais anos e anos, como os assaltos, os sequestros, os meninos de rua, as favelas e demais desgraças dos grandes ajuntamentos urbanos? Então, a solução seria mesmo acabar com os próprios grandes ajuntamentos urbanos. Voltar todo mundo a se espalhar pelo campo, só procurando os centros quando a natureza do seu trabalho exigisse.

Até que o campo se deteriorasse também – já que esse é o destino do homem sobre a Terra: acabar com tudo de bom e bonito que a natureza para ele criou.

QUEIROZ, Rachel de. *Assim caminha a humanidade*. In: GLOBAL Editora (org.). *Um fio de prosa*. São Paulo: Global, 2004. p. 65.

- ▶ Após a leitura, imagine como seria, no futuro, uma cidade sem carros e registre no caderno os principais aspectos da cidade imaginada. **Resposta pessoal. A questão visa mobilizar os conhecimentos e a criatividade do estudante para dimensionar os problemas apontados no texto e buscar soluções.**
- ▶ Na sequência, reúna-se com alguns colegas para discutir os problemas urbanos relacionados ao automóvel e elaborar uma proposta para o enfrentamento desses problemas. **Resposta pessoal.**
- ▶ Por fim, ainda com os colegas do grupo, registre a proposta em um cartaz e apresente para a classe.
- ▶ Após as apresentações, discuta com os colegas e o professor sobre todos os problemas levantados e as melhores soluções apresentadas.



Eder Chiodetto/Folhapress

A escritora **Rachel de Queiroz**

(1910-2003) foi a primeira mulher a integrar a Academia Brasileira de Letras, tendo sido eleita para a instituição em 1977. Entre suas primeiras publicações estão romances que abordam a realidade social do Nordeste brasileiro afetado pela seca, pela fome, pelas desigualdades e pelo descaso das autoridades. No decorrer do século XX, tornou-se uma das cronistas mais lidas no Brasil, destacando-se pela crítica bem-humorada ao modo de vida nos grandes centros urbanos.



Artístico/Shutterstock



Essa atividade traz os sonhos dos estudantes para a realidade permitindo uma reflexão sobre as ações necessárias para realizá-los. A proposta de reflexão sobre os diferentes grupos de convívio possibilita aos estudantes perceber o que pode ser feito para a transformação dos seus contextos de atuação, mobilizando a competência **Trabalho e projeto de vida**.

VIVÊNCIA SÍNTESE

EXPLORAÇÃO DE CAMINHOS

Em diversas atividades anteriores, você vivenciou o exercício da cidadania como uma prática que envolve o respeito aos direitos humanos, o conhecimento de seus deveres e o compromisso social. Como esse compromisso implica interagir e participar ativamente da sociedade, o modo como se exerce a cidadania tem relação direta com as aspirações e os caminhos escolhidos, ou seja, com o projeto de vida. Nesta vivência, você poderá refletir sobre seus possíveis percursos.

OBJETIVO

Refletir sobre as próprias possibilidades de participação na construção da sociedade.

MATERIAL

- ▶ caderno
- ▶ lápis
- ▶ borracha

DESCRIÇÃO

Para relacionar suas aspirações às possibilidades de realizá-las, você deve refletir sobre as questões abaixo e anotar suas respostas no caderno.

1. Que profissão você gostaria de ter?
2. Essa profissão daria a você uma perspectiva de futuro, alegria e felicidade?
3. O que precisa fazer para realizar o desejo de ter essa profissão?
4. Como pode contribuir, por meio dessa profissão, para a sociedade em que vive?

Ao responder a essas questões, leve em consideração suas relações:

- ▶ consigo;
- ▶ com a família;
- ▶ com a escola;
- ▶ com a comunidade.

PARA CONCLUIR

Registre as conclusões no caderno. Depois, compartilhe-as com os colegas a fim de encontrar semelhanças e diferenças entre os caminhos de cada um de vocês.





PARA SABER MAIS

A temática da cidadania está presente nas mais diversas produções culturais e é expressa em diferentes linguagens artísticas. As obras indicadas abaixo são representativas dessa diversidade e podem ajudá-lo a conhecer melhor as questões relacionadas à cidadania e a refletir sobre elas.

- ▶ Durante a Segunda Guerra Mundial, muitas famílias judaicas tomaram a difícil decisão de deixar suas crianças na floresta na esperança de que pudessem ser salvas da perseguição nazista. A história contada por Aharon Appelfeld no livro *Volto ao anoitecer* aborda essa realidade e pode contribuir para uma reflexão sobre o terrível contexto que motivou a proclamação da Declaração Universal dos Direitos Humanos.



Reprodução/Editora FTD

- ▶ O livro *O que é cidadania*, de Maria de Lourdes Manzini Covre, apresenta um texto breve em que a questão da cidadania é analisada em seus aspectos fundamentais. Disponível em: https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/3896971/mod_resource/content/1/L.aula2_grupo5_O_que_e_cidadania.pdf. Acesso em: 3 jan. 2019.



Reprodução/Editora Brasiliense

- ▶ Na canção “Esmola”, do álbum *Calango*, a banda mineira Skank faz uma crítica às desigualdades que marcam a sociedade brasileira.



Reprodução/Chaos Records

- ▶ *Ninguém vira adulto de verdade*, da cartunista Sarah Andersen, é uma coletânea de tirinhas que registram os dramas típicos da transição entre a adolescência e o início da vida adulta, como falta de autoestima, timidez, ansiedade e dificuldades nos relacionamentos. No centro da questão, os desafios de ser um jovem adulto no mundo atual.



Reprodução/Editora Seguinte



CAPÍTULO 5 ▶ QUALIDADE DE VIDA

COMEÇO DE CONVERSA

O tema deste capítulo favorece em especial o desenvolvimento das competências gerais de **argumentação**, **autoconhecimento e autocuidado** e **empatia e cooperação**, fundamentais para a construção do projeto de vida.

A canção “Saúde” está disponível em vários sites da internet. Ouça-a com os estudantes, sensibilizando-os para o trabalho com a temática da qualidade de vida e verificando o que conhecem a respeito do assunto. Depois, oriente-os a fazer a leitura individual da letra da canção e da ilustração. Por fim, promova o compartilhamento dos registros que fizeram.

Um bom projeto de vida envolve a preocupação com a qualidade de vida, isto é, com o próprio bem-estar físico, emocional e mental, com o bem-estar do outro e, ainda, com as condições do meio ambiente, uma vez que somos seres sociais e vivemos em coletividade.

Neste capítulo, você vai investigar como a qualidade de vida afeta seu dia a dia e por que é importante manter um estilo de vida saudável. Por meio de discussões, observações, pesquisas e vivências, você será instigado a refletir sobre seus hábitos cotidianos e a testar práticas de autocuidado que podem contribuir para melhorar sua qualidade de vida.

- ▶ Para iniciar o trabalho, leia a letra da canção “Saúde”, de Rita Lee e Roberto de Carvalho, e a imagem apresentada a seguir. Compare as duas produções e analise o que elas têm em comum e como se relacionam com o tema deste capítulo. Registre suas observações e dúvidas no caderno.

Saúde

Me cansei de lero-lero
Dá licença, mas eu vou sair do sério
Quero mais saúde
Me cansei de escutar opiniões
De como ter um mundo melhor
Mas ninguém sai de cima
Nesse chove-não-molha
Eu sei que agora
Eu vou é cuidar mais de mim!

Como vai, tudo bem
Apesar, contudo, todavia, mas, porém
As águas vão rolar
Não vou chorar
Se por acaso morrer do coração
É sinal que amei demais
Mas enquanto estou viva
Cheia de graça
Talvez ainda faça
Um monte de gente feliz!

SAÚDE. Intérprete: Rita Lee. Compositores: Rita Lee e Roberto de Carvalho.
In: SAÚDE. Intérprete: Rita Lee. Rio de Janeiro: Som Livre, 1981.

Fábio Guimarães/Fotoarena



Compositora, cantora e escritora, **Rita Lee** (1947) começou sua carreira com Os Mutantes nos anos 1960. Desde então, firmou-se como artista criativa, desafiadora e influente, destacando-se não só pela produção musical, mas pela postura independente e pela defesa de mudanças na sociedade e nos costumes. Em suas músicas, uma das questões mais frequentes é a da autonomia feminina, como exemplificam alguns de seus sucessos, entre os quais, “Ovelha negra”, “Baila comigo”, “Mania de você” e “Lança perfume”.



© Lila Cruz/Acervo da cartunista

Ilustração de Lila Cruz, 2019.

CONHEÇA TAMBÉM

O trabalho da quadrinista Lila Cruz, que nasceu em Salvador, pode ser apreciado em seu *Almanaque de autocuidado*, publicado em 2019 pela editora Quadrado, e em várias mídias digitais. Jovem falando para outros jovens, ela aborda com humor as dificuldades de manter a autoestima e praticar o autocuidado em um mundo marcado por padrões impostos pelo consumismo.



Reprodução/Editora Quadrado

- 1) Resposta pessoal. Espera-se que os estudantes percebam que a análise desses textos oferece uma boa oportunidade para refletir sobre a amplitude do conceito de qualidade de vida, que abarca numerosos aspectos relacionados com o cotidiano de cada um, e para incentivar o desenvolvimento da competência que envolve a autoestima e o autocuidado.
- 2) Resposta pessoal. Por meio dessa questão, pretende-se motivar os estudantes a refletir sobre seu estilo de vida e identificar as práticas que favorecem ou prejudicam a qualidade de vida.
- 3) Resposta pessoal. Se julgar interessante, proponha aos estudantes elaborar um plano de autocuidados que possa ser efetivado, priorizando suas necessidades.
- 4) Resposta pessoal. Essa questão possibilita levantar os conhecimentos prévios dos estudantes sobre qualidade de vida e mobilizá-los para a ampliação da abordagem do tema.

- 1) A letra da canção e a charge têm relação com o título e o tema do capítulo? Justifique sua resposta.
- 2) Avalie seus hábitos cotidianos e responda: Você tem um estilo de vida saudável? Dê exemplos que justifiquem sua resposta.
- 3) Cite práticas de autocuidado que você gostaria de adotar para melhorar a autoestima e seu bem-estar.
- 4) Você acha importante estudar qualidade de vida? Por quê?
- 5) Como a qualidade de vida afeta seu dia a dia? Anote suas principais conclusões e compartilhe com a turma.

5) Resposta pessoal. Ao promover o compartilhamento das respostas, incentive a troca de ideias e oriente a discussão no sentido de montar um panorama da qualidade de vida na comunidade.

Essa é uma técnica de relaxamento simples e de fácil aprendizado, que pode ser praticada em qualquer lugar. Seu princípio prevê que respirações profundas, a partir do abdômen, e não da parte superior do tórax, permitem maior oxigenação, o que induz a estados de menor tensão e ansiedade. Ensiná-la aos estudantes pode constituir oportunidade para discutir ferramentas de controle para situações estressantes, quando a respiração se torna curta e ofegante, trabalhando, assim, a competência do **autoconhecimento e autocuidado**. O professor pode, ainda, ilustrar momentos do dia a dia em que a técnica pode ser utilizada, como períodos de avaliação, exposições em público ou entrevistas de emprego.

RESPIRAÇÃO PROFUNDA

A ansiedade, a timidez, as dificuldades de relacionamento e a insegurança são fatores que muitas vezes prejudicam o convívio social e comprometem a qualidade de vida.

Nesta vivência, você vai praticar uma técnica que poderá ajudá-lo nas situações em que se sentir afetado por esses desconfortos — exercitando, assim, a competência do **autoconhecimento e autocuidado**.

OBJETIVO

Aprender técnica de respiração profunda que induz a estados de relaxamento a fim de acalmar pensamentos e aliviar o estresse e a ansiedade.

MATERIAL

▶ cadeira ou colchonete

DESCRIÇÃO

O ideal é que se deite em um colchonete para realizar esta atividade. Caso não seja possível, você pode sentar-se em uma cadeira, com a coluna reta, apoiada no encosto, os pés no chão e as pernas descruzadas. Para se acomodar melhor, tire os sapatos e os objetos de metal, como colares, anéis e relógios. Se possível, a atividade deve ser realizada em uma sala na penumbra e com uma música calma de fundo. Feche os olhos e respire profundamente, de acordo com as orientações do professor, levando o máximo de ar possível aos pulmões. Inspire pelo nariz. Coloque uma das mãos sobre o estômago e sinta o movimento amplo do abdômen à medida que inspira. Coloque a outra mão no peito e tente fazer com que ele se mova pouco. Expire pela boca, empurrando o máximo de ar que puder enquanto contrai levemente os músculos abdominais. A mão que você mantém sobre o estômago deve mover-se enquanto você expira, mas a mão colocada no peito deve mover-se pouco. Continue a inspirar pelo nariz e a expirar pela boca. Tente inspirar o suficiente para que o abdômen suba e em seguida desça. Conte devagar enquanto expira. Repita o movimento por dez vezes e abra os olhos.

PARA CONCLUIR

1. Após a conclusão do exercício, reflita sobre as questões a seguir e registre no caderno:
2. Percebeu alguma modificação no corpo ao realizar a respiração profunda?
3. Aponte três situações em que o exercício da respiração profunda pode auxiliá-lo na administração do estresse ou da ansiedade do dia a dia.
4. Compartilhe os registros com os colegas e o professor.





ASDF MEDIA/Shutterstock



fizes/Shutterstock

TEXTO E CONTEXTO

O acesso a atividades de lazer e cultura é um direito de todos os cidadãos e cidadãs e constitui um elemento fundamental da qualidade de vida. No entanto, para grande parte dos jovens no Brasil, esse direito não é efetivo, como mostram os dados de pesquisa apresentados na reportagem a seguir.

- ▶ Leia os textos e analise as informações neles contidas, para depois opinar sobre a questão com base em argumentos bem fundamentados.

Lazer para jovem é gratuito, em casa ou ao ar livre

Pesquisa obtida pelo *Estado* mostra que eles gostam de parques e *shoppings* e vão pouco a teatro e cinema; principal desejo é viajar.

BRASÍLIA — Pesquisa da Secretaria-Geral da Presidência da República, obtida com exclusividade pelo *Estado*, aponta que as atividades de lazer e cultura mais populares entre os jovens de 15 a 29 anos são aquelas que não envolvem custos, como passeios em parques ou *shoppings*, idas a festas em casa de conhecidos e comparecimento a missas e cultos religiosos. Cinema, teatro e espetáculo musical são passeios realizados em proporção muito menor.

A forma mais popular de lazer fora de casa é o passeio em parques e praças — atividade realizada por 61% dos entrevistados. Logo depois, aparecem festas na casa de amigos (55%), seguidas por missas ou cultos religiosos (54%), bar com amigos (41%) e passeios em *shopping centers* (40%). Apenas 19% dos jovens afirmaram ter frequentado cinema nos trinta dias anteriores à pesquisa, índice que despencou para 4% quando se trata de ida ao teatro.

Em relação à frequência em atividades de lazer e cultura pelo menos uma vez na vida, os dados são igualmente alarmantes: 84% dos jovens brasileiros nunca compareceram a um concerto de música clássica, 65% jamais foram ao teatro e 59% nunca estiveram em uma biblioteca fora da escola.

Nos fins de semana, 79% dos jovens realizam atividades de lazer fora de casa, índice significativamente superior ao daqueles que optam por fazer algo em casa (44%), por praticar esportes (22%), por visitar parentes (14%) e por atividades religiosas (11%).

Foram ouvidos no ano passado 1 100 jovens de todos os estratos sociais para a pesquisa, cuja margem de erro é de 3 pontos percentuais. O objetivo do estudo da Secretaria-Geral da Presidência é fornecer subsídio ao governo federal para implementar políticas públicas de juventude.

“Os jovens têm muita vontade de passear e fazem aquilo que não custa nada como forma de se divertir nos fins de semana, alargar os horizontes e viver experiências que os tirem do universo mais restrito da casa”, diz a socióloga Helena Wendel Abramo, coordenadora de Políticas Setoriais da Secretaria Nacional de Juventude, da Secretaria-Geral.

Cinema — A atividade com maior disparidade entre os grupos sociais é o cinema, observa a socióloga. Entre o segmento mais pobre, 49% dos jovens já foram a uma sala de cinema, índice que sobe para 78% no universo de jovens de classe média e para 93% entre os mais ricos.

A pesquisa considera a renda *per capita* para definir a faixa em que o jovem se encontra: os mais pobres têm renda familiar *per capita* de até R\$ 290 mensais; classe média de R\$ 290 a R\$ 1 018; e os mais ricos, acima desse valor.

Os pesquisadores também questionaram os jovens sobre o que gostariam de fazer nas horas livres, caso não tivessem de se preocupar com tempo nem com dinheiro. Para 59%

Estratos sociais

Camadas da sociedade diferenciadas pela renda.

GoodStudio/Shutterstock



dos entrevistados, a resposta — espontânea e única — foi “viajar”, mais do que o dobro (26%) daqueles que optaram por atividades de lazer e entretenimento. No entanto, para 61% dos jovens, a falta de dinheiro é a razão que os impede de fazer o que gostariam.

Limitações — Moradora de Pirituba, na zona norte de São Paulo, a estudante de Publicidade Joana D’Arc da Silva, de 18 anos, é exemplo desses jovens que gostariam de visitar novos lugares. “Adoraria ir para Inglaterra, Estados Unidos ou Canadá”, disse a universitária. Enquanto falta tempo e dinheiro para realizar seus sonhos, ela costuma sempre frequentar o Parque Villa-Lobos, na zona oeste, como um dos destinos preferidos para curtir momentos de lazer.

Anteontem, ela estava acompanhada da mãe e de uma amiga da faculdade. Estenderam uma toalha na grama do parque e aproveitaram o dia de céu aberto. “Sempre que dá, eu venho com meus amigos ou com a minha família. A gente fica na sombra, dando risada. É muito bom”, disse Joana.

De noite, a atividade de lazer mais frequente da estudante é a reunião de amigos na própria casa, que ficou carinhosamente conhecida como a “casa da mãe da Joana”. Sua mãe, Rosângela Dorini, fotógrafa e maquiadora, de 39 anos, aprova as “festinhas” dos amigos da filha. “Sempre fiz questão de que eles estivessem na minha casa. É uma forma de estar a par e participar da vida dos filhos”, disse.

Joana também gosta de teatro e cinema, mas, ultimamente, não tem ido muito. “Cinema acaba sendo bem caro porque você sempre quer comer alguma coisa depois, ou seja, não é só o filme em si.”

A estudante de Publicidade faz parte de uma minoria de jovens que já foi ao teatro, a exposições de fotografia e a concertos de música clássica, mas nunca viu, por exemplo, um jogo de futebol no estádio. “Eu não curto muito futebol”, explica.

MOURA, Rafael Moraes. Lazer para jovem é gratuito, em casa ou ao ar livre. *O Estado de S. Paulo*, 20 abr. 2014. Disponível em: <https://sao-paulo.estado.com.br/noticias/geral,lazer-para-jovem-e-gratuito-em-casa-ou-ao-ar-livre-imp-,1156131>. Acesso em: 16 jan. 2020.

Geração Z: antes mentíamos aos pais para sair, agora mentem aos amigos para ficar em casa

Saídas para bares, festas e encontros mudam de acordo com o uso das tecnologias

Muitos de nós já tivemos aquele amigo ou amiga que, durante a adolescência, mentia para os pais sobre onde estaria na sexta ou no sábado à noite. Em vez de estar “na casa da Maria assistindo a um filme”, ia tentar entrar em alguma boate para maiores de idade. As coisas parecem ter mudado: os jovens pertencentes às novas gerações preferem inventar desculpas aos amigos para passar as noites dos dias livres em casa. Aparentemente, trata-se de uma questão geracional: em geral, os mais jovens saem menos em noitadas. Algo que se reflete nos dados de atividades relacionadas à vida noturna.

De acordo com uma pesquisa realizada pela Berenberg Research em 2018, as gerações mais jovens estão reduzindo os dados do consumo de álcool. A tendência começou com os *millennials*, definidos pelo Pew Research Center como “os primeiros a chegar à maioria de no novo milênio” (os nascidos entre 1981 e 1996). No entanto, são os membros da geração Z (nascidos a partir de 1997) que fazem a diferença. Atualmente, apenas 30,2% dos jovens entre 17 e 18 anos (no último ano do Ensino Médio) admitem consumir esse tipo de bebida, em comparação com os 54% que o faziam em 1991, segundo dados do Pew Research Center.

Não é apenas o consumo de álcool. Existe uma diminuição das atividades consideradas adultas entre os adolescentes da geração *postmillennial*. Eles também preferem não



GoodStudio/Shutterstock

dirigir e têm menos relações sexuais do que as gerações anteriores quando tinham a sua idade, revela um estudo realizado pela Universidade de San Diego e pelo Bryan Mawe College. Em geral, os membros da geração Z preferem ficar em casa a sair, aponta a pesquisa. E qual é a chave do seu entretenimento? As redes sociais.

Expressar emoções através de “emojis”

Essa maior tendência a “se refugiar em casa com a tecnologia”, explica Mercedes Bermejo, psicóloga infantojuvenil e de família e membro do Colégio Oficial de Psicólogos de Madri (COPM), faz com que “os jovens estejam deixando de desenvolver as competências emocionais para se relacionar com os outros”. A especialista acrescenta que eles parecem ter perdido o interesse em expressar suas emoções ou ver como estão os outros: “Agora, se você está triste, você não comunica isso, simplesmente coloca um emoji com uma carinha”.

Isso é notado nos consultórios dos especialistas: “De fato, há cada vez mais casos de adolescentes com tendência ao isolamento”, diz a psicóloga. “É o que se conhece como *hikikomori*, termo japonês que se refere aos jovens que se desconectam da realidade. Deixam de sair com os amigos, de praticar esportes e até de ir à escola”, continua a especialista, que indica que na Espanha “existem cerca de 200 casos”.

O problema não está no fato de não consumirem álcool — um hábito prejudicial à saúde — ou terem menos relações sexuais, mas nas consequências que esse isolamento acarreta à sua saúde mental, esclarece Bermejo. E os dados confirmam: doenças como a depressão estão crescendo entre os mais jovens. De acordo com a Pesquisa Nacional sobre Uso de Drogas e Saúde de 2017, 13% dos adolescentes entre 12 e 17 anos admitem ter tido ao menos um episódio depressivo naquele ano, em comparação com 8% em 2007. [...]

GERAÇÃO Z: antes mentíamos aos pais para sair, agora mentem aos amigos para ficar em casa. *El País*. Disponível em:

https://brasil.elpais.com/brasil/2019/09/27/estilo/1569597592_555709.html. Acesso em: 22 jan. 2020.

1. É esperado que o jovem relacione o fato ao advento e à propagação da internet e dos aparelhos tecnológicos.

2. É esperado que o jovem faça referência a não expor informações pessoais, como endereço, telefone, escola em que estuda, fotos, profissão dos pais, a não conversar com estranhos, assim como a trocar as senhas com frequência e não postar conteúdos preconceituosos ou ofensivos em relação aos outros.

5. O estudante poderá selecionar os seguintes dados: para 61% dos jovens, frequentar parques e praças é a principal atividade de lazer; a frequência ao cinema depende da renda (apenas 49% dos jovens mais pobres já foram a uma sala de cinema, enquanto o índice para os jovens de classe média é de 78% e, para os mais ricos, de 93%); viajar é a atividade que 59% dos jovens mais gostariam de fazer se tivessem tempo e dinheiro.

6. É esperado que os estudantes observem que há conceitos e concepções diversos referentes à qualidade de vida, porque essa temática tem sido explorada em diferentes campos de conhecimentos, saberes e interesses, como arquitetura, urbanismo, lazer, gastronomia, esportes, educação, meio ambiente, segurança pública e privada, entretenimento e novas tecnologias. Assim, de perspectivas tão diversas, uma concepção ampla de qualidade de vida inclui tudo o que se relacione com o ser humano, sua cultura e seu meio.

REFLETIR E ARGUMENTAR

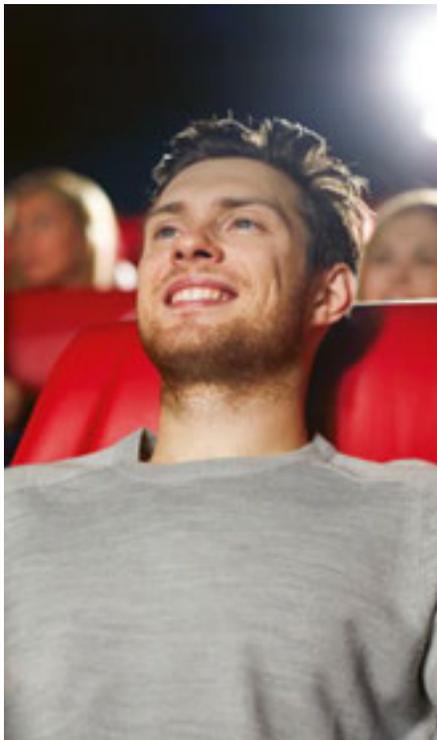
1. Os textos revelam que as atividades de lazer dos jovens estão se transformando ao longo do tempo. No segundo, há um dado que evidencia uma preferência dos jovens pelas redes sociais como fonte de entretenimento que não aparece no primeiro. A que fatores você associaria essa mudança?
2. O uso das redes sociais requer cuidados. Especialistas em segurança na internet afirmam que a publicação de informações pessoais pode gerar uma exposição exagerada, perigosa para o usuário. Que cuidados você toma quando usa as redes sociais? Pesquise quais são os perigos de uma exposição pública na internet. Compartilhe as informações com seus colegas e professor.
3. No segundo texto, afirma-se que ao preferir ficar em casa, refugiados na tecnologia, os jovens deixam de se relacionar com os outros, perdendo o interesse por expressar suas emoções. O que você pensa sobre isso? Justifique. *Resposta pessoal.*
4. Converse com seus pais sobre as atividades de lazer preferidas por eles quando eram jovens. Compartilhe essas informações com os colegas. Em seguida, em grupo, elabore uma tabela comparando as atividades mais comuns dos pais de sua turma com as mais realizadas por vocês. Exponha no mural da classe. *Resposta pessoal.*

- 5. Faça a leitura das imagens a seguir e da legenda que as acompanha. Depois, busque no primeiro texto que você leu dados estatísticos que justifiquem a legenda. Registre no caderno os dados que selecionou.

Alys Tomlinson/Cultura RF/Getty Images



Syda Productions/Shutterstock



Marcio Masulino/Shutterstock



O parque, para muitos; o cinema, para poucos; viajar, o sonho de todos.

6. Além do estilo de vida saudável e do acesso ao lazer e à cultura, que destacamos neste capítulo, quais seriam os outros fatores de qualidade de vida? Pesquise e escreva no caderno o que descobriu.
7. Com base em sua pesquisa, responda: Quando é possível dizer que uma pessoa dispõe de qualidade de vida?
8. Em que medida educação e atividades culturais se relacionam com qualidade de vida?
9. Como o poder público pode contribuir para promover a qualidade de vida da população?
10. Analise suas condições de vida e responda: Você tem qualidade de vida? Justifique. *Resposta pessoal. Oriente a turma a considerar, nessa avaliação, a concepção mais ampla de qualidade de vida.*
11. Que atividades de lazer e cultura você realiza? E que atividades você gostaria de realizar? Compare suas respostas com as dos colegas.

11. Resposta pessoal.

CONHEÇA TAMBÉM

Leitura e música para todos: no portal *Domínio público*, você pode encontrar as obras completas de grandes romancistas e poetas, como Machado de Assis e Fernando Pessoa, bem como gravações de composições de importantes artistas, entre eles Carlos Gomes e Alberto Nepomuceno. Acesse o portal (disponível em: <http://www.dominiopublico.gov.br/>; acesso em: 21 jan. 2020) e leia ou ouça o que lhe interessar.

7. Quando ela tem acesso a condições adequadas de saúde física e mental, habitação e saneamento básico, cuidado e preservação do meio ambiente, educação e cultura.

8. É possível que os estudantes mencionem que o menor acesso à educação e a atividades culturais restringe os horizontes do indivíduo, limitando suas possibilidades de transformar sonhos e desejos em realidade. Para alimentar a reflexão, comente com a turma que há estudos que indicam que, quando as pessoas têm maior acesso à informação, o que pode ocorrer por meio dos processos educacionais e das atividades culturais, elas fazem escolhas melhores para a saúde, deixam de lado situações que não lhes fazem bem, tornam-se mais críticas e evitam riscos, o que aumenta sua expectativa de vida.

9. O poder público pode contribuir para a qualidade de vida da população por meio da criação e implementação de políticas relacionadas com saúde, segurança e transporte públicos, além de saneamento básico, educação, cultura e lazer.

O excesso de informação a que somos submetidos cotidianamente no mundo acelerado em que vivemos, não raras vezes, gera comportamentos impulsivos e falta de concentração, que acabam por prejudicar não só o funcionamento cognitivo, mas também o bem-estar geral das pessoas. Essa atividade de relaxamento oferece ao professor a oportunidade de mediar discussões sobre a importância de realizar pausas nas atividades do dia a dia para prestar atenção às necessidades comunicadas pelo corpo, competência envolvida com **autoconhecimento e autocuidado**.

RELAXAMENTO

O ritmo de nossas atividades cotidianas muitas vezes provoca tensões que causam desconcentração, desconforto e sensação de fadiga. Por meio da vivência proposta a seguir, você poderá perceber a importância de pausar, relaxar e ouvir o que seu corpo comunica, evitando o estresse — mobilizando, assim, as competências **autoconhecimento e autocuidado**.

OBJETIVO

Conhecer melhor o próprio corpo e perceber a diferença entre relaxar e contrair os músculos; identificar tensão muscular e relaxamento no corpo mediante atividade de concentração a fim de acalmar pensamentos, sentimentos e emoções.

MATERIAL

- ▶ cadeira ou colchonete

DESCRIÇÃO

O ideal é se acomodar confortavelmente deitado sobre um colchonete. Caso não seja possível, sente-se em uma cadeira com a coluna reta, as costas apoiadas no encosto, os pés no chão e as pernas descruzadas. Para se acomodar melhor, tire os sapatos e os objetos de metal, como colares, anéis e relógios. Se possível, a atividade deve ser realizada em uma sala na penumbra e com uma música calma de fundo. Inicialmente, respire profunda e calmamente por alguns segundos. Em seguida, sob a orientação do professor, você deve contrair toda a musculatura de seu corpo, começando pelos pés, pernas, e passando aos poucos para o tronco, os braços, as mãos e a cabeça. Contraia um grupo muscular por vez por cinco segundos e relaxe. Uma vez feita essa sequência, abra os olhos e se espreguice.

PARA CONCLUIR

Encerrada a atividade, reflita sobre as questões a seguir:

1. Como se sentiu ao realizar a atividade?
2. O que foi fácil? O que foi difícil?
3. Percebeu alguma modificação em seu corpo ao realizar o relaxamento?
4. O que aprendeu com a atividade?
5. Expresse em seu caderno, por meio de um desenho, como se sente após ter realizado o relaxamento. Compartilhe o desenho com os colegas e o professor.





kate_spr2004/E+Getty Images

A prática de atividades físicas na adolescência traz benefícios à saúde física e mental que perduram durante a vida adulta. No mundo inteiro, porém, a porcentagem de jovens que fazem a quantidade de exercícios considerada adequada é extremamente baixa. Por que será que os hábitos sedentários, tão prejudiciais à saúde, prevalecem entre os adolescentes?

- ▶ Leia o texto a seguir para conhecer melhor esse assunto e discuti-lo com os colegas com base em informações extraídas de estudos científicos.

Entre adolescentes sedentários, meninas são mais inativas

Estudo mostra que jovens – em especial as meninas – de vários países do mundo praticam menos atividade física que o recomendado.

Os malefícios do sedentarismo são bastante conhecidos da Medicina. A inatividade está relacionada a vários tipos de câncer, hipertensão, obesidade, infarto, AVC, diabetes, problemas musculoesqueléticos, como osteoporose, entre outras enfermidades. Por outro lado, a ciência descobre, a cada ano, mais benefícios dos exercícios físicos para a saúde física e mental.

Quando iniciada na infância e na adolescência, a atividade física, segundo vários estudos, traz benefícios cardiorrespiratórios, musculares e ósseos, ajuda a controlar o peso e tem impacto positivo no desenvolvimento cognitivo e no comportamento social. Os exercícios na juventude trazem resultados positivos que perduram na vida adulta.

Assim, o estudo publicado em 21 de novembro de 2019 na revista *The Lancet – Child & Adolescent Health Journal* e conduzido pela Organização Mundial da Saúde (OMS) com 1,6 milhão de jovens de 11 a 17 anos de 146 países traz más notícias. No mundo todo, 81% dos adolescentes que frequentam as escolas não fazem atividade física suficiente.

A OMS recomenda que adolescentes pratiquem ao menos sessenta minutos de atividade física moderada ou intensa cinco vezes por semana. Apenas dois em cada dez adolescentes do mundo cumprem a recomendação da entidade.

No Brasil, a taxa de jovens sedentários não é muito diferente da mundial: 83,6% dos adolescentes não praticam a quantidade de atividade física preconizada pela organização.

AVC

Sigla de acidente vascular cerebral; ocorre quando há rompimento ou entupimento dos vasos que levam sangue ao cérebro, o que pode provocar a paralisia da região cerebral afetada.

Osteoporose

Condição caracterizada pela redução da densidade dos ossos, aumentando o risco de fraturas.



Razões para o sedentarismo

Os pesquisadores da OMS não indicam as razões específicas para o alto número de jovens sedentários, mas apontam algumas possibilidades.

Em abril de 2019, a OMS lançou diretrizes para orientar os pais quanto aos riscos da exposição excessiva de crianças pequenas a aparelhos digitais, chegando a contraindicar totalmente o uso desses dispositivos por crianças com menos de 1 ano de idade.

Um dos motivos da preocupação da organização é exatamente o sedentarismo. Outro estudo, lançado pela American Heart Association em 2018, já havia alertado para o aumento do sedentarismo e da obesidade em crianças e adolescentes que costumam passar cerca de oito horas diárias em atividades sedentárias, a maioria envolvendo aparelhos digitais como *tablets* e celulares.

Outra razão considerada pelos especialistas da OMS é a falta de estímulo à atividade física em ambiente escolar. A maioria das escolas oferece poucas horas de atividade física, livre ou dirigida, em seu currículo.

A falta de políticas públicas de segurança e de planejamento urbano em muitas cidades também pode ser um dos motivos que afastem jovens de atividades nas ruas, como caminhadas e bicicleta.

Para uma das coordenadoras do estudo, doutora Fiona Bull, é preciso investir em políticas públicas que incentivem todas as formas de exercícios físicos, e tanto a família como a escola e as autoridades políticas devem se envolver em políticas e ações de estímulo a esse tipo de atividade. “Inclusive através da educação física que desenvolva a alfabetização física, de mais esportes, brincadeiras ativas e oportunidades de recreação, além de proporcionar ambientes seguros para que jovens possam andar e pedalar sozinhos”, afirma.

Para os pesquisadores e especialistas em saúde, investir no estímulo à prática de exercícios físicos é investir em prevenção de doenças crônicas, diminuindo, conseqüentemente, os custos dos sistemas de saúde.

Meninas sedentárias

Um dado da pesquisa atraiu a atenção dos pesquisadores da OMS. Quando separados por gênero, o número de meninas sedentárias supera o de meninos inativos em todos os países pesquisados, com exceção de quatro regiões (Zâmbia, Samoa, Tonga e Afeganistão). Essa diferença não parece, segundo o estudo, sofrer influência de fatores econômicos, e tanto países menos desenvolvidos, como Armênia, Senegal e Albânia, como países mais economicamente desenvolvidos, como França, Austrália e Finlândia, apresentam diferenças de gênero.



No Brasil, 78% dos meninos não fazem atividade física suficiente, enquanto 89,4% das meninas são menos ativas do que deveriam. Meninos de países com renda mais baixa tendem a ser mais ativos do que os de países mais ricos; no entanto, a renda não parece interferir na taxa de atividade física das meninas, quase sempre bem mais baixa do que a dos meninos.

Nos Estados Unidos, por exemplo, 64% dos meninos de 11 a 17 anos fazem menos exercícios físicos que o recomendado, ao passo que, entre as meninas, 80,5% são inativas. No Reino Unido, a diferença entre os gêneros é de pouco mais de 11%.

A ideia de que meninos são mais agitados e ativos do que meninas é ensinada desde a mais tenra infância. Por outro lado, é comum que meninas recebam estímulos para realizar brincadeiras mais calmas, como brincar de boneca e de casinha. Já meninos ganham brinquedos como bola, espadas e skate ainda bem pequenos, e com mais frequência aprendem a gostar de esportes coletivos como futebol.

Essa diferença de estímulo também é levantada pelos pesquisadores da OMS, que citam projetos como o This Girl Can (“Esta Menina Consegue”, em tradução livre), do Reino Unido, como iniciativas bem-sucedidas para tornar meninas e mulheres adultas mais fisicamente ativas.

Nos Estados Unidos, a ampla cobertura de eventos esportivos por parte da mídia, a alta incidência de clubes esportivos com infraestrutura que oferecem atividades acessíveis e a grande quantidade de esportes coletivos organizados são apontadas como medidas que tornam a taxa de meninos ativos uma das maiores entre os países pesquisados. Infelizmente, as jovens americanas não recebem os mesmos incentivos, e isso se reflete na alta taxa de meninas inativas ou pouco ativas no país norte-americano.

Exemplo em casa

Um estudo publicado no *International Journal of Pediatrics* revelou que filhos de pais fisicamente ativos têm seis vezes mais chance de praticarem atividade física. Isso porque crianças e adolescentes tendem a repetir comportamentos e nem sempre são permeáveis a discursos.

Outra razão é que pais mais ativos costumam se envolver mais em atividades físicas lúdicas do que os adultos sedentários. Eles também incentivam mais a prática de atividade física, por entenderem seus benefícios.

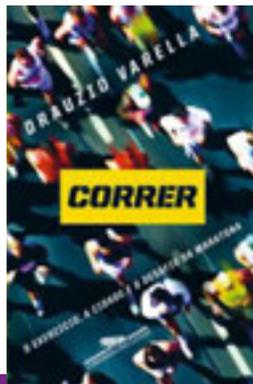
Meninas, ainda mais que meninos por conta das diferenças culturais, devem ser estimuladas a realizar brincadeiras que incluam movimento, como pular corda, andar de bicicleta, correr ao ar livre e nadar. Não há nenhuma razão biológica para meninas serem menos ativas do que meninos, e nenhum bom motivo para crianças e adolescentes serem fisicamente inativos.

VARELLA, Drauzio. Entre adolescentes sedentários, meninas são mais inativas. Portal Drauzio Varella. Disponível em: <https://drauziovarella.uol.com.br/coluna-2/entre-adolescentes-sedentarios-meninas-sao-mais-inativas-coluna/>. Acesso em: 16 jan. 2020.



CONHEÇA TAMBÉM

O médico oncologista Drauzio Varella, autor do artigo de divulgação científica que você acabou de ler, escreveu um relato de sua experiência pessoal com atividades físicas. No livro *Correr: o exercício, a cidade e o desafio da maratona*, publicado pela Companhia das Letras em 2015, ele conta que pratica corrida há mais de vinte anos como uma forma de buscar o equilíbrio para os desafios de sua vida. Em linguagem acessível, ele explica os motivos que o levaram a abandonar a vida sedentária e como se preparou para participar de sua primeira maratona.



Reprodução/Companhia das Letras

REFLETIR E ARGUMENTAR

1. De acordo com o texto, que doenças podem ser causadas pelo sedentarismo?
 2. Por que é importante combater o sedentarismo?
 3. Como a Organização Mundial de Saúde (OMS) recomenda a prática de exercícios físicos na adolescência?
 4. Quais são os motivos apontados como causas para o sedentarismo na juventude?
 5. Você pratica atividade física? Qual e com que frequência? Em caso negativo, como avalia que isso pode afetar sua qualidade de vida? **Resposta pessoal.**
 6. Compartilhe com os colegas sua prática de atividades físicas e, em grupo, elabore um cartaz que contenha informações sobre as práticas esportivas de todos os estudantes de sua sala. O cartaz poderá ser exposto no mural da classe. **Resposta pessoal.**
 7. Com os colegas, compare os dados do cartaz com os resultados da pesquisa citada no texto. Compartilhe suas impressões e ouça a de seus colegas. **Resposta pessoal.**
 8. Organize com os colegas um debate sobre como poderiam melhorar a prática de atividades físicas do grupo. **Resposta pessoal.**
1. O sedentarismo pode causar várias doenças, entre elas câncer, hipertensão, obesidade, infarto, AVC, diabetes e problemas musculoesqueléticos, como osteoporose.
 2. Porque a prática de exercícios físicos contribui para a saúde física e mental. Quando iniciada na infância e na adolescência, a atividade física traz benefícios cardiorrespiratórios, musculares e ósseos, ajuda a controlar o peso e tem impacto positivo no desenvolvimento cognitivo e no comportamento social. Os exercícios na juventude trazem resultados positivos que perduram na vida adulta.
 3. A OMS recomenda que adolescentes pratiquem ao menos sessenta minutos de atividade física moderada ou intensa cinco vezes por semana. Apenas dois em cada dez adolescentes do mundo cumprem a recomendação da entidade.
 4. Uso excessivo de celulares e tablets, falta de estímulo à atividade física em ambiente escolar e falta de políticas públicas de segurança e planejamento urbano em muitas cidades, que acabam afastando os jovens de atividades nas ruas, como caminhadas e bicicletas.



INTEGRANDO SABERES

Neste capítulo, estudamos vários fatores que condicionam a qualidade de vida, vimos como eles se relacionam com nosso cotidiano, analisamos dados sobre o acesso dos jovens e adolescentes a atividades de lazer e de cultura e refletimos sobre ações possíveis para garantir esse acesso a todos.

▶ Agora, procure integrar esses conhecimentos e vivências para propor uma forma de melhorar a qualidade de vida na comunidade da qual você faz parte.

Junte-se a quatro ou cinco colegas e, sob a orientação do professor, discuta com eles: O que pode ser feito em sua comunidade para garantir aos jovens e adolescentes a oportunidade de desenvolver atividades culturais e de lazer?

Para responder a essa pergunta, deve-se considerar o perfil dos moradores da comunidade, com seus anseios, expectativas e possibilidades, e as características físicas do local em que ela se situa.

Com base no resultado da discussão e ainda com seus colegas:

- crie uma agenda de eventos culturais e de lazer que atenda aos interesses dos jovens e adolescentes da comunidade;
- defina as temáticas que serão propostas para esses eventos;
- faça um levantamento das pessoas e dos recursos que devem ser mobilizados para que essa ação aconteça;
- registre a discussão por escrito e compartilhe com os demais grupos da classe as ideias formuladas por seu grupo.

Após compartilhar as ideias, a turma toda vai sintetizá-las a fim de elaborar uma proposta única e coletiva de agenda de eventos culturais e de lazer para a comunidade.

Por fim, com os colegas e o professor, encaminhe a proposta para a câmara de vereadores ou para a prefeitura de sua cidade.

Para respaldar a proposta, é necessário enviar uma justificativa, em que seja explicada qual é a importância da agenda para a comunidade. O documento deve ser redigido em tom formal e assinado por todos os estudantes da classe.

Veja, ao lado e na página seguinte, dois exemplos de agenda cultural que podem servir de modelo ou apenas de inspiração para o que vai criar com os colegas. O primeiro deles, mais direto, traz apenas um cronograma das principais atrações; o segundo, mais detalhado, oferece uma resenha de cada evento.

AGENDA FUNCULTURAL	
05/06 e 09/06 Teatro Guaporú	MADEIRA FESTIVAL DE TEATRO
07/06 e 14/06 Campo de JK I	ARRIALESTE
07/06 e 08/06 NOVA MUTUM	ARRIAL FLOR DO MUTUM
07/06 e 09/06 MERCADO CULTURAL	PROJETO ARTEPUPA (AMA)
13/06 MERCADO CULTURAL	ARRIAL SANTO ANTÔNIO
14/06 e 14/06 MERCADO CULTURAL	ARRIAL DO MOCAMBO
20/06 e 22/06 Espaço Alternativo	HOMEM DE NAZARÉ (Grupo teatral Êxodo)
23/06 Espaço Alternativo	SOM LIVRE/ 4º ENCONTRO DE BATERISTAS
28/06 Praça João Marinho	FESTIVAL DE TALENTOS

JUNHO/2019

Agenda cultural da
prefeitura de Porto Velho
(RO), de junho de 2019.

A atividade reforça o trabalho desenvolvido sobre as relações entre cultura, lazer e qualidade de vida. Ao empreender uma ação cidadã e política, atuando junto ao poder público para a melhoria da qualidade de vida na comunidade, os estudantes terão a oportunidade de desenvolver competências que envolvem, além do **autoconhecimento e autocuidado**, a **comunicação**, a **autonomia e cidadania**, a **argumentação** e o **pensamento científico, crítico e criativo**.

Agenda de Eventos Artísticos e Culturais do segundo semestre/2018 do Colégio Pedro II

AGOSTO

15/8 a 5/11
"SOFA DE LETRAS INTIMANTE - ANIVERSÁRIO DE 10 ANOS"
 Local: Fórum Central dos campos
 Proponente: Dina Mota de Lacerda Lourenço

O Sofa de Letras é um espaço que mistura música, poesia e performances teatrais, na tentativa de mostrar que a escola é um espaço de criação e de pesquisas. Educar para sentir, ouvir e tocar, adaptar os sentidos, essa é a filosofia do evento que completa em 2018 dez anos de realização, sempre levando música, poesia e alegria para a porta da escola. Esse ano, o Sofa terá uma temática comemorativa apresentando os artistas do campo do CPE (Dina Mota e Elaine Motta).

31/8 a 1/9
"VIDA É POÉTICA INCRÉDULA NA ESCOLA - ENCONTRO DE VERDADE COM O PURO"
 Local: CREB - Centro de Referência em Educação Infantil Realengo
 Proponente: Tatiana de Freitas Diniz de Melo

Evento que destaca a importância dos projetos originados como patrimônio material do Brasil, ressaltando a importância de manter a história e sua identidade indígena. Serão realizados contação de histórias, oficina atípica de musicalização, lançamento de foto e vídeos indígenas, além de oficina sobre culturas indígenas para professores e alunos.

SETEMBRO

12/9
"1º FESTIVAL DA CULTURA POPULAR DO ENFERMO I"
 Local: Campus Engenheiro Novo I
 Proponente: Cristiane Zicavelli Rojas

Apresentações que evidenciam as manifestações da cultura popular, tais como oficinas de ritmo e suas contação de histórias, organização de livros, cine vídeo, oficinas de criação artística, sessões teatrais, filmes culturais e outros. Para o fechamento, será convidada a Companhia de Aventura, que no dia seguinte apresentará o "Savannah" que é um espetáculo educacional e interativo, com dança, música ao vivo e contação de histórias, que permite a família e a família negra, onde todos aprendem, mesmo sem saber, um sentimento de alegria e pertencimento a essa história que é de todos os brasileiros.

21/9
"II FESTA LITERÁRIA DA TIJUCA"
 Local: Campus Tijuca II
 Proponente: Helene Mello Lima

A II FFLT apresentará diversas atividades artísticas e culturais que acontecerão no dia 21 de setembro. Muitas dessas atividades ocorrerão simultaneamente, em oficinas, palestras e apresentações voltadas para públicos distintos, de forma que os alunos tenham oportunidade de participar de atividades diferenciadas. Outros serão para toda a escola, proporcionando assim a integração dos discentes, independentemente do ano em que se encontre e que pertencem.

22/9
"V FLIZC - FESTA LITERÁRIA DE SÃO CRISTÓVÃO"
 Local: Campus São Cristóvão I
 Proponente: Maria Cristina do Silveira

A FLIZC pretende contribuir-se em um espaço para a diversidade e para o diálogo com a cultura brasileira, internacional e literária, a literatura e a democracia.

26 e 28/9
"ANDANÇAS MUSICAIS 2018: TEM SHOW NA ESCOLA: INTENÇÕES DO ESPAÇO CULTURAL DO CPE"
 Local: Campus Duque de Caxias e Realengo
 Proponente: Mônica Neves Lima

Chico Chato e João Maranhão são amigos desde a infância e vêm se dedicando no cenário musical cantando como composidores e intérpretes. No repertório, a dupla - formada pelo filho da cantora Cláudia Elton Chico, e seu ex-colega de colégio João - traz um repertório que passa por rock, samba, folk e blues, podendo chegar a bossa nova e balada. Depois dos shows, os rapazes participam ainda de um bate-papo com os alunos.

27/9
"MÚSICA VIVA - CURSO DE DJ"
 Local: Campus Humaitá II
 Proponente: Mariana Tiburcio de Oliveira Antunes Campos

O projeto Música Viva, coordenado pela prof. Ed. Musical Miriam Tiburcio, irá oferecer o Workshop "Curso de DJ", com o DJ Wagner Freitas. Serão oferecidos 100 vagas que serão preenchidas por ordem de inscrição.

OUTUBRO

1/10
"MINI-FESTIVAL DE VIOLÃO E MASTER-CLASS COM MARISA HARO"
 Local: Campus Realengo II
 Proponente: Daniel Costa Fernandes

O projeto oferece uma atividade pedagógica e cultural para as comunidades interna e externa em um espaço onde eventos semelhantes são realizados contribuindo para a formação de artistas, ampliando o repertório cultural de alunos e do público em geral e contribuindo para a formação profissional dos alunos da Escola de Música, tanto os dois cursos livres, quanto os do Ensino Médio Integrado - Tatuagem em Instrumento Musical, para os quais, para além da formação, o evento é um complemento de formação continuada.

3/10
"TV FESTA LITERÁRIA DE SÃO CRISTÓVÃO II"
 Local: Campus São Cristóvão II
 Proponente: Luciana Vilgas

O diálogo entre criadores, escritores e jovens leitores nas artes se fortalece não já tradicionais encontros realizados anualmente em São Cristóvão. Em 2018, estão entre os convidados a poeta Simone Brantes e o artista plástico Alberto Pereira, o músico Pedro Luis e o nutricionista Mariana do Valle, além de grupos teatrais dos campi "Centro e Humaitá".

19/10
"TV BOSQUE CULTURAL - MOSTRA LIVRE DE ARTES"
 Local: Campus Realengo II
 Proponente: Leonardo Stefano Massaro

Neste projeto, os estudantes são convidados a apresentar poemas nas mais diversas artes possíveis, sendo oferecido um palco e microfone abertos, permitindo a produção artística e cultural local.

20/10
"II RJAM - FEIRA DE LITERATURA, ARTES E MÚSICA DO CAMPUS TIJUCA I"
 Local: Campus Tijuca I
 Proponente: Juliana Chiriquin

O evento conta com a expressiva presença de estudantes, responsáveis, professores e técnicos, participando momentaneamente das atividades artísticas, literárias, musicais, oficinas e apresentações musicais performáticas, dando um panorama sobre a pluralidade cultural existente no "bairro insular" com o nome do Campus.

25 e 26/10
"VI FESTCOR - FESTIVAL DE GRUPOS MUSICAIS ORGANIZADO PELO CORAL DO CENP"
 Local: Campus Engenheiro Novo II
 Proponente: Cecília Vanessa Alexandre de Souza

O FESTCOR chega à sua sétima edição com sucesso absoluto de público e de participação. Os grupos participantes têm uma grande diversidade de formação e de repertório, envolvendo estudantes, professores e comunidades da comunidade. O VI FESTCOR prevê em sua edição 2018 a participação de 40 grupos musicais.

26/10
"(ALGUMAS) VOZES AFRICANAS"
 Local: Campus São Cristóvão II
 Proponente: Laila Nadine Feyer Vaz

Sua 1ª edição, o evento "(Algumas) Vozes Africanas" espera poder aproximar alunos e professores da cultura africana por meio de conversas com pesquisadores, além de contar com apresentações de música, dança e teatro.

NOVEMBRO

9/11
"O CURSO TÉCNICO EM INSTRUMENTO MUSICAL DO COLÉGIO PEDRO II E AS UNIVERSIDADES DE MÚSICA"
 Local: Campus Realengo II
 Proponente: Ana Cristina Santos de Paula

O evento será composto por uma palestra realizada por quatro ex-alunos do Curso Técnico em Instrumento Musical formados em 2016: Arthur Henrique Pereira de Andrade (bacharelado em Viola - UNIRIO), Ester de Araujo Costa (licencianda em Música - UFRJ) e Danailly Soares Rufino (bacharelado em Canto - UNIRIO). Os ex-alunos socializarão com os estudantes suas experiências como universitários e suas atividades de trabalho no campo musical.

13 e 22/11
"OFICINAS DE RITMOS POPULARES"
 Local: Centro de Referência em Educação Infantil Realengo
 Proponente: Tássia André Nogueira de Freitas

Com o intuito de investir na formação cultural e artística das crianças da Educação Infantil, chega ao CREB a Oficina de Ritmos Populares. Nessa edição, teremos a participação de Tássia Matos e convidados. Com vasta experiência como percussionista e pesquisadora de ritmos populares brasileiros, Tássia irá coordenar uma vivência rica e lúdica com o Coco de Roda, explorando suas sonoridades e corporeidades, a partir da percussão, da dança e do canto.

14/11
"MOSTRA MUSICAL 2018 - QUE CPE QUEREMOS?"
 Local: Campus Humaitá II
 Proponente: Afonso Celso de Miranda Neto

Local: Campus Realengo II
 Proponente: Ana Cristina Santos de Paula

A Mostra Musical Anual já é uma tradição no Campus Humaitá II. Em 2018, nossos alunos vão mostrar, através de suas performances musicais, músicas escolhidas a partir de temas discutidos e trabalhados no projeto "Que CPE Queremos?".

24 e 25/11
"KIZOMBA - FEIRA DE AFRICANIDADES DO COLÉGIO PEDRO II"
 Local: Campus Realengo II
 Proponente: Gabriele de Almeida Lufso

A feira, que este ano chega à sua 4ª edição, consiste na realização de múltiplas atividades, orientadas por diferentes equipes, cujo objetivo central é reconhecer e fortalecer a herança africana e os valores da cultura afro-brasileira em nossa sociedade. Na programação constam oficinas, debates, palestras, roda de capoeira, apresentações de dança, música e teatro pelos alunos. A ideia é envolver toda a comunidade escolar, com o aproveitamento das múltiplas espaços do Colégio.



DEZEMBRO

7/12
"A VIDA DEVERIA SER MELHOR E SERÁ: DIREITOS HUMANOS E CIDADANIA"
 Local: Complexo São Cristóvão
 Proponente: João Marcos Lunelli do Silveira

O evento é uma formatura de curso musical e coralístico, que ocorre há mais de dez anos no Campus São Cristóvão I. O tema do evento será trabalhado, no decorrer do ano letivo. Consiste num espetáculo musical onde todos os alunos cantam e tocam, acompanhados de seus professores de música.

OUTROS EVENTOS

"SÉRIE MÚSICA NOBRE"
 Proponente: Inês de Almeida Rocha

A Série Música Nobre é uma série de concertos com caráter didático, lúdico e, às vezes, musicais são entremeadas, ou precedidas por uma palestra sobre o repertório, o período e quem está no palco, os instrumentos utilizados, o tipo de formação vocal e instrumental. As apresentações musicais de estudantes e convidados compõem o evento. Em breve, serão divulgados data e local das apresentações.



APOIO:



Agenda cultural de uma escola pública do Rio de Janeiro (RJ), segundo semestre de 2018.

Reprodução/Colégio Pedro II, Rio de Janeiro (RJ)



VIVÊNCIA SÍNTESE

A atividade constitui uma oportunidade para refletir com os estudantes sobre os prejuízos que o estresse causa à saúde e a necessidade de mantê-lo sob controle. Discutir as práticas que ajudam a controlar o estresse também contribui para o desenvolvimento da competência do **Autoconhecimento e autocuidado**.

É importante ressaltar aos estudantes que a avaliação não tem objetivos diagnósticos e que o questionário representa apenas uma motivação para que exercitem a atenção aos sinais comunicados pelo corpo e reflitam sobre os autocuidados necessários para evitar que situações de estresse comprometam a qualidade de vida.

ESTRESSE E QUALIDADE DE VIDA

O estresse é uma reação do organismo que tem componentes psicológicos, físicos, mentais e hormonais e ocorre quando surge a necessidade de uma adaptação grande a um evento ou situação importante.

Pode ser negativo ou positivo. Se positivo, coloca nosso corpo em estado de alerta e nos ajuda em situações em que precisamos resolver problemas e enfrentar perigos. Por exemplo, se uma pessoa, ao atravessar a rua, vê um carro desgovernado vindo em sua direção, é o estresse que a mobiliza para escapar com vida de uma tragédia iminente. Quando o estresse se manifesta de modo exagerado e crônico, pode se tornar prejudicial à saúde e ao bem-estar físico e mental e afetar a qualidade de vida das pessoas. Nesse caso, é necessário mudar hábitos e atitudes que favorecem o estresse.

Nesta vivência, você será convidado a se observar e a reconhecer reações físicas e emocionais que podem sinalizar estresse, mobilizando, assim, a competência do **autoconhecimento e autocuidado**.

OBJETIVO

Conhecer-se e exercitar a atenção aos sinais comunicados pelo corpo; refletir sobre os autocuidados necessários para evitar que situações de estresse comprometam sua qualidade de vida.

MATERIAL

- ▶ caderno
- ▶ lápis
- ▶ borracha

É recomendável apresentar previamente o questionário aos estudantes para verificar o que sabem sobre os itens nele contidos, além de esclarecer os termos médicos que desconheçam e as dúvidas.

DESCRIÇÃO

O questionário da página ao lado contém oito perguntas, cada qual seguida de um conjunto de itens que são respostas possíveis. Transcreva no caderno os itens que correspondem ao que você percebe em si mesmo ou que alguém observa em você.

Nas sete primeiras perguntas, cada item vale um ponto, e você pode escolher um dos itens que são respostas possíveis.

Na última pergunta, a pontuação dos itens varia, e você só pode selecionar um deles.

Depois de responder ao questionário, some os pontos de todas as alternativas selecionadas e confira a avaliação de seu nível de estresse. Lembre-se de que essa avaliação não é um diagnóstico, mas um ponto de partida para novas reflexões.

PARA CONCLUIR

Sob a orientação do professor, compartilhe com a turma suas impressões sobre o que vivenciou.

CALCULE SEU NÍVEL DE ESTRESSE

« Não escreva no livro »

1. Quais dos sintomas emocionais a seguir você apresenta?			
Ansiedade e nervosismo	1	Pouca tolerância ou paciência	1
Depressão ou mudanças bruscas de humor	1	Desinteresse e/ou perda de prazer	1
Irritabilidade e/ou desânimo	1	Insônia e/ou inquietação	1
2. Com relação aos sintomas causados por tensão em geral, quais você apresenta?			
Tensão muscular	1	Dores na nuca frequentes	1
Mandíbula contraída	1	Outras dores pelo corpo	1
Dores de cabeça frequentes	1	Ranger de dentes dormindo ou aumento do sintoma	1
3. Apresenta algum dos tiques ou manias abaixo?			
Tiques motores (piscar olho, tremores labiais ou tiques faciais, movimentos descontrolados na cabeça, mãos e punho)	1	Roer unhas	1
Escoriações autoimpostas (coçar ou espremer exageradamente a pele)	1	Morder-se (língua, dedos, boca etc.)	1
Arrancar cabelos e/ou pelos em geral	1	Dificuldade para engolir e/ou engolir saliva demais	1
4. Considerando sua saúde em geral, quais dos sintomas abaixo você apresenta?			
Dor de estômago, azia e/ou náusea	1	Arritmias cardíacas e/ou hipertensão arterial	1
Aperto ou dor no peito	1	Zumbido no ouvido e/ou labirintite	1
Agravamento ou surgimento de diabetes	1	Diminuição da libido	1
5. Considerando o sistema vegetativo do corpo humano, marque os sintomas que apresenta.			
Batimentos cardíacos acelerados ou palpitações	1	Tonturas e/ou tremores	1
Respiração rápida e/ou falta de ar	1	Formigamentos e/ou boca seca	1
Sudorese e/ou mãos frias	1	Alteração do peso e/ou do apetite	1
6. Que alterações no sistema imunológico você percebe em seu corpo?			
Gripes e resfriados frequentes	1	Asma ou bronquite asmática	1
Problemas de pele (urticária, caspa, psoríase etc.)	1	Surgimento de infecções (herpes, infecção urinária etc.)	1
Alergias	1	Doenças autoimunes	1
7. Quando se trata de sintomas emocionais mais intensos, o que você apresenta?			
Falta de concentração e/ou dificuldade de aprendizado	1	Cansaço e fadiga	1
Crises de choro	1	Aumento no consumo de álcool e tabaco	1
Ruminação de ideias ruins	1	Medos exagerados e/ou vontade de sair do lugar	1
8. Em relação ao tempo de duração dos sintomas e a frequência com que eles aparecem, qual é a melhor alternativa?			
Surgiram há pouco tempo (menos de 4 semanas) e aparecem só esporadicamente.			5
Surgiram há pouco tempo (menos de 4 semanas) e aparecem quase o tempo todo.			10
Surgiram há mais tempo (mais de 4 semanas) e aparecem só esporadicamente.			15
Surgiram há mais tempo (mais de 4 semanas) e aparecem quase o tempo todo.			20

SOME OS PONTOS E VEJA QUAL É O NÍVEL DE SEU ESTRESSE

1. Nenhum ou leve, até 15 pontos	A pontuação não sugere ansiedade significativa ou estresse. Em geral, as pessoas com sinais nesse grau são um pouco mais preocupadas e mostram predomínio de um traço de ansiedade na personalidade, porém não necessitam de atenção especializada. Normalmente esse grau de pontuação não costuma interferir no desempenho global da pessoa.
2. Alerta, de 16 a 27 pontos	A presença da ansiedade é um sintoma evidente que deve causar alerta. Em geral, trata-se de uma resposta emocional mais intensa como reação a alguma vivência conflitante. As pessoas com características ansiosas geralmente reagem com mais intensidade a situações tensas e preocupantes. Os sintomas sugeridos por essa pontuação podem interferir no desempenho social e ocupacional.
3. Moderado, de 28 a 39 pontos	Presença de sinais de ansiedade significativa e/ou estresse em andamento. Os sintomas são vários, geralmente as queixas físicas não encontram respostas satisfatórias nos tratamentos e o desconforto está presente no dia a dia. Percebe-se que o quadro emocional, embora exista, nem sempre é proporcional à vivência que se acredita relacionada a ele. Nessa fase, além de sofrimento, há um importante comprometimento no desempenho social, ocupacional e familiar, motivos pelos quais se indica tratamento especializado.
4. Importante, 40 ou mais pontos	Com essa pontuação, o quadro de estresse está estabelecido e apresenta vários sintomas que limitam o cotidiano da pessoa, como crises de pânico, medo exagerado e fora de controle, momentos de choro, queixas físicas, entre outros, tornando-se difícil o desempenho satisfatório das funções e atividades rotineiras. Nesses casos, indica-se tratamento médico e psicológico.

Adaptado de: BALLONE, Geraldo José. Disponível em: <https://g1.globo.com/sp/campinas-regiao/noticia/teste-calcula-seu-nivel-de-estresse-e-confira-dicas-de-psiquiatra.html>. Acesso em: 21 jan. 2020.

A proposta de questionário desenvolvida pelo psiquiatra Geraldo José Ballone foi adaptada para fins didáticos e adequada à faixa etária dos estudantes do Ensino Médio.

RETOMADA

A autoavaliação é uma etapa fundamental nos estudos e para o desenvolvimento de um projeto de vida. Ela permite que você descubra o que está indo bem e o que é preciso aperfeiçoar.

- ▶ Agora que estamos finalizando este capítulo, reflita sobre suas atitudes e seu aproveitamento nas aulas e nas atividades com o roteiro a seguir. Registre as respostas no caderno. Depois, se considerar necessário, converse com o professor.

Para os critérios de avaliação, utilize a seguinte legenda: DT, desenvolvi totalmente; DP, desenvolvi parcialmente; DPD, desenvolvi parcialmente e com dificuldade; ND, não desenvolvi.

« Não escreva no livro »

AVALIAÇÃO: CAPÍTULO 5 - QUALIDADE DE VIDA				
SEÇÃO/AÇÃO	DT	DP	DPD	ND
Começo de conversa: refleti sobre a importância de adotar hábitos saudáveis; entendi a relação entre saúde, autocuidado e qualidade de vida.	///	///	///	///
Vivência 1: ampliei meu autoconhecimento e percebi a importância de ouvir o que o corpo nos comunica; relatei a prática corporal vivenciada à redução das ansiedades que comprometem a qualidade de vida.	///	///	///	///
Texto e contexto 1: analisei dados estatísticos e construí argumentos para discutir a temática apresentada; pesquisei fatores que compõem a qualidade de vida; refleti sobre minha qualidade de vida.	///	///	///	///
Vivência 2: experimentei uma técnica de relaxamento e expressei minhas sensações por meio de desenho; percebi a importância de pausar e relaxar para evitar situações de estresse.	///	///	///	///
Texto e contexto 2: analisei e utilizei dados estatísticos para argumentar sobre a importância das atividades físicas; entendi a importância de lutar por políticas públicas que favoreçam o acesso dos jovens à prática de atividades físicas.	///	///	///	///
Integrando saberes: refleti sobre problemas relacionados à qualidade de vida em minha comunidade; elaborei uma proposição de agenda de eventos de cultura e lazer para encaminhar às autoridades locais.	///	///	///	///
Vivência síntese: ampliei meu autoconhecimento e minha percepção de sintomas físicos e emocionais que podem sinalizar um comprometimento da qualidade de vida.	///	///	///	///

SÍNTESE DA AVALIAÇÃO	
O que considero mais significativo neste tema?	///
Que informações eu contaria para um colega sobre o tema?	///
Que outras informações eu gostaria de saber sobre o tema?	///
Sou sensível aos problemas e dificuldades dos colegas e de outras pessoas com quem convivo?	///

É importante que ao final do capítulo o estudante tenha desenvolvido a consciência de que a qualidade de vida se relaciona diretamente com a elaboração do projeto de vida.

PARA SABER MAIS

As obras indicadas a seguir podem ajudá-lo a conhecer melhor as questões relacionadas à qualidade de vida e a refletir sobre elas.

- ▶ O filme *Click*, dirigido por Frank Coraci, apresenta a trajetória de um arquiteto com excesso de trabalho que negligencia a família. Quando ele adquire um controle remoto universal, que lhe permite “avançar”, sem ter de viver o que considera partes desagradáveis ou sem graça do cotidiano, acaba por descobrir que aqueles momentos continham elementos essenciais de sua vida.

Everett Collection/Fotoarena/
Sony Pictures



- ▶ As autoras Judith Nemirowsky e Sonia Ribeiro organizaram o conteúdo desse livro, *Comportamento adolescente*, na forma de perguntas e respostas, com o objetivo de ajudar os jovens a refletir sobre temas do cotidiano, como relacionamento com os pais, colegas e professores, cidadania, autocuidado e escolha profissional.

Reprodução/Editora Matrix



Reprodução/Editora Sextante



- ▶ O esportista Gustavo Kuerten chegou a ser o número 1 do tênis no mundo, mas não sem dificuldades. Em sua autobiografia *Guga, um brasileiro*, ele conta detalhes da infância e adolescência, do início da carreira e de situações difíceis que enfrentou, como as lesões que sofreu durante os anos em que jogou.

Reprodução/Editora Sextante

- ▶ O livro do mestre zen-budista sul-coreano Haemin Sunim, *As coisas que você só vê quando desacelera*, é ilustrado com delicadeza e convida a pensar sobre relacionamentos, trabalho, aspirações e espiritualidade. Mostra que o modo como percebemos o mundo é reflexo do que se passa em nossa mente e que prestar atenção a isso pode transformar nossa maneira de ser e agir.



Reprodução/Editora Sextante

Reprodução/Editora Eteibra



- ▶ Nas crônicas que compõem *Te pego na saída*, Fabrício Carpinejar narra, de modo disperso, assim como a memória humana as registra, as lembranças dos melhores e piores momentos de sua infância e adolescência. No decorrer das narrativas, os acontecimentos cotidianos recuperam o colorido perdido com a chegada da vida adulta.

Reprodução/Editora Papirus

- ▶ No livro *Queria brincar de mudar meu destino*, Gilvã Mendes narra as dificuldades que enfrentou na infância e na adolescência por ser menino pobre da periferia de Salvador, afrodescendente e deficiente físico. Em decorrência da discriminação, só foi aceito tardiamente na escola, mas encontrou no estudo e na leitura, particularmente na poesia, oportunidade para superar seus problemas.



Reprodução/Editora Papirus

Neste capítulo, para abordar essas questões, vamos investigar as relações entre as mudanças na sociedade e o mundo do trabalho. Veremos que as profissões se transformam continuamente, de acordo com as demandas sociais e as técnicas disponíveis, de modo que atividades profissionais valorizadas hoje não existirão necessariamente no futuro. Tal fato exige dos jovens em formação um

CAPÍTULO 6 ► MUNDO DO TRABALHO

esforço analítico para compreender as necessidades apresentadas em cada tempo histórico. Esses conhecimentos poderão auxiliá-lo na construção de seu projeto de vida.

COMEÇO DE CONVERSA

Além de possibilitar o levantamento dos conhecimentos dos estudantes acerca da temática a ser trabalhada no capítulo, esta atividade introdutória permite explorar a visão, expressa por Brecht, de que a história é construída por todos, ou seja, todos são O que se espera de um jovem que está em formação e pretende iniciar sua vida profissional? Conhecimentos técnicos para o desempenho de funções específicas? Habilidades para trabalhar em equipe, empatia, criatividade?

- Faça a leitura dos textos a seguir. Anote no caderno suas impressões ou dúvidas para depois compartilhá-las com a turma. **atores sociais que fazem a história de seu tempo. Essa visão é coerente com a perspectiva da formação de um jovem protagonista de sua vida, preparado para atuar no mundo de forma crítica, ética e cidadã.**

O exercício da cidadania supõe um trabalhador consciente de seu lugar na história, que busque compreender o mundo para nele atuar. Assim, é um trabalhador que lê o mundo e faz perguntas. Ressalte o significado de leitura do mundo como questionamento da realidade em busca de seus sentidos.

Ao orientar a associação entre as informações visuais e textuais, utilize a imagem da construção do Congresso Nacional como motivação para um primeiro levantamento de hipóteses perguntando aos estudantes quem construiu Brasília. Desse ponto de partida, incentive-os a discutir as possíveis relações dos trabalhadores com a obra, com a cidade, com os governantes, proprietários das construtoras, gestores, etc. Isso dará concretude às questões expressas em tessitura poética por Brecht, podendo ainda evidenciar o caráter didático do trabalho desse autor.

Caso surjam questões relacionadas com as lutas sociais e dos trabalhadores, procure fazer mediações que contribuam para a compreensão de que as relações de trabalho se transformam ao longo da história sempre articuladas com as demandas sociais.

Perguntas de um trabalhador que lê

Quem construiu Tebas, a cidade das sete portas?

Nos livros estão nomes de reis.

Os reis carregaram as pedras?

E Babilônia, tantas vezes destruída,

Quem a reconstruía sempre?

Em que casas da dourada Lima viviam aqueles que a construíram?

No dia em que a Muralha da China ficou pronta,

Para onde foram os pedreiros?

A grande Roma está cheia de arcos do triunfo:

Quem os erigiu? Quem eram aqueles que foram vencidos pelos cézares?

Bizâncio, tão famosa, tinha somente palácios para seus moradores?

Na legadária Atlântida, quando o mar a engoliu, os afogados continuaram a dar ordens a seus escravos.

O jovem Alexandre conquistou a Índia.

Sozinho?

César ocupou a Gália.

Não estava com ele nem mesmo um cozinheiro?

Felipe da Espanha chorou quando sua armada naufragou. Foi o único a chorar?

Frederico 2º venceu a Guerra dos Sete Anos.

Quem partilhou da vitória?

A cada página uma vitória.

Quem preparava os banquetes?

A cada dez anos um grande homem.

Quem pagava as despesas?

Tantas histórias,

Tantas questões.

Resposta da questão da página 107:

6. Resposta pessoal. É possível que os estudantes apliquem a concepção de leitura apresentada no capítulo 3 e identifiquem o "trabalhador que lê", do título do poema, como aquele que questiona a realidade para compreender o mundo e nele atuar.

Resposta da questão da página 107:

7. Resposta pessoal. Ao promover o compartilhamento das respostas, verifique se ficou claro para a turma que diferentes contextos históricos são focalizados no desenvolvimento do poema, evidenciando que a história é feita por todos, e não por reis, chefes militares e outros "heróis" celebrados nos livros. Trazendo essa perspectiva para seu próprio contexto, os estudantes poderão refletir sobre as desigualdades que nele se observam e sobre o papel que podem desempenhar na construção de uma sociedade melhor para todos. A discussão do poema e das reflexões que suscita será também uma oportunidade para conversar sobre o caráter didático da obra de Brecht, autor engajado na luta por uma sociedade igualitária e livre de todo tipo de opressão.

BRECHT, Bertolt. Disponível em: <https://memoriasindical.com.br/cultura-e-reflexao/bertolt-brecht-e-os-80-anos-do-poema-%C2%93perguntas-de-um-trabalhador-que-le%C2%94/>. Acesso em: 18 jan. 2020.



Bertolt Brecht foi um dramaturgo e poeta alemão que viveu no período de 1898 a 1956. Seus textos tinham um caráter educativo e, como temáticas recorrentes, tratavam da realidade social e política, expressando inconformismo em relação a todas as formas de opressão. Brecht fez poesias e peças teatrais por meio das quais denunciava a crueldade das guerras e pregava a igualdade social.

1. As informações apresentadas dizem respeito ao mundo do trabalho e às relações que nele se estabelecem.
2. Espera-se que os estudantes observem que ambos os textos têm como foco o trabalho e apontam em uma mesma direção, ao colocar em evidência que todas as pessoas constroem a história, não apenas os governantes e detentores do poder.



Marcel Gautherot/Acervo do Instituto Moreira Salles

- 1 > Como as informações visual e textual apresentadas se relacionam com o tema do capítulo?
- 2 > Explique como a fotografia da construção de Brasília dialoga com o texto de Bertolt Brecht.
- 3 > Quem construiu Brasília, a capital do Brasil? Com base na leitura da imagem e em seus conhecimentos, como responderia a essa questão?
- 4 > “Quem construiu Tebas, a cidade das sete portas?”. Como essa pergunta é respondida no poema de Brecht?
- 5 > Qual é a crítica às relações de trabalho expressa nessa resposta?
- 6 > Em sua opinião, por que o poema recebeu o título “Perguntas de um trabalhador que lê”?
- 7 > Por meio de sua obra, Brecht procurava incentivar as pessoas a refletir criticamente sobre a sociedade. Que reflexões esse poema despertou em você? Converse com os colegas a esse respeito.

5. A crítica central é que as relações de trabalho estabelecem um fosso entre os que dominam e os que produzem, não cabendo a esses últimos a autoria dos feitos nem a propriedade ou fruição da obra.

Construção do prédio do Congresso Nacional em Brasília, 1958.

3. Por meio dessa questão, procura-se evidenciar os laços entre o discurso da foto e o do texto. Para a elaboração da resposta, além de mencionar Juscelino Kubitschek, o então presidente da República, e Oscar Niemeyer, arquiteto responsável pelo planejamento de muitos edifícios de Brasília, os estudantes deverão considerar as possíveis relações dos trabalhadores com a obra, com a cidade, com os governantes e com os proprietários das construtoras. Oriente-os nesse sentido, se necessário.

4. A resposta à pergunta que dá início ao poema aponta que os trabalhadores construíram Tebas, e não os reis.

VIVÊNCIA

Esta atividade permite explorar como ocorrem as distorções nos processos de comunicação. Espera-se que os estudantes observem, por meio da vivência proposta, que a comunicação pode ser distorcida em razão das percepções e sentimentos individuais, uma vez que cada pessoa, ao receber uma mensagem, vai interpretá-la de acordo com suas referências. Por isso, ao recontar a história que escutou, a ênfase é colocada naquilo que é mais importante para cada um, fato que gera distorções na mensagem original.

comunicação podem ser cultivados e aperfeiçoados. O professor deve estar atento para ajudar os estudantes a perceber que, em um ambiente profissional, há muitos interesses e expectativas em jogo, e isso pode gerar dificuldades de comunicação e, por

PROCESSO DE COMUNICAÇÃO

consequência, prejuízos na condução de tarefas, além de conflitos de relacionamento. Colocar-se no lugar do outro, ter atenção nos processos de

O que você escuta é o que o outro diz? Por meio da vivência proposta a seguir, você poderá observar as dificuldades envolvidas no processo de comunicação e refletir sobre o que pode ser feito para melhorar a transmissão e a recepção de informações, competências fundamentais para o convívio social e muito valorizadas no mundo do trabalho.

comunicação e concentração nos objetivos do trabalho ou da organização são formas de minimizar essas situações.

OBJETIVO

Perceber as distorções no processo de comunicação entre as pessoas e refletir sobre formas de melhorá-lo.

MATERIAL

- ▶ papel
- ▶ lápis
- ▶ borracha

No Manual do Professor, você encontra um texto com as características requeridas para esta vivência, "O padeiro", de Rubem Braga.

DESCRIÇÃO

Para iniciar a atividade, você e os colegas devem sentar-se em círculo. O professor pedirá a três pessoas que se voluntariem para desempenhar um papel específico na vivência. Os estudantes que se apresentarem serão orientados a se ausentar da sala até serem chamados de volta. Para os que permanecerem na sala, o professor vai ler uma narrativa, rica em detalhes, e solicitar a máxima atenção de todos.

Terminada a leitura, um dos voluntários deve voltar para a sala. O professor pedirá, então, a uma pessoa da classe que conte para o voluntário a história que acabou de ouvir. Em seguida, os demais voluntários devem voltar para a classe, um de cada vez, e ouvir a história de quem o antecedeu.

Após ouvir a história, o último voluntário será convidado a contá-la para o grupo inteiro. Por fim, o professor fará a leitura da história original, dessa vez para todos os estudantes.

PARA CONCLUIR

Refleta e anote:

1. O que você percebeu ao ouvir a mesma história sendo contada por pessoas diferentes?
 2. O que mais chamou sua atenção enquanto ouvia a narração das histórias?
- Compartilhe suas anotações com os colegas e discuta com eles a seguinte questão: O que pode contribuir para facilitar o processo de comunicação entre as pessoas?

Além dos aspectos arrolados, o professor pode discutir com a turma, com base no texto de Rubem Braga utilizado na vivência, a importância que a sociedade atribui a determinados tipos de trabalho, valorizando uns mais que outros, e como isso influencia a constituição da identidade dos indivíduos em uma sociedade organizada em torno do consumo.



The gossips (Os fofaqueiros) (1948), óleo sobre tela do pintor e ilustrador norte-americano Norman Rockwell (84 cm x 79 cm).

Você acredita que a fofoca contada pela primeira personagem do quadro chegou à última sem nenhuma modificação?

Você já observou, por meio de leituras, vivências e discussões desenvolvidas na classe, que as relações de trabalho e as profissões mudam no decorrer da história, de acordo com as necessidades da sociedade. Essas mudanças envolvem também o que se espera de um profissional em diferentes contextos, ou seja, as competências e habilidades que ele deve ter.

- ▶ Leia a reportagem a seguir para conhecer algumas das mudanças recentes no campo do trabalho em nossa sociedade e refletir sobre as competências mais requeridas dos jovens que estão iniciando a vida profissional.

Competências socioemocionais são o “pote de ouro” do novo mercado de trabalho

Sem experiência profissional, jovens são cada vez mais requisitados pelas *soft skills*, como resiliência, criatividade e propósito.

Se encontrar uma colocação no mercado não está fácil para quem tem experiência profissional, o desafio dos que acabam de completar o Ensino Médio ou um curso superior é ainda maior. No final de 2018, esses jovens de 18 a 24 anos representavam 32,5% dos 12,5 milhões de brasileiros desempregados, segundo dados do IBGE. Ao mesmo tempo, o mercado precisa da nova geração, composta pelos *millennials*, que já ocupam 50% dos cargos em empresas ao redor do mundo, de acordo com a *Millennial Survey*, pesquisa da Deloitte. Até 2020, estima-se que este número suba para 75%.

Mas onde está o gargalo, se os jovens querem emprego e as empresas querem contratá-los? Segundo especialistas, com a falta de experiência são outros os requisitos buscados no mercado – e não se fala mais em fluência em idiomas e domínio de programas. Para Lilene Ruy, supervisora de inclusão e processos especiais do Centro de Integração Empresa-Escola (CIEE), competências técnicas como conhecimento de *softwares*, escrita e línguas estrangeiras são importantes, mas o mercado também está de olho em gente que tem propósito. “Hoje as empresas levam a sério a escolha de ser feliz e para isso o jovem precisa se engajar.”

Saber se relacionar, ser colaborativo, ter postura, criatividade e energia na execução das tarefas são requisitos que entram nas novas avaliações e pesam tanto ou mais na balança do que a formação técnica. Batizadas de *soft skills*, estas competências socioemocionais são características do comportamento humano que a inteligência artificial não substitui.

É por isso que a estudante Karoline Mendes, de 18 anos, cumpre atividades comportamentais e culturais nas aulas do Proa, instituição sem fins lucrativos que há cerca de dez anos ajuda jovens de baixa renda de Ensino Médio ou Superior a ter acesso ao mercado de trabalho. “As vagas sempre buscam jovens com cursos e mais cursos e também experiência profissional, só que a maioria está entrando agora no mercado, é o primeiro emprego”, diz ela.

Para o diretor da entidade, Rodrigo Dib, a ideia é trabalhar o protagonismo do aluno, ensiná-lo a olhar para a frente. “Não é só inserir no mercado profissional, mas construir um projeto de vida que envolva formação, emprego, renda e a continuidade da educação.” No Proa, os alunos também têm aulas técnicas e, por três anos após o curso, ainda recebem acompanhamento da instituição para se manter no mercado em pé de igualdade com quem teve mais oportunidades.

CEO da Eureka, recrutadora especializada no primeiro emprego, Douglas Souza também vê uma crescente valorização das atividades praticadas fora da sala de aula. “Saber relacionar conteúdos de diferentes nichos é muito valioso”, diz. Para isso, vivências extracurriculares que desenvolvam habilidades comportamentais, como aulas de teatro e trabalho voluntário, são um bom começo.

Recém-formada em Psicologia pela Unesp, Isabella Longui, de 24 anos, foi voluntária em uma ONG e deu aulas de inglês em um cursinho popular de Bauru. A jovem também procurou participar de congressos em áreas de atuação variadas. “O mundo que agrega todos os profissionais é um só e é importante entender que estamos em interação com todos os temas e pessoas.”

1. Competências técnicas, tradicionalmente valorizadas, como o conhecimento de *softwares*, a escrita e o domínio de línguas são importantes, mas o mercado de trabalho tem valorizado ainda mais quem sabe se relacionar, é colaborativo, tem postura proativa, criatividade e energia. Além disso, é importante ter um propósito de vida e resiliência.

Felipe Calbucci, **country manager** do site de empregos Indeed no Brasil, avalia como uma das mais importantes a habilidade de aprender coisas novas de forma rápida e conseguir executá-las. Por outro lado, diz, o mercado também precisa se adaptar. O executivo acredita que estejamos vivendo um momento de inversão de papéis, em que a própria empresa busca cativar o candidato.

“Com a chegada das **startups**, o pessoal quer horários flexíveis e *home office*. São profissionais que trabalham por um propósito”, observa o executivo, segundo quem isso tem levado muitas companhias a encontrar formas de motivar os jovens e fazer com que desenvolvam resiliência – uma das *soft skills* mais raras e desejadas atualmente.

Ex-aluno do Proa, Matheus Nascimento, de 19 anos, estuda Direito na FMU e conseguiu uma vaga de estágio no departamento jurídico do banco J.P. Morgan. “Os módulos culturais e comportamentais me ajudaram a expandir horizontes”, conta. “Muitas vezes, a pessoa que completa o Ensino Médio na rede pública aceita um emprego mais operacional para ter renda e não aprende a enxergar além.”

Matheus também procurou se desenvolver por conta própria. Ciente de que o inglês faz diferença em sua área, passou a estudar em casa, com o auxílio de videoaulas e aplicativos de conversação.

ZANATTA, Bianca. *O Estado de S. Paulo*, 24 fev. 2019. Disponível em: <https://economia.estadao.com.br/blogs/radar-do-emprego/competencias-socioemocionais-sao-o-pote-de-ouro-do-novo-mercado-de-trabalho/>. Acesso em: 18 jan. 2020.

Country manager

Profissional responsável pela direção dos negócios de uma multinacional em um país.

Startup

Empresa idealizada para alcançar um crescimento rápido por meio da inovação, com custos de manutenção muito baixos.

2. Nessa explicação, dois aspectos se destacam. Por um lado, muitas profissões existentes hoje, e que requerem competências técnicas, serão substituídas pela inteligência artificial. Por outro, há trabalhos que requerem competências socioemocionais, e essas são características dos seres humanos que a inteligência artificial não pode substituir.

REFLETIR E ARGUMENTAR

1. De acordo com a reportagem, quais são as competências que o mercado busca nos jovens atualmente?
2. Por que razão as competências socioemocionais são mais valorizadas pelo mercado de trabalho atual em detrimento das competências técnicas?
3. A reportagem informa que os processos seletivos buscam jovens com boa formação e experiência profissional, algo difícil para quem procura um primeiro emprego. Como você imagina ser possível que um estudante adquira experiências profissionais antes de conseguir seu primeiro emprego formal?
4. A reportagem cita o exemplo de pessoas que, na busca pelo primeiro emprego, recorreram ao apoio de instituições sem fins lucrativos envolvidas com a formação e colocação de jovens no mercado de trabalho. Em sua cidade existem instituições dessa natureza? Em caso positivo, descreva o nome das instituições e que serviços elas oferecem para contribuir com a inserção no mercado de trabalho.
Resposta pessoal.
5. Que competências valorizadas pelo mercado de trabalho citadas na reportagem você tem? *Resposta pessoal.*
6. Entre as competências citadas na reportagem como valorizadas pelo mercado de trabalho, há alguma que você não tem, mas gostaria de desenvolver? Qual? Como você acha que pode desenvolvê-la? Caso se sinta confortável, compartilhe sua resposta com os colegas. *Resposta pessoal.*

CONHEÇA TAMBÉM

No documentário *Com a palavra, Arnaldo Antunes*, realizado por Marcelo Machado, em 2018, o artista multimídia mostra como o trabalho, a criação e os afetos se entrelaçam em sua vida. Ele sintetiza sua visão com essas palavras: “Sempre acreditei que qualquer pessoa pode ser um artista em seu ofício, talvez porque a natureza da arte venha menos do ‘o que’ se faz e mais do ‘como’ se faz algo. A lavadeira ensaboando as roupas no tanque, o guarda de trânsito acenando para os carros, a secretária batucando no teclado do computador — todos podem exercer suas atividades com a mesma intensidade que caracteriza o que chamamos de arte, apenas pela maneira de se entregarem a elas”.



3. *Resposta pessoal.* É esperado que os estudantes respondam ser possível adquirir experiência em projetos ou trabalhos voluntários, o que demonstra ao futuro empregador o desenvolvimento de competências como proatividade, iniciativa, engajamento, entre outras.

VIVÊNCIA

Esta atividade constitui uma oportunidade para trabalhar o relacionamento entre os integrantes do grupo e mobilizar as competências **Trabalho e projeto de vida, Autoconhecimento e autocuidado e Empatia e cooperação**. Ela só poderá ser concluída se os integrantes das duplas ou trios perceberem que devem se unir sobre cada folha dupla de jornal e, passo a passo, alternando as folhas no deslocamento, alcançar o outro lado da sala. Se dois ou mais grupos concluírem a travessia da sala ao mesmo tempo, a certificação da consecução da tarefa deverá ser dividida entre eles. Caso os estudantes não percebam a lógica da atividade, o professor deve estar preparado para interrompê-la e demonstrar o que deveria ser feito para sua conclusão. Retome os objetivos da vivência, ressaltando que o trabalho colaborativo contribui para o alcance dos resultados desejados com maior facilidade e rapidez.

TRABALHO E COLABORAÇÃO

Atuar de modo colaborativo é um requisito importante em várias esferas de nossas relações sociais, da família à comunidade, passando pelo mundo do trabalho. Por meio da vivência proposta a seguir, você poderá perceber quanto a colaboração facilita ou mesmo condiciona o alcance dos resultados pretendidos na execução de uma tarefa.

OBJETIVO

Perceber que a colaboração facilita o alcance de metas e refletir sobre o próprio comportamento no que diz respeito à colaboração.

MATERIAL

- ▶ folhas duplas de jornal
- ▶ objeto que simbolize a meta a alcançar (caixa de lápis, caneta, clipe, adesivo ou o que considerar apropriado)

DESCRIÇÃO

Realize a vivência em duplas ou trios. Com os colegas, posicione uma folha dupla de jornal, aberta, em uma das extremidades da sala e coloque sobre ela o objeto que simboliza a meta a ser alcançada. Na outra extremidade da sala, estarão posicionados os grupos de estudantes. Cada integrante da dupla ou do trio vai receber uma folha dupla de jornal, que deve estender aberta no chão, posicionando-se sobre ela. O objetivo da atividade é atravessar a sala para alcançar a meta sem colocar os pés fora dos limites da folha de jornal. Todos os integrantes do grupo devem concluir a tarefa. O grupo que descumprir essas regras será eliminado da atividade. A dupla ou trio que chegar primeiro ao outro lado da sala ganhará uma certificação por ter alcançado a meta.

PARA CONCLUIR

Encerrada a atividade, discuta com seu parceiro de dupla ou colegas de trio as questões a seguir e anote as respostas:

1. O que sentiram durante a realização da atividade?
2. O que facilitou a execução da tarefa? E o que dificultou?
3. Como cada integrante do grupo se comportou para executar a tarefa?
4. Compartilhe as anotações de seu grupo com toda a turma.



Andrey Pavlov/Shutterstock

TEXTO E CONTEXTO

Vimos que o mundo do trabalho é afetado por mudanças contínuas, como reflexo das sociedades, que também mudam no decorrer do tempo, apresentando possibilidades e necessidades distintas nos diferentes contextos históricos. Entre os fatores capazes de causar mudanças no mundo do trabalho está o aumento de desastres ambientais relacionados a alterações climáticas e à ação humana.

- ▶ Leia o texto a seguir e depois participe de uma discussão sobre o assunto. Com mais conhecimentos, você poderá fundamentar melhor seus argumentos.

Brumadinho, óleo no Nordeste: cresce busca por “profissões do fim do mundo”



Pedro Vieira/Getty Images

Trabalho de resgate em área de deslizamento de terra em Brumadinho, Minas Gerais, em 2019.

Aumento do nível do mar, mais épocas de seca e chuvas muito concentradas, furacões e tempestades mais frequentes e intensas. As consequências das mudanças climáticas já estão acontecendo e devem se intensificar nos próximos anos, especialmente se medidas para reduzir drasticamente as emissões de gases de efeito estufa não forem tomadas. Assim, cresce também o mercado de trabalho para os profissionais que lidam com desastres ambientais.

De geólogos a psicólogos, não faltam carreiras possíveis para quem tem interesse em trabalhar com a prevenção, gerenciamento e recuperação do meio ambiente. “Embora essas situações culminem em quantidades surpreendentes de danos e perda de vidas, surge também uma nova urgência para salvar vidas em futuros desastres, com habilidades especializadas para atuar nessas situações”, diz a coordenadora de carreiras da Pontifícia Universidade Católica do Paraná (PUC-PR), Isabela Albuquerque.

“A demanda por profissionais qualificados, com formação e especialização em áreas correlatas, incluindo gestão de emergências, socorro e desastres, segurança nacional e segurança pública, promete crescer nos próximos anos”, afirma Isabela. E mesmo atualmente essa demanda não é pequena.

Buscas rápidas por “ambiental” ou “sustentabilidade” no site de recrutamento Glassdoor, por exemplo, mostram que existem mais de 1.200 vagas abertas hoje no país. “Conforme as mudanças climáticas e sociais forem ocorrendo, é esperado que mais empresas precisem adotar novas práticas e busquem profissionais focados no meio ambiente e na sustentabilidade”, afirma Luciana Caletti, vice-presidente do Glassdoor na América Latina.

Multiplicidade de carreiras

O leque é amplo quando se fala em profissões relacionadas a prevenir e buscar soluções para desastres ambientais. O Centro de Apoio Científico em Desastres (Cenacid), da Universidade Federal do Paraná (UFPR), por exemplo, que atua em situações de emergência em todo o mundo, conta com uma rede de dezenas de cientistas que inclui engenheiros, biólogos, sociólogos, pedagogos e muitos outros.

“Praticamente todas as carreiras podem contribuir para a prevenção e redução das consequências dos desastres ambientais. Dependendo do tipo de desastre, algumas carreiras vão ser mais ativas. Em um desastre com óleo na região, por exemplo, geólogos, oceanógrafos e biólogos vão ser bastante importantes para avaliar as consequências ambientais, assim como profissionais da saúde para avaliação dos riscos”, explica o diretor do Cenacid e membro da equipe para coordenação e avaliação de desastres da Organização das Nações Unidas (ONU), Renato Eugênio de Lima.

Segundo o professor, as carreiras mais comumente ativas nessas situações são as que se ocupam do meio físico, estudando seus fenômenos, e as que tratam das ciências da vida, que lidam com aqueles que são impactados pelos desastres. “Na prevenção e na resposta a desastres, a grande maioria das situações exige uma abordagem multi e interdisciplinar”, diz ele.

A presidente da consultoria socioambiental Synergia, que realiza ações de compensação, mitigação e minimização de impactos de empreendimentos, Maria Albuquerque, concorda e destaca que diferentes profissionais serão necessários em diferentes momentos de desastres. “Pensando no atendimento aos atingidos, o assistente social é fundamental no acolhimento e atendimento imediato aos atingidos. E do ponto de vista da reparação ambiental, engenheiros ambientais, geólogos, biólogos e geógrafos têm a visão territorial essencial nesse momento.”

Além da formação técnica, outras habilidades são grandes aliadas de quem quer trabalhar com o gerenciamento de desastres: comunicação, empatia, dedicação, trabalhar bem em equipe e, obviamente, lidar bem com situações de crise. “A formação profissional e o ensino superior são muito importantes, mas não apenas eles”, destaca Olga Strietska-Ilina, membro do departamento de políticas de emprego da Organização Internacional do Trabalho (OIT).

Ela aponta que é preciso que haja investimentos governamentais para o aprimoramento e aperfeiçoamento de habilidades que são portáteis entre empregos. Essas ações já acontecem, explica a especialista, mas apenas de forma isolada. “O problema é que isso não é feito de forma sistemática o suficiente, não entra em discussão em ministérios e não se transforma em políticas públicas. Para atender ao volume da demanda, as ações precisam ser mais coordenadas e integradas”, diz ela.

“No futuro, pode haver a criação de muitos empregos de habilidades intermediárias. É preciso pensar não apenas em termos de habilidades técnicas, mas também em habilidades sociais aplicadas”, afirma Strietska-Ilina.

O relatório “Habilidades para um futuro mais verde”, divulgado neste ano pela OIT, garante que caso seja dada a resposta global necessária para diminuir as emissões de carbono, a transição para uma economia ambientalmente sustentável causará mudanças no mundo do trabalho. Estimativas do órgão apontam que 2% dos empregos em todo o mundo correriam risco com a transição para cenários de sustentabilidade energética ou de **economia circular**. No entanto, sendo fornecido o treinamento necessário, a estimativa para criação de novos empregos ultrapassa 100 milhões de vagas.

MAES, Jessica. UOL, 28 nov. 2019. Disponível em: <https://educacao.uol.com.br/noticias/2019/11/28/as-profissoes-do-fim-do-mundo.htm>. Acesso em: 22 jan. 2020.

1. De acordo com o texto, as mudanças climáticas têm gerado mudanças no mundo do trabalho em razão dos desastres ambientais que acarretam. Entre essas mudanças, a reportagem focaliza o aumento da procura por profissionais que atuam na prevenção e na reparação dos efeitos desses desastres.

2. Há procura por especialistas em fenômenos do meio físico, como engenheiros ambientais e geólogos, por estudiosos dos seres vivos, como biólogos, e por pessoas capacitadas para o atendimento às vítimas, como assistentes sociais.

Economia circular

Modelo econômico em que os sistemas de produção e consumo são articulados de modo a gerar um processo contínuo de reabsorção e reciclagem dos recursos, tal como ocorre nos ecossistemas naturais.

REFLETIR E ARGUMENTAR

1. De acordo com o texto, de que modo as mudanças climáticas têm afetado o mundo do trabalho?
2. Quais são os profissionais mais procurados para atuar na prevenção e na reparação dos danos causados por desastres ambientais?
3. Quais são as competências e habilidades mais valorizadas nesse campo de atuação?
4. Reúna-se a dois ou três colegas e pesquise quais são as profissões indicadas como promissoras para o século XXI, em diferentes áreas de atuação. **Resposta pessoal.**
5. Com alguns colegas, elabore um cartaz sobre as profissões do século XXI e exponha para a classe os achados do levantamento feito pelo grupo. **Resposta pessoal.**
6. Reflita e compartilhe com a turma: Você se identifica com alguma das profissões pesquisadas? Justifique.

6. Durante o compartilhamento, pode ser proveitoso incentivar a turma a recuperar informações da reportagem lida anteriormente, sobre as competências socioemocionais, e associar essas competências às profissões que pesquisaram e estão em discussão.

A atividade tem por objetivo retomar os conhecimentos que os estudantes adquiriram sobre o mundo do trabalho e associá-los a informações sobre os principais direitos e deveres de empregadores e trabalhadores, preparando-os para sua inserção no mundo do trabalho. Para isso, são mobilizadas competências e habilidades relacionadas à pesquisa e análise de dados, ao trabalho colaborativo e à comunicação.

INTEGRANDO SABERES

O professor pode aproveitar a oportunidade para discutir a função das leis em uma sociedade e, mais especificamente, no caso de uma legislação trabalhista, como ela se relaciona com o mercado de trabalho, com momentos de crise econômica e desemprego. A discussão pode ser encaminhada na perspectiva da análise histórica e social.

Neste capítulo, investigamos as competências valorizadas pelo mercado de trabalho, ou seja, aquelas relacionadas a comportamentos tipicamente humanos e que não podem ser substituídos pela inteligência artificial. Vimos que transformações nas sociedades acabam por acarretar transformações nas profissões, uma vez que elas se relacionam com as demandas sociais.

Assim como ocorre com as profissões, as legislações também se transformam em função de demandas sociais. Recentemente, no Brasil, a Consolidação das Leis do Trabalho (CLT), legislação que regula os direitos e deveres de trabalhadores e empregadores, passou por uma série de alterações.

Agora é sua vez de integrar os conhecimentos que adquiriu e de mobilizar as competências e habilidades que desenvolveu, como as de levantar e analisar dados, trabalhar em grupo colaborativamente e se comunicar com clareza.

- ▶ Construa um quadro no caderno para descrever cada um dos principais direitos dos trabalhadores indicados a seguir. Depois, faça uma pesquisa para preenchê-lo com a descrição correta. Procure ilustrar sua descrição com imagens. Em seguida, selecione um dos direitos pesquisados para apresentar à turma em forma de seminário.

Caso, durante a pesquisa, os estudantes encontrem outros direitos trabalhistas, além dos arrolados nestas páginas, oriente-os a acrescentá-los ao quadro.

Se houver interesse em informações sobre a emissão da Carteira de Trabalho e Previdência Social, proponha uma consulta à internet. Disponível em: <https://www.gov.br/pt-br/temas/carteira-de-trabalho-digital>. Acesso em: 28 jan. 2020.

DIREITOS TRABALHISTAS

◀ Não escreva no livro ▶

Almieva Raikhan/
Shutterstock



REGISTRO EM CARTEIRA DE TRABALHO

Obrigatório em qualquer relação trabalhista.

Almieva Raikhan/
Shutterstock



DÉCIMO TERCEIRO SALÁRIO

Deve ser pago todo fim de ano ou em época combinada em convenção coletiva. Em caso de demissão, deve ser pago na proporção dos meses trabalhados.

Almieva Raikhan/
Shutterstock



Após um ano de trabalho. As férias podem ser parceladas em até três períodos sendo o primeiro de no mínimo catorze dias e os demais de no mínimo cinco dias.

FÉRIAS REMUNERADAS



GoodStudio/Shutterstock

Almeiva Raikhan/
Shutterstock



DESCANSO SEMANAL REMUNERADO

O dia de folga deve ser, preferencialmente, aos domingos.

Banco de imagens/
Arquivo da editora



ABONO SALARIAL

É um benefício de salário mínimo pago anualmente para quem tem uma renda mensal de até dois salários mínimos.

Almeiva Raikhan/
Shutterstock



O valor da hora extra deve ser, no mínimo, 50% maior do que a hora normal.

HORAS EXTRAS

Parcial: duração de até trinta horas semanais, sem possibilidade de horas extras, ou de 26 horas semanais ou menos, com até seis horas extras, pagas com acréscimo de 50%. Integral: jornada diária poderá ser de doze horas com 36 horas de descanso, respeitando o limite de 44 horas semanais (ou 48 horas, com as horas extras) e 220 horas mensais. Intermitente: o trabalhador

JORNADA DE TRABALHO

poderá ser contratado por horas ou dias, tendo direito a férias, FGTS, previdência e décimo terceiro salário proporcional. Para tanto, deverá ser convocado com, no mínimo, três dias corridos de antecedência. No período de inatividade, pode prestar serviços a outros contratantes.

Almeiva Raikhan/
Shutterstock



LICENÇA-MATERNIDADE

Duração mínima de 120 dias.

Almeiva Raikhan/
Shutterstock



A remuneração deve ser 20% maior para pessoas que trabalham entre as 22 horas de um dia e as 5 horas do dia seguinte.

ADICIONAL NOTURNO

Banco de imagens/
Arquivo da editora

Filatcon/freepikcompany



FUNDO DE GARANTIA POR TEMPO DE SERVIÇO (FGTS)

Pago ao trabalhador demitido sem justa causa. O valor do FGTS corresponde a aproximadamente um salário por ano.

Almeiva Raikhan/
Shutterstock



Pode ser indenizado ou trabalhado. Em caso de demissão, o empregador deve avisar o trabalhador com trinta dias de antecedência ou pagar o salário referente a esses trinta dias sem que o empregado precise trabalhar.

AVISO PRÉVIO

Almeiva Raikhan/
Shutterstock



A empresa deve fornecer vale-transporte para que o trabalhador se desloque de sua residência até o local de trabalho. É previsto o desconto de 6% do salário do trabalhador.

VALE-TRANSPORTE

alistamento militar, em todas as ocasiões em que o trabalhador precise comparecer ao órgão do serviço militar, ele pode apresentar comprovante e ter suas faltas justificadas; alistamento como eleitor, para que o funcionário possa fazer o registro necessário para estar apto a votar, pode faltar até dois dias (consecutivos ou não); vestibular, nas ocasiões em que o colaborador esteja comprovadamente prestando o exame para ingresso no Ensino Superior, pode solicitar que sua falta seja justificada (Lei n. 9.471, de 1997).

Almeiva Raikhan/
Shutterstock



Falecimento de cônjuge, ascendente, descendente, irmão ou dependente econômico, até dois dias; casamento, até três dias; paternidade, até cinco dias; doação de sangue, um dia por ano; exames pré-natais, no caso de exames da companheira e esposa grávida, o parceiro pode solicitar justificar até dois dias de falta; consultas médicas de filhos menores de 6 anos, até um dia por ano;

FALTAS JUSTIFICADAS

Filatcon/freepikcompany



SEGURO-DESEMPREGO

Pago ao trabalhador demitido sem justa causa.

Almeiva Raikhan/
Shutterstock



Pagamento do piso ou salário mínimo é obrigatório na remuneração por produção. Trabalhadores e empresas podem negociar todas as formas de remuneração, que não precisam integrar o salário.

REMUNERAÇÃO



GoodStudio/Shutterstock

VIVÊNCIA SÍNTESE

O professor deve estar preparado para mostrar aos estudantes que a atividade só será bem-sucedida se todos trabalharem juntos, em sintonia e cooperação. Nesse caso, o sucesso representa o resultado de um esforço conjunto para alcançar uma meta coletiva.

Outras atividades humanas podem ser abordadas para exemplificar a necessidade do trabalho conjunto e evidenciar que, como seres sociais, precisamos uns dos outros para sobreviver, suprir nossas necessidades coletivas e realizar nossos objetivos. A discussão pode ser conduzida no sentido de refletir sobre os benefícios e os desafios da convivência com outras pessoas

nos diversos espaços sociais dos quais participam. Nesse sentido, vale prestar atenção em práticas que respeitem e valorizem a diversidade. Nesta atividade serão mobilizadas as competências **Comunicação, Trabalho e projeto de vida, Autoconhecimento e autocuidado e Empatia e cooperação.**

JUNTOS SOMOS MELHORES

Neste capítulo, vimos, por meio das leituras, reflexões, debates e vivências, que somos seres sociais e dependemos uns dos outros em todas as esferas da vida. Podemos dizer, assim, que a sociedade é uma rede tecida por relações de interdependência. Perceber sua posição nessa rede significa tomar consciência de que, assim como você depende do outro, o outro depende de você.

Na atividade sugerida a seguir, você poderá experimentar essa noção de uma maneira bem concreta.

OBJETIVO

Perceber a importância da colaboração para o cumprimento bem-sucedido de uma tarefa e desenvolver habilidades para o trabalho em grupo.

MATERIAL

- ▶ bexigas

DESCRIÇÃO

A atividade será realizada com toda a turma em círculo no centro da classe. Cada participante receberá do professor uma bexiga e deve jogá-la para cima repetidas vezes, sem deixá-la cair no chão.

Depois de algum tempo, o professor passará a retirar, aos poucos, alguns estudantes da brincadeira. Os que permanecerem devem continuar brincando com as bexigas que sobrarem.

A meta comum da classe é chegar ao final da atividade sem que bexiga alguma tenha encostado no chão, independentemente do número de integrantes da classe que levem a brincadeira até o fim. Quando restarem apenas três ou quatro participantes, encerra-se a atividade e todos os estudantes voltam para o círculo.

Abre-se, então, espaço para a discussão coletiva sobre a vivência. Reflita e discuta com os colegas:

1. O que sentiu ao realizar a atividade?
2. Como foi trabalhar em equipe?
3. O que foi mais fácil? E o que foi mais difícil?
4. Considera ser possível realizar seus objetivos sem contar com outras pessoas? Por quê?
5. O que podemos fazer para conviver melhor uns com os outros nos diversos espaços sociais aos quais estamos ligados?

PARA CONCLUIR

Construa com os colegas um cartaz que expresse as considerações coletivas e deixe-o exposto na sala. Ilustre o cartaz com desenhos ou colagens.





RETOMADA

A autoavaliação é uma etapa fundamental nos estudos e para o desenvolvimento de um projeto de vida. Ela permite que você descubra o que está indo bem e o que é preciso aperfeiçoar.

- ▶ Agora que terminamos este capítulo, reflita sobre suas atitudes e seu aproveitamento nas aulas e nas atividades com o roteiro de autoavaliação a seguir. Registre as respostas no caderno. Ao fim, se considerar necessário, converse com o professor.

Para os critérios de avaliação, utilize a seguinte legenda: DT, desenvolvi totalmente; DP, desenvolvi parcialmente; DPD, desenvolvi parcialmente e com dificuldade. ND, não desenvolvi.

« Não escreva no livro »

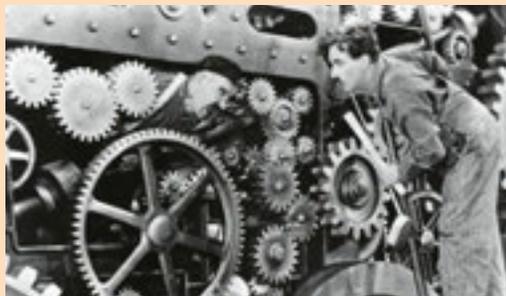
AVALIAÇÃO: CAPÍTULO 6 - MUNDO DO TRABALHO				
SEÇÃO/AÇÃO	DT	DP	DPD	ND
Começo de conversa: refleti sobre as relações entre as mudanças sociais e as mudanças no mundo do trabalho; entendi que todos os indivíduos têm um papel na construção da história.	///	///	///	///
Vivência 1: percebi as dificuldades no processo de comunicação e refleti sobre as maneiras de evitá-las.	///	///	///	///
Texto e contexto 1: entendi as razões das mudanças recentes no mundo do trabalho; analisei dados e utilizei-os para construir argumentos no debate desse tema.	///	///	///	///
Vivência 2: percebi que a colaboração facilita a execução de tarefas; refleti sobre meu comportamento no trabalho colaborativo.	///	///	///	///
Texto e contexto 2: analisei informações sobre mudanças recentes no campo das profissões; entendi que o mundo do trabalho muda de acordo com as demandas sociais.	///	///	///	///
Integrando saberes: entendi que a legislação do trabalho também muda de acordo com as demandas sociais; pesquisei os direitos do trabalhador e apresentei os resultados em seminário.	///	///	///	///
Vivência síntese: entendi o que são relações de interdependência; percebi que desempenhamos melhor as atividades quando atuamos em colaboração.	///	///	///	///

SÍNTESE DA AVALIAÇÃO	
O que considero mais significativo neste tema?	///
Que informações eu contaria para um colega sobre o tema?	///
Que outras informações eu gostaria de saber sobre o tema?	///
Sou sensível aos problemas e dificuldades dos colegas e de outras pessoas com quem convivo?	///

PARA SABER MAIS

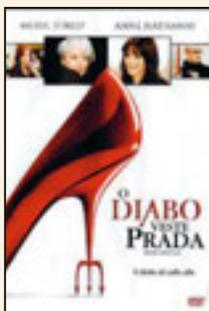
Os filmes, músicas e livros indicados a seguir podem ajudá-lo a ampliar seus conhecimentos e a aprofundar suas reflexões sobre o mundo do trabalho.

- ▶ *Tempos modernos* retrata a vida de trabalhadores que, com a revolução industrial, viveram a passagem do trabalho artesanal para a produção em série. Encenado por Charles Chaplin, o filme é uma clássica análise do mundo do trabalho no regime capitalista.



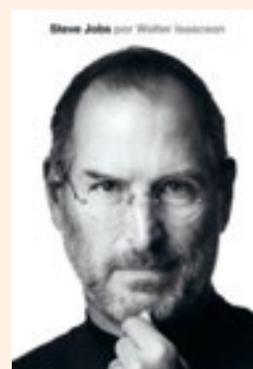
Bettmann Archive/Getty Images

- ▶ A personagem central do filme *O diabo veste Prada* é uma jornalista recém-formada que consegue emprego como assistente da editora de uma importante revista de moda de Nova York. Em seu ambiente de trabalho, ela precisa desenvolver jogo de cintura para lidar, sem perder o profissionalismo, com o comportamento impiedoso da chefe, além de aprender a conciliar as exigências da vida pessoal com as do mundo corporativo. O filme constitui interessante oportunidade para perceber que ter foco, ser determinado e resiliente são características importantes no mundo do trabalho.



Reprodução/Fox Film

- ▶ Para escrever *Steve Jobs*, a biografia do empreendedor que revolucionou a computação pessoal, o autor Walter Isaacson baseou-se em mais de quarenta entrevistas feitas com Jobs, familiares, amigos, adversários e concorrentes. No livro é possível perceber as competências mobilizadas por Jobs em seu percurso e acompanhar o histórico da criação de uma das maiores empresas de tecnologia do mundo.



Reprodução/Companhia das Letras

- ▶ Em seu livro *Transformando suor em ouro*, o jogador e técnico de vôlei Bernardinho relata sua trajetória profissional. A leitura fácil e dinâmica permite identificar valores presentes em seu bem-sucedido percurso, como o trabalho em equipe, o respeito, a motivação, a disciplina e a obstinação.



Reprodução/Editora Sextante



Giuliano Gomes/Agência Estado

- ▶ Na letra da canção “Supertrabalhador”, o compositor Gabriel, o Pensador, expressa sua crítica às relações de trabalho na sociedade capitalista, mencionando as mais diversas profissões para exemplificar que quem produz não usufrui dos resultados de seu trabalho.

Analisar e resolver problemas da realidade de forma proativa é uma competência que deve ser desenvolvida ao longo do processo formativo dos estudantes. Ela é muito valorizada no mundo do trabalho quando articulada a comunicação, empatia e capacidade para atuar colaborativamente. Por meio da atividade proposta, espera-se oferecer aos jovens a oportunidade de desenvolver essas competências. O professor precisa estar atento, no entanto, às escolhas feitas pelos estudantes, para assegurar que as proposições de atuação sejam compatíveis com seu nível de maturidade e desenvolvimento.

VIVÊNCIA DE TRANSIÇÃO 2-3

AÇÃO VOLUNTÁRIA

Ao colocar o estudante na condição de protagonista, o professor deve estar preparado para mediar discussões a respeito da importância dessa postura na construção de seus projetos de vida individuais.

No exercício da cidadania, a percepção de si mesmo e do outro conduz ao reconhecimento de problemas comuns e à busca coletiva das possíveis soluções. Esse exercício pode ser vivenciado por meio de ações voluntárias, como se propõe na atividade a seguir. Essa experiência será importante na construção do seu projeto de vida.

OBJETIVO

Perceber os problemas existentes no contexto social do qual faz parte; propor soluções para os problemas identificados; vivenciar a solidariedade e a empatia; e engajar-se em um projeto social, atuando colaborativamente em prol de um objetivo comum.

MATERIAL

- ▶ folhas de papel
- ▶ lápis

DESCRIÇÃO

Escolha da demanda

Em grupo de três ou quatro pessoas, faça uma pesquisa para identificar as demandas sociais existentes nos arredores da escola. O grupo deve analisar, entre as demandas, qual poderia ser atendida por sua atuação. Veja, a seguir, alguns exemplos possíveis:

1. Arrecadação de alimentos ou produtos de higiene para alguma instituição.
2. Arrecadação de brinquedos para crianças carentes.
3. Revitalização de praça, quadra ou espaço público próximo à escola.
4. Conscientização da vizinhança sobre coleta seletiva de lixo.
5. Campanha de prevenção à dengue ou a outra doença epidêmica.

Uma vez escolhida a demanda, o grupo deve apresentá-la aos demais colegas da classe.

A turma, então, vai analisar coletivamente todas as propostas dos vários grupos e escolher aquela que considerar não apenas a mais importante, mas também a mais possível de ser atendida.

Execução do plano de ação

Nessa fase, as ações da etapa de planejamento são colocadas em prática. Em alguns momentos da execução, o plano pode ser revisto e alguma ação alterada para a obtenção de melhores resultados. Lembre-se de que o plano não deve ser impositivo, mas um guia para organizar as ações.

Avaliação das ações empreendidas

Com a turma toda, discuta como se desenvolveu a atuação planejada e quais foram seus efeitos. A avaliação deve considerar todos os envolvidos: estudantes, escola e comunidade.

Henrique Nishimura/Shutterstock

Voluntários trabalham em local de bioconstrução em Planalto, Rio Grande do Sul, em 2018.



Planejamento da ação

Identificada a demanda, a turma vai decidir o que será feito para atendê-la. Para isso, vai elaborar um plano descritivo das ações, que deve conter os itens a seguir.

1. As atividades que serão desenvolvidas.
 2. Como serão desenvolvidas essas atividades e com que recursos.
 3. Os locais em que vai ocorrer cada ação.
 4. As pessoas envolvidas em cada uma delas.
 5. Os prazos para as etapas de execução e o prazo final.
 6. A forma de documentação e registro das ações.
 7. A divulgação das ações e as autorizações necessárias para essa divulgação.
- Cada estudante deve fazer o próprio registro do plano de ação no caderno. Sugere-se que esse registro seja feito em forma de quadro a fim de facilitar a visualização.

PARA CONCLUIR

Por fim, organize com a turma uma apresentação das ações empreendidas e de seus resultados, na forma de um seminário. Convide toda a comunidade escolar para o evento e, se possível, familiares e moradores do entorno da escola para participar da apresentação.

» AVALIAÇÃO ATITUDINAL «

Para encerrar o módulo 2, reflita sobre suas atitudes durante as aulas e as atividades. Para os critérios de avaliação, utilize a seguinte legenda: S, sempre; AV, às vezes; R, raramente; N, nunca.

« Não escreva no livro »

ATITUDE	S	AV	R	N
Faço perguntas durante a aula, apresento sugestões para a solução de problemas e contribuo para a aprendizagem dos colegas.	///	///	///	///
Entrego os trabalhos nas datas previstas.	///	///	///	///
Respeito as opiniões do professor, dos colegas e de outras pessoas envolvidas no processo de ensino e aprendizagem.	///	///	///	///
Participo das atividades, ajudo a seguir as regras propostas e sugiro novas possibilidades quando necessário.	///	///	///	///
Colaboro com os colegas e estou atento a seus problemas e dificuldades.	///	///	///	///
Colaboro com o professor.	///	///	///	///
Exponho minhas opiniões com clareza.	///	///	///	///
Sou organizado e faço as atividades com dedicação e atenção.	///	///	///	///
Respeito os momentos em que o grupo precisa de silêncio.	///	///	///	///
Mantenho meu material organizado e completo.	///	///	///	///
Todas as minhas posturas colaboram para o bom andamento das aulas e das atividades propostas.	///	///	///	///

Ao introduzir o módulo aos estudantes, não deixe de reforçar o título escolhido: “Nós”. Embora este seja um módulo em que a prática do planejamento aparece de maneira mais marcada, isso não significa abrir mão de uma reflexão mais refinada, partindo do que se discutiu nos módulos anteriores. O que se propõe aqui, portanto, é que dimensões como escolha profissional e planejamento da trajetória de vida pessoal sejam consideradas não apenas num plano individual, isolado ou em contraposição ao “outro”, mas inseridas no contexto social e levando em conta as relações com os demais.

Para tanto, o módulo 3 trabalha principalmente com as competências gerais **Conhecimento, Trabalho e projeto de vida, Argumentação e Autonomia e cidadania**, embora as demais também sejam mobilizadas, em menor grau. Trata-se, portanto, de usar a análise e a reflexão sobre a realidade para voltar-se à ação bem orientada no plano pessoal e no da vida coletiva, com ênfase no mundo do trabalho.

MÓDULO 3 NÓS

Depois de descobrir mais sobre a importância de conhecer a si mesmo e de conhecer o outro, é hora de explorar os caminhos que você pode construir para se integrar à sociedade hoje e no futuro. Uma das dimensões mais importantes para isso é o trabalho. Por meio do trabalho, produzimos bens ou oferecemos serviços para outras pessoas e garantimos nossa sobrevivência.

Neste módulo, vamos discutir se existe ou não vocação para uma atividade e entender as oportunidades e as limitações à escolha de uma profissão. Com base nisso, você terá mais elementos para buscar se preparar para os desafios do mundo do trabalho e planejar uma trajetória que lhe ofereça melhores condições de vida.

- Capítulo 7 ▶ Escolha profissional
- Capítulo 8 ▶ Processo seletivo
- Capítulo 9 ▶ Educação financeira

Grafite de trabalhador carregando o peso da cidade nas costas, em parede do centro de Fortaleza. Foto de 2015.

« Não escreva no livro »

PLANEJAMENTO





CAPÍTULO 7 ▶ ESCOLHA PROFISSIONAL

COMEÇO DE CONVERSA

Até que ponto podemos escolher sobre o que é importante em nossa vida? O que conseguimos fazer para enfrentar as dificuldades que aparecem no caminho da concretização dessas escolhas? Qual é o tamanho da distância entre sonhos e realidade?

- ▶ Observe um desenho de Aldemir Martins que representa uma profissão popular no Brasil. Em seguida, leia o texto sobre a trajetória de Sônia Guimarães nos estudos e no trabalho. Ela é professora em uma das mais importantes universidades do país. Por fim, discuta com a turma as questões propostas.

Este capítulo busca apresentar ao estudante a questão da escolha profissional como uma decisão originada não apenas de desejos e vontades, mas também de oportunidades, possibilidades e cálculos. Em uma sociedade de mercado com alta complexidade de funções e disparidade na remuneração pelo trabalho, é de esperar que haja uma assimetria entre os sonhos individuais e a concretização futura. Isso, no entanto, não deve ser encarado como um desestímulo, e sim como uma oportunidade para reflexão a respeito do planejamento necessário para uma trajetória de desenvolvimento pessoal sustentado e para a ampliação e diversificação do escopo de interesses profissionais.

Se possível, leia a continuação da matéria sobre Sônia Guimarães para a turma após a discussão das perguntas propostas. Com base nessas informações, será possível confirmar ou não hipóteses e conversar sobre outros aspectos relacionados aos limites (por exemplo, o racismo, enfrentado por ela ainda na escola) e às estratégias de construção de uma trajetória profissional bem-sucedida (a Física como segunda escolha). Caso possa levar outros textos para discussão com a turma, há boas opções na série “Cientistas do Brasil”, do *Nexo*; é o caso, por exemplo, da entrevista com Marcelle Soares-Santos, disponível em: <https://www.nexojornal.com.br/profissoes/2020/01/09/%E2%80%98Diante-de-uma-grande-pergunta-n%C3%A3o-tem-cronograma-at%C3%A9-a-descoberta%E2%80%99. Acesso em: 27 jan. 2020.>



Jogador (1965), nanquim sobre papel de Aldemir Martins (28 cm x 26 cm).

Julio Alcantara/
Agência Estado



Aldemir Martins (1922-2006) foi um artista visual cearense de renome nacional e internacional. Além do futebol, representou com frequência gatos e as paisagens e os costumes das pessoas do Sertão nordestino em seus quadros, gravuras e desenhos.

O desenho de Aldemir Martins é um disparador para discutir com os estudantes os sonhos profissionais. No caso, a representação de um jogador de futebol, feita ainda nos anos 1960, é reveladora do *status* que essa profissão já desfrutava na época. Hoje, com um mercado profissional em que os mais destacados obtêm salários milionários e projeção ainda maior nos meios de comunicação, esse

sonho é acalentado por milhares de jovens em todo o Brasil, em especial homens. As perguntas propostas para discussão possibilitam que os jovens compartilhem suas perspectivas a esse respeito e reflitam sobre elas (Há espaço no mercado para todos os interessados? Como ocorre a seleção em um caso como este? Há mulheres que sonham em ser jogadoras? Qual é a perspectiva profissional para elas?). Com base nisso, será possível avaliar as possibilidades concretas de investir esforços nesse caminho.

“Minha vida é quebrar barreiras”, diz a primeira mulher negra doutora em física

“Você nunca vai usar física na vida mesmo.” A frase que Sônia Guimarães ouviu de uma professora quando ainda era estudante da faculdade de Física na Universidade Federal de São Carlos (UFSCar), ao ter uma bolsa de iniciação científica recusada, a atormenta e indigna até hoje. “Eu queria tanto que ela visse o que eu ‘não fiz com física’, porque realmente ela se negou a me dar a bolsa. Será que ela ficou sabendo do que aconteceu comigo depois? Eu mesma gostaria de ir lá e contar!”

E Sônia teria muito o que dizer. Mesmo sem a bolsa de iniciação científica, terminou a graduação, optou pela carreira acadêmica e logo ingressou no mestrado em Física Aplicada no Instituto de Física e Química de São Carlos, da USP. Em seguida, após um breve período como pesquisadora na Itália, engatou o doutorado em materiais eletrônicos, pelo Instituto de Ciência e Tecnologia da Universidade de Manchester, na Inglaterra, retornando ao Brasil em 1989 [...] como a primeira mulher negra doutora em física no país.

Com diplomas em mãos, passou como professora por algumas universidades públicas até, em 1993, tornar-se a primeira professora negra de uma das faculdades mais conceituadas e disputadas do Brasil, o ITA (Instituto Tecnológico de Aeronáutica), em São José dos Campos (SP). Detalhe: naquele ano, a instituição de tradição militar ainda não aceitava mulheres como estudantes. [...]

MANDÊ AGÊNCIA. “Minha vida é quebrar barreiras”, diz a primeira mulher negra doutora em física. *Universa*, 16 nov. 2019. Disponível em: www.uol.com.br/universa/noticias/redacao/2019/11/16/minha-vida-e-quebrar-barreiras-diz-a-1-mulher-negra-doutora-em-fisica.htm. Acesso em: 30 dez. 2019.



Reprodução/www.youtube.com

A física e professora do Instituto Tecnológico de Aeronáutica (ITA) Sônia Guimarães, em Congresso da Associação Nacional de Pós-Graduandos (ANPG), em 2018.

- 1 > Você acredita que todo mundo pode exercer a profissão com que sonha? Por quê? **Resposta pessoal.**
- 2 > Que barreiras podem aparecer entre o sonho e a possibilidade de torná-lo realidade? **Resposta pessoal.**
- 3 > Como as dificuldades e as oportunidades para exercer uma profissão podem mudar com o tempo? **Resposta pessoal.**
- 4 > Algumas profissões são muito populares. Existem boas oportunidades para todo mundo que se interessa por elas? **Resposta pessoal.**

Iniciação científica

projeto que permite introduzir universitários em atividades de pesquisa científica. Parte desses estudantes recebe bolsas, ou seja, um auxílio financeiro pela dedicação a essas atividades.

Durante a discussão, podem surgir temas como a dificuldade de escolher, conflitos entre os desejos do estudante e os dos pais, diferenças entre critérios materiais e satisfação pessoal na hora da escolha. É importante que, nesse processo, você conduza as situações de aprendizagem buscando auxiliar o estudante a compreender que um projeto de vida é composto de etapas que envolvem ações a ser realizadas no presente e no futuro, todas elas relacionadas ao passado.

CONHEÇA TAMBÉM

Estrelas além do tempo (2017), de Theodore Melfi. Nos anos 1960, três matemáticas negras dão importantes contribuições ao programa espacial dos Estados Unidos, mas precisam enfrentar a segregação racial e a discriminação por serem mulheres.



Reprodução/Fox Film



VIVÊNCIA

Esta primeira vivência procura dar um primeiro encaminhamento ao tema da escolha profissional, levando a discussão mais abrangente iniciada na seção *Começo de conversa* para o plano pessoal.

Durante a rodada de comentários dos estudantes, atente, em particular, às respostas relativas à ocupação atual deles. A questão do primeiro emprego varia significativamente conforme o contexto socioeconômico e geográfico, o que decerto resultará em tendências distintas de acordo com o perfil médio dos estudantes da escola. Procure conduzir as atividades posteriores do capítulo levando em consideração esse aspecto.

A PROFISSÃO QUE EU QUERO

Nesta atividade, você vai conversar com os colegas sobre suas opiniões a respeito da escolha profissional. Será um exercício de **autoconhecimento** e também de **empatia**, além de mobilizar a competência **trabalho e projeto de vida**.



Monkey Business Images/Shutterstock

Reforce com a turma que a escolha profissional tem relações com a história pessoal, as experiências e o projeto de vida de cada um. Esse conjunto de aspectos pode tanto influenciar a formação dos desejos de cada estudante como favorecer ou limitar os meios e as possibilidades de que cada um dispõe para realizá-los. Para um projeto de vida consistente, portanto, é preciso fomentar um planejamento que leve em consideração essas variáveis, bem como ampliar

OBJETIVO

Sensibilizar para a escolha profissional e ampliar a percepção sobre os próprios interesses.

o repertório de possibilidades com base no qual decidir.

MATERIAL

- ▶ caderno
- ▶ lápis
- ▶ ficha de trabalho

DESCRIÇÃO

Sente-se com a turma em roda.

Individualmente, complete as frases da ficha de trabalho a seguir em seu caderno.

Depois, comente suas respostas com a turma, dando sua opinião sobre elas.

◀ Não escreva no livro ▶

FICHA DE TRABALHO

Quais são suas perspectivas sobre o trabalho? Como você e as outras pessoas veem o que você já faz? Responda no caderno de acordo com o seguinte roteiro:

1. Do que eu sempre gostei:
2. O que me imagino exercendo no futuro:
3. O que não me imagino exercendo:
4. O que meus pais gostariam que eu escolhesse:
5. 2 TXHPHXV SURHMRUHV LGHQW FDP FRP R DMSMTR P LQKD
6. Minha área preferida:
7. &RP R SUHUR WDEDDU VRJ LQKR RX HP JUXSR
8. Minhas aptidões que costumam ser elogiadas:
9. Aptidões e escolhas que são mais valorizadas no mundo em que vivemos:
10. Aptidões e escolhas que eu valorizo mais:
11. Coisas de que gosto e não faço:
12. Coisas de que gosto e faço:
13. Coisas de que não gosto e não faço:
14. Coisas de que não gosto e faço:

PARA CONCLUIR

Discuta com os colegas:

1. Você já trabalha? Nesse caso, você escolheu a área em que trabalha?
2. Você gosta da área em que trabalha ou preferiria ir para outra? Por quê?
3. Se você não gosta da área ou ainda não trabalha, já pensou em escolher uma profissão? Qual?
4. Que características pessoais suas você considera adequadas para desempenhar a profissão escolhida?
5. O que pensa poder realizar na profissão escolhida?
6. O que pode influenciar a escolha profissional de uma pessoa?
7. Que fatores devem ser considerados na escolha de uma profissão?
8. O que pode acontecer com alguém que escolhe uma profissão sem ter feito um planejamento prévio, seja por falta de iniciativa, seja por falta de oportunidades para isso?

TEXTO E CONTEXTO

Você já deve ter ouvido alguém dizer que outra pessoa “nasceu” para exercer determinada profissão. Você acredita que existe vocação para o trabalho? O esforço e a dedicação podem compensar a falta de uma facilidade considerada natural?

- ▶ Leia a seguir dois textos que tratam da questão e, depois, faça a atividade relacionada, que exigirá a competência argumentação.

Como me tornei professor de oratória

[...] Certa vez conversei com meu amigo Flavio Gikovate sobre um tema em que ele se especializou – felicidade. Achei interessante o que ele me disse sobre como ser feliz a partir da vocação profissional. Segundo esse renomado psicoterapeuta, entre outros motivos, é feliz a pessoa que consegue descobrir a sua vocação profissional e tem condições de se dedicar a essa atividade. Concordo com ele.

Trabalhar com prazer é sinônimo quase perfeito de felicidade. De maneira geral, ministro aulas de oratória de manhã, à tarde e à noite. Ao chegar em casa, depois de ter trabalhado os três períodos do dia, tenho ânimo para escrever artigos e livros sobre a mesma matéria. Entro na sala de aula com a mesma disposição que me impulsionou desde a primeira vez.

[...]

Penso que cada um deve perseguir o sonho de encontrar uma profissão pela qual se apaixone e sinta prazer em se dedicar. A minha experiência demonstrou que a realização desse sonho depende de vocação, preparo, oportunidade, sorte e muita dedicação. De nada adianta se preparar se não existir vocação. A oportunidade talvez nem seja percebida se não houver preparo. A sorte só mostrará sua face diante da oportunidade. A dedicação só será produtiva se a sorte indicar o caminho certo. Ao olhar para trás e refletir, sinto que minha carreira foi uma conjugação de todos esses ingredientes.

POLITO, Reinaldo. *O que a vida me ensinou: para não deixar a conquista escapar pelos dedos*. São Paulo: Saraiva/Versar, 2009. p. 18.

Evilson de Freitas/Folhapress



Reinaldo Polito (1950-) é um escritor paulista e professor de oratória, isto é, a habilidade de falar em público. Decidiu atuar nessa área após ter desistido de trabalhar no mercado financeiro.

O documentário *A sandália de Lampião* pode ser encontrado na íntegra na internet. Além do interesse na história do próprio Espedito, de sua região e das profissões retratadas, o documentário pode inspirar a turma para a realização das entrevistas e a posterior elaboração do cartaz. Se possível, exiba o filme em sala e discuta com os estudantes a construção do filme: fale sobre como a edição elimina as questões feitas pelos documentaristas e seleciona e reordena as respostas do entrevistado.

CONHEÇA TAMBÉM

A sandália de Lampião (2014), de Adriana Yañez, Antonio Lino e Paula Dib. Com o desenvolvimento tecnológico e as mudanças na sociedade, muitas profissões se transformam e algumas tendem a desaparecer. Outras resistem como ofícios tradicionais, que carregam consigo a história e a cultura de uma região. Este documentário mostra o cotidiano e as mudanças no trabalho de Espedito Seleiro, um artesão de acessórios de couro do sertão do Ceará, bem como dos vaqueiros da região.



Reprodução/www.youtube.com

A abordagem sócio-histórica

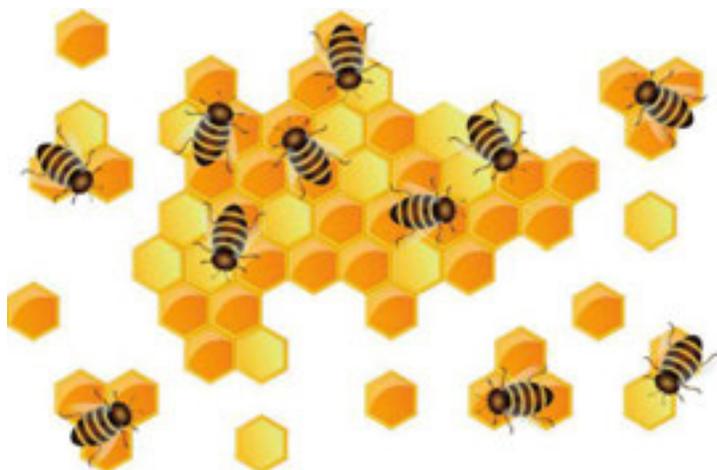
[...] a vocação do ser humano é exatamente não ter outras vocações. Isto é, ele nasce determinado biologicamente para nenhuma atividade específica. Uma abelha, esta sim, nasce determinada geneticamente para fazer mel: atraída pelo perfume das plantas, ela recolhe o néctar que reage com uma enzima dentro de seu corpo, transformando involuntária ou naturalmente aquela substância, que será depositada na colmeia, em mel. Sendo radical na compreensão do termo, pode-se dizer que este animal tem um “chamado interno” que o obriga a realizar tal atividade para sua própria sobrevivência e de sua espécie – a abelha tem vocação (pode-se atribuir sentido biológico ou, caso haja, fé, religioso) para produzir mel; esta vocação não é fruto de escolhas, mas sim determinismo da natureza.

BOCK, Silvio D. *Orientação profissional: a abordagem sócio-histórica*. São Paulo: Cortez, 2006. p. 73.

Silvio Duarte Bock é um pedagogo paulista que estuda o tema da escolha profissional e trabalha com orientação profissional em escolas e outras instituições. Publicou, entre outros livros, *Orientação profissional: a abordagem sócio-histórica* (2002).



Reprodução/www.youtube.com



Grigorkevich Ekaterina/Shutterstock

REFLETIR E ARGUMENTAR

◀ Não escreva no livro ▶

1. Você acredita que os autores dos textos lidos nesta seção entendem a vocação para o exercício de uma profissão da mesma forma? Por quê?
2. O que mais, além de vocação, o primeiro texto defende como necessário para o sucesso profissional? Justifique, segundo seu ponto de vista.
3. Tanto animais como as abelhas quanto os seres humanos precisam realizar atividades para sua própria sobrevivência. De acordo com o segundo texto, o que diferencia os seres humanos de outros animais?
4. Com qual das visões apresentadas você concorda? Justifique sua resposta.
Resposta pessoal.
5. Em sua opinião, sucesso profissional está mais relacionado a sorte ou a planejamento? Debata com os colegas.

1. É esperado que o estudante compreenda que os autores expressam posições distintas: um acredita na ideia de vocação como algo natural ou biológico, que favoreceria o sucesso profissional e a felicidade, e o outro discorda dessa ideia, defendendo a capacidade de escolha e de adaptação do ser humano.

2. Preparo, oportunidade, sorte e dedicação. A justificativa é pessoal, pois o autor não apresenta uma condicionante, embora o faça para os demais aspectos. Exemplos: preparo e dedicação a fim de desenvolver a vocação, oportunidade para que possa colocá-la em prática, sorte para obter a oportunidade.

3. O ser humano pode escolher e inventar os tipos de atividade que fará para sobreviver, enquanto as abelhas necessariamente farão certas atividades para obter determinados resultados.

5. Resposta pessoal. Chame a atenção dos estudantes para o fato de que, nesse contexto, “sorte” pode incluir diferentes aspectos, como condições sociais da família, contatos profissionais prévios, local de nascimento, etc. Comente ainda que, independentemente da sorte, planejamento é fundamental para o sucesso profissional; daí a importância de elaborar um projeto de vida.

VIVÊNCIA

Esta atividade pode ser realizada para facilitar ao estudante a compreensão de que as profissões são construções sociais que se modificam no decorrer do tempo histórico, mobilizando as competências **Conhecimento, Comunicação, Cultura digital, Trabalho e projeto de vida e Argumentação**. No decorrer da entrevista, os estudantes podem ter contato com o percurso realizado pelos entrevistados, identificando os valores que ancoraram suas decisões a respeito da escolha profissional.

É importante repassar o roteiro com a turma antes que façam as entrevistas a fim de esclarecer eventuais dúvidas e permitir que os estudantes obtenham o máximo possível de informação das pessoas entrevistadas. Destaque, por exemplo, que a preparação para uma profissão não depende

AS PROFISSÕES DE ONTEM E DE HOJE

exclusiva ou necessariamente do ensino formal.

O roteiro de entrevista pode ser, posteriormente, retomado, adaptado e complementado para uso em entrevistas individuais dos. Você já se interessou por saber como as pessoas começaram a exercer a profissão que têm hoje?

Entender a escolha dos outros pode ser um bom passo na busca por seu próprio caminho e para a construção de seu **projeto de vida**.

estudantes com profissionais das áreas em que desejam atuar. Essa atividade complementar, interessante para o levantamento de informações a respeito da profissão de interesse do jovem, pode ser inteiramente realizada fora de sala de aula, com a entrega de um relatório de entrevista como forma de avaliação.



Fernando Favre/Clar. Imagem

OBJETIVOS

- Levantar expectativas em relação à escolha profissional.
- Reconhecer que a escolha profissional tem relação com o mundo social.
- Reconhecer o papel da história e do desenvolvimento tecnológico na transformação das profissões e das expectativas relacionadas a elas.

MATERIAL

- ▶ folhas de papel sulfite
- ▶ folhas de papel Kraft
- ▶ lápis
- ▶ caneta
- ▶ canetas coloridas
- ▶ gravador ou qualquer aparelho com função de gravação de áudio (opcional)

DESCRIÇÃO

A sala será dividida em três grupos. Cada grupo ficará responsável por entrevistar um conjunto de pessoas: pais, avós e adultos próximos (podem ser primos, vizinhos, amigos). O objetivo é descobrir como essas pessoas escolheram suas profissões. Você terá uma semana para entrevistar as pessoas designadas para seu grupo usando o roteiro a seguir. De acordo com seu interesse pessoal, acrescente questões. A entrevista pode ser gravada para facilitar o registro das informações.

ROTEIRO DE ENTREVISTA

◀ Não escreva no livro ▶

1. 4 XH SUR; Wnr YRFr H| HUFH'
2. 4 XH SUR; Wnr HUD P DLV YDQUJ DGD HP VXD pSRFD'
3. 9RFr S| GH HFRBD HUXD SUR; Wnr' & RP R YRFr SDWRX a exercê-la?
4. Se pôde escolher, que fatores levou em consideração?
5. 9RFr VRIUHX DQXP D IQAXr QFID SDUD HFRBD HUH SDUD H| HUFHUXD SUR; Wnr' ' H TX-P " 3 HQVQGR VREUH LVR KRMH HMD IQAXr QFID IRLSRVND'
6. Como foi o processo de preparação e formação para H| HUFHUXD SUR; Wnr'?
7. Como foi a entrada no mundo do trabalho?
8. 9RFr JRVND KRMH GD SUR; Wnr TXH H| HUFH' 3 RUTXr "
9. 1 DpSRFD HP TXH YRFr IH| VXD HFRBD SUR; Wnr DOHUD SUR; Wj HV SDUD P XQHUH H SUR; Wj HV SDUD KRP HQV' (P FDMR D;UP DMVR G H| HP SBRV
10. 9RFr DFHQVD TXH DQGD KRMH K| SUR; Wj HV G|HUHQMV SDUD SHVRDV G|HUHQMV SRUH HP SBR SUR; Wj HV SDUD P XQHUH SUR; Wj HV SDUD IRYHQV HMF " 3 RUTXr "
11. Que outras mudanças você viu no meio em que trabalha ao longo do tempo?

Quando todos tiverem realizado as entrevistas, apresente à classe as informações coletadas, discutindo o que lhe chamou mais a atenção. Em seguida, você e os colegas vão produzir um cartaz com as impressões do grupo e eleger um representante para apresentá-las.

PARA CONCLUIR

- Após a apresentação dos cartazes, discuta com a turma:
1. Quais as diferenças e semelhanças entre as escolhas profissionais das pessoas entrevistadas?
 2. Quais foram as profissões mais comuns? E as menos?
 3. Essas escolhas têm alguma relação com o contexto histórico e social desses profissionais? Explique.
 4. Os entrevistados apontaram muitas transformações na profissão que exerciam? Dê exemplos.
 5. As profissões das pessoas entrevistadas diferem das profissões escolhidas pelas pessoas hoje em dia?

Nesta seção, os estudantes deverão perceber que ir atrás da concretização de sonhos é possível, mas que o caminho em geral tem uma série de desafios – apresentados, em ambos os textos, com bom humor. Realizar sonhos no plano profissional exige mais que vontade, e também mais que perseverança – embora esta se revele essencial: demanda preparo, que não se limita aos estudos formais, e muita prática para reforçar aprendizados e garantir o aprimoramento.

TEXTO E CONTEXTO

Tanto a tirinha como a crônica exploram dois desafios que se impõem a profissionais de determinadas áreas: a falta de reconhecimento de sua atividade como uma profissão e a remuneração baixa ou incerta, por serem profissões em que é pouco comum a contratação formal. Esses aspectos também devem ser levados em consideração por um jovem na hora de formular seu projeto de vida (assim como, inversamente, uma profissão em média bem remunerada, mas que ele considere pouco interessante). Além disso, a discussão serve de oportunidade para estimular o respeito às diferentes atividades profissionais e sua função na sociedade.

Respostas da p. 135:

1. Os amigos do autor diziam que seriam médicos e engenheiros.

3. A resposta é pessoal. A resposta dos estudantes provavelmente vai variar conforme a região (urbana, rural, etc.), a classe social, a formação escolar dos pais, o gênero, entre outros aspectos.

4. Porque julgavam ser uma profissão que não garantia uma remuneração. Além disso, muitos não sabiam que formação era necessária para ser escritor.

5. Ela mostra que muitas pessoas não reconhecem o artista como um trabalhador, embora ele se dedique muito, trabalhando até mesmo em feriados e, muitas vezes, sem garantia de estabilidade de renda.

7. Resposta pessoal. Espera-se que os estudantes concordem, tendo em vista os elementos trazidos pela crônica a respeito tanto da mudança de condições para os escritores e roteiristas quanto do surgimento de profissões como as que lidam com informática.

Por que as pessoas reagem de maneira diferente conforme a escolha profissional de cada um? Você já pensou que uma escolha considerada pouco promissora pode surpreender?

- ▶ Leia esta crônica de Walcyr Carrasco, observe a tirinha de Fabiane Langona e depois discuta as questões com a turma.

Vocação

Uma das atividades que mais deliciam os adultos é perguntar às crianças:

– O que você vai ser quando crescer?

Entre meus amigos de infância, a resposta-padrão era médico ou advogado.

Algum, mais aventureiro, respondia:

– Vou dirigir caminhão!

Minha resposta era a mais esquisita:

– Escritor.

Tinha me apaixonado pela ideia de ser escritor, embora não soubesse bem do que se tratava.

– O que faz um escritor? – perguntava minha mãe.

– Escreve! – eu respondia, cheio de razão.

Ao longo da adolescência, a crise explodia nos almoços de domingo:

– Vou prestar bioquímica – avisava meu irmão mais velho.

Mamãe também não sabia exatamente do que se tratava, mas parecia respeitável. Chegava minha vez:

– Quero ser escritor.

– Do que vai viver?

Essa era a questão.

Segundo todas as informações, artistas em geral passavam fome.

– O certo é você ter uma profissão e escrever nas horas vagas – aconselhava papai.

Eu teimava, dizendo que o dinheiro não era importante. Mas a satisfação!

– Quero ver a satisfação quando não tiver com que pagar o aluguel.

O almoço se tornava um caos. Mamãe perguntava:

– Onde você estuda para ser escritor?

Eu me calava. Médicos, advogados e engenheiros estudam em faculdades. Agora... escritores? Como alguém se tornava um?

Tentava seguir o conselho de Monteiro Lobato: ler bastante. Para escrever bem, é preciso ler muito. Eu me aprofundava nos livros.

Um amigo da escola me aconselhou:

– Só com bastante experiência de vida. Como você vai falar sobre a vida dos outros se não passar por tudo?

[...]. Lá pelos 20 anos, escrevi minhas primeiras peças. Mostrei a um intelectual. Ele disse:

– Está muito meloso.

Reli. Nada mais pavoroso.

Comprei um livro de culinária. Terminava a faculdade de jornalismo, mas precisava de algo para expressar minha criatividade. Poderia montar um restaurante, se aprendesse algumas receitas sofisticadas. Dediquei-me aos peixes com laranja, frangos com laranja, arroz com laranja... As visitas, que só comiam de vez em quando, adoravam. Eu não suportava mais olhar para uma laranja. Voltei para as omeletes, macarrão... e ao sonho de ser escritor.

Transpirei para escrever meu primeiro livro. Foi um infantil, *Quando meu irmãozinho nasceu*, que conta a história de um menino que acompanha a gravidez da mãe. Demorou mais ainda para ser editado. Montar a primeira peça foi bem mais difícil, por causa do dinheiro. *Meu terceiro beijo* acabou fazendo certo sucesso.

Acabei descobrindo que o velho ditado é correto: “para subir uma escada é preciso um degrau de cada vez”. O mundo mudou. Agora existe um mercado para autores de livros, roteiristas de cinema e televisão. Às vezes vou dar palestras em escolas, e me perguntam qual seria a carreira do futuro. Digo que não sei.

– Na minha juventude, se alguém falasse em trabalhar com computadores, ia ser tachado de maluco – explico.

Como será o mundo de amanhã? O grande negócio é escolher o que se gosta. Quando a gente gosta do que faz, pode ser até pavoroso. Mas insiste. Acaba aprendendo. Quando a gente gosta, tem mais chance de dar certo. Foi isso que aprendi na vida. Foi assim que me tornei escritor.

CARRASCO, Walcyr. *Vocação*. In: *Pequenos delitos e outras crônicas*. 1. ed. Rio de Janeiro: Global, 2004. p. 20.

Walcyr Carrasco (1951-) é um escritor, novelista e dramaturgo paulista. Consagrou-se em todo o país com telenovelas como *Xica da Silva* (1996), *O cravo e a rosa* (2000) e *O outro lado do paraíso* (2017). Também escreve crônicas para diversos jornais e revistas.



Fabio Guinaliz/Fotarena



Chiqsland, de Fabiane Langona.



Adriano Vizoni/Folhapress

REFLETIR E ARGUMENTAR

1. Quando perguntados sobre que profissão queriam exercer quando crescessem, o que os amigos de infância de Walcyr Carrasco costumavam responder?
2. E você e seus amigos, que respostas costumavam dar a essa pergunta? **Resposta pessoal.**
3. Compare as respostas do narrador com as que você e seus amigos davam.
4. Segundo a crônica, por que a ideia de ser escritor como profissão era mal compreendida pela maioria?
5. De que maneira a tirinha de Fabiane Langona se relaciona com essa má compreensão sobre a profissão?
6. Que profissões você conhece que costumam ser consideradas fonte de diversão e satisfação pessoal, mas não de renda? **Resposta pessoal.**
7. A ideia de que uma profissão é respeitável ou desejável pode mudar com o tempo? Justifique.

Fabiane Langona

(1984-) é uma cartunista gaúcha que até 2017 assinava suas tirinhas sob o pseudônimo Chiquinha. Desde 2005 publica seus quadrinhos em diversos veículos da imprensa brasileira.

Você viu até aqui que muitos fatores estão em jogo na escolha de uma profissão: os sonhos e desejos, as condições de vida para se dedicar à formação, o planejamento, a possibilidade de ter uma renda satisfatória, entre outros.

Exercer uma profissão, como tudo na vida, também exige escolhas. A crônica a seguir propõe uma situação em que isso aparece claramente.

▶ Leia o texto e, usando os conhecimentos vistos até aqui, faça as atividades propostas.

Respostas da p. 137:

1. Resposta pessoal. Entre outros fatores, pode-se levar em consideração que ele desenvolveu resiliência, conheceu a realidade e as histórias dos operários e de outros trabalhadores ligados à construção do imóvel, manteve seu emprego e seu salário apesar da impossibilidade de concluir a tarefa, etc.

3. Resposta pessoal. A tomada de decisão implica, muitas vezes, escolher entre diferentes direções sem certezas ou garantias. Os estudantes devem perceber que, apesar disso, fazemos escolhas o tempo todo, mesmo quando abdicamos delas. A atividade propõe que, com base na crônica, eles identifiquem as situações apresentadas e pensem em outras que seriam possíveis (e suas consequências), os chamados contrafactuais. Representações gráficas como diagramas e fluxogramas são um instrumento interessante para elencar hipóteses e verificar seus desdobramentos. Elas são muito usadas em áreas ligadas a gestão de processos, mas também têm aplicação na pesquisa científica, por lidarem com hipóteses. Apresente os modelos aos estudantes e verifique se eles entendem a organização hierárquica, a sequência e o significado dos diferentes ícones usados.

O homem que devia entregar a carta

Era sua primeira missão como *office boy*. Estava com vinte anos, mas não tinha conseguido outro emprego. Apesar dos jornais garantirem que não havia crise, ele batera o nariz em dezenas de portas e tinha enfrentado filas de doze quilômetros. O patrão pediu que ele entregasse uma carta, com protocolo. Avisou: a pessoa que receber precisa assinar esse papelzinho. Só entregue ao destinatário, a ninguém mais. Essa carta é da maior importância.

Foi. Ao chegar, verificou o endereço: era um terreno baldio. Comparou, indagou. Não havia engano mesmo. O número correspondia ao terreno. Voltou ao patrão, contou.

O patrão:

- Eu sei que é um terreno, mas vão construir um prédio ali.
- E o que faço?
- Você entrega a carta, como mandei.

O patrão, homem ocupado, dispensou o *boy*. Ele voltou ao local. Nada. Um terreno sujo, cheio de mato. O que fazer? Sentou-se, pensando que, se alguém chegasse por ali, poderia dar uma informação. No fim do dia, foi embora.

Na manhã seguinte, ao subir no elevador, encontrou o patrão.

- Como é, entregou a carta?
- Não tem prédio lá.
- Mas vão construir. Já conseguiram o financiamento [...].

O *boy* voltou ao terreno. Naquele e nos dias seguintes. Nas semanas e meses. O patrão, inquieto, querendo saber da carta, o *boy* mais inquieto ainda, já sem saber por que não construíam logo o edifício. Um dia, viu homens carpindo o mato. No outro dia, ergueram um tapume. Em seguida, instalaram placas. Vieram tratores e máquinas. Cavaram, cavaram, caminhões basculantes levaram a terra, chegou cimento, aço, pedras. As fundações ficaram prontas.

O *boy* ali, todos os dias, firme. Fazendo amizade com os operários, capatazes da obra, aprendendo como se mistura o cimento, como se processa a concretagem, acompanhando os andares, que subiam, as lajes sendo terminadas.

O prédio subiu. A esta altura o patrão, irritadíssimo com o *boy*, ameaçava despedi-lo.

- Que porcaria você é! Nem consegue entregar uma carta!

O *boy*, ferido no orgulho, plantou-se então, dia e noite, sentado num dos andaimes. Amigo de todos os operários, comia e bebia com eles, contava casos, ouvia histórias do Nordeste, lendas da Bahia, conhecia a miséria que ia pelo interior, os dramas de fome e doença, o abandono, a seca. A parte mais demorada, lenta. Colocar portas, janelas, armários, rebocar, passar massa corrida, pintar, instalar pias, torneiras, vasos, tacos. Então, a festa de inauguração, chope. As faixas, os corretores ansiosos por enganar alguém com as compras maravilhosas que terminavam em pesadelo.

As pessoas começaram a se mudar. Todos os dias, o *boy* batia à porta do apartamento 114. O destinatário ainda não tinha se mudado. Agora, o *boy* já tinha feito vinte e três anos e o patrão

Embora o foco não seja a interpretação do texto, você pode conduzir uma leitura conjunta com a turma para debater outros aspectos. Uma situação, mencionada no início do texto, que pode ser comentada é a dificuldade de ingresso no mercado de trabalho.

Se houver tempo e interesse, você pode propor aos grupos que dramatizem um dos novos encaminhamentos pensados para a situação vivenciada pelo *office boy*. Os estudantes devem redigir um roteiro a partir do enredo escolhido, depois ensaiar para, ao fim, apresentar a esquete ao restante da turma.

tinha lhe dado um prazo fatal, irreversível. Ou entregava a carta, ou era despedido.

Ele batia à porta, ninguém atendia. Até que um caminhão trouxe mudança para o 114. Mas a porta continuava fechada, muda.

Batia, e nada.

Uma tarde, abriram. Um senhor grisalho, ar sonolento. O *boy*, triunfante, estendeu a carta. O homem olhou o destinatário.

– Não sou eu. Nem sei quem é.

– Como? O senhor comprou o apartamento de alguém?

– Não. Comprei na planta. Não teve nenhum dono antes de mim.

– O que faço?

– Passa na portaria, fala com o zelador.

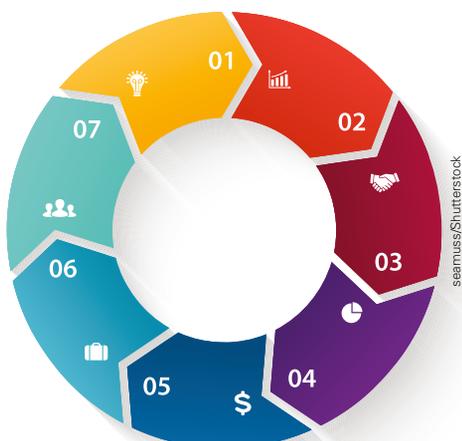
O *boy* passou, explicou a situação. O zelador apanhou um carimbo, bateu no envelope: DESTINATÁRIO DESCONHECIDO.

Devolveu a carta ao *boy*.

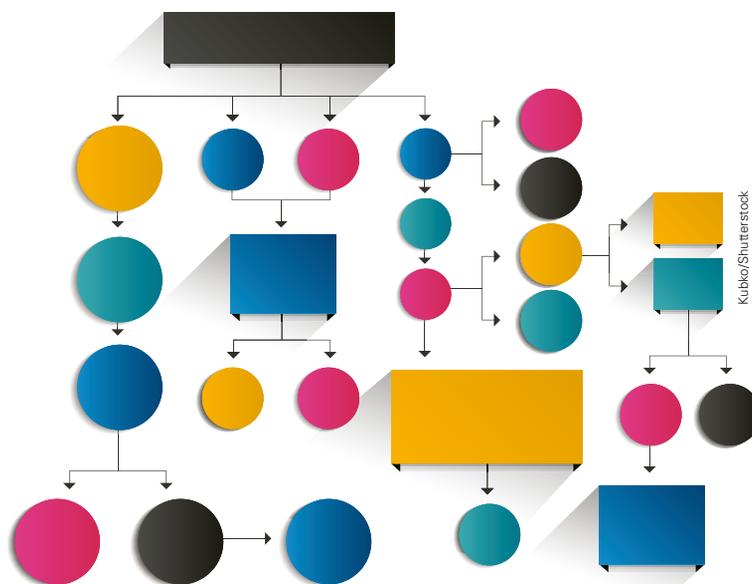
BRANDÃO, Ignácio de Loyola. O homem que devia entregar a carta. In: *Um fio de prosa*. São Paulo: Global, 2004. p. 21.

- 1) Como você agiria se estivesse na situação do *office boy*? Você acredita que a persistência dele em cumprir a tarefa, apesar das adversidades, significou apenas perda de tempo? Responda em seu caderno, justificando.
- 2) Com a turma dividida em grupos, discuta com os colegas que outras atitudes o *office boy* poderia ter tomado nesse período e quais seriam as consequências delas. Registre no caderno todas as respostas. *Respostas pessoais. A ideia é que os estudantes compartilhem as escolhas da atividade anterior e formulem outras hipóteses.*
- 3) Diagramas de fluxo de dados são uma maneira de representar um encadeamento de ações em um processo. Um **fluxograma** é um tipo de diagrama que representa graficamente as possibilidades decorrentes de escolhas. Ele pode ser útil para entender os cenários possíveis e, assim, fazer um planejamento.

Exemplo 1



Exemplo 2



- ▶ Com base no que se discutiu no item anterior, elabore, com os colegas de grupo, um fluxograma das atitudes possíveis do *office boy* e suas consequências.



VIVÊNCIA SÍNTESE

A HORA DA DECISÃO

Vimos neste capítulo que uma boa maneira de lidar com as dúvidas e as incertezas relacionadas à escolha profissional é com planejamento e busca de informações. Conhecer a si mesmo, compreender os próprios gostos, possibilidades, limitações, crenças, valores e condições de inserção social faz toda a diferença na escolha de uma profissão, assim como se organizar para buscar a maior quantidade possível de informações a respeito daquilo que lhe desperta interesse.

Nesta vivência final do capítulo, você vai continuar mobilizando a competência **trabalho e projeto de vida** e vai refletir sobre o passo seguinte a essa preparação inicial: a tomada de decisão.



OBJETIVO

Refletir sobre o processo de tomada de decisão.

MATERIAL

- ▶ caderno
- ▶ caneta

DESCRIÇÃO

Leia as situações a seguir e proponha um encaminhamento para cada uma delas, justificando-o. Registre-o no caderno.

1. Você cursa o 3º ano do Ensino Médio. Surge a oportunidade de trabalhar em uma loja, recebendo uma remuneração que lhe permitirá ajudar nas despesas da casa em que mora com sua família. Para isso, porém, deverá abandonar os estudos escolares.
2. No caminho de volta para casa após a escola, você é abordado por outro jovem de sua idade que o ameaça, exigindo que entregue o celular.
3. Você se mudou para um novo bairro ou uma nova cidade e precisa escolher uma escola para estudar. Há pouco tempo para decidir. Uma escola perto de sua casa é considerada muito boa, mas frequentada por um grupo de estudantes que gosta de coisas que você detesta. Na outra escola, mais distante e considerada de qualidade inferior, estudam duas pessoas de quem você gosta.
4. Você recebeu convites para duas festas na casa de amigos diferentes que ocorrerão no mesmo dia e horário. Você gosta muito dos dois amigos, mas não pode comparecer às duas festas.

PARA CONCLUIR

Compartilhe suas respostas com a turma e o professor. Aproveite para refletir sobre sua postura diante da necessidade de tomar uma decisão e discuti-la com base nas seguintes alternativas:

- a. Tomei minha decisão por impulso.
- b. Adiei a tomada da minha decisão.
- c. Não decidi.
- d. Preferi deixar que outras pessoas tomassem a decisão por mim.
- e. Avaliei, antes de escolher um encaminhamento, quais seriam as alternativas possíveis.

Respostas pessoais.

Esta atividade visa permitir ao estudante refletir sobre como toma suas decisões cotidianamente, uma capacidade fundamental para subsidiar o processo de escolha profissional. Após a reflexão individual, a comparação com as escolhas do restante da turma permitirá ampliar o leque de alternativas e avaliar os aspectos práticos e éticos de cada tomada de decisão. Na mediação da discussão, além de zelar pelo andamento bom e respeitoso entre os estudantes, procure chamar a atenção deles às atitudes que mobilizam cada escolha: impulso, influência externa, planejamento, etc. Por mais que não exista escolha totalmente racional, é importante que os jovens percebam a importância do autoconhecimento na compreensão de suas escolhas, bem como do conhecimento do outro na avaliação das situações. Só assim é possível fazer escolhas com mais responsabilidade, consciência e alinhamento com o exercício da cidadania.

RETOMADA

A autoavaliação é uma etapa fundamental nos estudos e também no desenvolvimento de um projeto de vida. Ela permite que você descubra o que está indo bem e o que é preciso aperfeiçoar.

- ▶ Agora que terminamos este capítulo, reflita sobre suas atitudes e seu aproveitamento nas aulas e nas atividades com o roteiro de autoavaliação a seguir. Registre as respostas no caderno. Ao fim, se considerar necessário, converse com o professor.

Para os critérios de avaliação, utilize a seguinte legenda: DT, desenvolvi totalmente; DP, desenvolvi parcialmente; DPD, desenvolvi parcialmente e com dificuldade; ND, não desenvolvi.

« Não escreva no livro »

AVALIAÇÃO: CAPÍTULO 7 - ESCOLHA PROFISSIONAL				
SEÇÃO/AÇÃO	DT	DP	DPD	ND
Começo de conversa: refleti sobre o momento da escolha profissional e as dificuldades envolvidas.	/	/	/	/
Vivência 1: descobri quais são meus interesses para a escolha profissional.	/	/	/	/
Texto e contexto 1: entendi a diferença entre vocação, esforço e dedicação na escolha profissional; compreendi a temática dos textos; relacionei a temática do texto com minha escolha profissional; usei o que aprendi em situações do cotidiano.	/	/	/	/
Vivência 2: conheci melhor as expectativas em relação à escolha profissional; entendi a relação da escolha profissional com o mundo social; reconheci o papel da história e do desenvolvimento tecnológico na transformação das profissões e das expectativas relacionadas a elas; produzi um material informativo de qualidade com os colegas.	/	/	/	/
Texto e contexto 2: refleti sobre as motivações individuais para a escolha profissional; compreendi a temática dos textos; relacionei a temática do texto com minha escolha profissional; usei o que aprendi em situações do cotidiano.	/	/	/	/
Integrando saberes: refleti sobre uma situação do mundo do trabalho; aprendi com base na experiência do outro; utilizei os conhecimentos para planejar e avaliar possíveis caminhos de meu projeto de vida; trabalhei em equipe para elaborar o produto final.	/	/	/	/
Vivência síntese: refleti e argumentei sobre o processo de tomada de decisão.	/	/	/	/

SÍNTESE DA AVALIAÇÃO	
O que considero mais significativo neste tema?	/
Que informações eu contaria para um colega sobre o tema?	/
Que outras informações eu gostaria de saber sobre o tema?	/
Aprendi a planejar minha escolha profissional considerando meus sonhos e o contexto em que vivo?	/

PARA SABER MAIS

Descubra a seguir obras artísticas e fontes de informação sobre profissões e escolhas. Algumas tratam de aspectos práticos desse tema; outras trazem pontos de vista e reflexões diferentes a respeito disso.

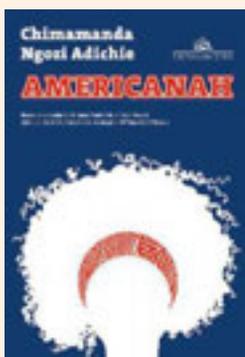
- ▶ *Nunca me sonharam* (2017), de Cacau Rhoden. Documentário que trata dos desafios, das expectativas de futuro e dos sonhos dos adolescentes que frequentam as escolas de Ensino Médio públicas do país. É uma oportunidade para refletir sobre sonhos, oportunidades e projetos de vida.



Reprodução/Maria Feirinha Filmes

- ▶ *Guia do estudante*, Editora Abril. Publicação anual que reúne informações sobre vestibulares, resumos sobre atualidades, informações sobre cursos e universidades públicas e privadas do país. Sua consulta é útil para quem escolheu buscar uma profissão que exige cursar o Ensino Superior.

- ▶ *Americanah*, de Chimamanda Ngozi Adichie, Companhia das Letras, 2014. Uma jovem nigeriana vai aos Estados Unidos para cursar o Ensino Superior. Lá, descobre as dificuldades de tornar-se adulta em uma cultura diferente da sua e acaba fazendo sucesso como autora de um *blog*. É uma história que trata de adaptação a novas condições de vida, resiliência e das dificuldades na tomada de decisões.



Reprodução/Companhia das Letras



Reprodução/Editora Abril

- ▶ *Ritmo O* (1974), de Marina Abramovic. Nesta *performance*, a artista sérvia dispôs 72 objetos dos mais diversos ao público, que, ao longo de seis horas, pôde usá-los como bem quisesse no corpo dela. Além de testar os limites da resistência da artista, a obra levanta o problema das consequências de abdicar de fazer escolhas. Uma resenha de Aline Pascholati sobre a obra está disponível em: <https://artrianon.com/2017/10/10/obra-de-arte-da-semana-performance-ritmo-O-de-marina-abramovic>. Acesso em: 8 jan. 2020.



Reprodução/www.youtube.com



Reprodução/DetonaFunkis

- ▶ “País do futebol”, de MC Guimê e Emicida. A canção trata do gosto de milhares de jovens brasileiros de todas as regiões e classes sociais pelo futebol. Para além do sonho e da diversão, a letra aborda o futebol como profissão que abre oportunidade de ascensão social para jovens pobres.

CAPÍTULO 8 ▶ PROCESSO SELETIVO

COMEÇO DE CONVERSA

O mundo do trabalho está cada vez mais competitivo. Para conseguir um emprego ou um estágio, um conjunto de habilidades e competências é requerido pelas empresas ou organizações em processos seletivos.

Mas que habilidades e competências são essas? Por que elas são exigidas? O que são processos seletivos e como eles se configuram? Essas são algumas das questões que discutiremos neste capítulo.

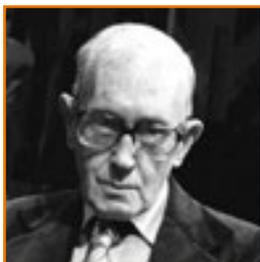
- ▶ Leia o poema “Salário”, de Carlos Drummond de Andrade, e analise uma tirinha da série *Dona Anésia*, de Will Leite. Então, converse com a turma sobre os dois textos levando em consideração as perguntas propostas.

Erário

dinheiro público.

Calvário

nesse contexto, sofrimento.



Jorge Cysne/Agência Estado

Carlos Drummond de Andrade (1902-1987) foi um poeta, contista e cronista mineiro. Autor de “Sentimento do mundo”, “No meio do caminho”, “Quadrilha” e outros célebres poemas, é considerado por muitos o mais influente autor brasileiro desse gênero literário no século XX.

Salário

Ó que lance extraordinário:

aumentou o meu salário
 e o custo de vida, vário,
 muito acima do ordinário,
 por milagre monetário
 deu um salto planetário.
 Não entendo o noticiário.
 Sou um simples operário,
 escravo de ponto e horário,
 sou caxias voluntário
 de rendimento precário,
 nível de vida sumário,
 para não dizer primário,
 e cerzido vestuário.

Não sou nada perdulário,
 muito menos salafatório,
 é limpo meu prontuário,
 jamais avancei no Erário,
 não festejo aniversário
 e em meu sufoco diário
 de emudecido canário,
 navegante solitário,
 sob o peso tributário,
 me falta vocabulário
 para um triste comentário.

Mas que lance extraordinário:
 com o aumento de salário,
 aumentou o meu calvário!

O objetivo deste capítulo é familiarizar os estudantes com os instrumentos de seleção mais usuais para um emprego ou um trabalho e os formatos de apresentação de si. Adota-se aqui uma perspectiva que considera não apenas os aspectos normativos, mas também as transformações e as dificuldades contemporâneas do mundo do trabalho, propondo que os jovens reflitam sobre atitudes, posturas, valores e a estrutura social.

Na seção *Começo de conversa*, os textos tratam de uma das principais funções do trabalho na sociedade atual – a garantia da subsistência material – e das exigências apresentadas pelos empregadores aos candidatos a um trabalho. Leia com a turma o poema de Drummond, esclarecendo eventuais dúvidas e observando se todo mundo compreende adequadamente o sentido dos versos e o vocabulário usado. Se possível, contextualize também as personagens criadas por Will Leite, perguntando aos estudantes se estão familiarizados com elas. Explore ainda as questões estilísticas relacionadas à criação dos autores dentro dos respectivos gêneros textuais.

ANDRADE, Carlos Drummond de. *Amar se aprende amando: poesia de convívio e de humor*. São Paulo: Companhia das Letras, 2018. p. 143.

PROCESSO SELETIVO PARA PERSONAGENS DE TIRAS



© Will Leite/Acervo do cartunista



Tirinha da série *Dona Anésia*, de Will Leite, que ironiza a personagem Dolores, amiga da ranzinza Anésia.

Reprodução/Acervo do cartunista



Will Leite (1986-) é um cartunista paranaense, que também assina como Will Tirando. Tornou-se conhecido a partir da internet, onde publica seus desenhos desde 2007. Além de *Dona Anésia*, é autor de séries de tirinhas como *O hipopótamo* e *o pássaro*.

- 1 > Quais são os maiores desafios à entrada no mercado de trabalho?
- 2 > Em nossa sociedade, trabalhamos a fim de ter uma renda para nos sustentar. Que esforços precisamos fazer para melhorar a renda? Que desafios há no caminho?
- 3 > Quando somos contratados, em geral precisamos aceitar condições de que não gostamos. Até que ponto podemos abrir mão de nossas preferências?
- 4 > Se tiver tido alguma experiência profissional, compartilhe com os colegas.

um sustento, o trabalho como forma de realização pessoal, as transformações do trabalho nos dias atuais pelo advento das novas tecnologias, as mudanças nas condições de trabalho e nas relações trabalhistas e a organização financeira com o próprio salário. Ao desenvolver a capacidade de compreender as relações existentes no mundo do trabalho, os jovens poderão, em seu projeto de vida, fazer escolhas de forma consciente, crítica, autônoma e cidadã.

Além de levantar os conhecimentos prévios dos estudantes sobre o tema a ser visto, as questões propostas relacionam o debate feito no capítulo anterior sobre escolhas às exigências, obrigações e responsabilidades típicas do mundo do trabalho. O debate vai abrir espaço para que fiquem evidentes não apenas as semelhanças, mas principalmente as diferenças entre as exigências do mundo do trabalho e as da escola.

São exemplos de questões que conceituam o trabalho em si em nossa sociedade: a venda da força de trabalho do trabalhador para o dono do capital em busca de

Esta atividade tem por objetivo orientar os estudantes a elaborar uma carta de apresentação e um currículo e preencher uma ficha de solicitação de emprego. Esclareça que se trata de modelos possíveis, havendo certa variedade de formatos e campos de preenchimento. Ressalte que é preciso estar atento aos seguintes aspectos: organização e limpeza do material; informações claras e verdadeiras; linguagem objetiva e correta; adequação à empresa para a qual o currículo será enviado. Leve para a sala outros modelos mais completos de cada material para que a turma possa avaliar as diferentes maneiras de organizar visualmente as informações, no caso dos currículos, ou de estruturar o texto, no caso das cartas de apresentação.

INSTRUMENTOS PARA BUSCAR UM EMPREGO

Em geral, uma oportunidade de trabalho não aparece de uma hora para outra: depois de pesquisar e encontrar uma vaga, é preciso se apresentar, falar de seu interesse e listar sua experiência e suas qualidades. Você já precisou fazer isso? Em um mercado em que as empresas recebem muitos currículos, avança para a etapa de entrevistas quem apresenta habilidades e competências que interessem ao contratante.

Nesta vivência, vamos ver alguns tipos de apresentação para uma oportunidade de trabalho. Serão mobilizadas, principalmente, as competências **comunicação, autonomia e cidadania** e **projeto de vida**.

OBJETIVO

Aprender a elaborar uma carta de apresentação, um currículo e uma ficha de solicitação de emprego.

MATERIAL

- ▶ modelo de fichas de trabalho
- ▶ caneta
- ▶ folhas de papel sulfite

DESCRIÇÃO

Com a turma sentada em círculo, o professor vai explicar a importância e a função da carta de apresentação, do currículo e da ficha de solicitação de emprego quando alguém se candidata a um trabalho. A turma vai se dividir em dois grupos. Os integrantes do grupo A usarão o modelo de currículo e de carta de apresentação. Os integrantes do grupo B usarão o modelo de ficha de solicitação de emprego (os modelos podem ser encontrados na página ao lado). Copie o modelo em uma folha de papel sulfite e preencha as informações pedidas, com letra legível. As palavras entre colchetes não devem ser copiadas, basta preencher a informação indicada. Quando todo mundo terminar, analise com os colegas de grupo o material preenchido pelos integrantes do outro grupo.

PARA CONCLUIR

Discuta as seguintes questões com a turma:

1. Por que é importante saber elaborar uma carta de apresentação, um currículo e uma ficha de solicitação de emprego?
2. Como você se sentiu ao elaborar sua carta de apresentação e seu currículo ou a ficha de solicitação de emprego? Pense em aspectos como facilidade de se descrever e segurança diante das informações requisitadas.
3. Que características e habilidades você considera importantes para qualquer trabalho ou emprego?
4. Além do envio de currículo, que outras formas de buscar trabalho existem hoje em dia? Qual delas você acha que é mais efetiva? Justifique.

A apresentação das características do candidato é um ponto bastante sensível nesse tipo de material. Por um lado, devem-se demonstrar

aspectos valorizados pelo mundo do trabalho, como determinação, criatividade e originalidade, seja no material produzido, seja no contato pessoal com entrevistadores, contanto que haja confiança das suas experiências pgressas, evitando atitudes que possam levantar desconfiança no possível contratante. Nesse sentido, é interessante a discussão sobre as características valorizadas em qualquer tipo de trabalho, independentemente de especificidades de formação e função. Entram em jogo questões éticas e comportamentais que merecem uma discussão aprofundada.

CARTA DE APRESENTAÇÃO

[Cidade, data]

À [Nome da empresa]

A/C: Sr.(a.) [nome do responsável pelo recrutamento]

Prezado(a) senhor(a),
Acabo de concluir o curso de [nome ou grau do curso].
Sabendo que as empresas buscam investir em jovens com qualificação profissional e espírito de equipe, apresento-lhe meu currículo e ponho-me à disposição para colaborar com essa empresa.
Espero que possamos manter contato pessoal em breve.

Atenciosamente,

[Assinatura]



CURRÍCULO

■ Dados pessoais

Nome
Endereço (rua, número, cidade, estado, CEP)
Telefone, e-mail
Local e data de nascimento

■ Características pessoais

Grau de escolaridade
Estabelecimento de ensino (último nível)
Ano de conclusão
Outros cursos

■ Conhecimentos e habilidades

Idiomas
Recursos tecnológicos
Outros conhecimentos

■ Experiência atual (emprego ou estágio)

Empresa
Data de início
Atividades realizadas

■ Experiência anterior

Empresa
Data de início
Data de saída
Atividades realizadas
Informações relevantes

FICHA DE SOLICITAÇÃO DE EMPREGO

Dados pessoais

Nome completo

Local e data de nascimento

Nacionalidade

Carteira de identidade

Estado civil

Sexo

Endereço residencial (rua, número, cidade, estado, CEP)

Telefone

Filiação

e-mail

Funções que pode desempenhar

Escolaridade

Ensino Médio: instituição e ano de conclusão

Ensino Fundamental: instituição e ano de conclusão

Outros cursos realizados: instituição e ano de conclusão

Experiências profissionais anteriores (as duas últimas)

Nome da empresa

Período de trabalho

Nome e cargo do chefe imediato

Função

Motivo pelo qual deixou o último emprego ou, se ainda trabalha na empresa, motivo pelo qual quer mudar de emprego

Descrição de suas tarefas atuais

Referências

Nome, residência, profissão, telefone, e-mail

Pretensão salarial mínima

[Local e data]

[Assinatura]

Esta seção propõe uma reflexão sobre a diversidade característica da estrutura do mercado de trabalho no Brasil e das vias pelas quais os trabalhadores são selecionados. Afinal, um projeto de vida deve considerar não apenas os desejos do estudante, mas também as condições objetivas em que ele se inserirá no mercado e as tendências que se delineiam para o futuro.

TEXTO E CONTEXTO

Do primeiro texto, destacam-se: (1) a prevalência no país, entre as diferentes formas de inserção no mercado, das decorrentes de relações interpessoais (indicações) e de processos seletivos promovidos diretamente pelas empresas; e (2) a variabilidade dessa prevalência conforme o tipo de trabalho oferecido.

Como as pessoas encontram oportunidades de emprego hoje em dia? Quais são as antigas e as novas maneiras de se apresentar a um empregador?

- ▶ Você vai ler a seguir dois textos de perfis muito diferentes. O primeiro é o trecho de um relatório de pesquisa sobre trabalho na Região Metropolitana de São Paulo (RMSP) em 2009. O segundo é uma matéria jornalística que trata de um novo meio de realizar entrevistas de emprego: a videoconferência.

Chame a atenção da turma para essas diferenças e, recuperando o que foi visto anteriormente a respeito da família dos jovens, procure entender com que formas de inserção eles estão mais familiarizados: isso poderá ser proveitoso na próxima Vivência. A socióloga Nadya Araújo Guimarães publicou em 2012 um interessante estudo comparativo a respeito das formas de inserção no mercado de trabalho entre São Paulo, Paris e Tóquio, disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/nec/n93/n93a09.pdf>.

O segundo texto apresenta uma modalidade que, embora ainda pouco usual na seleção de trabalhadores, em especial para jovens sem Ensino Superior completo, tende a se tornar mais frequente. Além disso, abre espaço para a discussão de mudanças e permanências nos processos do mundo do trabalho e dos motivos para tanto.

Meios e requisitos para a obtenção de trabalho assalariado na Região Metropolitana de São Paulo

[...] No período investigado, a forma de inserção ocupacional predominante na RMSP era o assalariamento (76,3%), que incorporava parcela importante de trabalhadores na esfera produtiva privada (60,4%). Outro contingente significativo trabalhava no setor público (7,9%) e outro equivalente, nos domicílios, por meio do emprego doméstico (7,9%). Entre as demais inserções, sobressai a organização do próprio negócio e/ou empreendimento (22,0%), que inclui os trabalhadores por conta própria, empregadores, donos de negócio familiar e profissionais universitários autônomos.

Para 51,7% dos assalariados no período de referência, o acionamento de rede de contatos pessoais (parentes, amigos, vizinhos, etc.) foi o meio de busca decisivo para a conquista do posto de trabalho atual. Em sequência, os meios mais utilizados para a obtenção de emprego foram o contato direto com o empregador (33,4%) e o engajamento em concursos públicos (8,1%).

A proporção de assalariados que se inseriram no posto de trabalho atual por meio de estruturas especializadas para a intermediação da força de trabalho foi de 6,3%. Entre eles, a parcela que se utilizou de agências privadas de emprego e estágio para tanto (5,1%) superou a dos que se valeram da rede de intermediação pública (1,2%).

As organizações comunitárias e os sindicatos, por sua vez, possuem importância ainda menor como intermediários da procura por trabalho: apenas 0,5% dos trabalhadores assalariados afirmaram ter obtido o posto de trabalho atual por esses meios.

Os empregados domésticos compõem o segmento ocupacional em que as redes de contatos pessoais apresentaram maior importância para a obtenção de seu atual emprego (89,4%). Para eles, essas redes são essenciais para a circulação de informações sobre disponibilidade de vagas e o perfil dos candidatos. Embora menor que a observada entre os empregados domésticos, a parcela de empregados do setor privado que se utilizou de contatos pessoais para viabilizar seu atual emprego é bastante expressiva (52,6%), contrariamente ao que ocorre no setor público, em que apenas 7,6% dos empregados utilizaram esse expediente para obter o atual emprego.

SEADE/DIEESE. Estratégias de procura de trabalho, uso do seguro-desemprego e qualificação profissional na Região Metropolitana de São Paulo. São Paulo, nov. 2009. Disponível em: www.seade.gov.br/produtos/midia/estudos-ped/rmsp/pe_2009_blocog.pdf. Acesso em: 14 jan. 2020.

CONHEÇA TAMBÉM

Parasita (2019), de Bong Joon-ho. Um jovem é indicado para dar aulas particulares de inglês à filha de um rico executivo, mas forja um currículo falso por não ter a qualificação necessária. Ele logo consegue empregar seus familiares em outras atividades da casa, mas um acontecimento inesperado põe em risco toda a farsa.



Reprodução/Pandora Filmes

Sucesso em entrevistas de emprego *on-line* envolve algumas particularidades

Os processos seletivos estão ganhando cada vez mais agilidade ao se unirem à tecnologia. Um exemplo disso é o crescimento das entrevistas por videoconferência [...]. Esse formato possibilita a redução dos custos e do tempo, beneficiando às empresas e também aos candidatos, que não precisam se locomover até a empresa contratante. Se você ainda não passou por uma entrevista nesse modelo é melhor começar a se preparar, pois em breve você pode ser convidado a se apresentar dessa forma. [...]

Escolha um local adequado

Uma das estratégias da entrevista por videoconferência é ver o candidato mais à vontade, já que eles costumam estar em casa. Porém, é aí que moram algumas armadilhas, afinal o ambiente em que você mora pode dizer muito sobre você.

Então, se assegure de escolher um local com fundo limpo, neutro, bem iluminado e agradável para o momento da entrevista – e de preferência sem acesso de outras pessoas da casa.

Certifique-se de que ninguém vai aparecer durante a conversa, nem o seu cachorro ou gato, evitando ruídos e interrupções, e não se esqueça de ser pontual com o horário marcado.

Verifique os equipamentos

Imagino que você vá se preparar e estudar a empresa e a vaga antes, então nada mais chato do que após toda essa dedicação ter sua entrevista comprometida por falhas técnicas.

Nada pior do que fazer uma entrevista com uma câmera e áudio de péssima qualidade ou uma conexão instável. Teste antes o desempenho do seu computador, a qualidade da *webcam*, a captação de áudio e também a conexão de internet. Você pode testar esses equipamentos ligando para um amigo ou alguém da família.

Cuidado com o *login* de acesso

Nunca use nomes de usuário e *logins* com apelidos ou temas polêmicos. Caso você não tenha algum com o seu nome, vale criar um novo perfil para usar profissionalmente.

Cuide da sua imagem pessoal

Um dos maiores erros é acreditar que por estar em casa não é necessário vestir roupas formais. Não esqueça de escolher roupas compatíveis com a vaga. Uma dica é evitar roupas brancas, que tendem a brilhar nos vídeos, incomodando a visão do recrutador.

Tenha documentos importantes por perto

Tenha no seu computador toda a documentação que possa ser de utilidade para a entrevista, como o seu CV, certificações de cursos relevantes, entre outros.

Além de tudo isso, não esqueça de relaxar, respirar fundo, ser você mesmo e manter o foco e uma boa comunicação para que seus talentos sejam vistos e você conquiste a vaga que deseja. [...]

ESTEVES, Sofia. Revista *Exame*. São Paulo, 12 ago. 2019. Disponível em: <https://exame.abril.com.br/carreira/se-ainda-nao-passou-por-entrevista-de-emprego-neste-modelo-prepare-se>. Acesso em: 15 dez. 2019.

REFLETIR E ARGUMENTAR

1. Na Região Metropolitana de São Paulo, em 2009, a maneira mais comum de encontrar emprego era por meio de contatos pessoais e, em seguida, por meio do contato direto com o empregador. Os contatos pessoais são mais frequentes principalmente para trabalhadores domésticos.
1. Com base no primeiro texto, o que é possível dizer sobre a procura de emprego na região pesquisada?
2. Pense em familiares e conhecidos seus que estão empregados: a forma como eles encontraram trabalho foi semelhante ou diferente da mais observada na pesquisa? *Resposta pessoal.*
3. De acordo com a reportagem, as entrevistas de emprego realizadas por videoconferência estão se tornando mais comuns. Em sua opinião, o candidato tem maior ou menor facilidade para expressar suas habilidades ao entrevistador usando essa forma de recrutamento? Justifique. *Resposta pessoal.*
4. Em que aspectos a videoconferência pode favorecer o acesso de candidatos a uma oportunidade de emprego? E em quais pode ser desfavorável?
5. Que exigências costumeiras do mundo do trabalho lhe parecem desnecessárias? Por que você acredita que elas seriam dispensáveis e por que acha que elas continuam sendo pedidas em processos seletivos? *Resposta pessoal.*

4. *Resposta pessoal.* Algumas respostas possíveis: facilita a participação de pessoas que moram longe do possível trabalho; dificulta a participação de quem não dispõe de equipamentos e conexão à internet com qualidade suficiente para a entrevista transcorrer de maneira adequada.

VIVÊNCIA

Orientar os estudantes sobre posturas e detalhes que costumam ser considerados no momento de uma entrevista de emprego, retomando o que já foi visto na seção *Texto e contexto*: por exemplo, estar adequadamente vestido e limpo, ser pontual, cordial, além de apresentar características como originalidade, proatividade, honestidade e atenção com a linguagem, entre outras.

Organize a turma de maneira que se mantenha o máximo de silêncio durante cada entrevista: os comentários dos observadores devem ser anotados e só depois compartilhados. Se julgar interessante, promova antes da simulação uma atividade

de relaxamento ou descontração, para que os mais tímidos se sintam menos constrangidos ao serem observados.

É importante que, na representação, os estudantes saibam diferenciar o caráter ficcional da cena e a veracidade necessária às

ENTREVISTA DE EMPREGO informações a serem apresentadas. A prática e a reflexão sobre a apresentação de si, importante

para a inserção no mundo do trabalho, devem andar lado a lado com a

fidedignidade do que se informa sobre si a um empregador.

Como você se prepararia para uma entrevista de emprego? Você já se pôs no lugar de quem é responsável por selecionar alguém para um trabalho?

Uma simulação de entrevista é um recurso interessante para praticar e ter a possibilidade de uma avaliação crítica por parte de si mesmo e de outras pessoas. **Comunicação, empatia e cooperação** e **trabalho e projeto de vida** são as três competências principais trabalhadas nesta vivência.

OBJETIVO

Identificar comportamentos e atitudes adequados a uma entrevista de emprego.

MATERIAL

▶ papel sulfite

▶ lápis

▶ fichas de trabalho da Vivência anterior

DESCRIÇÃO

A turma vai se dividir em dois grupos: os estudantes do grupo A representam os entrevistados e os do grupo B, os recrutadores. De posse da carta de apresentação, do currículo e da ficha de solicitação de emprego construídos na vivência anterior, os integrantes do grupo A discutem entre si a postura adequada a quem comparece a uma entrevista de emprego.

Os integrantes do grupo B, que representam os recrutadores, devem decidir em conjunto como deve ser conduzida a entrevista e quais aspectos devem ser observados nos entrevistados.

Você vai formar dupla com um colega, sendo um o entrevistado e o outro, o recrutador. Enquanto você desempenha seu papel, os demais estudantes vão observar e fazer anotações dos pontos que chamarem a atenção.

PARA CONCLUIR

Quando todas as duplas tiverem feito suas apresentações, discuta com a turma:

1. O que você acha que pode interferir favoravelmente em uma entrevista de emprego? E desfavoravelmente?
2. Que expectativas você tem em relação a esse tipo de entrevista?
3. Que medos você tem em relação a esse tipo de entrevista?
4. Que sentimentos a atividade despertou em você?
5. O que você aprendeu com ela?





Imagem do evento Minha Vaga por Direito, promovido por mutirão de empregabilidade para pessoas com deficiência, em São Paulo, 2019.

Esta seção põe em diálogo dois textos com perspectivas bastante diferentes. O primeiro deles, do *Jornal do Commercio*, apresenta conselhos para jovens que se iniciam em estágios, considerando alguns desafios recorrentes do mercado de trabalho atual e características que os entrevistados identificam com a juventude. Há outra matéria do mesmo jornal que trata da crescente insatisfação dos jovens com os empregos, disponível em: <https://jconline.ne10.uol.com.br/canal/economia/concurso-e-emprego/noticia/2014/11/03/profissionais-preferem-esconder-insatisfacao-com-o-trabalho-e-buscam-novo-emprego-154253.php>. Acesso em: 30 jan. 2020. Uma possibilidade de trabalho é lê-la em sala e relacioná-la com o que os estudantes viram anteriormente sobre diferenças entre gerações e sobre profissões.

TEXTO E CONTEXTO

Com as mudanças no mundo do trabalho, as descrições de vagas costumam exigir dos candidatos não só mais habilidades, mas também a capacidade de lidar com tarefas diferentes. Ser criativo e versátil e, ao mesmo tempo, manter a atenção e a concentração é um enorme desafio — para alguns estudiosos, quase impossível. Verifique se eles sabem a diferença entre estágio e emprego formal. Para mais informações a respeito, você pode compartilhar a matéria disponível em: <https://folhadrigida.com.br/>

- ▶ Leia a seguir, primeiro, uma matéria sobre as expectativas de empregadores em relação a quem ingressa no mercado. Em seguida, leia o trecho de um livro do filósofo sul-coreano Byung-Chul Han. Para ele, vivemos hoje na sociedade do desempenho, na qual aprendemos a nos cobrar cada vez mais pela produtividade no trabalho. empregos/especiais/por-que-estagio-nao-e-emprego-entenda-as-diferencas-entre-as-funcoes. Acesso em: 30 jan. 2020.

O segundo texto é um trecho de um ensaio filosófico sobre as exigências da sociedade capitalista e o excesso de informação e estímulos. O autor mostra como as novas

Jovens profissionais precisam de atenção para não sabotar carreira

Triagem de currículo, teste *online*, provas presenciais, dinâmica de grupo, conversa com profissional de RH e entrevista com futuro gestor. Tantas são as etapas de uma seleção de estágio, principalmente nas grandes empresas, que até parece que o trabalho já começou. E, de certa forma, é melhor mesmo encarar assim. Nesse período de crise econômica — com o desemprego atingindo 11,1 milhões de brasileiros no primeiro trimestre de 2016, segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) —, os jovens são a faixa etária mais atingida pela falta de vagas. Por isso, os recém-contratados vão precisar ralar muito mais e estar atentos à postura profissional para não transformar a oportunidade em experiência negativa e acabarem sendo malvistas na empresa.

Na opinião do diretor de Jovens Talentos da Associação Brasileira de Recursos Humanos (ABRH-PE), Paulo Carvalho, um dos principais erros que os estagiários cometem quando acabam de chegar em uma empresa é acreditar que, por dominarem línguas estrangeiras ou terem experiências extracurriculares interessantes, como um intercâmbio , já sabem de tudo. “Essas experiências devem servir para abrir a mente do estagiário, criando uma nova visão de mundo e aumentando sua flexibilidade, em vez de torná-lo uma pessoa pouco disposta a aprender”, comenta.

O jovem também não pode acreditar que, por já apresentar esses diferenciais, o chefe vai confiar a ele tarefas grandiosas no primeiro mês de trabalho. “É normal que, no começo, o estagiário desempenhe atividades burocráticas, porque o gestor ainda não o conhece o suficiente nem sabe qual o seu grau de responsabilidade. Uma carreira, afinal, é construída tijolo por tijolo. A confiança tem de ser conquistada”, completa Carvalho.

Nesse sentido, a melhor ferramenta para fazer com que o gestor acredite na sua capacidade é ser proativo. “Mostre que sabe executar as tarefas que foram delegadas com responsabilidade e dentro do tempo previsto para realizá-las. Depois, solicite novas tarefas”, ensina Carvalho. Assim, o superior verá que o profissional cumpre o que é confiado a ele, podendo assumir responsabilidades mais complexas. [...]

Flexibilidade também é necessária para começar com o pé direito tanto no relacionamento com gestor e colegas de trabalho quanto em relação a mudanças em processos ou sistemas. “Quem está começando precisa saber como trabalhar em conjunto e ouvir o outro. Além disso, estamos vivendo num mundo dinâmico. Então, o estagiário não pode adotar uma postura rígida contrária a mudanças, sejam tecnológicas, sejam operacionais. A melhor forma é dialogar”, aponta o diretor. [...]

JC ONLINE. Recife, 2 maio 2016. Disponível em: <https://jconline.ne10.uol.com.br/canal/economia/concurso-e-emprego/noticia/2016/05/02/jovens-profissionais-precisam-de-atencao-para-nao-sabotar-carreira-233767.php>. Acesso em: 16 jan. 2020.

Triagem

seleção.

Intercâmbio

oportunidade de estudo ou estágio em outra instituição ou em outra cidade, estado ou país, por tempo determinado.

demandas alteram a maneira como pensamos e agimos, nem sempre de maneira positiva. Por ser um texto mais denso, verifique se a turma compreendeu, fazendo uma leitura conduzida. Você pode também propor uma discussão a respeito do que seria o “bem viver”, proposto em contraposição à situação atual. A atividade 5 apresenta situações-problema derivadas do confronto, visto nos textos, entre iniciativa própria como característica positiva e os riscos do excesso de cobrança a si mesmo. A turma provavelmente proporá soluções díspares para cada situação. Procure identificar com os estudantes as preocupações mais comuns que aparecerem nessas respostas e destacar a necessidade do bom diálogo com o outro para propor soluções e melhorar o convívio, evitando seja a busca por competição, seja a anulação de si.



Team Oktopus/Shutterstock

1. Abertura ao aprendizado, capacidade de cumprir tarefas independentemente do gosto do trabalhador, proatividade e flexibilidade para trabalhar em equipe e aceitar mudanças.

Sociedade do cansaço

O sujeito de desempenho está livre da instância externa de domínio que o obriga a trabalhar ou que poderia explorá-lo. É senhor e soberano de si mesmo. Assim, não está submisso a ninguém ou está submisso apenas a si mesmo. [...] A queda da instância dominadora não leva à liberdade. Ao contrário, faz com que liberdade e coação coincidam. Assim, o sujeito de desempenho se entrega à liberdade coercitiva ou à livre coerção de maximizar o desempenho. O excesso de trabalho e desempenho agudiza-se numa autoexploração. Essa é mais eficiente que uma exploração do outro, pois caminha de mãos dadas com o sentimento de liberdade. [...]

O excesso de positividade [na sociedade] se manifesta também como excesso de estímulos, informações e impulsos. Modifica radicalmente a estrutura e a economia da atenção. Com isso, se fragmenta e destrói a atenção. Também a crescente sobrecarga de trabalho torna necessária uma técnica específica relacionada ao tempo e à atenção, que tem efeitos novamente na estrutura da atenção. A técnica temporal e de atenção *multitasking* (multitarefa) não representa nenhum progresso civilizatório. A multitarefa não é uma capacidade para a qual só seria capaz o homem na sociedade trabalhista e de informação pós-moderna. Trata-se antes de um retrocesso. [...] Trata-se de uma técnica de atenção, indispensável para viver na vida selvagem.

Um animal ocupado no exercício da mastigação de sua comida tem de ocupar-se ao mesmo tempo também de outras atividades. Deve cuidar para que, ao comer, ele próprio não acabe comido. Ao mesmo tempo tem de vigiar sua prole e manter o olho em seu(sua) parceiro(a). Na vida selvagem, o animal está obrigado a dividir sua atenção em diversas atividades. Por isso, não é capaz de aprofundamento contemplativo [...] no que tem diante de si, pois tem de elaborar ao mesmo tempo o que tem atrás de si. [...] A preocupação pelo bem viver, à qual faz parte também uma convivência bem-sucedida, cede lugar cada vez mais à preocupação por sobreviver.

HAN, Byung-Chul. *Sociedade do cansaço*. Petrópolis: Vozes, 2017. p. 29-33.

3. As pessoas não têm tempo para se aprofundar, pois é preciso tomar as decisões rapidamente e em paralelo a outras atividades, então perde-se a capacidade de contemplar o que há diante de si.

REFLETIR E ARGUMENTAR

1. Segundo a matéria jornalística, quais são as características esperadas de um estagiário?
2. Vivemos cercados de cada vez mais estímulos e informação. Quais são os pontos positivos e os negativos disso para o indivíduo? **Resposta pessoal.**
3. De acordo com Byung-Chul Han, a exigência de realizar múltiplas tarefas ao mesmo tempo faz com que nosso cérebro aja como o dos animais selvagens. Por que isso seria um retrocesso?
4. Você se considera uma pessoa capaz de realizar muitas tarefas ao mesmo tempo? Como você avalia sua capacidade de manter a atenção e o foco? **Resposta pessoal.**
5. Converse com os colegas, em grupos, sobre o que faria para resolver as seguintes situações:
Resposta pessoal.
 - a) Está sobrecarregado de tarefas e percebe que provavelmente não conseguirá executá-las com a mesma qualidade.
 - b) Recebe orientações para executar uma tarefa de determinada maneira, que exigirá também o trabalho de outras pessoas, mas acredita que seria possível fazer mais rapidamente de outra maneira, sozinho.
6. Faça uma autoavaliação das atividades da seção com a turma, buscando localizar que competências da BNCC foram mobilizadas. **Esta seção articula uma série de competências, em especial 2, 6, 7, 8, 9 e 10.**

Agudizar

tornar mais acentuado.

CONHEÇA TAMBÉM

O trabalho no Brasil é regido pela Consolidação das Leis do Trabalho, instituída pelo Decreto n. 5 452, de 1º de maio de 1943. Essa legislação foi consideravelmente modificada pela Lei n. 13 467, de 13 de julho de 2017. A redação atual está disponível em: www.planalto.gov.br/ccivil_03/Decreto-Lei/Del5452.htm. Já o estágio dos estudantes é regulamentado pela Lei n. 11 788, de 25 de setembro de 2008, disponível em: www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2008/lei/11788.htm. Acesso em: 20 jan. 2020.

INTEGRANDO SABERES

As atividades são uma oportunidade para sistematizar o que foi visto ao longo do capítulo e elaborar um produto compartilhável que apresente o ponto de vista daqueles que estão mais próximos do contexto em que os estudantes vivem. Procure exibir a reportagem em sala, para que possa esclarecer eventuais dúvidas da turma – por exemplo, a palavra *networking*, que será mais explorada na seção seguinte. Caso os estudantes não saibam manusear programas de edição de vídeo e a escola não conte com um professor ou monitor de informática, eles podem simplesmente apresentar os depoimentos um em seguida do outro.

Neste capítulo você viu algumas das habilidades e competências exigidas pelo mundo do trabalho que costumam ser avaliadas em processos seletivos. A preparação para participar de um processo seletivo se relaciona com nossos objetivos e interesses pessoais, ou seja, com nosso projeto de vida. Por essa razão, implica organização e planejamento.

Você também viu que as transformações no mundo do trabalho abrem novas possibilidades, mas demandam adaptações e impõem desafios e dificuldades.

▶ Agora é sua vez de integrar todos esses conhecimentos para refletir sobre suas escolhas e aprender a relacioná-las com o mercado de trabalho. Além das competências argumentação e trabalho e projeto de vida, você vai mobilizar conhecimento, comunicação e cultura digital.

1) Assista com a turma a uma reportagem sobre mudanças no mundo do trabalho, disponível em: <https://globoplay.globo.com/v/6220391> (acesso em: 15 jan. 2020). Em seguida, observe a tirinha de Laerte, que brinca com a concentração de tarefas diferentes nas mãos de um mesmo profissional.



© Laerte/Acervo da cartunista

Tirinha de Laerte.

Se achar conveniente, faça uma primeira avaliação e devolutiva dos roteiros de questões antes de os estudantes conduzirem as entrevistas.

O produto da atividade – seja ele audiovisual, seja uma reportagem escrita – pode ser publicado nas redes sociais ou em um *blog* da turma, o que ampliará o alcance e envolverá a comunidade. A possibilidade de promover uma sessão aberta também é interessante para reforçar esses laços e dar aos estudantes mais perspectivas a respeito do resultado final.

2) Discuta, em grupo, de que modo as mudanças no mercado podem impactar a entrada dos jovens no mundo do trabalho. Pense, principalmente, no que muda para: 1) a execução de cada trabalho; 2) os trabalhadores; 3) os empresários. Registre as informações discutidas no caderno e depois compartilhe-as com o restante da turma.

3) Em um grupo com quatro colegas, você vai produzir um material sobre as transformações do trabalho na região de sua escola.

4) Com um celular, uma câmera ou um computador, você vai gravar depoimentos de jovens adultos que você conheça a respeito do impacto dessas mudanças na preparação profissional e na busca por um trabalho.

- 5) Antes das entrevistas, elabore com os colegas um roteiro inicial de perguntas. Você pode formular outras, de improviso, durante o depoimento.
- 6) Caso não disponha de equipamento para gravar vídeo, você pode entrevistar essas pessoas, anotar as respostas e selecionar trechos para escrever uma reportagem a ser publicada na internet, na plataforma que você e a turma preferirem.
- 7) Organize com os colegas uma sessão de exibição dos vídeos ou de leitura das reportagens. Essa sessão pode ser aberta à comunidade. Em seguida, discuta com o público que comparecer à sessão os pontos de maior interesse.



Edson Sato/Pulsar Imagens

Crianças guarani-kaiowá assistem a filme em escola municipal em Amambaí, Mato Grosso do Sul, 2012.



Luciana Whitaker/Pulsar Imagens

Alunos do Ensino Médio do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia, em Tangará da Serra, Mato Grosso, 2018.

CONHEÇA TAMBÉM

Dois dias, uma noite (2015), de Jean Pierre e Luc Dardenne. Sandra é uma operária que vê seu emprego em risco quando seus colegas de trabalho aceitam receber um bônus em troca de sua demissão. Ela terá pouco tempo para convencê-los da injustiça da decisão e reverter o acordo.



Reprodução/Imovision



VIVÊNCIA SÍNTESE

Esta vivência oferece à turma a oportunidade de pensar o mundo do trabalho como uma rede de relações em que os trabalhadores podem auxiliar uns aos outros no desenvolvimento profissional, e não apenas como um ambiente com tarefas a serem cumpridas individualmente. Da mesma maneira, as etapas ilustradas pelo infográfico não devem ser lidas apenas como deveres, mas também ser objeto de reflexão sobre valores e posturas demandados pela sociedade e

apresentados pelo indivíduo.

Os estudantes dessa faixa etária certamente têm experiências muito distintas em relação ao mercado

de trabalho: alguns talvez já tenham passado por mais de um emprego, enquanto outros ainda não se iniciaram. A ideia desta vivência é que eles reflitam, por meio da prática, sobre a apresentação de si e a construção e manutenção de vínculos no mundo profissional, e não que saiam com uma rede pronta a ser acionada.

A REDE DE CONTATOS

Você viu ao longo deste capítulo que, para além das habilidades e dos conhecimentos, a inserção e permanência no mundo do trabalho requer o contato com outras pessoas.

No vídeo indicado na seção *Integrando saberes*, falou-se sobre *networking*, palavra inglesa que significa “fazer uma rede de contatos”. Ter uma rede de contatos é importante tanto para trocar experiências sobre sua profissão como para conseguir novas oportunidades de trabalho. Ela deve ser construída com cuidado e acompanhá-lo ao longo de toda a carreira.

A construção uma rede de contatos está diretamente relacionada à competência **trabalho e projeto de vida**, mas também a **cultura digital** e **empatia e cooperação**. Vamos ver como isso funciona?

OBJETIVO

Reconhecer a importância de manter boas relações interpessoais no mundo do trabalho. Começar a construir uma rede de contatos profissionais.

MATERIAL

- ▶ folha de papel sulfite
- ▶ caneta
- ▶ acesso a internet

DESCRIÇÃO

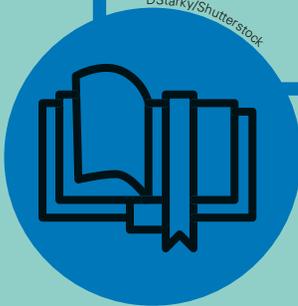
Observe o infográfico da página ao lado. Ele sintetiza os passos para construir uma rede de contatos. Agora que você já conhece a importância do *networking* para sua carreira e os procedimentos para construí-lo, é hora de dar os primeiros passos para montar sua rede de contatos. Veja os itens a seguir e anote as respostas na folha de papel.

1. Você tem perfis em redes sociais na internet? Quais? Pesquise que rede social é a mais adequada para manter um perfil profissional.
2. Liste as informações que você considera importante divulgar em uma rede social profissional.
3. Reflita sobre as informações que você publica nas demais redes sociais e responda de que maneira elas podem influenciar em seu perfil profissional.
4. Selecione as pessoas que você pode contatar para alimentar sua rede de contatos.
5. Anote as informações importantes que você descobriu sobre o setor de trabalho que lhe interessa ao navegar pelas redes sociais.

PARA CONCLUIR

Compartilhe as informações que você registrou com os colegas e o professor.

PARA CONSTRUIR SUA REDE DE CONTATOS

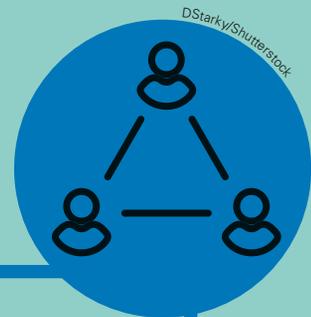


AMPLIE SEU CONHECIMENTO

Esteja aberto a aprender com seus pares, mas também compartilhe com eles o que você sabe. Para isso, mantenha-se atualizado sobre sua área de trabalho.

ACESSE OPORTUNIDADES E RETRIBUA

Sua rede de contatos pode ajudá-lo a ter acesso a oportunidades de trabalho, indicando-o para participar de processos seletivos e entrevistas. Você pode fazer o mesmo por outras pessoas, indicando aquelas que tenham as habilidades e competências profissionais necessárias para a vaga.



FREQUENTE EVENTOS DE SUA ÁREA

Participe de eventos de sua área de atuação, como palestras, oficinas e encontros. Esses eventos são boas oportunidades para conhecer profissionais relevantes para seus objetivos profissionais.

ATUALIZE SUAS INFORMAÇÕES PÚBLICAS

Mantenha contato com quem você já conhece atualizando redes sociais com informações sobre o que você tem feito profissionalmente. Seja atencioso em datas especiais e compartilhe informações e dicas.



ABRA-SE ÀS CONTRIBUIÇÕES DO OUTRO

Saiba se expressar e, acima de tudo, seja um bom ouvinte. Faça perguntas interessantes sobre as experiências de seu contato e não seja arrogante ao relatar suas conquistas. Evite falar mal de outros profissionais ou empresas.

RETOMADA

A autoavaliação é uma etapa fundamental nos estudos e também no desenvolvimento de um projeto de vida. Ela permite que você descubra o que está indo bem e o que é preciso aperfeiçoar.

- ▶ Agora que terminamos este capítulo, reflita sobre suas atitudes e seu aproveitamento nas aulas e nas atividades com o roteiro de autoavaliação a seguir. Registre as respostas no caderno. Ao fim, se considerar necessário, converse com o professor.

Para os critérios de avaliação, utilize a seguinte legenda: DT, desenvolvi totalmente; DP, desenvolvi parcialmente; DPD, desenvolvi parcialmente e com dificuldade; ND, não desenvolvi.

« Não escreva no livro »

AVALIAÇÃO: CAPÍTULO 8 - PROCESSO SELETIVO				
SEÇÃO/AÇÃO	DT	DP	DPD	ND
Começo de conversa: refleti sobre os desafios presentes na procura de trabalho.	///	///	///	///
Vivência 1: compreendi os principais instrumentos para dar início à busca por emprego.	///	///	///	///
Texto e contexto 1: compreendi a temática dos textos; refleti sobre os meios de inserção no mercado de trabalho e as posturas esperadas em processos seletivos; usei o que aprendi em situações do cotidiano.	///	///	///	///
Vivência 2: conheci melhor as expectativas presentes em uma entrevista de emprego; entendi a relação da busca por trabalho com os valores do mundo social; conheci melhor minhas expectativas e meus sentimentos sobre trabalho e processos seletivos.	///	///	///	///
Texto e contexto 2: compreendi a temática dos textos; refleti sobre as habilidades e competências esperadas dos jovens pelas empresas; compreendi as transformações nas atitudes esperadas e nas tarefas profissionais, bem como as dificuldades que podem decorrer disso; relacionei a temática do texto com minha atitude diante de processos seletivos e do mundo do trabalho; usei o que aprendi em situações do cotidiano.	///	///	///	///
Integrando saberes: refleti sobre uma situação do mundo do trabalho; aprendi com base na experiência do outro; utilizei os conhecimentos para planejar e avaliar possíveis caminhos de meu projeto de vida; trabalhei em equipe para elaborar um produto final que comunica a experiência de profissionais do meu entorno.	///	///	///	///
Vivência síntese: refleti sobre o processo de construir uma rede de relações profissionais; dei início a um planejamento de rede de contatos.	///	///	///	///

SÍNTESE DA AVALIAÇÃO	
O que considero mais significativo neste tema?	///
Que informações eu contaria para um colega sobre o tema?	///
Que outras informações eu gostaria de saber sobre o tema?	///
Aprendi a planejar minha atitude em contextos de seleção profissional considerando meus valores, as exigências apresentadas e o contexto em que vivo?	///

PARA SABER MAIS

Confira a seguir algumas sugestões de obras que trazem mais informação a respeito do mundo do trabalho e outras que despertam reflexões sobre as dificuldades enfrentadas nele.

- ▶ *Um senhor estagiário* (2015), de Nancy Meyers. Um *site* de moda passa a contratar idosos como estagiários para dar-lhes uma oportunidade de voltar ao mercado de trabalho. Um dos escolhidos, Ben, revela-se um valioso conselheiro para seus colegas e até auxilia a dona da empresa a pensar sobre o equilíbrio entre vida pessoal e profissional.



- ▶ *Superdicas para conquistar um ótimo emprego*, de Robert Wong. Saraiva, 2008. O livro dá respostas em linguagem simples e acessível a questões relacionadas a currículo, entrevista, oportunidades de emprego, entre outras.



- ▶ *Pela janela* (2017), de Carolina Leone. Após trabalhar por décadas em uma pequena indústria de reatores, Rosália é demitida. Sem poder contar com sua rotina e abalada emocionalmente, ela descobre um novo mundo quando seu irmão a convida para acompanhá-lo em uma viagem de carro.

- ▶ “Sou boy”, de Aguinaldo e Ted Gaz. Lançada em 1983 pela banda brasileira Magazine, a canção tem letra do *office boy* que trabalhava na gravadora da banda. Para escrevê-la, inspirou-se em sua rotina como trabalhador da função em uma metrópole.



O objetivo deste capítulo é tratar da educação financeira como possibilidade de planejamento do uso dos recursos tendo em vista não apenas a vida pessoal, mas também contextos coletivos e formas de viabilizar a ação cidadã. Nesse sentido, as ideias de desejo, sonho e plano são contrastadas à luz do mundo social: até que ponto usamos o dinheiro naquilo que realmente nos

CAPÍTULO 9 ▶ EDUCAÇÃO FINANCEIRA

interessa? Que medida estabelecer entre atendimento de necessidades, satisfação de desejos imediatos e investimento em projetos para o futuro?

COMEÇO DE CONVERSA

Ganhar dinheiro não é uma tarefa fácil. Quem já trabalha ou presta atenção nos adultos de sua família sabe disso. Por essa razão, é importante saber fazer bom uso dele.

Trataremos neste capítulo de alguns pontos relacionados ao dinheiro, por exemplo, como administrá-lo para que, no futuro, você possa usá-lo para alcançar seus objetivos sem dificuldades. Saber lidar com dinheiro auxilia no planejamento do futuro pessoal, garantindo qualidade de vida, e também do futuro da coletividade.

- ▶ Leia a letra da canção “Pecado capital”, de Paulinho da Viola, e observe com atenção a pintura do The 6th Floor Collective. No caderno, registre suas impressões a respeito da relação dessas obras com o uso do dinheiro. Depois, discuta suas impressões com a turma.

A letra da canção e a pintura abrem várias possibilidades de discussão com os estudantes sobre a relação que as pessoas estabelecem com o dinheiro, permitindo verificar o que eles conhecem a respeito do tema. Procure reproduzir a canção de Paulinho da Viola em sala antes de prosseguir com a leitura da letra. Explore com a turma os elementos, personagens e atitudes presentes na letra e na cena da pintura: ambos são protagonizados por figuras autocentradas, egocêntricas, que se deixam levar pela capacidade de consumo que o dinheiro proporciona e, com isso, ignoram o entorno. Trata-se, portanto, de um bom ponto de partida para abordar questões relacionadas a riqueza e ambição, poder de compra ou de influências em uma sociedade de classes, ilusões e desapontamento, imprevisibilidade e, em contrapartida, consumo responsável, cooperação, felicidade para todos etc.

Pecado capital

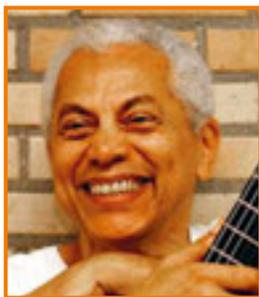
Dinheiro na mão é vendaval
É vendaval
Na vida de um sonhador
De um sonhador
Quanta gente aí se engana
E cai da cama
Com toda a ilusão que sonhou
E a grandeza se desfaz
Quando a solidão é mais
Alguém já falou
Mas é preciso viver
E viver não é brincadeira não
Quando o jeito é se virar
Cada um trata de si
Irmão desconhece irmão
E aí dinheiro na mão é vendaval
Dinheiro na mão é solução
E solidão

PECADO capital. Intérprete: Paulinho da Viola. Compositor: Paulinho da Viola.

In: PAULINHO da Viola.

Intérprete: Paulinho da Viola. [s.l.]: Odeon, 1975.

Ana Carolina Fernandes/Folhapress



O carioca **Paulinho da Viola** (1942-) é cantor, músico e compositor. Desde os anos 1960 é considerado um dos mais destacados sambistas brasileiros, tendo composto sucessos como “Coração leviano”, “Argumento” e “Foi um rio que passou em minha vida”. Também regravou, com sucesso, “Nervos de aço” e “Meu mundo é hoje”, entre outras canções clássicas.



Paisagem sem título da série *We're lovin' it* (Nós amamos isso) (2017), da dupla britânica The 6th Floor Collective, acrílica sobre tela (120 cm X 160 cm).

The 6th Floor Collective é o resultado do trabalho colaborativo da dupla de artistas visuais Polly Phipps-Holland e Tarek Salhany. Suas pinturas em tinta acrílica são críticas ao consumismo e à aceleração do mundo contemporâneo.



Reprodução/Cortesia: The 6th Floor Collective

- 1 > Você conhece pessoas próximas ou personalidades que poderiam ser identificadas com a mensagem da canção ou da pintura? *Resposta pessoal.*
- 2 > Quais são as principais dificuldades para usar o dinheiro ganho? *Resposta pessoal.*
- 3 > Você já fez alguma compra por impulso que depois o impediu de usar o dinheiro em algo mais importante? Relate. *Resposta pessoal.*
- 4 > Que tipo de controle de despesas você e seus familiares fazem? *Resposta pessoal.*
- 5 > Quais são as finalidades mais comuns dadas por seus familiares às economias?
- 6 > Discuta com os colegas os versos “Dinheiro na mão é solução/E solidão”.

VIVÊNCIA

A atividade tem por objetivo permitir aos estudantes uma percepção sobre os próprios gastos mensais, sensibilizando-os para o consumo responsável e para as atividades subsequentes que abordarão a relação entre despesas e receita.

Orienta os estudantes no sentido de que a construção da planilha constitui o primeiro passo da educação financeira, que é a etapa da conscientização, ou seja, saber como se gasta o

dinheiro. Não deixe de considerar que a tabela apresentada é apenas um modelo, a ser adaptado conforme a realidade dos estudantes: em um país diversificado social e geograficamente como o Brasil, os diferentes contextos com certeza farão variar

os tipos de despesa que as famílias têm.

É interessante realizar a atividade com a mediação de familiares. Não se pode esquecer que todos os gastos devem ser mencionados, inclusive as pequenas despesas. É preferível, porém, evitar o compartilhamento dos resultados em sala, na medida em que isso pode dar origem a constrangimentos decorrentes da disparidade de condições materiais das famílias dos estudantes.

Vimos no capítulo anterior algumas maneiras de se apresentar para uma empresa durante a busca por trabalho. Entretanto, além de garantir um rendimento, é preciso saber quanto dinheiro é necessário para custear suas despesas. *A ideia do Para concluir, aqui, é discutir impressões gerais sobre a existência de despesas, e não mencionar valores monetários.*

Você já parou para pensar em quanto você “custa” por mês? Nesta atividade, deve fazer um breve exercício para calcular as despesas de casa — mobilizando, assim, a competência **autonomia e cidadania**.

OBJETIVO

Aprender a organizar um orçamento pessoal e fazer um planejamento financeiro.

MATERIAL

- ▶ caderno
- ▶ lápis
- ▶ borracha
- ▶ calculadora

DESCRIÇÃO

Registre no caderno uma lista de todos os seus gastos, mesmo aqueles considerados muito pequenos. Consulte sua família, caso não tenha todas as informações necessárias. A ficha na página ao lado pode ser usada como modelo. Além de anotar os gastos realizados, não se esqueça de projetar suas necessidades futuras.

PARA CONCLUIR

1. Sua família costuma fazer compras a prazo? Quais são as vantagens e as desvantagens desse recurso? *Resposta pessoal.*
2. Quando conseguem poupar dinheiro, em que você e seus familiares usam as economias? *Resposta pessoal.*
3. Existe alguma despesa que você acha que poderia ser reduzida? Justifique. *Resposta pessoal.*

ORÇAMENTO PESSOAL

« Não escreva no livro »

Mês

DESPESAS FIXAS

DESCRIÇÃO

VALOR

FORMA DE PAGAMENTO

Aluguel/prestação da casa

Água

Luz

Gás

Telefone/internet

Alimentação

Transporte

Outros

SUBTOTAL

DESPESAS EVENTUAIS

DESCRIÇÃO

VALOR

FORMA DE PAGAMENTO

Passeios (parque, cinema, etc.)

Lanche na escola

Itens pessoais (roupas e acessórios)

Viagens

Outros

SUBTOTAL

TOTAL

Os textos desta seção tratam de aspectos de um elemento fundamental para o desenvolvimento de um projeto de vida: a felicidade. Com base neles, os estudantes poderão refletir sobre nossa postura diante do mundo – das pessoas e dos bens – e os sentimentos a que nossas ações atendem. Retoma-se, aqui, a discussão sobre escolhas, já presente no capítulo 7. No texto verbal, o uso das redes

sociais é o mote para falar dos excessos na apresentação de si e na insegurança despertada pelo contato com a imagem que os outros projetam de si mesmos em seus perfis. Na tirinha, a discussão pode girar em torno de valores que fazem sentido e são importantes para guiar as escolhas de cada um, algo diferente da simples imitação de comportamentos coletivos.

O que é felicidade para você? Você acredita que a opinião dos outros é importante para garantir a felicidade? Quanto a nossas opiniões sobre nós mesmos, elas ajudam ou atrapalham?

Opiniões influenciam na escolha do que consumimos, fazemos e mostramos ao mundo. Para desenvolver um projeto de vida que se sustente, precisamos entender o peso dessas opiniões a fim de fazer escolhas conscientes. *Ao conduzir a atividade e verificar as respostas, observe se os jovens seguem as idades mínimas de acesso às redes sociais. Você pode ler mais a respeito em matéria da Folha de S. Paulo disponível em:*

- ▶ Leia a seguir um trecho de um texto de Mario Sergio Cortella e uma tirinha do cartunista Alexandre Beck. Depois, discuta as questões relacionadas com os colegas, usando a competência **argumentação**.

Felicidade: uma presença eventual, um desejo permanente

Simulacro

imitação.

Fruição

ato de aproveitar ou usufruir realmente de alguma coisa.

Like, unlike

palavras em inglês para “curtir” e “descurtir”, muito usadas em redes sociais virtuais.

[...] Se vale a ideia de Tom Jobim de que é impossível ser feliz sozinho, o mundo digital, em que as pessoas estão conectadas e compartilhando informações quase o tempo todo, seria o reino da felicidade? Não é bem assim.

É inegável que há um exibicionismo muito forte no universo das redes sociais, como se a pessoa devesse dar satisfação aos outros. Há a impressão de que se alguém não mostra que está na praia, em uma cidade encantadora ou que está comendo um prato absolutamente delicioso, pode ser que as pessoas a admirem menos. Isso também decorre de um problema de autoafirmação que alguns têm. Há um tipo de postagem da foto de uma paisagem ou de um prato, que é uma partilha, em que o subtexto é: “Queria tanto que você estivesse aqui comigo”. Há uma outra postagem que é só exibição: “Olha aqui onde eu estou, ó” “Olha como eu sou feliz. Não vai esquecer, hein?”.

Essa ideia de uma partilha exibicionista segue a lógica de que “Eu sou feliz, mas preciso mostrar e alguém tem que dizer que curtiu. Isso faz com que eu me sinta mais apreciado”. Mas o fato de eu me sentir apreciado não significa que eu esteja vivendo um momento com essa condição. Há pessoas que têm muito mais alegria em mostrar o que estão comendo do que na degustação daquele prato. Nessa hora é muito mais simulacro do que de fato uma fruição. A pessoa precisa identificar se o que ela gosta é fazer o que faz, ou é mostrar o que está fazendo.

Essa vida pautada por likes e unlikes é muito estranha. E há pessoas que se sentem muito infelizes porque postam como se atirassem uma garrafa ao mar com um bilhete dentro e ele não volta. Há algo equivocado quando você começa a medir o seu nível de felicidade possível pelo número de seguidores que tem e, mais do que isso, chamá-los de “amigos”. <https://www1.folha.uol.com.br/equilibrioesaude/2018/04/com-que-idade-as-criancas-devem-acessar-redes-sociais.shtml> (acesso em: 3 fev. 2020).

A ideia de que eu preciso estar sendo visto para poder ser feliz, isto é, o anonimato como sendo resultante de um desprezo, de um abandono, pode, sim, nesse mundo digital, infelicitar as pessoas. Não é casual que as redes sociais tenham aumentado as perspectivas de suicídio em algumas sociedades. Se a pessoa não se sentir reconhecida, lembrada, gostada, pode ser conduzida à infelicidade profunda, que chega à tristeza e à depressão.

Mas há pessoas que conseguem nas redes conectar coisas que as deixam felizes, mesmo que por um tempo, como é a felicidade. Encontrar a sua turma de ginásio, depois fazer uma reunião...

Esse pode ser um mote para debate, na medida em que a não observância desse critério (ou seja, mentir a idade para usar determinada rede social) é sintomática da adesão dos jovens ao estímulo à hiperconectividade e à exposição intensiva da vida pessoal.

CORTELLA, Mario Sergio. Felicidade: uma presença eventual, um desejo permanente. In: BETTO, Frei; BOFF, Leonardo; CORTELLA, Mario Sergio. *Felicidade foi-se embora?* Petrópolis: Vozes, 2016, p. 109.



Leonardo Benassaff/Futura Press

O paranaense **Mario Sergio Cortella** (1954-) é educador e filósofo. Autor de dezenas de livros, chegou a ser monge antes de voltar-se à docência universitária. Foi secretário de Educação da cidade de São Paulo no início dos anos 1990.

A preocupação com a popularidade e o estímulo ao consumo com fins de exibição são temas da atualidade particularmente sensíveis aos jovens. Em linhas gerais, a educação financeira contrapõe-se ao consumismo ao defender um planejamento de despesas e o hábito da poupança para viabilizar sonhos (e não desejos imediatos).

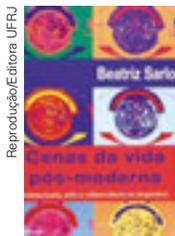


Tira do Armandinho, de Alexandre Beck.



Fernando Evangelista/Acervo do cartunista

O catarinense **Alexandre Beck** (1972-) é cartunista, agrônomo e ativista ambiental. Publica seus cartuns e tirinhas desde 2002 na imprensa. Em 2009, criou o personagem que o tornou conhecido em todo o país: Armandinho, um garoto bastante questionador.



Reprodução/Editora UFRJ

CONHEÇA TAMBÉM

Cenas da vida pós-moderna, de Beatriz Sarlo (Rio de Janeiro: UFRJ, 1997). Escrito em 1994, esse livro da ensaísta argentina já trazia discussões atuais sobre temas como a influência do consumismo e dos *shopping centers* na vida das cidades.

REFLETIR E ARGUMENTAR

1. Hoje em dia, as redes sociais virtuais fazem parte do cotidiano da maioria das pessoas. Você costuma fazer postagens nessas redes? Quais delas você mais utiliza? **Resposta pessoal.**
2. As redes sociais virtuais são meios de interação entre seus usuários. Elas podem ser utilizadas para conversação, mas também para lazer, informação, manifestação e até para diversos fins profissionais. E você, costuma postar que tipo de conteúdo? **Resposta pessoal.**
3. Como a tirinha se relaciona com o texto e com o tema que estamos discutindo no capítulo? Você concorda com ela?
4. Você acredita que existe alguma relação entre o que Mario Sergio Cortella chama de exibicionismo nas redes sociais e comportamento consumista? Justifique e dê exemplos.
5. Há um ditado que diz: “Dinheiro não traz felicidade”. O que você pensa sobre essa afirmação? Discuta com colegas e familiares e registre suas conclusões no caderno. **Resposta pessoal.**

3. É esperado que os estudantes relacionem que algumas pessoas adotam um comportamento consumista e exibicionista na expectativa de que isso lhes traga felicidade, o que nem sempre acontece. A segunda parte da resposta é pessoal.
4. Resposta pessoal. Espera-se, entretanto, que os estudantes digam que sim, pela valorização da quantidade em detrimento da fruição (expectativa de *likes*, dar mais valor à exibição da coisa do que ao prazer que ela pode proporcionar). Por exemplo, mostrar viagens e pratos para afirmar sua felicidade diante dos outros.

Esta atividade propõe, com base na observação da realidade brasileira, um exercício de auto-observação crítica dos hábitos de consumo e de despesas dos estudantes. Além de apresentar uma dimensão importante da educação financeira, esta vivência introduz o debate sobre consumo responsável feito a seguir na seção *Texto e contexto*.

Conduza uma leitura coletiva do texto jornalístico. Verifique, antes de tudo, se os estudantes compreenderam a diferença entre estar endividado (ou seja, ter débitos a ser quitados) e estar com contas ou dívidas em atraso (a chamada inadimplência). Na etapa de compartilhamento de respostas, procure evitar que o debate se limite a uma comparação de resultados, como em um *quiz*. A ideia é que os estudantes percebam que, quanto mais itens tiverem assinalado afirmativamente, menos controle têm de seu comportamento de consumo e, provavelmente, menos segurança terão a respeito de suas finanças no futuro.

PERFIL DE CONSUMO

A maior parte das famílias brasileiras tem dívidas a pagar. Uma série de modalidades de empréstimo de valores ou de pagamento de bens, como cartões, cheques e financiamentos, possibilita que essas pessoas adquiram coisas que elas não poderiam pagar à vista.

Porém, praticamente uma de quatro famílias brasileiras tem dívidas ou contas em atraso. Muitas vezes isso ocorre quando algum integrante da família fica desempregado ou quando a renda é insuficiente para custear as despesas básicas. No entanto, também ocorre de pessoas ficarem inadimplentes por não planejar suas despesas e consumir por impulso.

A notícia a seguir relata a situação da dívida das famílias brasileiras.

Percentual de famílias com dívidas sobe pelo nono mês seguido e chega a 65,1%, diz CNC

Já a fatia de famílias com contas em atraso aumentou pelo terceiro mês consecutivo para 24,5%.

O endividamento das famílias registrou a nova alta consecutiva em setembro [de 2019], de acordo com pesquisa mensal divulgada nesta quinta-feira (3) pela Confederação Nacional do Comércio de Bens, Serviços e Turismo (CNC). No mês passado, o percentual de famílias com dívidas no país alcançou 65,1%, ante 64,8% em agosto. Trata-se do maior percentual desde julho de 2013 (65,2%). [...]

O indicador considera dívidas os compromissos assumidos com cheque pré-datado, cartão de crédito, cheque especial, carnê de loja, empréstimo pessoal, prestação de carro e seguro.

Já a fatia de famílias com dívidas ou contas em atraso aumentou pelo terceiro mês seguido, passando de 24,3% do total em agosto para 24,5% do total em setembro. Também houve aumento do percentual de famílias inadimplentes em relação a setembro de 2018 (23,8%).

O percentual de famílias que declararam não ter condições de pagar suas contas ou dívidas em atraso, por sua vez, aumentou para 9,6% em setembro, ante 9,5% no mês anterior. O indicador havia alcançado 9,9% em setembro de 2018. [...]

A proporção das famílias que se declararam muito endividadas ficou estável em 13,8%. Já a parcela que declarou estar mais ou menos endividada passou de 23,4% para 23,3%, e a parcela pouco endividada passou de 27,6% para 28% do total de famílias. [...]

O cartão de crédito foi mais uma vez apontado como o principal tipo de dívida por 79,5% das famílias endividadas, seguido por carnês (15,5%) e financiamento de carro (9,7%). [...]

G1, 3 out. 2019. Disponível em: <https://g1.globo.com/economia/noticia/2019/10/03/percentual-de-familias-com-dividas-sobe-pelo-9o-mes-seguido-e-chega-a-651percent-diz-cnc.ghtml>. Acesso em: 15 out. 2019.



E você? Como se comporta em relação aos hábitos de consumo? Esta vivência vai ajudá-lo a refletir sobre isso, mobilizando as competências **autoconhecimento e autocuidado** e **autonomia e cidadania**.

OBJETIVO

Perceber comportamentos e hábitos de consumo.

MATERIAL

- ▶ teste “Perfil de consumidor”
- ▶ caderno
- ▶ caneta

DESCRIÇÃO

Anote no caderno as situações do teste a seguir pelas quais você já passou. Então, some o número de situações anotadas.

Perfil de consumidor

◀ Não escreva no livro ▶

1. Comprou algum produto mesmo sem ter necessidade.
2. Comprou três produtos em promoção pelo preço de dois, mesmo precisando apenas de um.
3. Arrependeu-se de ter comprado um produto que usou uma única vez.
4. Saiu de casa sem a intenção de fazer compras e acabou comprando algo.
5. Comprou produtos ou serviços que já possuía.
6. Tem dificuldade de resistir a promoções que parecem imperdíveis.
7. Fez compras quando estava triste buscando se sentir melhor.
8. Costuma gastar mais do que ganha ou tem à disposição.
9. Pede dinheiro emprestado com frequência.
10. Sente que seu dinheiro é insuficiente para pagar as despesas.



AVIcon/Shutterstock

PARA CONCLUIR

Compare suas respostas com as dos colegas. Converse com eles e o professor sobre suas percepções e sentimentos ao realizar a atividade.

3. Muitas pessoas consomem para ter acesso a bens e serviços, o que é esperado para fazer parte da sociedade em que vivemos. Em contrapartida, o consumo feito de modo acrítico – em grande quantidade ou de determinados produtos – prejudica o meio ambiente e, por consequência, o bem-estar coletivo.

▶▶▶ TEXTO E CONTEXTO

Não há como aprender educação financeira sem entender o consumo. Para além da preocupação com o bom uso do dinheiro, consumir com responsabilidade significa, entre outras coisas, produzir menos lixo, valorizar o trabalho do outro, preferir itens que não agridam o meio ambiente e não consumir em excesso.

Leia este texto do professor de administração Thomaz Wood Junior e observe a obra do artista português Bordalo II. Então, responda às questões relacionadas (para isso, você recorrerá às competências **pensamento científico, crítico e criativo** e **argumentação**).

4. O consumo ético se relaciona com a preocupação das pessoas com a origem dos produtos ou com sua forma de fabricação, o que permite evitar práticas que agridam o meio ambiente e mesmo outras pessoas. Por exemplo, evitar consumir produtos fabricados com madeira explorada ilegalmente ou com mão de obra escravizada, evitar comprar carros que poluem o meio ambiente, dar preferência para alimentos orgânicos, entre outros.

Consumo, logo existo

O termo “sociedade de consumo” existe há décadas e o conceito de “consumismo” também não é coisa nova. O velho Marx (o alemão Karl, não o norte-americano Groucho) já afirmava que o capitalismo substituíra o valor intrínseco dos bens e serviços pelo valor de mercado: era o fetiche da mercadoria. Hoje, o conceito de consumismo é associado à compulsão pela posse e à identificação da pessoa com certos bens e serviços. Consumimos pão e água, circo e arte. Consumimos brinquedos chineses e carros alemães. Nas corporações, consumimos livros de autoajuda e ideias de segunda mão. Consumimos armas e lágrimas. Consumimos bens e consumimos mal. Desperdiçamos (muito) e reciclamos (pouco). Separados por linhas étnicas e religiosas, unimo-nos pelo consumo. Oramos todos pela mesma cartilha: consumimos, portanto, existimos.

Consumir pode ser um passo para a construção da cidadania. Um trabalho do Instituto Fernand Braudel revela histórias de vida de moradores da inóspita periferia da Grande São Paulo. No centro das narrativas, a ampliação da capacidade de consumo e o acesso a bens e serviços. Consumir pode também significar suicídio coletivo, se o consumo cresce mais do que os recursos disponíveis. Em matéria publicada na edição de maio de 2006, a revista *Adiante* informa que os padrões de consumo estão mudando: os orçamentos domésticos são cada vez mais orientados para veículos particulares, passagens aéreas, alimentos industrializados e aparelhos eletrônicos. Segundo dados do World Wildlife Fund (WWF), a capacidade do planeta para repor os recursos naturais e absorver o lixo e a poluição foi superada na década de 1980. Se a população da Terra adotasse os padrões de consumo dos norte-americanos, seriam necessários cinco planetas para nos sustentar.

Uma coletânea, *The Ethical Consumer* (Londres: Sage), coordenada por Rob Harrison, Terry Newholm e Deirdre Shaw, procura iluminar as várias faces do consumo e do consumismo. A pedra fundamental é o conceito de “consumidor ético”. Os economistas afirmam que, quando fazemos uma compra, procuramos adquirir o melhor produto possível, considerando nossa restrição orçamentária. Entretanto, esse comportamento pode ser modificado por diversos motivos. Por exemplo: podemos deixar de consumir uma bebida porque lemos nos jornais que os produtores estão envolvidos em práticas fraudulentas; ou podemos optar por determinada marca de móvel porque ela exibe um selo verde. Nesses casos, o consumidor continuará a considerar custo e qualidade, porém somará outras preocupações à sua decisão de compra.

Por que o interesse crescente pelo tema? Hoje, a relação entre o consumo e as consequências está muito mais visível e presente. À medida que os riscos aos quais estamos expostos são cada vez mais originados por nós mesmos, somos levados a considerar as consequências de nossos atos.

[...]

WOOD JUNIOR, Thomaz. *Cuidado, trabalho!* São Paulo: Saraiva, 2007. p. 144.



Reprodução do www.youtube.com

Thomaz Wood

Junior é professor universitário e coordena pesquisas na área de administração de empresas. Especialista em estudos organizacionais e indústrias criativas, é autor de diversos livros e artigos publicados em revistas.

2. Resposta pessoal. É esperado que os estudantes façam referência a comportamentos relacionados ao consumo sustentável, como evitar compras por impulso ou adquirir bens cuja produção é nociva ao ambiente, além de reaproveitar e reciclar itens.



Reprodução/Coleção particular

Obra do artista português Bordalo II que fez parte da exposição *Attero*, 2017.

Patrícia de Melo Moreira/Agência France-Pressse



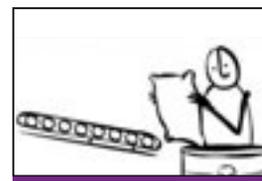
Bordalo II (1987-) é um artista visual nascido em Lisboa, Portugal. Dedicou-se ao grafite desde a adolescência. Hoje, é conhecido por misturar técnicas e materiais, principalmente sucata, em obras que tratam da questão ambiental. Seu nome artístico é uma homenagem ao avô, o pintor Real Bordalo.

REFLETIR E ARGUMENTAR

1. A obra de Bordalo II se divide em duas metades contrastantes. O que há em cada uma delas? Como você interpreta isso? *mas se espera que os estudantes relacionem ao contraste entre a preservação da natureza e o consumo e o descarte excessivos.*
2. De acordo com o texto de Wood Junior: “Se a população da Terra adotasse os padrões de consumo dos norte-americanos, seriam necessários cinco planetas para nos sustentar”. Que atitudes você acredita que podem contribuir para combater o consumismo?
3. De acordo com o texto, qual é a relação existente entre consumo e cidadania?
4. O que você entende por consumo ético? Por que o texto defende o consumo ético? Dê exemplos.
5. Você se considera um consumidor ético? Por quê? Anote sua resposta no caderno e depois compartilhe com o grupo. *Resposta pessoal.*

CONHEÇA TAMBÉM

A história das coisas (2007), de Louis Fox e Annie Leonard. Essa animação mostra como o caminho de produção das mercadorias hoje em dia tem muito mais problemas do que imaginamos.



Reprodução/
www.youtube.com

É possível encontrar versões dubladas e legendadas do filme na internet.

INTEGRANDO SABERES

Neste capítulo você estudou temas relacionados à educação financeira. Por meio dele percebeu a importância de administrar o dinheiro disponível, gastar de forma planejada e economizar para o futuro; aprendeu que poupar dinheiro possibilita a realização de desejos a curto, médio e longo prazo; entendeu que o hábito de calcular despesas e receitas, e se organizar com base nisso, é um incentivo para conceber projetos futuros; e se conscientizou para o fato de que os projetos viabilizados por um bom planejamento podem ser individuais ou compartilhados com outras pessoas.

▶ Agora é hora de pôr alguns aprendizados em prática no planejamento de um projeto coletivo – atividade que mobiliza as competências **empatia e cooperação** e **autonomia e cidadania**.

Para isso, reúna-se com colegas em um pequeno grupo e reflita sobre o que vocês poderiam promover juntos na escola em que estudam.

Depois, participe de uma rodada de conversa com a turma toda para decidir qual será o projeto – pode ser, por exemplo, a organização de um evento, a realização de uma melhoria na escola etc.

Em seguida, para começar o planejamento propriamente dito, discuta com os colegas os seguintes itens:

- 1 > Qual é o objetivo do projeto?
- 2 > Como o trabalho será dividido entre a turma? Por grupos ou individualmente?
- 3 > Quais são os custos previstos para a realização do projeto?
- 4 > Quais serão as fontes de recursos financeiros?
- 5 > Quem poderia dar algum tipo de suporte para viabilizar o projeto, como ajudar em tarefas, emprestar itens, conceder licenças etc.?
- 6 > Quanto tempo será necessário para executar cada etapa do projeto?
- 7 > Quando o projeto será totalmente concluído?
- 8 > O que é preciso fazer para divulgar o projeto?

Você vai executar as tarefas de planejamento e organização que lhe foram destinadas ou, caso a divisão tenha sido feita por grupos, ajudar na execução delas. Lembre-se de que existem ferramentas que podem ser muito úteis durante essa fase de planejamento.

- Uma delas é a **lista de tarefas**, também conhecida como **checklist**, que nada mais é que uma relação prévia de todas as atividades que precisam ser realizadas para viabilizar o projeto. Durante o andamento, os itens vão sendo conferidos: podem ser assinalados ou riscados conforme forem resolvidos.

<input checked="" type="checkbox"/>	convites
<input checked="" type="checkbox"/>	playlist
<input checked="" type="checkbox"/>	decoreação
<input type="checkbox"/>	aluguel de mesas

Banco de imagens/Arquivo da editora

A atividade tem por objetivo levar o estudante a relacionar o aprendizado em educação financeira com a ação cidadã, pensando em possibilidades de intervenção coletiva na realidade em que está inserido por meio do exercício da empatia e do respeito. Idealmente, uma vez terminado o planejamento, os estudantes devem se mobilizar para pôr o projeto resultante em prática. Procure envolver o corpo de funcionários técnicos da escola na avaliação do projeto. Eles podem auxiliar na verificação não apenas da conformidade da proposta elaborada pelos estudantes com os regulamentos da escola e da rede de ensino, mas também da viabilidade do planejamento, dando dicas e conselhos à turma.

- A **planilha** é outro instrumento importante do planejamento. Uma **planilha de custos**, por exemplo, permite saber o montante dos recursos disponíveis e prever quanto será necessário gastar nas etapas do projeto. Já uma **planilha de cronograma** permite calcular quanto tempo cada etapa precisa para ser realizada.

	A	B	C	D
1	PLANILHA DE GASTOS — FESTA CARMEM MIRANDA			
2				
3	DESCRIÇÃO			VALOR
4	CONVITES			—
5	PLAYLIST			—
6	DECORAÇÃO			R\$ 257,54
7	FANTASIA			R\$ 60,00
8	BOMBONIERE			R\$ 145,22
9	KIT DE FESTA			R\$ 458,00
10	ALUGUEL DE MESAS			R\$ 35,00
11				
12			TOTAL	R\$ 955,76

Banco de imagens/Arquivo da editora

	A	B	C
1	CRONOGRAMA — FESTA CARMEM MIRANDA		
2			
3	DIA		FAZER
4	15/01/20		CONVITES
5	02/02/20		PLAYLIST
6	04/02/20		DECORAÇÃO
7	07/02/20		FANTASIA
8	10/02/20		BOMBONIERE
9	12/02/20		KIT DE FESTA
10	13/02/20		ALUGUEL DE MESAS
11	15/02/20		FESTA

Banco de imagens/Arquivo da editora

O professor vai auxiliar a turma na divisão das tarefas e acompanhar o andamento delas. Recorra a ele e aos colegas quando tiver dúvidas.

Por fim, escreva com seu grupo um relato dos desafios e êxitos desse planejamento para compartilhar no *blog* da escola ou nas redes sociais com os colegas de outras turmas.

Os estudantes não precisam necessariamente utilizar os modelos sugeridos de planilha e lista de tarefas. A ideia é subsidiar o planejamento com instrumentos consagrados, mas eles também podem apresentar suas próprias propostas de ferramentas de planejamento.

VIVÊNCIA SÍNTESE

A atividade tem por objetivo levar os estudantes a perceber que o alcance de seus sonhos e metas envolve planejamento e disciplina. A construção da tabela permitirá evidenciar o que eles desejam, transformando esses desejos em objetivos cujo alcance pode ser concretizado por meio de um plano de metas. O professor deve estar atento para mediar discussões que favoreçam aos estudantes uma postura que permita sair do plano das ideias para realizar escolhas baseadas em um comportamento propositivo.

REGISTRO DE DESEJOS

Ferramentas de planejamento são importantes, mas de pouco adiantam sem objetivos claros. Então, o ideal é conciliar essas ferramentas com objetivos bem definidos. Você vai fazer agora um registro de seus desejos, pensando no futuro próximo e mais adiante. Esta atividade exercita a competência **autonomia e cidadania**.

OBJETIVO

Aprender a fazer um registro de metas para realizar desejos a curto, médio e longo prazo.

MATERIAL

▶ lápis ▶ caderno

DESCRIÇÃO

Feche os olhos e respire profundamente por alguns instantes. Projete-se no futuro e imagine o que gostaria de conquistar em um ano, em cinco anos e em um prazo superior a cinco anos. Depois, abra os olhos e anote essas ideias.

Em seguida, monte um quadro no caderno, de acordo com as informações discriminadas no modelo a seguir, e registre nele seus desejos.

REGISTRO DE DESEJOS

« Não escreva no livro »

1. Para realizar no prazo de até um ano

Meu desejo: _____

Custo do desejo: _____

Esforços necessários para realizá-lo: _____

Economia necessária para realizá-lo: _____

Tempo necessário para realizá-lo: _____

2. Para realizar no prazo de até cinco anos

Meu desejo: _____

Custo do desejo: _____

3. Para realizar no prazo superior a cinco anos

Meu desejo: _____

Custo do desejo: _____

Esforços necessários para realizá-lo: _____

Economia necessária para realizá-lo: _____

Tempo necessário para realizá-lo: _____

PARA CONCLUIR

Terminado o registro das metas, compartilhe-o com os colegas e o professor. Posteriormente, em casa, converse com a família sobre os objetivos que estabeleceu e sobre as possibilidades de alcançá-los.

Ciclismo
Aprender inglês
Computador novo
Emprego
Formatura
Tatuagem
Viagem
Aprender a dirigir
Faculdade
Intercâmbio
Graduação
Financiamento
Carro
Carreira
Família
tona
Escrever um Livro
Casa própria
StartUp

RETOMADA

A autoavaliação é uma etapa fundamental nos estudos e no desenvolvimento de um projeto de vida. Ela permite que você descubra o que está indo bem e o que é preciso aperfeiçoar.

- ▶ Agora que terminamos este capítulo, reflita sobre seu aproveitamento nas aulas e nas atividades com o roteiro de autoavaliação a seguir. Registre as respostas no caderno. Por fim, se considerar necessário, converse com o professor.

Para os critérios de avaliação, utilize a seguinte legenda: DT, desenvolvi totalmente; DP, desenvolvi parcialmente; DPD, desenvolvi parcialmente e com dificuldade; ND, não desenvolvi.

« Não escreva no livro »

AVALIAÇÃO: CAPÍTULO 9 - EDUCAÇÃO FINANCEIRA				
SEÇÃO/AÇÃO	DT	DP	DPD	ND
Começo de conversa: refleti sobre os desafios de lidar com dinheiro; refleti sobre as consequências de nossos hábitos de consumo.	/ / / /	/ / / /	/ / / /	/ / / /
Vivência 1: compreendi a importância de acompanhar as despesas pessoais; registrei adequadamente minhas principais despesas mensais.	/ / / /	/ / / /	/ / / /	/ / / /
Texto e contexto 1: compreendi a temática dos textos; refleti sobre problemas do consumismo e da busca por popularidade; compreendi o papel das escolhas em nossa vida e as atitudes que podem informá-las.	/ / / /	/ / / /	/ / / /	/ / / /
Vivência 2: refleti sobre o consumo; compreendi os riscos do endividamento excessivo; refleti sobre minhas atitudes e hábitos de consumo.	/ / / /	/ / / /	/ / / /	/ / / /
Texto e contexto 2: compreendi a temática dos textos; compreendi que o consumo tem impactos não só econômicos, mas também sociais e ambientais; relacionei a temática dos textos com minha atitude diante do consumo; usei o que aprendi em situações do cotidiano.	/ / / /	/ / / /	/ / / /	/ / / /
Integrando saberes: compreendi como funcionam algumas ferramentas de planejamento; utilizei os conhecimentos para planejar e avaliar possíveis caminhos de um projeto para a escola e a comunidade escolar; trabalhei em equipe para elaborar um planejamento de produto final.	/ / / /	/ / / /	/ / / /	/ / / /
Vivência síntese: aprendi a registrar um plano de metas com clareza e assertividade a fim de realizar meus desejos a curto, médio e longo prazo.	/ / / /	/ / / /	/ / / /	/ / / /

SÍNTESE DA AVALIAÇÃO	
O que considero mais significativo neste tema?	/ / / / / / / / / / / / / /
Que informações eu contaria a um colega sobre ele?	/ / / / / / / / / / / / / /
Que outras informações eu gostaria de ter?	/ / / / / / / / / / / / / /
Aprendi a planejar recursos financeiros para alcançar meus objetivos, garantindo qualidade de vida e bem-estar coletivo?	/ / / / / / / / / / / / / /

PARA SABER MAIS

O dinheiro, o consumo e a educação financeira já foram abordados em filmes, livros, revistas e canções de diversas maneiras.

- ▶ *Os delírios de consumo de Becky Bloom* (2009), de P. J. Hogan. Uma jornalista viciada em moda se vê em apuros quando não consegue mais pagar suas faturas do cartão de crédito. Ironicamente, ela começa a escrever uma coluna de sucesso sobre planejamento financeiro, o que a leva a rever suas atitudes a fim de controlar o impulso de comprar.



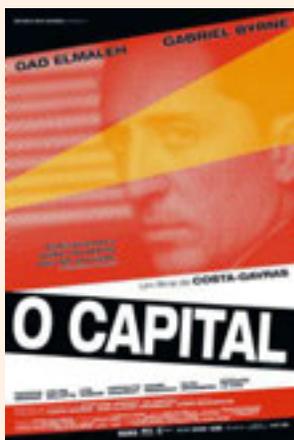
Reprodução/Disney Pictures

- ▶ *Ideias para adiar o fim do mundo*, de Ailton Krenak. Companhia das Letras, 2019. Nessa obra, o pensador indígena trata dos problemas de pensar o mundo humano como algo desconectado e superior à natureza. O povo Krenak sofreu as consequências da exploração desenfreada dos recursos naturais com a contaminação do rio Doce por rejeitos tóxicos após a ruptura de uma barragem de uma mineradora.

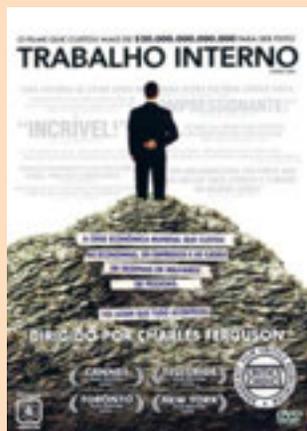


Reprodução/Companhia das Letras

- ▶ *O capital* (2012), de Costa Gavras. Recém-empossado na presidência de um grande banco francês, Marc Tourneuil é desafiado por intrigas daqueles que desejam seu cargo. Nesse jogo de obsessão pelo poder, recorre a ações imorais e que prejudicam milhares de pessoas para sair vitorioso na disputa. O filme também mostra o jogo de aparências necessário para manter o prestígio, como compras caras e desnecessárias.



Reprodução/KG Productions



Reprodução/Sony Pictures

- ▶ *Trabalho interno* (2011), de Charles H. Ferguson. Nesse documentário, jornalistas, acadêmicos e outros especialistas expõem as origens da crise econômica mundial de 2008, mostrando como diretores de instituições financeiras lucraram com os empréstimos concedidos a quem não tinha condições de pagá-los.

Esta atividade permitirá ao estudante integrar e registrar os conhecimentos trabalhados no decorrer do percurso formativo, articulando-os a seus próprios interesses e sonhos. As perguntas disparadoras contribuem para o processo reflexivo, permitindo que os jovens realizem suas escolhas e identifiquem os fatores implicados nelas. Busca-se, assim, incentivá-los a encontrar o caminho para exercer sua cidadania conforme os desafios postos pela sociedade do século XXI.

Medeie discussões que estimulem os estudantes a sair do plano das ideias para caminhar em direção ao plano das ações. Se houver psicólogos e orientadores profissionais em sua escola ou na Secretaria de Ensino de sua região, você pode indicá-los aos estudantes como fonte de consulta quando julgar necessário.

A apresentação dos projetos finais para a família é uma importante oportunidade de comunicação, tanto para que a família conheça a diversidade do pensamento dos jovens como para que os estudantes recebam contribuições críticas dos adultos a seus projetos de vida. Além disso, o estreitamento de laços entre escola e família promove o desenvolvimento e a aprendizagem estudantil.

Ao longo deste livro, você estudou diversas temáticas e vivenciou muitas experiências que tiveram por objetivo ajudá-lo a construir seu projeto de vida. Agora, chegou a hora de colocar todas as experiências vivenciadas em prática e escrever seu projeto de vida.

Esse registro vai orientá-lo sobre os caminhos a trilhar para alcançar seus desejos e vai motivá-lo também, pois, quando você tem uma ideia de onde pretende chegar, é bem mais fácil enfrentar os obstáculos que vão surgindo.

Sendo essa uma proposta de planejamento voltada para o desenvolvimento pessoal e social, para construir seu projeto de vida, é importante que tenha refletido sobre quem é, o que é essencial para você, que princípios norteiam suas escolhas e qual é seu papel na sociedade e no planeta.

OBJETIVO

Escrever o projeto de vida a fim de tê-lo disponível para consultas e, assim, manter o foco em suas metas. Isso não significa que ele não possa ser alterado quando necessário ou reescrito, porque, em geral, nem tudo acontece como previsto. Por isso, durante a escrita, vale pensar também em planos alternativos. Se precisar de ajuda nesse processo, converse com pessoas de sua confiança ou recorra a orientadores profissionais.

MATERIAL

- ▶ roteiro “Seu projeto de vida em sete passos”
- ▶ caderno
- ▶ lápis
- ▶ computador, opcional
- ▶ papel *Kraft*, opcional

DESCRIÇÃO

Está pronto para começar a escrever seu projeto? As perguntas do roteiro da página ao lado vão ajudá-lo a refletir sobre o que está em jogo para garantir esse registro.

Procure respondê-las com franqueza e trocar ideias com os colegas e o professor sobre pontos que gerem dúvidas. Não se esqueça de pedir também conselhos a familiares e amigos mais velhos, pois a experiência de vida deles pode ser de grande valia.

Terminada a reflexão e esclarecidas as dúvidas, ponha mãos à obra e faça o registro de seu projeto de vida no caderno.

PARA CONCLUIR

Após o registro no caderno, passe o texto a limpo usando um computador ou folhas de papel *Kraft*, se preferir realizá-lo em um formato maior. Você pode ilustrá-lo, se quiser. Por fim, organize com a turma uma exposição dos projetos de vida para toda a comunidade escolar e seus familiares.



Seu projeto de vida em sete passos

1. Quem sou eu

- ▶ Quais são meus valores básicos?
- ▶ Quais são meus gostos pessoais?
- ▶ Quais são meus pontos fortes e fracos?
- ▶ O que faz com que eu me sinta bem?
- ▶ Que lugar ocupo no mundo?

2. Meus sonhos, desejos e metas

- ▶ O que quero na vida?
- ▶ Como me vejo daqui a alguns anos?
- ▶ Como posso contribuir para que o mundo seja um lugar melhor para mim e para os outros?
- ▶ Que profissão quero seguir?
- ▶ Por que essa profissão me faria sentir realizado?
- ▶ Que metas quero atingir?

3. A preparação

- ▶ Como devo me preparar para conseguir o que quero?
- ▶ Que escolhas devo fazer?
- ▶ Que informações devo buscar?
- ▶ Onde devo buscar essas informações?
- ▶ Que formação devo perseguir?

4. Apoios e parcerias

- ▶ De que apoio preciso para alcançar minhas metas?
- ▶ Que pessoas podem me ajudar nisso?
- ▶ Que ações posso empreender para conseguir apoio?

5. O plano de ação

- ▶ O que desejo alcançar a curto, médio e longo prazo?
- ▶ Que ações são necessárias para alcançar cada um dos objetivos nos prazos que estabeleci?
- ▶ Que recursos materiais e imateriais devo usar na execução dessas ações?
- ▶ Os objetivos e prazos que estabeleci são viáveis?

6. O cuidado com as finanças

- ▶ Quanto dinheiro será necessário para realizar minhas metas?
- ▶ Precisarei de ajuda para financiá-las?
- ▶ Onde posso conseguir auxílio financeiro?
- ▶ Como vou me organizar para custeá-las?
- ▶ Como vou administrar meus recursos?

7. O enfrentamento de adversidades

- ▶ Como posso lidar com imprevistos?
- ▶ Que imprevistos consigo antecipar?
- ▶ Quais seriam os planos alternativos?

» AVALIAÇÃO ATITUDINAL «

Para encerrar o módulo 3, reflita sobre suas atitudes durante as aulas e atividades. Para os critérios de avaliação, utilize a seguinte legenda: S, sempre; AV, às vezes; R, raramente; N, nunca.

« Não escreva no livro »

ATITUDE	S	AV	R	N
Em aula, faço perguntas, apresento sugestões de solução de problemas e contribuo para a aprendizagem dos colegas.	///	///	///	///
Entrego os trabalhos nas datas previstas.	///	///	///	///
Respeito as opiniões do professor, dos colegas e de outras pessoas envolvidas no processo de ensino e aprendizagem.	///	///	///	///
Participo das atividades, ajudo a seguir as regras propostas e sugiro novas possibilidades quando necessário.	///	///	///	///
Colaboro com os colegas e estou atento a seus problemas e dificuldades.	///	///	///	///
Colaboro com o professor.	///	///	///	///
Exponho minhas opiniões com clareza.	///	///	///	///
Sou organizado e faço as atividades com dedicação e atenção.	///	///	///	///
Respeito os momentos em que o grupo precisa de silêncio.	///	///	///	///
Mantenho meu material organizado e completo.	///	///	///	///
Todas as minhas atitudes e posturas colaboram para o bom andamento das aulas e das atividades propostas.	///	///	///	///

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS COMENTADAS

AGUIAR, Wanda M. J.; BOCK, Ana M. B.; OZELLA, Sergio. Orientação profissional com adolescentes: um exemplo de prática na abordagem sócio-histórica. In: BOCK, A. M. B.; GONÇALVES, M. G. M.; FURTADO, O. (org.). *Psicologia sócio-histórica: uma perspectiva crítica em psicologia*. São Paulo: Cortez, 2001. p. 163-178.

Nesta obra, discute-se a construção social do indivíduo e de sua subjetividade. O capítulo citado, em particular, trata de como conduzir o processo de orientação profissional com adolescentes.

BERBEL, Neusi A. N. As metodologias ativas e a promoção da autonomia de estudantes. *Seminário: Ciências Sociais e Humanas*, Londrina, v. 32, n. 1, p. 25-40, jan./jun. 2011. Disponível em: <http://www.uel.br/revistas/uel/index.php/semiasoc/article/view/10326/10999>. Acesso em: 22 dez. 2019.

No artigo, discute-se como o uso das metodologias ativas em sala de aula pode contribuir para elevar tanto o nível de autonomia dos estudantes como a qualidade do ensino promovido pelas escolas.

BRASIL. Base Nacional Comum Curricular, versão final, 2018. Disponível em: <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/>. Acesso em: 30 dez. 2019.

Documento oficial, homologado em 2018, que garante um conjunto de aprendizagens essenciais e comuns a todos os estudantes da Educação Básica e no qual se estabelece a importância do trabalho com projeto de vida.

BRASIL. CNE. Resolução n. 3, de 21 nov. 2018. Disponível em: http://www.in.gov.br/materia/-/asset_publisher/Kujrw0TZC2Mb/content/id/51281622. Acesso em: 30 dez. 2019.

Documento oficial que trata das Diretrizes Curriculares Nacionais para o Ensino Médio.

BRASIL. Guia de implementação do Novo Ensino Médio. Disponível em: <http://novoensinomedio.mec.gov.br/#1/guia>. Acesso em: 30 dez. 2019.

Documento oficial que trata da implementação do Novo Ensino Médio.

BRASIL. Lei n. 13.415, de 2017. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_Ato2015-2018/2017/Lei/L13415.htm. Acesso em: 30 dez. 2019.

Legislação que institui a política de fomento à implementação de escolas de Ensino Médio em tempo integral.

BRASIL. Referenciais Curriculares para Elaboração dos Itinerários Formativos. Disponível em: <http://novoensinomedio.mec.gov.br/resources/downloads/pdf/DCEIF.pdf>. Acesso em: 30 dez. 2019.

Documento oficial que trata dos referenciais curriculares para elaboração dos itinerários formativos.

CASTRO, Jane M.; REGATTIERI, Marilza (org.). *Interação escola-família: subsídios para práticas escolares*. Brasília: MEC; Unesco, 2009. Disponível em: http://portal.mec.gov.br/index.php?option=com_docman&view=download&alias=4807-escola-familia-final&Itemid=30192. Acesso em: 2 fev. 2020.

Estudo realizado pela Unesco, com o Ministério da Educação, que trata da aproximação da escola

e da família e indica que essa parceria resulta em um trabalho escolar bem-sucedido.

DAVIS, Claudia L. F.; Nunes, Marina M. R. Eu sei o que tenho que fazer: a conquista da autorregulação. *Estudos Avaliação Educacional*, São Paulo, v. 27, n. 64, p. 10-35, jan./abr. 2016. Disponível em: <http://publicacoes.fcc.org.br/ojs/index.php/ea/article/view/3673/3164>. Acesso em: 20 dez. 2019.

Estudo em que se revela como a aprendizagem autorregulada pode ser conquistada pelos estudantes para que possam planejar, dirigir, monitorar e avaliar suas aprendizagens.

LUNT, I. A prática da avaliação. In: DANIELS, H. (org.). *Vigotsky em foco: pressupostos e desdobramentos*. Campinas: Papirus, 1994. p. 219-252.

Obra em que diversos aspectos transdisciplinares em educação são discutidos à luz dos pressupostos da teoria de Lev Vigotsky. O capítulo citado, em especial, trata da questão da avaliação.

MARCELINO, Maria Quitéria dos S.; CATÃO, Maria de Fátima F. M.; LIMA, Claudia M. P. de. Representações sociais do projeto de vida entre adolescentes no Ensino Médio. *Psicologia: Ciência e Profissão*, v. 29, n. 3, p. 544-557, 2009. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/pcp/v29n3/v29n3a09>. Acesso em: 31 dez. 2019.

Artigo em que se apresentam dados de estudantes brasileiros sobre as representações sociais de adolescentes entre 16 e 19 anos, de escolas públicas e privadas, acerca da construção de seu projeto de vida.

MORAN, José. O papel das metodologias ativas na transformação da escola. In: SARMENTO, Maristela (coord.). *O futuro alcançou a escola?: o aluno digital, a BNCC e o uso de metodologias ativas de aprendizagem*. São Paulo: Editora do Brasil, 2019.

No texto, discute-se o papel das metodologias ativas nos processos de ensino e aprendizagem.

OLIVEIRA, Cynthia B. E.; MARINHO-ARAÚJO, Claisy M. A relação família-escola: interseções e desafios. *Estudos de Psicologia*, Campinas, v. 27, n. 1, p. 99-108, jan./mar. 2010. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-166X2010000100012. Acesso em: 3 out. 2019.

Texto em que se analisam questões referentes à relação família e escola, seus papéis e a relação de interdependência de ambas as instituições no processo educativo das novas gerações.

OZELLA, Sérgio; AGUIAR, Wanda M. J. de. Desmistificando a concepção de adolescência. *Cadernos de Pesquisa*, v. 38, n. 133, p. 97-125, jan./abr. 2008. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/cp/v38n133/a05v38n133.pdf>. Acesso em: 20 dez. 2019.

Estudo em que se examinam criticamente as concepções de adolescência vigentes na ciência psicológica veiculadas nos meios de comunicação em geral e aquelas que estão presentes no discurso dos jovens, bem como seus entendimentos sobre a passagem para a chamada idade adulta.

REALI, Aline M. M. R.; TANCREDI, Regina M. S. P. A importância do que se aprende na escola: a parceria escola-famílias em perspectiva. *Paidéia*, Ribeirão Preto, v. 15, n. 31,

p. 239-247, maio/ago. 2005. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/paideia/v15n31/11.pdf>. Acesso em: 2 fev. 2020.

Texto em que se examinam resultados de um projeto que teve por objetivo fortalecer as relações entre escola e família.

SCHNEUWLY, Bernard et al. *Gêneros orais e escritos na escola*. Tradução de Roxane Rojo e Gláís S. Cordeiro. Campinas: Mercado das Letras, 2004.

Obra em que se discute como organizar o trabalho com gêneros orais e escritos na escola.

SPOSITO, M. P. Estudos sobre juventude em educação. *Revista Brasileira de Educação*, n. 6, set./out./nov./dez. 1997. Disponível em: https://www.feis.unesp.br/Home/DSAA/DSAA/ProjetoGQT-SCM/documentos/educacao/educa%e7%e3%02%0juventudeMARILIA_PONTES_SPOSITO.pdf. Acesso em: 2 fev. 2020.

Texto em que se apresenta uma revisão da literatura sobre a produção de conhecimento com a temática juventude em Programas de Pós-Graduação em Educação no período de 1980 a 1995.

SPOSITO, M. P. *Os jovens no Brasil: desigualdades multiplicadas e novas demandas políticas*. São Paulo: Ação Educativa, 2003. Disponível em: http://www.clam.org.br/bibliotecadigital/uploads/publicacoes/477_1428_JovensBrasil.pdf. Acesso em: 2 fev. 2020.

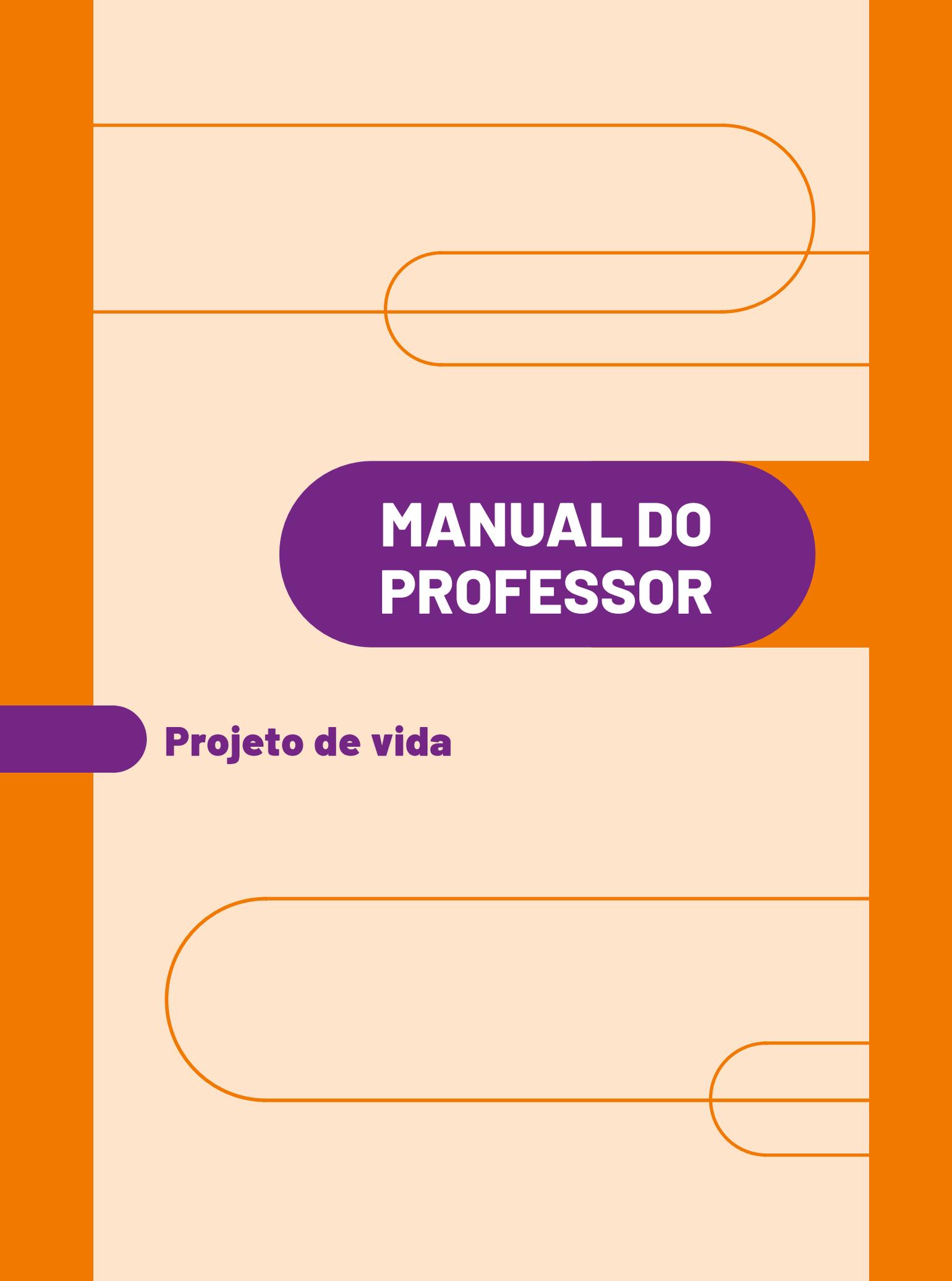
Texto em que se traça um retrato da situação dos jovens brasileiros, tendo em vista o campo das políticas públicas que incorporam esses segmentos em sua esfera de ação. Identificam-se obstáculos e desafios para a constituição de um desenho político democrático que conceba os jovens, em sua diversidade, como sujeitos de direitos, e não como eventuais focos de problemas sociais, que mereçam, por parte do poder público, um conjunto de ações reparadoras ou de controle social.

VIGOTSKI, Lev S. *Aprendizagem e desenvolvimento intelectual na idade escolar*. In: VIGOTSKI; Lev S.; LURIA, A. R.; LEONTIEV, A. N. *Linguagem, desenvolvimento e aprendizagem*. São Paulo: Ícone, 2001. p. 103-119.

Na obra, discutem-se temas de psicologia do desenvolvimento como processos neurofisiológicos, relações entre linguagem e pensamento, relações entre o funcionamento intelectual e a cultura em que os indivíduos estão inseridos. No capítulo citado, em especial, discutem-se implicações e relações dessas questões com o campo educacional.

WELLER, Wivian. *Jovens no Ensino Médio: projetos de vida e perspectivas de futuro*. In: DAYRELL, Juarez; CARRANO, Paulo; MAIA, Carla Linhares (org.). *Juventude e Ensino Médio: sujeitos e currículos em diálogo*. Belo Horizonte: Editora da UFMG, 2014.

O livro trata o tema da juventude e sua relação com o Ensino Médio, propondo reflexões sobre a realidade juvenil brasileira, as múltiplas dimensões da condição de ser jovem, assim como um debate em torno do currículo para essa etapa de ensino, que enfatiza questões como trabalho, cultura, ciência e tecnologia. No capítulo citado, em especial, discute-se a importância do trabalho com projeto de vida na adolescência.



MANUAL DO PROFESSOR

Projeto de vida

APRESENTAÇÃO

Caros professores e professoras,

O trabalho com projeto de vida durante o Ensino Médio é essencial por sua importância na formação e na preparação dos estudantes para o enfrentamento dos desafios do mundo adulto em uma sociedade em constante mudança.

As temáticas selecionadas nesta obra decorrem de estudos, pesquisas e diversas experiências compartilhadas ao longo do tempo com jovens e educadores. Foram organizadas de modo que os estudantes protagonizem, em atividades significativas e dinâmicas, a reflexão e a elaboração de seu projeto de vida alinhado às demandas contemporâneas.

Este manual visa oferecer possibilidades para a organização e a sistematização da prática pedagógica relacionada ao projeto de vida, sem ser um direcionamento rígido ou impositivo. Nele você encontrará sugestões e recursos para mediar situações de aprendizagem e produção de conhecimento que envolvem as relações do jovem consigo mesmo, com os colegas, os familiares, os professores, a comunidade escolar e a sociedade.

É uma alegria ter vocês como parceiros nesta jornada. Bom trabalho!

A autora

SUMÁRIO

Orientações gerais	180
I. PARA COMEÇAR NOSSA CONVERSA	180
<i>A marca no flanco</i> , de Lya Luft	180
II. REFERENCIAL TEÓRICO-METODOLÓGICO	181
Concepção de desenvolvimento humano	181
O papel da família na formação e no desenvolvimento humano	181
O papel da escola na autorregulação da conduta	182
Juventudes e Ensino Médio	182
Projeto de vida e juventudes	183
Por que trabalhar com diferentes linguagens	184
Por que trabalhar com metodologias ativas	185
III. PROJETO DE VIDA NO ENSINO MÉDIO	186
Competências gerais da Educação Básica	186
Lei n. 13.415/17	186
Diretrizes Curriculares Nacionais para o Ensino Médio	186
Referenciais Curriculares para Elaboração dos Itinerários Formativos	187
Guia de Implementação do Novo Ensino Médio	187
IV. TRABALHO COM DIMENSÕES, COMPETÊNCIAS E HABILIDADES	188
Dimensões, competências gerais e competências socioemocionais	188
Competências específicas e habilidades específicas	191
V. A OBRA – PROJETO DE VIDA	194
Estrutura da obra	194
O Livro do Estudante	195
Quadro geral de conteúdos	196
A proposta dos capítulos	197
VI. AVALIAÇÃO DA APRENDIZAGEM	198
Instrumentos e sujeitos da avaliação	198
A avaliação do professor	199
A avaliação do estudante ou autoavaliação	208
Avaliação atitudinal	208
<i>Feedback</i> e roteiro para conversa com o estudante	208
VII. SUGESTÕES DE CRONOGRAMA	209
Atividades extras	210
Para saber mais	217
Referências bibliográficas	222

ORIENTAÇÕES GERAIS

I. Para começar nossa conversa

A marca no flanco

O mundo não tem sentido sem o nosso olhar que lhe atribui forma, sem o nosso pensamento que lhe confere alguma ordem.

É uma ideia assustadora: vivemos segundo o nosso ponto de vista, com ele sobrevivemos ou naufragamos. Explodimos ou congelamos conforme nossa abertura ou exclusão em relação ao mundo.

E o que configura essa perspectiva nossa?

Ela se inaugura na infância, com suas carências nem sempre explicáveis. Mesmo se fomos amados, sofremos de uma insegurança elementar. Ainda que protegidos, seremos expostos a fatalidades e imprevistos contra os quais nada nos defende. Temos de criar barreiras e ao mesmo tempo lançar pontes com o que nos rodeia e o que ainda nos espera. Toda essa trama de encontro e separação, terror e êxtase encadeados, matéria da nossa existência, começa antes de nascermos.

Mas não somos apenas levados à revelia numa torrente. Somos participantes.

Nisso reside nossa possível tragédia: o desperdício de uma vida com seus talentos truncados se não conseguirmos ver ou não tivermos audácia para mudar para melhor – em qualquer momento, e em qualquer idade.

A elaboração desse nós iniciado na infância erigue as paredes da maturidade e culmina no telhado da velhice, que é coroamento embora em geral seja visto como deterioração.

Nesse trabalho nossa mão se junta às dos muitos que nos formam. Libertando-nos deles com o amadurecimento, vamos montando uma figura: quem queremos ser, quem pensamos que devemos ser – quem achamos que merecemos ser.

Nessa casa, a casa da alma e a casa do corpo, não seremos apenas fantoches que vagam, mas guerreiros que pensam e decidem.

Constituir um ser humano, um nós, é trabalho que não dá férias nem concede descanso: haverão paredes frágeis, cálculos malfeitos, rachaduras. Quem sabe um pedaço que vai desabar. Mas se abrirão também janelas para a paisagem e varandas para sol. O que se produzir – casa habitável ou ruína estéril – será a soma do que pensaram e pensamos de nós, do quanto nos amaram e nos

amamos, do que fizeram pensar que valemos e do que fizemos para confirmar ou mudar isso, esse selo, sinete, essa marca.

Porém isso ainda seria simples demais: nessa argamassa misturam-se boa-vontade e equívocos, sedução e celebração, palavras amorosas e convites recusados. Participamos de uma singular dança de máscaras sobrepostas, atrás das quais somos o objeto de nossa própria inquietação. Nem inteiramente vítimas nem totalmente senhores, cada momento de cada dia um desafio.

Essa ambiguidade nos dilacera e nos alimenta. Nos faz humanos.

No prazo de minha existência completarei o projeto que me foi proposto, aos poucos tomando conta dessa tela e do pincel.

Nos primeiros anos quase tudo foi obra do ambiente em que nasci: família, escola, janelas pelas quais me ensinaram a olhar, abrigo ou prisão, expectativa ou condenação.

Logo não terei mais a desculpa dos outros: pai e mãe amorosos ou hostis, bondosos ou indiferentes, sofrendo de todas as naturais fraquezas da condição humana que só quando adultos reconhecemos. Por fim havemos de constatar: meu pai, minha mãe, eram apenas gente como eu. Fizeram o que sabiam, o que podiam fazer.

E eu... e eu?

Marcados pelo que nos transmitem os outros, seremos malabaristas em nosso próprio picadeiro. A rede estendida por baixo é tecida de dois fios entrelaçados: um nasce dos que nos geraram e criaram; o outro vem de nós, da nossa crença ou nossa esperança.

LUFT, Lya. *Perdas e ganhos*. Rio de Janeiro: Record, 2004. p. 21.



Leonardo Cendamo/Getty Images

Lya Luft nasceu em Santa Cruz do Sul, Rio Grande do Sul, em 1938. É uma das mais premiadas escritoras brasileiras da atualidade. Formada em pedagogia e letras anglo-germânicas, traduziu mais de cem livros para o português.

II. Referencial teórico- -metodológico

Concepção de desenvolvimento humano

Nesta obra abordamos as temáticas para discussão com os estudantes por meio de diferentes gêneros textuais de circulação social, e desse mesmo modo escolhemos iniciar estas orientações direcionadas a você, professor.

Fazendo uso de licença poética, a escritora Lya Luft apresenta uma concepção de desenvolvimento humano e nos oferece um disparador para refletir sobre o tema. Ao discorrer sobre as agruras e a beleza da formação de um ser humano, a autora cita que dois fios se entrelaçam nesse processo: “um nasce dos que nos geraram e criaram; o outro vem de nós, da nossa crença ou nossa esperança”. Ousamos acrescentar um terceiro fio a essa compreensão, o fio da escola, pois acreditamos que essa instituição desempenha papel importante no desenvolvimento e na formação das pessoas.

Como professor, você já pensou que a sociedade atribui a nossa profissão a permissão para participar ativamente do processo de desenvolvimento e formação de um ser humano? Mas, afinal, como se dá esse processo de que estamos falando?

Entendemos, amparados pelos estudos da psicologia histórico-cultural, que o desenvolvimento humano se dá situado no seio da cultura e é mediado pelas relações sociais que se estabelecem no decorrer da vida. As pessoas são seres sociais que se constituem mutuamente na relação e na troca com o outro. Fundamentalmente realizadas pela linguagem, as mediações sociais favorecem sucessivas experiências de aprendizagem que se entrelaçam na construção de uma complexa trama de processos que conduzem ao desenvolvimento de cada indivíduo.

A aprendizagem não é, em si mesma, desenvolvimento, mas uma correta organização da aprendizagem da criança conduz ao desenvolvimento mental, ativa todo um grupo de processos de desenvolvimento, e sua ativação não poderia produzir-se sem a aprendizagem. Por isso, a aprendizagem é um momento intrinsecamente necessário e universal para que se desenvolvam na criança essas características humanas não naturais, mas formadas historicamente (VYGOTSKY, 2001, p. 115).

Assim, um aprendizado adequadamente organizado, em parceria com pessoas mais experientes, possibilita e movimenta o desenvolvimento de características especificamente humanas.

Família e escola constituem-se nos principais responsáveis pelas mediações essenciais para a formação e o desenvolvimento humano, embora não sejam os únicos.

O papel da família na formação e no desenvolvimento humano

Escola e família se complementam nesse complexo papel de promover a formação e o desenvolvimento de um ser humano. Elas “compartilham a tarefa de preparar as crianças e os jovens para a inserção crítica, participativa e produtiva na sociedade” (REALI; TANCREDI, 2005, p. 240). A escola, porém, tem o compromisso de favorecer a aprendizagem de conhecimentos socialmente construídos em determinado contexto histórico, ampliando as possibilidades de convivência social e legitimando uma ordem social, enquanto a família tem compromisso com a promoção da socialização primária, tarefa que inclui o aprendizado de padrões comportamentais, atitudes e valores compartilhados pela sociedade (OLIVEIRA; MARINHO-ARAÚJO, 2010).

É importante ressaltar que, quando escolas e famílias exercem seu papel em parceria, os processos educacionais dos estudantes alcançam resultados melhores (CASTRO; REGATTIERI, 2009). Essa parceria, que deve promover o desenvolvimento de habilidades cognitivas, afetivas e sociais, a fim de permitir a inserção e a plena atuação do estudante no mundo social, pode ser favorecida por um estreito vínculo de comunicação, tanto para que a escola conheça de perto a realidade dos estudantes como para que a família possa se aproximar do que os estudantes vivenciam na escola a fim de auxiliá-los em seus processos de aprendizagem.

Acreditando na eficiência e na relevância dessa parceria, em diversos momentos as sequências didáticas desta obra apresentam atividades que supõem a participação da família, para enriquecer a construção do projeto de vida dos estudantes.

O papel da escola na autorregulação da conduta

Se há um peso importante nas mediações desempenhadas pela família, há outro, também muito relevante, nas mediações conduzidas pela escola.

Instituição reconhecida pela sociedade como responsável por promover o pleno desenvolvimento dos estudantes, o exercício da cidadania e a qualificação para o trabalho (LDB n. 9.394/96), cabe a ela oferecer mediações sistematizadas que permitam a vivência de experiências únicas e significativas, mas, ao mesmo tempo, conectadas ao coletivo social.

A formação de sujeitos autônomos, que saibam monitorar sua conduta na vida pessoal e profissional, dirigindo-a para alcançar seus objetivos, é um dos maiores desafios daqueles que lidam com a formação dos jovens. A capacidade para autorregular a própria conduta, meta da vida adulta, também explicitada nas competências gerais da Base Nacional Comum Curricular (BNCC), é tarefa a ser trabalhada durante toda a Educação Básica por meio de atividades pedagógicas vivenciais, intencionais e sistematizadas. Alguns autores salientam que, quanto mais as práticas escolares se apoiam na transmissão de fatos se valendo da memória, mais os estudantes tendem a permanecer dependentes de seus professores. Por outro lado, quanto mais os professores buscam ensinar aos estudantes o emprego de variadas estratégias cognitivas para a realização das tarefas escolares, mais esses estudantes ganham em autonomia, e a autorregulação da aprendizagem torna-se mais provável (CATE *et al.*, 2004).

Davis e Nunes (2016) apontam que as questões de natureza afetiva envolvidas com a motivação necessária ao aprender, além de fatores pessoais, contextuais e sociais, também se encontram envolvidas na aprendizagem autorregulada.

Mediante esses pressupostos, o trabalho com projeto de vida na juventude pode contribuir para o desenvolvimento da autorregulação da conduta e formação de pessoas autônomas. Para tanto, as sequências didáticas propostas nesta obra foram cuidadosamente selecionadas levando em consideração que a autorregulação pode ser constituída por meio da interação

com o outro, ou seja, dos estudantes entre si, desses com seus professores, familiares, a comunidade escolar e a sociedade de modo mais amplo. Cada ação foi pensada para que os estudantes se sintam motivados, responsáveis, engajados e protagonistas na construção de seu projeto de vida, planejando, replanejando, executando, monitorando e avaliando o fruto dessa construção.

Se no início do trabalho a regulação da conduta dos estudantes tende a ser mais externa, dependendo ainda em grande medida das mediações do professor, espera-se que, paulatinamente, os jovens se apropriem desse controle de modo a garantir-lhes de fato protagonismo e autogestão, aspecto que poderá ser avaliado pelo professor por meio das atividades avaliativas apresentadas no decorrer deste manual.

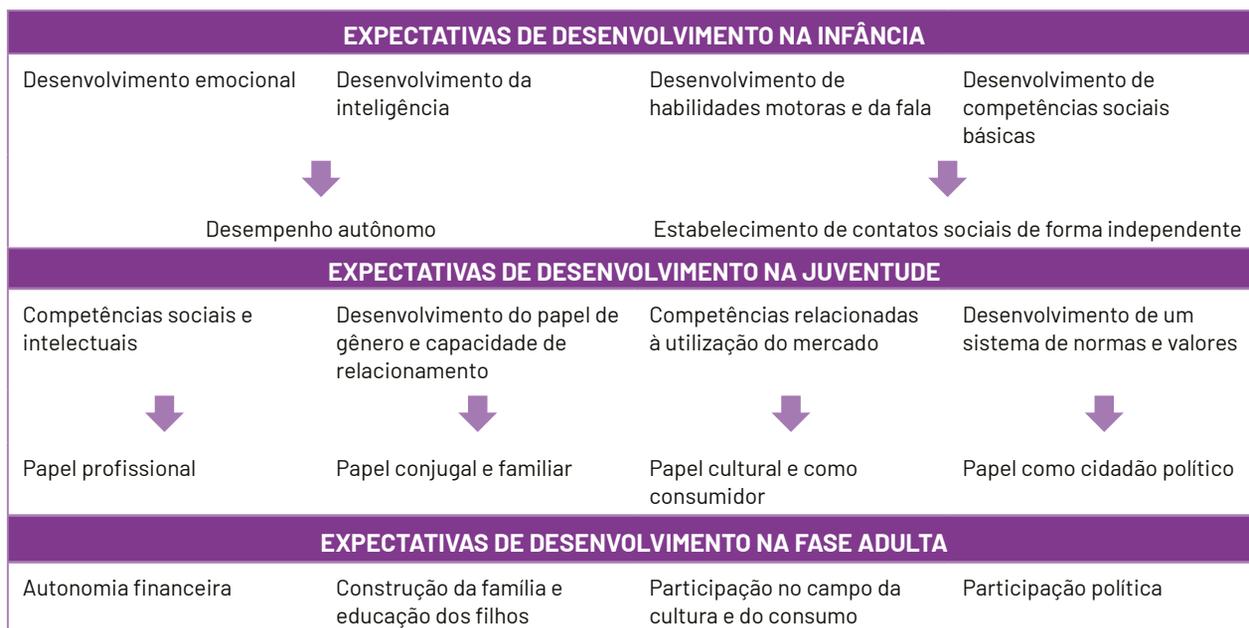
Juventudes e Ensino Médio

Apoiados na compreensão da psicologia histórico-cultural, entendemos que a adolescência e a juventude não são fases naturais no processo de desenvolvimento humano, mas períodos historicamente construídos pelo homem como representação e como fato social e psicológico. Assim,

o jovem não é algo “por natureza”. Como parceiro social, está ali, com suas características, que são interpretadas nessas relações; tem, então, o modelo para sua construção pessoal. Construídas as significações sociais, os jovens têm a referência para a construção de sua identidade e os elementos para a conversão do social em individual (AGUIAR; BOCK; OZELLA, 2001, p. 168).

Como fato culturalmente construído, existem diferentes adolescências e juventudes, que são marcadas por uma cultura e um tempo histórico específicos. Assim, cada pessoa se constitui de modo único ao internalizar as experiências mediadas pela cultura, apropriando-se do social de modo particular.

Weller (2014) apresenta as expectativas sociais para as diferentes etapas do desenvolvimento humano:



WELLER, Wivian. Jovens no Ensino Médio: projetos de vida e perspectivas de futuro. In: DAYRELL, Juarez; CARRANO, Paulo; MAIA, Carla Linhares (org.). *Juventude e Ensino Médio: sujeitos e currículos em diálogo*. Belo Horizonte: Editora da UFMG, 2014.

No que se refere à passagem da juventude para o ingresso no mundo adulto, esperam-se a aquisição de autonomia financeira, a ciência dos papéis em uma relação conjugal e como futuros pais/mães, além da preparação para atuar no campo da cultura, do consumo e da política. No entanto, sendo o desenvolvimento um fato social, o atendimento a essas expectativas não depende exclusivamente dos jovens: a autonomia financeira, por exemplo, se relaciona com a oferta e a disponibilidade do mercado de trabalho; a participação no campo da cultura e do consumo envolve, por sua vez, o tipo de emprego ou atividade remunerada que os jovens terão. Além disso, Ozella e Aguiar (2008) destacam que cada jovem, a depender de suas vivências e experiências prévias, atribuirá significações diferentes aos valores e responsabilidades considerados importantes pela sociedade.

A BNCC reconhece a existência de muitas juventudes e preconiza uma escola que atenda a essa diversidade de modo intencional e permanente por meio do

respeito à pessoa humana e aos seus direitos. E mais, que garanta aos estudantes ser protagonistas de seu próprio processo de escolarização, reconhecendo-os como interlocutores legítimos sobre currículo, ensino e aprendizagem. Significa, nesse sentido, assegurar-lhes uma formação que, em sintonia com seus percursos e histórias, permita-lhes definir seu projeto de vida, tanto no que diz respeito ao estudo e ao trabalho como também no que concerne às escolhas de estilos de vida saudáveis, sustentáveis e éticos (BNCC, versão final, p. 463).

Dessa forma, o documento evidencia o Ensino Médio como uma etapa de formação intelectual, mas também de formação humana. Ao dar atenção ao trabalho com os projetos de vida, vale destacar que esses não se referem apenas à dimensão profissional, mas também ao propósito de vida de uma pessoa, e, nesse sentido, envolvem preocupações com

Outras questões [...] relacionadas à posição que ocupam no mundo, às possibilidades de mudar seus destinos pessoais, de romper com barreiras impostas pelo meio social de origem, de superar situações de discriminação e de violência (WELLER, 2014, p. 141).

Por meio das relações estabelecidas com os colegas, os professores, a comunidade escolar e a sociedade, as sequências didáticas sistematizadas no decorrer desta obra objetivam facilitar aos estudantes o autoconhecimento, a capacidade para efetuar leituras da realidade, a tomada de decisões e o enfrentamento dos desafios contemporâneos, com base na elaboração ética e sustentável de planos de ação que contribuirão para ampliar a construção e a viabilização de seus projetos de vida.

Projeto de vida e juventudes

Projetar a vida é uma forma de dar sentido à própria existência e ser capaz de gerir a si mesmo. A oferta de atividades escolares sistematicamente estruturadas pode contribuir com um processo reflexivo que, ao fornecer

apoios para a construção do projeto de vida do estudante, promova seu desenvolvimento pessoal e social.

A BNCC preconiza que

Ao se orientar para a construção do projeto de vida, a escola que acolhe as juventudes assume o compromisso com a formação integral dos estudantes, uma vez que promove seu desenvolvimento pessoal e social, por meio da consolidação e construção de conhecimentos, representações e valores que incidirão sobre seus processos de tomada de decisão ao longo da vida. Dessa maneira, o projeto de vida é o que os estudantes almejam, projetam e redefinem para si ao longo de sua trajetória, uma construção que acompanha o desenvolvimento da(s) identidade(s), em contextos atravessados por uma cultura e por demandas sociais que se articulam, ora para promover, ora para constranger seus desejos. Logo, é papel da escola auxiliar os estudantes a aprender a se reconhecer como sujeitos, considerando suas potencialidades e a relevância dos modos de participação e intervenção social na concretização de seu projeto de vida. É, também, no ambiente escolar que os jovens podem experimentar, de forma mediada e intencional, as interações com o outro, com o mundo, e vislumbrar, na valorização da diversidade, oportunidades de crescimento para seu presente e futuro (BNCC, versão final, p. 472-473).

Os estudos realizados por McKnight e Kashdan (2009) e Malin *et al.* (2013) indicam que ter um projeto de vida na juventude constitui, do ponto de vista psicológico, um sistema de auto-orientação, além de se relacionar com crescimento pessoal, autorrealização, satisfação com a vida e bem-estar psicológico.

Estruturado tanto a partir do autoconhecimento como do conhecimento sobre o mundo, o projeto de vida deve permitir aos jovens ajustar seus objetivos à realidade e à disponibilidade de meios para sua realização. Esse é um exercício a ser perseguido no decorrer de todo o processo de construção do projeto, pois é o que o torna factível, ou seja, o que permite aos jovens sair do plano das ideias e caminhar rumo à proposição de ações efetivas. Como a juventude é uma fase da vida cuja marca é a exploração de alternativas (SPOSITO, 1997; 2003), é importante que a intervenção pedagógica esteja atenta para clarear a sobreposição de interesses, identificar pontos de intersecção entre diversas alternativas possíveis ou evidenciar sentidos comuns ou razões pelas quais os jovens se sentem atraídos por múltiplas e variadas opções de difícil escolha.

A articulação entre as experiências e as habilidades pessoais dos estudantes com as experiências coletivas que tratam do compromisso e da participação na vida social também deve ser algo de especial atenção das

práticas escolares na construção do projeto de vida. Assim, para auxiliar os estudantes a atribuir a suas escolhas pessoais sentidos que envolvam também a dimensão da ética e da coletividade, impactando o outro e a sociedade, as sequências didáticas propostas nesta obra trabalham o conhecimento de si e do outro, articulando-os, sempre que possível, aos temas contemporâneos transversais emergentes na sociedade. Isso se faz presente em temáticas que tratam de cidadania, democracia, papel social das profissões, impacto das profissões no mundo do trabalho e consumo ético.

Para facilitar aos jovens o estabelecimento e o engajamento na concretização de metas claras de futuro, dotadas de sentido pessoal e organizadas em curto, médio e longo prazo, propõem-se sequências didáticas que organizam discussões sobre qualidade de vida, mundo do trabalho, escolha profissional, processo seletivo e cuidados com a administração do próprio dinheiro, realizadas por meio de reflexões individuais e coletivas.

Ainda que as metas estabelecidas pelos estudantes possam ser repensadas no decorrer do percurso formativo no Ensino Médio, ou mesmo durante toda a vida, eles terão condições de terminar a etapa de Educação Básica com um orientador consistente para seus passos futuros, o que contribui para uma entrada no mundo adulto consciente dos desafios ali previstos.

Por que trabalhar com diferentes linguagens

Para construir seu projeto de vida, os estudantes são estimulados e orientados a desenvolver compreensões sobre si e o mundo que os cerca. Entendemos que essa tarefa é mediada pela linguagem e, para isso, fazemos uso de diferentes atividades de escuta, leitura e produção de texto, que visam que, de modo autônomo, os estudantes sejam capazes de apreender os sentidos dos textos trabalhados para emitir opiniões sobre o que leram e vivenciaram – uma das tarefas mais desafiadoras da educação escolar. Além disso, a obra apresenta, sempre que possível, práticas de linguagem que permitem o desenvolvimento de habilidades de leitura e domínios de gêneros da mídia e de novas formas de produzir, disponibilizar e interagir nos diferentes meios de comunicação virtuais e no mundo do trabalho.

Os textos selecionados para os capítulos são utilizados como recursos para obtenção e compreensão das informações e dos conhecimentos tratados, e também para promover a reflexão e propiciar a argumentação.

No quadro a seguir constam os principais gêneros textuais, os domínios em que ocorrem e as capacidades que acionam. Alguns desses gêneros são explorados no decorrer da construção do projeto de vida pelo estudante.

DOMÍNIOS SOCIAIS DE COMUNICAÇÃO	CAPACIDADE DE LINGUAGENS DOMINANTES	GÊNEROS ORAIS E ESCRITOS
Cultura literária ficcional	NARRAR: mimese da ação por meio da criação de intriga.	Conto maravilhoso; fábula; lenda; narrativa de aventura; narrativa de ficção científica; narrativa de enigma; novela fantástica; conto parodiado
Documentação e memorização de ações humanas	RELATAR: representação pelo discurso de experiências vividas, situadas no tempo.	Relato de experiência vivida; relato de viagem; testemunho; <i>curriculum vitae</i> ; notícia; reportagem; crônica esportiva; ensaio biográfico
Discussão de problemas sociais controversos	ARGUMENTAR: sustentação, refutação e negociação de tomadas de posição.	Texto de opinião; diálogo argumentativo; carta do leitor; carta de reclamação; deliberação informal; debate regrado; discurso de defesa (adv.); discurso de acusação (adv.)
Transmissão e construção de saberes	EXPOR: apresentação textual de diferentes formas de saberes.	Seminário; conferência; artigo ou verbete de enciclopédia; entrevista de especialista; tomada de notas; resumo de textos expositivos ou explicativos; relatório científico; relato de experiência científica
Instruções e prescrições	DESCREVER AÇÕES: regulação mútua de comportamento.	Instruções de montagem; receita; regulamento; regras de jogo; instruções de uso; instruções

SCHNEUWLY, Bernard et al. *Gêneros orais e escritos na escola*. Tradução de Roxane Rojo e Gláís S. Cordeiro. Campinas: Mercado das Letras, 2004. p. 102.

Por que trabalhar com metodologias ativas

As estratégias utilizadas para garantir uma aprendizagem significativa, na qual o estudante seja protagonista da produção do conhecimento, são chamadas metodologias ativas. Por meio delas, as práticas escolares podem ser organizadas para permitir aos estudantes:

fazer coisas, pensar e conceituar o que fazem, construir conhecimentos sobre os conceitos envolvidos nas atividades que realizam, bem como desenvolver a capacidade crítica, refletir sobre as práticas que realizam, fornecer e receber *feedback*, aprender a interagir com colegas e professores e explorar atitudes e valores pessoais (MORAN, 2019, p. 49).

Essa postura ativa é coerente com aquela que se espera de um jovem capaz de gerir a própria vida, e, por essa razão, tais estratégias foram escolhidas como recurso metodológico para guiar algumas das atividades propostas no decorrer desta obra. Foram escolhidas também por acreditarmos que, quando os estudantes estão envolvidos com os objetivos de seu processo de aprendizagem, são maiores as possibilidades para a ocorrência de uma aprendizagem significativa.

Buscando favorecer o desenvolvimento de estruturas cognitivas e afetivas, que, mobilizadas, permitam uma atuação amparada em valores socialmente

compartilhados, as sequências didáticas propostas fazem uso de leitura e produção de texto, vivências em grupo, pesquisa e compartilhamento. Objetiva-se que os estudantes, ao interagir com temas de seu interesse, relacionados com seus projetos de vida, possam questionar ou ampliar conhecimentos, tendo nos colegas e professores o apoio necessário para aprofundar o estudo. Com o mesmo objetivo são propostas estratégias para a resolução de problemas em que os estudantes, além de pensar sobre como fizeram para resolver a atividade, podem adquirir novos conhecimentos aprendendo de forma instigante e ativo. De igual modo, o desenvolvimento de projetos que envolvem questões típicas do universo juvenil e da comunidade escolar visa favorecer um compromisso ético e solidário dos estudantes com seu entorno.

Ao professor cabe mediar as situações de aprendizagem porque, quando adequadamente organizadas, elas resultam em processos de desenvolvimento (VYGOTSKY; LURIA; LEONTIEV, 2001). Para tanto, esperam-se dele ações como preparar as aulas com temas e encaminhamentos que surjam a partir de necessidades e interesses dos estudantes, ajudá-los a distinguir o que é essencial no percurso de estudo, assegurar-se de que as aprendizagens foram realizadas e objetivar as aprendizagens realizadas em aula.

Por fim, a ampliação do repertório cultural e a formação de um sujeito de direitos e deveres capaz de ser protagonista na construção de seu projeto de vida orientam as diversificadas práticas propostas no decorrer da obra, na qual se entende que uma única forma de trabalho pode não atingir

a todos os alunos na conquista de níveis complexos de pensamento e de comprometimento em suas ações, como desejados, ao mesmo tempo e em curto tempo. Essa é a razão da necessidade de se buscarem diferentes alternativas que contenham, em sua proposta, as condições de provocar atividades que estimulem o desenvolvimento de diferentes habilidades de pensamento dos alunos e possibilitem ao professor atuar naquelas situações que promovem a autonomia, substituindo, sempre que possível, as situações evidentemente controladoras. Cabe ao professor, portanto, organizar-se, para obter o máximo de benefícios das Metodologias Ativas para a formação de seus alunos (BERBEL, 2011, p. 37).

III. Projeto de vida no Ensino Médio

Esta obra está de acordo com as competências gerais estabelecidas pela Base Nacional Comum Curricular (BNCC), na Lei n. 13.415, de 2017, nas Diretrizes Curriculares Nacionais para o Ensino Médio, nos Referenciais Curriculares para Elaboração dos Itinerários Formativos e no Guia de Implementação do Novo Ensino Médio.

Competências gerais da Educação Básica

A BNCC, ao definir os direitos de aprendizagem de todos os estudantes brasileiros, arrola, entre as dez competências gerais, o trabalho com projeto de vida, que visa permitir aos estudantes a capacidade de gerir a própria vida aprendendo a desenvolver o autoconhecimento, estabelecer metas, planejar e perseguir com determinação, esforço, autoconfiança e persistência seus projetos presentes e futuros, compreender o mundo do trabalho, as tendências e as novas profissões.

As atividades propostas no decorrer da obra trabalham com as dez competências gerais da Educação Básica definidas pela BNCC, citadas mais adiante em sua íntegra, muito embora, em alguns momentos, sejam privilegiadas as competências:

6. Valorizar a diversidade de saberes e vivências culturais e apropriar-se de conhecimentos e experiências que lhe possibilitem entender as relações próprias do mundo do trabalho e fazer escolhas alinhadas ao exercício da cidadania e ao seu projeto de vida, com liberdade, autonomia, consciência crítica e responsabilidade.

7. Argumentar com base em fatos, dados e informações confiáveis, para formular, negociar e defender ideias, pontos de vista e decisões comuns que respeitem e promovam os direitos humanos, a consciência socioambiental e o consumo responsável em âmbito local, regional e global, com posicionamento ético em relação ao cuidado de si mesmo, dos outros e do planeta.

BNCC, versão final, p. 9.

Lei n. 13.415/17

A Lei n. 13.415, de 2017, assegura, em seu Artigo 3A, Inciso 8º, que:

Os conteúdos, as metodologias e as formas de avaliação processual e formativa serão organizados nas redes de ensino por meio de atividades teóricas e práticas, provas orais e escritas, seminários, projetos e atividades *on-line*, de tal forma que ao final do ensino médio o educando demonstre:

[...]

II. conhecimento das formas contemporâneas de linguagem

Com base nessas premissas, esta obra prevê que o acompanhamento da aprendizagem dos estudantes ocorra em diversos momentos e por meio de variados recursos individuais e coletivos, orais e escritos. As atividades propostas no decorrer das seções permitem ao professor identificar os conhecimentos que os estudantes têm sobre a temática abordada, sistematizar os conteúdos propostos fazendo uso de metodologias ativas de ensino e aprendizagem e verificar a internalização do conhecimento e que mediações ainda se fazem necessárias para a continuação e/ou replanejamento do trabalho pedagógico.

No decorrer dos capítulos que compõem a obra, o trabalho com os temas se articula à apropriação e ao uso das diferentes linguagens para a construção do projeto de vida.

Diretrizes Curriculares Nacionais para o Ensino Médio

A Resolução do Conselho Nacional de Educação n. 3, de 21 de novembro de 2018, que trata das Diretrizes Curriculares Nacionais para o Ensino Médio, estabelece no Capítulo II, Artigo 3º, que:

O ensino médio é direito de todos e dever do Estado e da família e será promovido e incentivado com a colaboração da sociedade, visando ao pleno desenvolvimento da pessoa, seu preparo para o exercício da cidadania e sua qualificação para o trabalho, conforme previsto no Art. 205 da Constituição Federal e no Art. 2º da Lei n. 9.394/1996 (LDB).

Com relação aos princípios específicos que regem o Ensino Médio, os incisos do Artigo 5º estabelecem que:

- I. formação integral do estudante, expressa por valores, aspectos físicos, cognitivos e socioemocionais;
- II. projeto de vida como estratégia de reflexão sobre trajetória escolar na construção das dimensões pessoal, cidadã e profissional do estudante;
- III. pesquisa como prática pedagógica para inovação, criação e construção de novos conhecimentos;
- IV. respeito aos direitos humanos como direito universal;
- V. compreensão da diversidade e realidade dos sujeitos, das formas de produção e de trabalho e das culturas;
- VI. sustentabilidade ambiental;
- VII. diversificação da oferta de forma a possibilitar múltiplas trajetórias por parte dos estudantes e a articulação dos saberes com o contexto histórico, econômico, social, científico, ambiental, cultural local e do mundo do trabalho;
- VIII. indissociabilidade entre educação e prática social, considerando-se a historicidade dos conhecimentos e dos protagonistas do processo educativo;
- IX. indissociabilidade entre teoria e prática no processo de ensino-aprendizagem.

(Resolução CNE n. 3)

Com base nesses princípios, os capítulos desta obra propõem temáticas que objetivam facilitar aos estudantes a construção de seu projeto de vida mediante o trabalho com questões que envolvem, além do conhecimento de si, de seu contexto e suas possibilidades, a inserção no mundo do trabalho e a atuação social ética e cidadã.

Referenciais Curriculares para Elaboração dos Itinerários Formativos

Os Referenciais Curriculares para Elaboração dos Itinerários Formativos, no eixo empreendedorismo, enfatizam a expansão da capacidade “dos estudantes de mobilizar conhecimentos de diferentes áreas para empreender projetos pessoais ou produtivos articulados ao seu projeto de vida” (p. 9).

Com o objetivo de contribuir para a participação em uma sociedade cada vez mais marcada pela incerteza, pela volatilidade e pela mudança, busca-se formar estudantes que se apropriem de conhecimentos e habilidades que lhes proporcionem competências e oportunidades para si e para os demais.

O documento estabelece como objetivos:

- Aprofundar conhecimentos relacionados a contexto, ao mundo do trabalho e à gestão de iniciativas empreendedoras, incluindo seus impactos nos seres humanos, na sociedade e no meio ambiente;
- Ampliar habilidades relacionadas ao autoconhecimento, empreendedorismo e projeto de vida;
- Utilizar esses conhecimentos e habilidades para estruturar iniciativas empreendedoras com propósitos diversos, voltadas a viabilizar projetos pessoais ou produtivos com foco no desenvolvimento de processos e produtos com o uso de tecnologias variadas.

(Referenciais Curriculares para Elaboração dos Itinerários Formativos, p. 9)

De acordo com as premissas apresentadas no documento, as sequências didáticas propostas nesta obra procuram estimular nos estudantes a consciência de que, ao construir seu projeto de vida, tornam-se protagonistas da própria trajetória. Assim, são oferecidas variadas atividades que objetivam o desenvolvimento de competências como autoconhecimento, autonomia, foco, determinação, capacidade de planejamento, criatividade e resiliência, para que, ao final do percurso formativo no Ensino Médio, a autorregulação da conduta e a atuação social produtiva e cidadã, metas da vida adulta, sejam conquistas dos estudantes.

Guia de Implementação do Novo Ensino Médio

O Guia de Implementação do Novo Ensino Médio apresenta o **protagonismo juvenil** como referência importante a ser seguida nessa etapa, de modo que, ao concluí-la, os jovens possam fazer escolhas, tomar decisões e se responsabilizar por elas. A carga horária destinada ao trabalho com projeto de vida desde o início do Ensino Médio contribui para que os estudantes escolham o itinerário formativo que pretendem seguir ao mesmo tempo que, em contrapartida, o itinerário formativo dá suporte ao desenvolvimento do projeto de vida dos estudantes.

IV. Trabalho com dimensões, competências e habilidades

As sequências didáticas propostas nas três dimensões que compõem a obra estão organizadas para contemplar as competências e habilidades descritas nas tabelas a seguir.

Dimensões, competências gerais e competências socioemocionais

UNIDADES	CAPÍTULOS	SEÇÕES ¹	DIMENSÕES	COMPETÊNCIAS GERAIS	COMPETÊNCIAS SOCIOEMOCIONAIS	
EU	1. IDENTIDADE	CC	Aut. 6	1; 3; 4; 6; 7; 8	1	
		V1	Aut. 6	4; 8; 9	1; 2; 4	
		TC1	Aut. 5	1; 7	2	
		V2	Aut. 1; 8	3; 8; 9	1	
		TC2	Aut. 5	2; 4; 7	2	
		IS	Aut. 1; 7	1; 3; 4; 5; 6; 7; 8	1	
		VS	Aut. 4; 9; 10	4; 6; 7; 8; 10	1; 3; 5	
		2. AUTOCONHECIMENTO	CC	Aut. 6	1; 3; 4; 7; 8	1
	V1		Aut. 6	3; 4; 8; 9	1	
	TC1		Aut. 6	1; 3; 8	1; 2	
	V2		Aut. 1; 6	8	1; 5	
	TC2		Aut. 9; 10	1; 3; 4; 8; 10	1; 2; 5	
	IS		Aut. 6	6; 8; 10	1; 5	
	VS		Aut. 6	8; 10	1; 5	
	3. EU, ESTUDANTE		CC	Aut. 2	1; 3; 6	1
		V1	Aut. 3	1; 3; 4; 5	1	
		TC1	Aut. 2; 3	1; 4; 5	1	
		V2	Aut. 3	1	1	
		TC2	Aut. 2; 3	1; 4; 5; 7	1	
		IS	Aut. 2; 3; 6; 7	1; 3; 4; 5; 6; 7; 8; 9	1	
		VS	Aut. 2; 3	4	1	
		VT		4; 5; 6; 7; 8; 9	1; 2	
	O OUTRO	4. CIDADANIA	CC	Exp. 1	1; 4; 6; 7; 8	1; 2
			V1	Exp. 1	4; 7; 10	1; 2; 5
TC1			Exp. 1; 3; 4	1; 7; 10	2	
V2			Exp. 2; 4; 5	4; 6; 7; 10	1; 2; 4	
TC2			Exp. 3	1; 2; 4; 6; 7	1; 2	
IS			Exp. 4; 5	4; 7; 10	3	
VS			Exp. 1; 6	6; 7; 8; 9	1; 2; 3	
5. QUALIDADE DE VIDA			CC		1; 3; 4; 6; 7; 8	1
		V1		8	1; 5	
		TC1	Exp. 1	1; 2; 5; 7	1; 2; 5	
		V2		8	1; 5	
		TC2	Exp. 4	1; 2; 4; 7	1	
		IS	Exp. 2; 5	6; 8; 9; 10	2	
		VS		8	1	
		6. MUNDO DO TRABALHO	CC	Exp. 6	1; 2; 3; 4	1
V1			Exp. 6	4; 6; 9	4	
TC1			Exp. 6	1; 6; 9	4	
V2			Exp. 2; 4; 6	6; 8; 9	1; 4	
TC2			Exp. 4	2; 4; 6; 7; 10	3	
IS			Exp. 1	1; 4; 5; 6; 7		
VS			Exp. 2	4; 6; 8; 9	4; 5	
VT				1; 4; 6; 7; 9; 10	2; 3; 4; 5	

NÓS	7. ESCOLHA PROFISSIONAL	CC	Pla. 1	1; 3; 6; 7	
		V1	Pla. 2; 5	6; 8; 9	1; 3
		TC1	Pla. 4	1; 7	
		V2	Pla. 2	1; 4; 5; 6; 7	2; 3
		TC2	Pla. 1	1; 4; 7	
		IS	Pla. 4	1; 4; 6; 7	3
		VS	Pla. 3	6; 10	3
	8. PROCESSO SELETIVO	CC	Pla. 1	1; 3; 4; 6; 7	
		V1	Pla. 5	4; 10	1; 3; 5
		TC1	Pla. 1	1; 5; 6	
		V2	Pla. 5	4; 5; 9	1; 5
		TC2	Pla. 1	2; 6; 7; 8; 9; 10	1; 2; 4
		IS	Pla. 1	1; 4; 5; 6	3; 4; 5
		VS	Pla. 1	5; 6; 9	4
	9. EDUCAÇÃO FINANCEIRA	CC		1; 3; 6; 10	1
		V1	Pla. 4	10	5
		TC1		1; 3; 5; 7	5
		V2		10	5
		TC2		1; 2; 3; 7	5
		IS	Pla. 2; 4; 5	9; 10	2; 4; 5
		VS	Pla. 3; 4; 5	10	5
VI			4; 5; 6; 8; 10	1; 3; 4; 5	

1. CC: Começo de conversa; V1: Vivência 1; TC1: Texto e contexto 1; V2: Vivência 2; TC2: Texto e contexto 2; IS: Integrando saberes; VS: Vivência: síntese; VT: Vivência de transição; VI: Vivência integradora.

DIMENSÕES DO PROJETO DE VIDA

Autoconhecimento

1. Identificar os próprios interesses e necessidades.
2. Estabelecer significado para as experiências na escola e fora dela.
3. Conhecer-se como estudante, identificando por quê, com quem e como estudar e aprender.
4. Estabelecer objetivos e metas, entendendo a necessidade da persistência para alcançá-los.
5. Vivenciar, refletir e dialogar sobre as maneiras como se relaciona com o outro e com o bem comum.
6. Conhecer-se, compreendendo as próprias emoções e como lidar com elas.
7. Estar aberto a novas culturas, pessoas e ideias.
8. Reconhecer as próprias forças e apoiar-se nelas, reconhecendo também a importância do convívio com o outro.
9. Identificar caminhos e estratégias para superar as dificuldades e alicerçar a busca da realização dos sonhos.
10. Olhar para o futuro sem medo.

Expansão e exploração

1. Conhecer e compreender direitos e deveres perante si mesmo e a sociedade.
2. Reconhecer a força de agir coletivamente.
3. Agir com empatia, sendo capaz de assumir a perspectiva do outro, compreendendo as

necessidades e os sentimentos alheios, construindo relacionamentos baseados no compartilhamento e na abertura para o convívio social republicano.

4. Refletir e dialogar sobre as maneiras como vivenciam o compromisso com o outro e com o bem comum, buscando soluções concretas para problemas existentes por meio de princípios éticos necessários à construção da cidadania.
5. Vivenciar e atribuir significados às experiências cotidianas na escola, em especial àquelas que dizem respeito à construção de laços afetivos e à atuação em grupos de trabalhos escolares, em projetos extraclasse e nas aulas.
6. Perceber-se como cidadão que integra a construção da vida familiar, escolar, comunitária, nacional e internacional, e é capaz de ampliar seus horizontes e perspectivas em relação a oportunidades de inserção no mundo do trabalho.

Planejamento

1. Refletir e dialogar sobre os interesses dos estudantes em relação à inserção no mundo do trabalho, bem como à ampliação dos conhecimentos sobre os contextos, as características, as possibilidades e os desafios do trabalho no século XXI.
2. Identificar, valorizar e fortalecer sonhos, aspirações, conhecimentos, habilidades e competências, desenvolvidos ao longo da sua trajetória escolar, familiar e comunitária.

3. Reconhecer-se como estudante no final da Educação Básica, identificando os caminhos de desenvolvimento até o momento, necessidades de melhorar e possíveis continuidades de estudos para o futuro.

4. Apropriar-se de habilidades pessoais, estratégias mentais e instrumentos práticos para planejamento de metas e estratégias para alcançá-las.

5. Sistematizar interesses, identificar habilidades, conhecimentos e oportunidades que correspondem às aspirações profissionais, abrindo caminho sólido à elaboração escalonada de metas e estratégias viáveis.

Disponível em: <https://www.fnnde.gov.br/index.php/programas/programas-do-livro/consultas/editais-programas-livro/item/13106-edital-pnld-2021>. Acesso em: 17 fev. 2020.

COMPETÊNCIAS GERAIS

1. Valorizar e utilizar os conhecimentos historicamente construídos sobre o mundo físico, social, cultural e digital para entender e explicar a realidade, continuar aprendendo e colaborar para a construção de uma sociedade justa, democrática e inclusiva.

2. Exercitar a curiosidade intelectual e recorrer à abordagem própria das ciências, incluindo a investigação, a reflexão, a análise crítica, a imaginação e a criatividade, para investigar causas, elaborar e testar hipóteses, formular e resolver problemas e criar soluções (inclusive tecnológicas) com base nos conhecimentos das diferentes áreas.

3. Valorizar e fruir as diversas manifestações artísticas e culturais, das locais às mundiais, e também participar de práticas diversificadas da produção artístico-cultural.

4. Utilizar diferentes linguagens – verbal (oral ou visual-motora, como Libras, e escrita), corporal, visual, sonora e digital –, bem como conhecimentos das linguagens artística, matemática e científica, para se expressar e partilhar informações, experiências, ideias e sentimentos em diferentes contextos e produzir sentidos que levem ao entendimento mútuo.

5. Compreender, utilizar e criar tecnologias digitais de informação e comunicação de forma crítica, significativa, reflexiva e ética nas diversas práticas sociais (incluindo as escolares) para se comunicar, acessar e disseminar informações, produzir conhecimentos, resolver problemas e exercer protagonismo e autoria na vida pessoal e coletiva.

6. Valorizar a diversidade de saberes e vivências culturais e apropriar-se de conhecimentos e experiências que lhe possibilitem entender as relações próprias do mundo do trabalho e fazer escolhas alinhadas ao exercício da cidadania e ao seu projeto de vida, com liberdade, autonomia, consciência crítica e responsabilidade.

7. Argumentar com base em fatos, dados e informações confiáveis, para formular, negociar e defender ideias, pontos de vista e decisões comuns que respeitem e promovam os direitos humanos, a consciência socioambiental e o consumo responsável em âmbito local, regional e global, com posicionamento ético em relação ao cuidado de si mesmo, dos outros e do planeta.

8. Conhecer-se, apreciar-se e cuidar de sua saúde física e emocional, compreendendo-se na diversidade humana e reconhecendo suas emoções e as dos outros, com autocrítica e capacidade para lidar com elas.

9. Exercitar a empatia, o diálogo, a resolução de conflitos e a cooperação, fazendo-se respeitar e promovendo o respeito ao outro e aos direitos humanos, com acolhimento e valorização da diversidade de indivíduos e de grupos sociais, seus saberes, identidades, culturas e potencialidades, sem preconceitos de qualquer natureza.

10. Agir pessoal e coletivamente com autonomia, responsabilidade, flexibilidade, resiliência e determinação, tomando decisões com base em princípios éticos, democráticos, inclusivos, sustentáveis e solidários.

Disponível em: <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/>. Acesso em: 30 dez. 2019.

COMPETÊNCIAS SOCIOEMOCIONAIS

Presentes nas dez competências gerais da BNCC

1. Autoconsciência: envolve o conhecimento de cada pessoa, bem como de suas forças e limitações, sempre mantendo uma atitude otimista e voltada para o crescimento.

2. Consciência social: necessita do exercício da empatia, do colocar-se “no lugar dos outros”, respeitando a diversidade.

3. Tomada de decisão responsável: preconiza as escolhas pessoais e as interações sociais de acordo com as normas, os cuidados com a segurança e os padrões éticos de uma sociedade.

4. Habilidades de relacionamento: relacionam-se com as habilidades de ouvir com empatia, falar clara e objetivamente, cooperar com os demais, resistir à pressão social inadequada (ao *bullying*, por exemplo), solucionar conflitos de modo construtivo e respeitoso, bem como auxiliar o outro quando for o caso.

5. Autogestão: relaciona-se ao gerenciamento eficiente do estresse, ao controle de impulsos e à definição de metas.

Disponível em: <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/implementacao/praticas/caderno-de-praticas/aprofundamentos/195-competencias-socioemocionais-como-fator-de-protecao-a-saude-mental-e-ao-bullying>. Acesso em: 17 fev. 2020.

Competências específicas e habilidades específicas

UNIDADES	CAPÍTULOS	COMPETÊNCIAS ESPECÍFICAS	HABILIDADES ESPECÍFICAS
EU	1. IDENTIDADE	LGG 1; LGG 2 CHS 5; CHS 6	EM13LGG102; EM13LGG202 EM13CHS502; EM13CHS605
	2. AUTOCONHECIMENTO	LGG 1; LGG 2 CHS 3; CHS 5	EM13LGG102; EM13LGG201 EM13CHS301; EM13CHS504
	3. EU, ESTUDANTE	LGG 1; LGG 6 CHS 4; CHS 5	EM13LGG102; EM13LGG103; EM13LGG602 EM13CHS403; EM13CHS502
O OUTRO	4. CIDADANIA	LGG 1; LGG 6 CHS 5; CHS 6	EM13LGG101; EM13LGG602 EM13CHS502; EM13CHS605
	5. QUALIDADE DE VIDA	LGG 1; LGG 6 CHS 3; CHS 5	EM13LGG101; EM13LGG602 EM13CHS301; EM13CHS504
	6. MUNDO DO TRABALHO	LGG 1; LGG 6 CHS 4; CHS 5	EM13LGG101; EM13LGG602 EM13CHS403; EM13CHS502
NÓS	7. ESCOLHA PROFISSIONAL	LGG 1; LGG 3 CHS 4; CHS 5; CHS 6	EM13LGG101; EM13LGG102; EM13LGG301 EM13CHS401; EM13CHS404; EM13CHS504; EM13CHS601
	8. PROCESSO SELETIVO	LGG 1; LGG 3; LGG 4; LGG 7 CHS 2; CHS 4; CHS 5 CNT 2 MAT 1	EM13LGG102; EM13LGG301; EM13LGG303; EM13LGG402; EM13LGG702; EM13LGG703 EM13CHS202; EM13CHS404; EM13CHS504 EM13CNT207 EM13MAT104
	9. EDUCAÇÃO FINANCEIRA	LGG 1; LGG 7 CHS 3; CHS 4; CHS 5 CNT 2 MAT 2	EM13LGG102; EM13LGG702 EM13CHS301; EM13CHS303; EM13CHS401; EM13CHS504 EM13CNT206; EM13CNT207 EM13MAT203

COMPETÊNCIAS ESPECÍFICAS

LGG 1: Compreender o funcionamento das diferentes linguagens e práticas culturais (artísticas, corporais e verbais) e mobilizar esses conhecimentos na recepção e produção de discursos nos diferentes campos de atuação social e nas diversas mídias, para ampliar as formas de participação social, o entendimento e as possibilidades de explicação e interpretação crítica da realidade e para continuar aprendendo.

LGG 2: Compreender os processos identitários, conflitos e relações de poder que permeiam as práticas sociais de linguagem, respeitando as diversidades e a pluralidade de ideias e posições, e atuar socialmente com base em princípios e valores asentados na democracia, na igualdade e nos Direitos Humanos, exercitando o autoconhecimento, a empatia, o diálogo, a resolução de conflitos e a cooperação, e combatendo preconceitos de qualquer natureza.

LGG 3: Utilizar diferentes linguagens (artísticas, corporais e verbais) para exercer, com autonomia

e colaboração, protagonismo e autoria na vida pessoal e coletiva, de forma crítica, criativa, ética e solidária, defendendo pontos de vista que respeitem o outro e promovam os Direitos Humanos, a consciência socioambiental e o consumo responsável, em âmbito local, regional e global.

LGG 6: Apreciar esteticamente as mais diversas produções artísticas e culturais, considerando suas características locais, regionais e globais, e mobilizar seus conhecimentos sobre as linguagens artísticas para dar significado e (re)construir produções autorais individuais e coletivas, exercendo protagonismo de maneira crítica e criativa, com respeito à diversidade de saberes, identidades e culturas.

LGG 7: Mobilizar práticas de linguagem no universo digital, considerando as dimensões técnicas, críticas, criativas, éticas e estéticas, para expandir as formas de produzir sentidos, de engajar-se em práticas autorais e coletivas, e de aprender a aprender nos campos da ciência, cultura, trabalho, informação e vida pessoal e coletiva.

CHS 2: Analisar a formação de territórios e fronteiras em diferentes tempos e espaços, mediante a compreensão das relações de poder que determinam as territorialidades e o papel geopolítico dos Estados-nações.

CHS 3: Analisar e avaliar criticamente as relações de diferentes grupos, povos e sociedades com a natureza (produção, distribuição e consumo) e seus impactos econômicos e socioambientais, com vistas à proposição de alternativas que respeitem e promovam a consciência, a ética socioambiental e o consumo responsável em âmbito local, regional, nacional e global.

CHS 4: Analisar as relações de produção, capital e trabalho em diferentes territórios, contextos e culturas, discutindo o papel dessas relações na construção, consolidação e transformação das sociedades.

CHS 5: Identificar e combater as diversas formas de injustiça, preconceito e violência, adotando princípios éticos, democráticos, inclusivos e solidários, e respeitando os Direitos Humanos.

CHS 6: Participar do debate público de forma crítica, respeitando diferentes posições e fazendo escolhas alinhadas ao exercício da cidadania e ao seu projeto de vida, com liberdade, autonomia, consciência crítica e responsabilidade.

CNT 2: Analisar e utilizar interpretações sobre a dinâmica da Vida, da Terra e do Cosmos para elaborar argumentos, realizar previsões sobre o funcionamento e a evolução dos seres vivos e do Universo, e fundamentar e defender decisões éticas e responsáveis.

MAT 1: Utilizar estratégias, conceitos e procedimentos matemáticos para interpretar situações em diversos contextos, sejam atividades cotidianas, sejam fatos das Ciências da Natureza e Humanas, das questões socioeconômicas ou tecnológicas, divulgados por diferentes meios, de modo a contribuir para uma formação geral.

MAT 2: Propor ou participar de ações para investigar desafios do mundo contemporâneo e tomar decisões éticas e socialmente responsáveis, com base na análise de problemas sociais, como os voltados a situações de saúde, sustentabilidade, das implicações da tecnologia no mundo do trabalho, entre outros, mobilizando e articulando conceitos, procedimentos e linguagens próprios da Matemática.

Disponível em: <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/>.

Acesso em: 30 dez. 2019.

HABILIDADES ESPECÍFICAS

EM13LGG101: Compreender e analisar processos de produção e circulação de discursos, nas diferentes linguagens, para fazer escolhas fundamentadas em função de interesses pessoais e coletivos.

EM13LGG102: Analisar visões de mundo, conflitos de interesse, preconceitos e ideologias presentes nos discursos veiculados nas diferentes mídias, ampliando suas possibilidades de explicação, interpretação e intervenção crítica da/na realidade.

EM13LGG103: Analisar o funcionamento das linguagens, para interpretar e produzir criticamente discursos em textos de diversas semioses (visuais, verbais, sonoras, gestuais).

EM13LGG201: Utilizar as diversas linguagens (artísticas, corporais e verbais) em diferentes contextos, valorizando-as como fenômeno social, cultural, histórico, variável, heterogêneo e sensível aos contextos de uso.

EM13LGG202: Analisar interesses, relações de poder e perspectivas de mundo nos discursos das diversas práticas de linguagem (artísticas, corporais e verbais), compreendendo criticamente o modo como circulam, constituem-se e (re)produzem significação e ideologias.

EM13LGG301: Participar de processos de produção individual e colaborativa em diferentes linguagens (artísticas, corporais e verbais), levando em conta suas formas e seus funcionamentos, para produzir sentidos em diferentes contextos.

EM13LGG303: Debater questões polêmicas de relevância social, analisando diferentes argumentos e opiniões, para formular, negociar e sustentar posições, frente à análise de perspectivas distintas.

EM13LGG402: Empregar, nas interações sociais, a variedade e o estilo de língua adequados à situação comunicativa, ao(s) interlocutor(es) e ao gênero do discurso, respeitando os usos das línguas por esse(s) interlocutor(es) e sem preconceito linguístico.

EM13LGG602: Fruir e apreciar esteticamente diversas manifestações artísticas e culturais, das locais às mundiais, assim como delas participar, de modo a aguçar continuamente a sensibilidade, a imaginação e a criatividade.

EM13LGG702: Avaliar o impacto das tecnologias digitais da informação e comunicação (TDIC) na formação do sujeito e em suas práticas sociais, para fazer uso crítico dessa mídia em práticas de seleção, compreensão e produção de discursos em ambiente digital.

EM13LGG703: Utilizar diferentes linguagens, mídias e ferramentas digitais em processos de

produção coletiva, colaborativa e projetos autorais em ambientes digitais.

EM13CHS202: Analisar e avaliar os impactos das tecnologias na estruturação e nas dinâmicas de grupos, povos e sociedades contemporâneos (fluxos populacionais, financeiros, de mercadorias, de informações, de valores éticos e culturais etc.), bem como suas interferências nas decisões políticas, sociais, ambientais, econômicas e culturais.

EM13CHS301: Problematizar hábitos e práticas individuais e coletivos de produção, reaproveitamento e descarte de resíduos em metrópoles, áreas urbanas e rurais, e comunidades com diferentes características socioeconômicas, e elaborar e/ou selecionar propostas de ação que promovam a sustentabilidade socioambiental, o combate à poluição sistêmica e o consumo responsável.

EM13CHS303: Debater e avaliar o papel da indústria cultural e das culturas de massa no estímulo ao consumismo, seus impactos econômicos e socioambientais, com vistas à percepção crítica das necessidades criadas pelo consumo e à adoção de hábitos sustentáveis.

EM13CHS401: Identificar e analisar as relações entre sujeitos, grupos, classes sociais e sociedades com culturas distintas diante das transformações técnicas, tecnológicas e informacionais e das novas formas de trabalho ao longo do tempo, em diferentes espaços (urbanos e rurais) e contextos.

EM13CHS403: Caracterizar e analisar os impactos das transformações tecnológicas nas relações sociais e de trabalho próprias da contemporaneidade, promovendo ações voltadas à superação das desigualdades sociais, da opressão e da violação dos Direitos Humanos.

EM13CHS404: Identificar e discutir os múltiplos aspectos do trabalho em diferentes circunstâncias e contextos históricos e/ou geográficos e seus efeitos sobre as gerações, em especial, os jovens, levando em consideração, na atualidade, as transformações técnicas, tecnológicas e informacionais.

EM13CHS502: Analisar situações da vida cotidiana, estilos de vida, valores, condutas etc., desnaturalizando e problematizando formas de desigualdade, preconceito, intolerância e discriminação, e identificar ações que promovam os Direitos Humanos, a solidariedade e o respeito às diferenças e às liberdades individuais.

EM13CHS504: Analisar e avaliar os impasses ético-políticos decorrentes das transformações culturais, sociais, históricas, científicas e tecnológicas no mundo contemporâneo e seus desdobramentos nas atitudes e nos valores de indivíduos, grupos sociais, sociedades e culturas.

EM13CHS601: Identificar e analisar as demandas e os protagonismos políticos, sociais e culturais dos povos indígenas e das populações afrodescendentes (incluindo as quilombolas) no Brasil contemporâneo considerando a história das Américas e o contexto de exclusão e inclusão precária desses grupos na ordem social e econômica atual, promovendo ações para a redução das desigualdades étnico-raciais no país.

EM13CHS605: Analisar os princípios da declaração dos Direitos Humanos, recorrendo às noções de justiça, igualdade e fraternidade, identificar os progressos e entraves à concretização desses direitos nas diversas sociedades contemporâneas e promover ações concretas diante da desigualdade e das violações desses direitos em diferentes espaços de vivência, respeitando a identidade de cada grupo e de cada indivíduo.

EM13CNT206: Discutir a importância da preservação e conservação da biodiversidade, considerando parâmetros qualitativos e quantitativos, e avaliar os efeitos da ação humana e das políticas ambientais para a garantia da sustentabilidade do planeta.

EM13CNT207: Identificar, analisar e discutir vulnerabilidades vinculadas às vivências e aos desafios contemporâneos aos quais as juventudes estão expostas, considerando os aspectos físico, psicoemocional e social, a fim de desenvolver e divulgar ações de prevenção e de promoção da saúde e do bem-estar.

EM13MAT104: Interpretar taxas e índices de natureza socioeconômica (índice de desenvolvimento humano, taxas de inflação, entre outros), investigando os processos de cálculo desses números, para analisar criticamente a realidade e produzir argumentos.

EM13MAT203: Aplicar conceitos matemáticos no planejamento, na execução e na análise de ações envolvendo a utilização de aplicativos e a criação de planilhas (para o controle de orçamento familiar, simuladores de cálculos de juros simples e compostos, entre outros), para tomar decisões.

Disponível em: <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/>.

Acesso em: 30 dez. 2019.

V. A obra – projeto de vida

Na concepção desta obra, consideramos que a escola pode contribuir para a construção do projeto de vida dos estudantes por ser o local privilegiado para propiciar uma reflexão intencional, sistematizada, significativa e criativa, que envolva de modo concatenado as dimensões da cognição, do afeto, da corporeidade e da ética ao fortalecer nos jovens a consciência de seu papel de cidadãos implicados na vida coletiva.

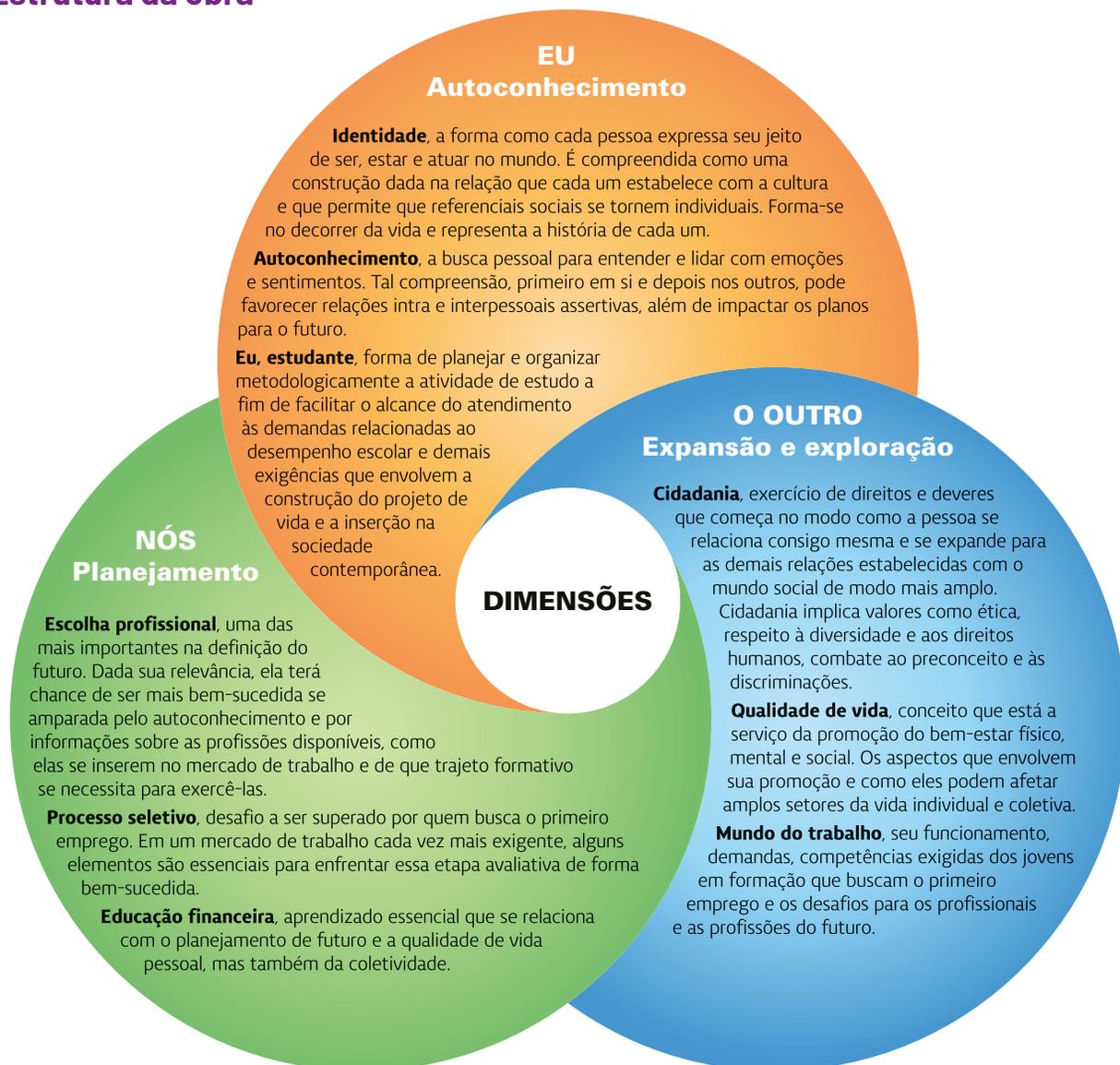
Consideramos também que os professores são os profissionais indicados para mediar experiências que permitam aos estudantes o desenvolvimento de uma visão otimista sobre o futuro, bem como de uma crença positiva em seu potencial.

Para projetar a vida é preciso que os jovens desenvolvam o autoconhecimento e uma visão positiva de

si mesmos, além do protagonismo para que se sintam responsáveis por empreender esforços, de modo autônomo, a fim de realizar os planos que desejam.

Os temas abordados nos capítulos que fazem parte da obra consideram de modo contundente a importância de trabalhar aspectos que envolvem o reconhecimento do “Eu”, do “Outro” e do “Nós” por meio de aprendizagens significativas e experiências compartilhadas. De igual forma se considera a necessidade de os conhecimentos serem relacionados ao cotidiano dos estudantes com vistas à construção efetiva do projeto de vida para que a etapa do Ensino Médio seja concluída, se não com um propósito finalizado, ao menos como uma orientação consistente para os passos futuros. Almeja-se, assim, que os estudantes detectem seus interesses, incômodos e necessidades, e se envolvam em ações que resultem em um projeto de vida carregado de sentido pessoal e alcance social.

Estrutura da obra



O Livro do Estudante

A obra, em volume único, está estruturada em três módulos. O primeiro aborda a dimensão do “Eu”, o segundo, a dimensão do “Outro” e o terceiro, a dimensão do “Nós”.

Cada um dos módulos está organizado em três capítulos, totalizando nove capítulos, e se inicia em página dupla:

- **Abertura do módulo** – Apresenta a temática geral do módulo, nomeia os capítulos e oferece as principais competências e habilidades trabalhadas em cada capítulo.

Cada capítulo se organiza da seguinte forma:

- **Abertura do capítulo** – Apresenta o título do capítulo e, em notas para o professor, os principais objetivos do estudo que será empreendido, seguidos da primeira seção.
- **Começo de conversa** – Por meio de diferentes gêneros textuais, propõe atividade para nortear os estudos desenvolvidos no capítulo, identificar o que os estudantes conhecem a respeito da temática e sensibilizá-los para os desafios propostos.
- **Vivência** – Em dois momentos do capítulo, utiliza recursos e linguagens diversos para propiciar experiências vivenciais motivadoras, significativas e contextualizadas a fim de permitir aos estudantes mobilizar competências e habilidades relacionadas com conhecimento de si e do outro, comunicação e expressão, relacionamento intra e interpessoal, cooperação, empatia, diálogo, respeito por si e pelo outro, autonomia, flexibilidade, responsabilidade, tomada de decisão e criatividade.
- **Texto e contexto** – Valendo-se de gêneros textuais de circulação social variados, em dois momentos diferentes, aborda temáticas do mundo físico, social, histórico, cultural e digital para entender, explicar e atuar na realidade com vistas à construção do projeto de vida. Constitui caminhos para ampliação do repertório cultural e uma formação crítica, baseada em informação obtida, para promover o diálogo dos estudantes com colegas, professores, familiares e a comunidade.
- **Refletir e argumentar** – Subseção de atividades que integra a seção **Texto e contexto**. As propostas estimulam os estudantes a pesquisar, inquirir,

averiguar, inferir e consolidar informações, fenômenos, fatos e conceitos, além de demandar trabalhos que requerem oralidade, destreza motora e senso estético e espacial. As habilidades de leitura e de escrita são constantemente mobilizadas pelos estudantes para obter, construir e aprofundar conhecimentos de modo ativo, autoral e significativo.

- **Integrando saberes** – Privilegiando produções ora individuais ora coletivas, sistematiza aspectos essenciais trabalhados no decorrer do capítulo e as principais competências e habilidades com eles relacionados. As propostas estimulam os estudantes a ler e interpretar, argumentar, pesquisar e registrar informações, apresentar as produções realizadas, construir projetos, resolver problemas e dialogar com os colegas e com a comunidade.
- **Vivência: síntese** – Identifica aspectos essenciais e principais habilidades relacionadas ao tema de estudo do capítulo. Os estudantes têm papel essencial e ativo no encaminhamento das atividades para que consolidem o conhecimento construído.
- **Retomada** – Autoavaliação da aprendizagem que resume os conteúdos trabalhados no decorrer do capítulo a fim de que os estudantes identifiquem os objetivos de estudo que devem ser eventualmente retomados e os temas que desejam aprofundar para constituir seu projeto de vida.
- **Para saber mais** – Amplia os conhecimentos construídos no decorrer do estudo do capítulo e subsidia a construção do projeto de vida. São sugeridos aos estudantes recursos variados, como músicas, filmes, livros, sites, charges, histórias em quadrinhos e visitas a museus.
- **Vivência de transição entre os módulos** – Integra a mobilização das competências e habilidades trabalhadas no módulo e sensibiliza os estudantes para os assuntos que serão tratados no próximo.
- **Vivência integradora** – Consolida o percurso formativo por meio do registro do projeto de vida.
- **Avaliação atitudinal** – Para encerrar cada um dos módulos e fundamentar o momento de autoavaliação se oferece aos estudantes essa oportunidade de autorreflexão sobre a postura assumida diante dos temas propostos e das atividades.

Quadro geral de conteúdos

Os temas, conteúdos e práticas educativas selecionados nesta obra para o trabalho com projeto de vida estão comprometidos com o desenvolvimento humano nos planos intelectual, físico, afetivo, social e ético. As temáticas, competências e habilidades arroladas no decorrer dos capítulos têm a BNCC como eixo norteador.

Temas

EU	O OUTRO	NÓS
IDENTIDADE	CIDADANIA	ESCOLHA PROFISSIONAL
Identidade	Declaração Universal dos Direitos Humanos	Escolha da profissão
Quem sou eu?	Estatuto da Criança e do Adolescente	Profissões e projeto de vida
Características que me constituem		
Relações entre identidade e mundo social	Cidadania como exercício de direitos e deveres	Autoconhecimento
Sonhos e metas	Comunidade, bem comum e voluntariado	Sonhos e planejamento de futuro
Relacionamento intra e interpessoal	Democracia	Tomada de decisão
Valores pessoais e valores sociais	Respeito a si mesmo e à diversidade, empatia e solidariedade	Escolhas, sonhos e realidade
Adolescência como fenômeno social	Projeção de futuro no mundo do trabalho	Vocação × preparo e planejamento
AUTOCONHECIMENTO	QUALIDADE DE VIDA	PROCESSO SELETIVO
Autoconhecimento	Qualidade de vida, autocuidado, saúde e alimentação	Carta de apresentação, ficha de solicitação de emprego e currículo
Emoções e sentimentos	Bem-estar	Entrevista de emprego e as maneiras de buscar emprego
Resiliência	Lazer, cultura, educação e qualidade de vida	Networking, redes sociais e empregabilidade
Diferença entre tristeza e depressão	Políticas públicas voltadas para a qualidade de vida	
Emoções e sentimentos e sua relação com a cultura	Atividade física e sua importância	Mercado de trabalho e suas exigências
	Estresse, ansiedade e relaxamento	Os jovens e as mudanças no mercado de trabalho
EU, ESTUDANTE	MUNDO DO TRABALHO	EDUCAÇÃO FINANCEIRA
Importância da leitura	Competências do século XXI	Felicidade e relacionamento social
Leitura de mundo	Profissões para o século XXI	Relação com dinheiro, consumismo e consumo sustentável
Significação social da leitura	Liderança, empatia, resolução de problemas, comunicação e trabalho colaborativo	Orçamento pessoal, saúde financeira e ferramentas de planejamento
Elementos que compõem um texto	Competências técnicas × <i>soft skills</i>	
Estratégias de estudo: trabalho em grupo, seminário, rotina de estudo, mapa mental		Desejos e metas
Como ler um texto	Direitos trabalhistas	Planejamento financeiro e riscos de endividamento
Leitor crítico	Consciência socioambiental	Projeto: planejamento, execução, avaliação e apresentação de resultados
Escrita como linguagem	O futuro do trabalho, mudanças sociais e mudanças no mundo do trabalho	
VIVÊNCIA DE TRANSIÇÃO 1-2	VIVÊNCIA DE TRANSIÇÃO 2-3	VIVÊNCIA INTEGRADORA
Expressão de sentimentos × convenções sociais	Ação voluntária	Projeto de vida

A proposta dos capítulos

Módulo 1 – Eu

Capítulo 1 – Identidade

A formação da identidade é um processo complexo que se constrói socialmente. Por meio das relações estabelecidas com a cultura, cada pessoa converte referenciais sociais em individuais e vai construindo seu jeito de ser, estar e atuar no mundo. Assim, a identidade se forma no decorrer da vida, de acordo com a história de cada um. Com o objetivo de subsidiar as escolhas dos estudantes, a proposta desse capítulo é estudar como se dá a construção da identidade e como isso se configura em estreita relação com a cultura, em especial na adolescência.

Capítulo 2 – Autoconhecimento

Tornamo-nos quem somos pelas experiências que acumulamos. As relações que estabelecemos com o mundo vão imprimindo em nós as marcas que constituem nossos sentimentos, emoções e subjetividade. A proposta desse capítulo é discutir como lidar com emoções e sentimentos para ter uma boa relação consigo mesmo e com os outros e, ainda, refletir como isso pode impactar os planos que fazemos.

Capítulo 3 – Eu, estudante

São grandes as demandas enfrentadas na escola. Para dar conta de todos os componentes das áreas do conhecimento, é necessário, antes de tudo, ser um leitor competente. Assim, a proposta desse capítulo é oferecer estratégias para que os estudantes desenvolvam a capacidade de ler o mundo e compreender o significado da leitura, preparando-os para atividades relacionadas a contextos profissionais e intelectuais.

Módulo 2 – O Outro

Capítulo 4 – Cidadania

A cidadania começa nas relações mais próximas e vai se ampliando gradativamente dentro do contexto social em que se vive. Seu exercício envolve o reconhecimento e a valorização de direitos e deveres, levando em consideração o compromisso com a diversidade que constitui a natureza humana e o combate ao preconceito e às discriminações. A proposta desse capítulo é estudar conceitos relacionados com a cidadania e vivenciar situações em que ela poderá ser exercida de modo ético, democrático e solidário.

Capítulo 5 – Qualidade de vida

Um bom projeto de vida envolve a preocupação com o próprio bem-estar. Além disso, é preciso estar

atento ao ambiente que nos circunda já que somos seres sociais e vivemos em coletividade. Por meio de recursos variados, a proposta desse capítulo favorece a compreensão dos aspectos envolvidos com a promoção da qualidade de vida e de como ela pode afetar amplos setores da existência.

Capítulo 6 – Mundo do trabalho

A proposta desse capítulo é estudar a relação entre as mudanças na sociedade e as mudanças no mundo do trabalho. Para tanto, faz-se necessário compreender que as profissões se transformam continuamente, de acordo com as demandas sociais e as técnicas disponíveis. Isso exige dos jovens em formação um esforço analítico para compreender as necessidades apresentadas em cada tempo histórico.

Módulo 3 – Nós

Capítulo 7 – Escolha profissional

A escolha da profissão é uma das mais importantes porque de certa maneira define o futuro; entretanto, é um processo permeado por dúvidas, conflitos e angústia. Terá mais chance de ser bem-sucedida se amparada em autoconhecimento – a consciência de nossos gostos e habilidades, o aprender a lidar com as influências e pressões vindas de pais e amigos, o conhecimento das profissões disponíveis, de como elas se inserem no mercado de trabalho e do trajeto formativo que deve ser percorrido para cada uma delas. O processo de escolha também envolve reflexões de como enfrentar dificuldades e limitações. A proposta desse capítulo, portanto, é abordar esses aspectos a fim de contribuir para que os estudantes escolham sua profissão e construam seu projeto de vida.

Capítulo 8 – Processo seletivo

Em um mundo cada vez mais competitivo, a busca por emprego requer capacidade de demonstrar um conjunto de competências solicitadas pelas empresas. A proposta desse capítulo, então, é buscar compreender quais são essas competências, por que são exigidas e como são avaliadas pelos empregadores nos processos seletivos pelos quais os estudantes passarão em algum momento.

Capítulo 9 – Educação financeira

Saber lidar com dinheiro é um aprendizado que se relaciona com planejamento e qualidade de vida. A proposta desse capítulo é estudar algumas formas possíveis para administração do dinheiro, para que no futuro seja possível usá-lo, sem dificuldade e com consciência, para alcançar os objetivos.

VI. Avaliação da aprendizagem

Nesta obra, a avaliação da aprendizagem é entendida como um processo contínuo e sistematicamente realizado durante a execução das atividades escolares por meio da interação dos estudantes entre si, com o professor, os objetos de conhecimento, a família e a comunidade. É ferramenta essencial para acompanhar qualitativamente o percurso e o desenvolvimento dos estudantes na construção de seu projeto de vida.

As práticas avaliativas devem privilegiar formas interativas de aprender, analisando o que o estudante realiza de modo autônomo e o apoio de que necessita para realizar. Assim, abrem possibilidade para avaliações diagnósticas, processuais e formativas, que exploram o potencial de aprendizagem do estudante porque, como afirma Lunt:

[...] qualquer avaliação que não explore a zona de desenvolvimento proximal é apenas parcial, já que só leva em conta as funções já desenvolvidas e não aquelas que estão em processo de desenvolvimento e que, por definição, desenvolvem-se por meio da atividade colaborativa (LUNT, 1994, p. 234).

Para que a avaliação ocorra de forma contínua, sistemática e ordenada, considerando o estudante de modo integral, é preciso que ele saiba “como”, “por que” e “para que” está sendo avaliado.

Considerando que múltiplas são as possibilidades utilizadas para estimular a construção do conhecimento, múltiplos também devem ser os instrumentos utilizados para avaliá-la. Sendo assim, o processo de avaliação, que pode ser realizado ora individual ora coletivamente, não deve se limitar apenas a um instrumento ou modo de avaliar. As sequências didáticas desta obra colocam à disposição do professor diversos instrumentos para que a avaliação possa se dar de diferentes maneiras, todas elas coerentes com as expectativas e os objetivos propostos, bem como com as competências e habilidades previstas.

Instrumentos e sujeitos da avaliação

No projeto de vida, a avaliação está diretamente relacionada ao acompanhamento de cada proposta apresentada aos estudantes no decorrer dos capítulos. É fundamental, então, que, ao avaliar, o professor considere os objetivos sugeridos para as atividades, além das respectivas habilidades e competências mobilizadas, e analise como os estudantes atuaram para realizá-las.

Na perspectiva da construção do projeto de vida, considera-se importante fundamentar a avaliação nos objetivos definidos para as aulas, levando em consideração, de modo geral:

- a produção dos estudantes no que diz respeito ao acompanhamento de seu processo de escolha;
- os caminhos percorridos para resolver os problemas;
- os argumentos que os estudantes utilizam entre si quando trabalham em grupo;
- a capacidade para estabelecer metas, planejar e perseguir com determinação, autoconfiança e persistência os projetos e compreender o mundo do trabalho, as tendências e as novas profissões.

O trabalho avaliativo permite, aos estudantes, uma dimensão real do que aprenderam e, ao professor, um diagnóstico das mediações que ainda devem ser promovidas para que a aprendizagem ocorra, especialmente no caso dos estudantes que não alcançaram os objetivos esperados ou não chegaram a cumprir alguma etapa proposta.

É muito importante que todas as atividades sejam registradas para ser analisadas em seu conjunto a fim de valorizar a produção dos estudantes em relação aos saberes adquiridos e às competências e habilidades previstas. Nesse sentido, sugerimos a utilização de quadros para a realização do processo avaliativo, conforme modelos indicados na sequência.

Em um primeiro momento, mapeamos os instrumentos avaliativos, assim como seus agentes:

	INSTRUMENTOS AVALIATIVOS	AVALIAÇÃO	AUTOAVALIAÇÃO	FEEDBACK
SUJEITOS				
PROFESSOR		Objetivos, atividades e atitudes		
ESTUDANTE			Objetivos e atitudes	
PROFESSOR E ESTUDANTE				Roteiro de conversa

Nesse caso, podemos adotar um critério de avaliação de acordo com a legenda a seguir:

- Para os objetivos e atividades: AT, atingido totalmente; AP, atingido parcialmente; AR, atingido com muitas restrições; NA, não atingido.
- Para as atitudes: S, sempre; AV, às vezes; R, raramente; N, nunca.

A avaliação do professor

Os quadros de avaliação utilizados pelo professor permitem realizar o acompanhamento detalhado do desenvolvimento da aprendizagem dos estudantes. Eles contêm os objetivos propostos ou pretendidos, as atividades propostas no desenvolvimento do capítulo e a observação das atitudes. Na sequência, oferecemos uma proposta, que pode ser alterada ou complementada a seu critério.

MÓDULO 1 - EU

CAPÍTULO 1 - IDENTIDADE

QUADRO 1: OBJETIVOS PROPOSTOS OU PRETENDIDOS				
IDENTIDADE	AT	AP	AR	NA
O capítulo em geral: entender como se forma a identidade na relação com o coletivo; ampliar a percepção da própria identidade.				
Começo de conversa: refletir sobre o conceito de identidade e como ela se constitui durante a vida; entender que ela pode se modificar no decorrer da vida na constituição como sujeito.				
Vivência – Acolhida: possibilitar o autoconhecimento; ampliar a percepção de si; aprimorar a capacidade de comunicação; apresentar-se para colegas e professores.				
Texto e contexto: respeitar e valorizar as diferenças individuais como características da identidade de cada pessoa; compreender a temática abordada no texto; relacionar a temática do texto com a constituição da identidade; refletir e argumentar sobre como usar o aprendido em situações do cotidiano.				
Vivência – Seu jeito de ser: ser capaz de perceber seus valores pessoais; ser capaz de perceber-se como pessoa única e diferente das demais.				
Texto e contexto: ser capaz de conceituar adolescência como fenômeno social; relacionar o conceito de adolescência ao de constituição da identidade; refletir e argumentar sobre a temática abordada no texto; relacionar a temática do texto com a constituição da identidade; usar o aprendido para aplicação em situações do cotidiano.				
Integrando saberes: correlacionar a constituição da identidade com o contexto sociocultural; ser capaz de perceber-se como sujeito responsável pela elaboração do projeto de vida.				
Vivência síntese – Esquema de metas: aprofundar o conhecimento de si mesmo; perceber motivações que interferem nos próprios sentimentos, desejos e ações.				
Para saber mais: aprofundar e ampliar os conhecimentos sobre a temática apresentada.				

QUADRO 2: ATIVIDADES PROPOSTAS				
IDENTIDADE	AT	AP	AR	NA
Começo de conversa: ler os textos e discutir como eles se relacionam com a temática do capítulo; assistir à animação do poema "Morte e Vida Severina".				
Vivência – Criar personagens: dinâmica de socialização.				
Texto e contexto: leitura e compreensão de um texto literário; compreensão de texto e correlação com a constituição da identidade; debate e sistematização das principais ideias.				
Vivência – Eu sou assim: dinâmica vivencial para compreender-se como pessoa única.				
Texto e contexto: leitura e compreensão de um texto científico; reflexão sobre temática do texto e correlação com a adolescência; debate e sistematização das principais ideias.				
Integrando saberes: leitura e compreensão de infográfico; pesquisa e complementação do infográfico.				
Vivência síntese – Esquema de metas: elaboração do plano de metas.				
Para saber mais: indicações de outras fontes de referência para ampliar a temática.				

■ CAPÍTULO 2 – AUTOCONHECIMENTO

QUADRO 1: OBJETIVOS PROPOSTOS OU PRETENDIDOS				
AUTOCONHECIMENTO	AT	AP	AR	NA
O capítulo em geral: conhecer-se melhor; conhecer as emoções e os sentimentos e como eles se constituem na relação com o outro.				
Começo de conversa: refletir sobre o autoconhecimento como uma busca que constitui o processo de desenvolvimento humano.				
Vivência – Criar personagens: trabalhar a expressão dos sentimentos.				
Texto e contexto: refletir e compreender sobre as emoções e os sentimentos humanos; compreender a temática abordada no texto; relacionar a temática do texto com a constituição do autoconhecimento; usar o aprendizado para aplicação em situações do cotidiano.				
Vivência – Conhecendo mais sobre você: desenvolver o autoconhecimento.				
Texto e contexto: refletir sobre a importância da resiliência; compreender que o comportamento resiliente contribui para enfrentar as adversidades da vida; compreender a temática abordada no texto; relacionar a temática do texto com a constituição do autoconhecimento; usar o aprendizado para aplicação em situações do cotidiano.				
Integrando saberes – Roda das emoções: identificar emoções e sentimentos para aprender a lidar com eles; desenvolver boa relação intra e interpessoal.				
Vivência síntese – Diário de emoções: identificar, reconhecer e expressar emoções e sentimentos; auxiliar a lidar com emoções e sentimentos adequadamente, ampliar as possibilidades de autoconhecimento.				
Para saber mais: aprofundar e ampliar os conhecimentos sobre a temática apresentada.				

QUADRO 2: ATIVIDADES PROPOSTAS				
AUTOCONHECIMENTO	AT	AP	AR	NA
Começo de conversa: ouvir música, observar a imagem e registrar a correlação com autoconhecimento.				
Vivência – Criando personagens: dinâmica vivencial para expressar sentimentos.				
Texto e contexto: leitura e compreensão de um texto literário; compreensão de texto e correlação com autoconhecimento; debate e sistematização das principais ideias.				
Vivência – Conhecendo mais sobre você: teste para se conhecer melhor.				
Texto e contexto: leitura e compreensão de um texto autobiográfico; reflexão e registro de situações vivenciadas sobre resiliência; troca de experiências com os colegas sobre a temática.				
Integrando saberes: construção da Roda das emoções.				
Vivência síntese: elaboração do diário das emoções e sentimentos.				
Para saber mais: indicações de outras fontes de referência para ampliar a temática.				

■ CAPÍTULO 3 – EU, ESTUDANTE

QUADRO 1: OBJETIVOS PROPOSTOS OU PRETENDIDOS				
EU, ESTUDANTE	AT	AP	AR	NA
O capítulo em geral: utilizar estratégias de estudo para compreender o mundo.				
Começo de conversa: refletir sobre a importância da leitura competente e crítica no cotidiano do estudante e na elaboração do projeto de vida.				
Vivência – Leitura do mundo: desenvolver a capacidade de fazer a leitura de mundo.				
Texto e contexto: entender a importância da leitura na vida estudantil; aprender que a leitura é uma experiência social associada a um contexto; pesquisar sobre como organizar uma rotina de estudos e trabalhos em grupo e utilizar esses conhecimentos no cotidiano estudantil.				
Vivência – Elementos do texto: perceber quais são os elementos que compõem um texto.				
Texto e contexto: compreender o que é ser um leitor competente e crítico; pesquisar estratégias para aperfeiçoar formas de escrita; relacionar os conteúdos aprendidos com o cotidiano estudantil.				
Integrando saberes: praticar a habilidade de ler o mundo por meio de obras de arte; compartilhar o aprendizado com os colegas.				
Vivência síntese – Mapa mental: aprender a elaborar mapas mentais e desenvolver a capacidade de síntese.				

QUADRO 2: ATIVIDADES PROPOSTAS				
EU, ESTUDANTE	AT	AP	AR	NA
Começo de conversa: leitura de texto, observação da obra de arte e realização de reflexão e debate sobre a importância da leitura na vida.				
Vivência – Leitura do mundo: dinâmica vivencial sobre leitura de mundo.				
Texto e contexto: leitura e compreensão de texto; compreensão do texto; pesquisa: seminário, trabalho em grupo e rotina de estudos; compartilhamento das descobertas: cartaz.				
Vivência – Elementos do texto: identificação dos componentes e da estrutura de um texto argumentativo.				
Texto e contexto: leitura e compreensão de um texto argumentativo; compreensão, reflexão e pesquisa sobre como melhorar a leitura e a escrita; apresentação do resultado da pesquisa para os colegas.				
Integrando saberes: leitura e compreensão de diferentes obras de arte; elaboração do registro da percepção e compartilhamento com os colegas.				
Vivência síntese – Mapa mental: construção de um mapa mental.				
Para saber mais: indicações de outras fontes de referência para ampliar a temática.				

MÓDULO 2 – O OUTRO

CAPÍTULO 4 – CIDADANIA

QUADRO 1: OBJETIVOS PROPOSTOS OU PRETENDIDOS				
CIDADANIA	AT	AP	AR	NA
O capítulo em geral: conhecer seu papel no mundo; refletir sobre direitos e deveres como cidadão e cidadã; identificar ações que favorecem o bem-estar individual e coletivo e expectativas de atuação no mundo do trabalho.				
Começo de conversa: respeitar a si e ao outro; valorizar as diferenças entre as pessoas; combater o preconceito e a discriminação.				
Vivência – Meus direitos e deveres: perceber que o exercício dos direitos envolve o cumprimento de deveres.				
Texto e contexto: perceber a importância do convívio coletivo para o exercício da cidadania; compreender a temática abordada no texto; relacionar a temática do texto com o exercício da cidadania; usar o aprendizado em situações do cotidiano.				
Vivência – Ações comunitárias planejadas: conhecer os problemas que afetam a comunidade; buscar soluções para os problemas identificados.				
Texto e contexto: reconhecer e valorizar as semelhanças e as diferenças em relação aos grupos sociais; compreender a temática abordada no texto; relacionar a temática do texto com o exercício da cidadania; usar o aprendizado em situações do cotidiano.				
Integrando saberes: refletir sobre as possibilidades de atuação cidadã.				
Vivência síntese – Exploração de caminhos: refletir sobre a participação na construção da sociedade.				
Para saber mais: aprofundar e ampliar os conhecimentos sobre a temática apresentada.				

QUADRO 2: ATIVIDADES PROPOSTAS				
CIDADANIA	AT	AP	AR	NA
Começo de conversa: leitura da Declaração Universal dos Direitos Humanos; observação de imagens; reflexão e debate sobre os direitos enunciados no documento.				
Vivência – Meus direitos e deveres: dinâmica vivencial sobre direitos e deveres.				
Texto e contexto: leitura e compreensão de um texto; pesquisa e correlação da temática com o cotidiano.				
Vivência – Ações comunitárias planejadas: dinâmica vivencial para conscientização dos problemas que afetam a comunidade da qual faz parte para refletir sobre possíveis soluções.				
Texto e contexto: leitura e compreensão de um texto; pesquisa sobre jovens no Brasil e elaboração de texto dissertativo-argumentativo.				
Integrando saberes: leitura e compreensão de um texto; criação de mobilidade urbana para o futuro.				
Vivência síntese – Exploração de caminhos: atividade vivencial reflexiva sobre formas de participação na sociedade.				
Para saber mais: indicações de outras fontes de referência para ampliar a temática.				

MÓDULO 2 – O OUTRO

CAPÍTULO 5 – QUALIDADE DE VIDA

QUADRO 1: OBJETIVOS PROPOSTOS OU PRETENDIDOS				
QUALIDADE DE VIDA	AT	AP	AR	NA
O capítulo em geral: investigar como a qualidade de vida afeta o dia a dia e por que é importante manter um estilo de vida saudável.				
Começo de conversa: refletir sobre a importância de adotar hábitos saudáveis; entender a relação entre saúde, autocuidado e qualidade de vida.				
Vivência – Respiração profunda: ampliar o autoconhecimento e perceber a importância de ouvir o que o corpo comunica; relacionar a prática corporal vivenciada à redução da ansiedade que compromete a qualidade de vida.				
Texto e contexto: analisar dados estatísticos e construir argumentos para discutir a temática apresentada; pesquisar fatores que compõem a qualidade de vida; refletir sobre a qualidade de vida.				
Vivência – Relaxamento: experimentar uma técnica de relaxamento e expressar sensações por meio de desenho; perceber a importância de pausar e relaxar para evitar situações de estresse.				
Texto e contexto: analisar e utilizar dados estatísticos para argumentar sobre a importância das atividades físicas; entender a importância de lutar por políticas públicas que favoreçam o acesso dos jovens à prática de atividades físicas.				
Integrando saberes: refletir sobre problemas relacionados à qualidade de vida na comunidade; elaborar uma proposição de agenda de eventos de cultura e lazer para encaminhar às autoridades locais.				
Vivência síntese – Estresse e qualidade de vida: ampliar o autoconhecimento e a percepção de sintomas físicos e emocionais que podem sinalizar um comprometimento da qualidade de vida.				
Para saber mais: aprofundar e ampliar os conhecimentos sobre a temática apresentada.				

QUADRO 2: ATIVIDADES PROPOSTAS				
QUALIDADE DE VIDA	AT	AP	AR	NA
Começo de conversa: ouvir a canção e fazer leitura de imagem; realização de reflexão e debate sobre a importância da qualidade de vida.				
Vivência – Respiração profunda: dinâmica vivencial sobre controle de ansiedade, timidez, dificuldade de relacionamento e insegurança.				
Texto e contexto: leitura e compreensão de um texto jornalístico; reflexão sobre a temática com situações do cotidiano; compartilhamento das conclusões com os colegas.				
Vivência – Relaxamento: dinâmica vivencial para conhecer o próprio corpo percebendo diferenças entre movimentos de contração e relaxamento muscular; concentração para acalmar pensamentos, sentimentos e emoções.				
Texto e contexto: leitura e compreensão de um texto; discussão, reflexão e elaboração de um cartaz sobre os benefícios da atividade física na adolescência para a saúde física e mental.				
Integrando saberes: desenvolver atividade de lazer e cultura na comunidade.				
Vivência síntese – Estresse e qualidade de vida: dinâmica vivencial para conhecer os sinais comunicados pelo corpo e os cuidados necessários para que o estresse não comprometa a qualidade de vida.				
Para saber mais: indicações de outras fontes de referência para ampliar a temática.				

MÓDULO 2 – O OUTRO

CAPÍTULO 6 – MUNDO DO TRABALHO

QUADRO 1: OBJETIVOS PROPOSTOS OU PRETENDIDOS				
MUNDO DO TRABALHO	AT	AP	AR	NA
O capítulo em geral: investigar as relações entre as mudanças na sociedade e as mudanças no mundo do trabalho; compreender que as profissões se transformam continuamente de acordo com as demandas sociais e tecnológicas disponíveis.				
Começo de conversa: refletir sobre as relações entre as mudanças sociais e as mudanças no mundo do trabalho; compreender que todos os indivíduos têm um papel na construção da história.				
Vivência – Processo de comunicação: perceber as dificuldades no processo de comunicação e refletir sobre as maneiras de evitá-las.				
Texto e contexto: entender as razões das mudanças recentes no mundo do trabalho; analisar dados e utilizá-los para construir argumentos no debate sobre o tema.				
Vivência – Trabalho e colaboração: perceber que a colaboração facilita a execução de tarefas; refletir sobre o próprio comportamento no trabalho colaborativo.				
Texto e contexto: analisar informações sobre mudanças recentes no campo das profissões; entender que o mundo do trabalho muda de acordo com as demandas sociais. Pesquisar profissões, construir um cartaz e compartilhar informações com os colegas.				
Integrando saberes: identificar e lidar com emoções e sentimentos; desenvolver boa relação intra e interpessoal.				
Vivência síntese – Juntos somos melhores: entender o que são relações de interdependência; perceber que desempenhamos melhor as atividades quando atuamos em colaboração.				
Para saber mais: aprofundar e ampliar os conhecimentos sobre a temática apresentada.				

QUADRO 2: ATIVIDADES PROPOSTAS				
MUNDO DO TRABALHO	AT	AP	AR	NA
Começo de conversa: leitura de poema; observação de imagem; reflexão e debate sobre as relações entre as modificações na sociedade e no mundo do trabalho.				
Vivência – Processo de comunicação: dinâmica vivencial sobre a escuta do outro.				
Texto e contexto: leitura e compreensão de um texto; identificação das competências mais requeridas pelos jovens que iniciam a vida profissional.				
Vivência – Trabalho e colaboração: dinâmica vivencial para perceber que a colaboração facilita a realização de tarefas e o alcance de metas.				
Texto e contexto: leitura e compreensão de um texto argumentativo; reflexão e discussão, correlação das informações com estudos anteriores; pesquisa sobre profissões, compartilhamento da pesquisa com os colegas, correlação com a construção do projeto de vida.				
Integrando saberes: pesquisa em grupo sobre os direitos dos trabalhadores; apresentação dos resultados em forma de seminário.				
Vivência síntese – Juntos somos melhores: dinâmica vivencial sobre trabalho colaborativo.				
Para saber mais: indicações de outras fontes de referência para ampliar a temática.				

■ CAPÍTULO 7 – ESCOLHA PROFISSIONAL

QUADRO 1: OBJETIVOS PROPOSTOS OU PRETENDIDOS				
ESCOLHA PROFISSIONAL	AT	AP	AR	NA
O capítulo em geral: aprender a planejar a escolha profissional olhando para o contexto em que vive.				
Começo de conversa: refletir sobre o momento da escolha profissional e das dificuldades envolvidas.				
Vivência – A profissão que eu quero: descobrir quais são os interesses para a escolha profissional.				
Texto e contexto: entender a diferença entre vocação, esforço e dedicação na escolha profissional; compreender a temática abordada no texto; relacionar a temática do texto com a escolha profissional; usar o aprendizado em situações do cotidiano.				
Vivência – As profissões de ontem e de hoje: conhecer melhor as expectativas em relação à escolha profissional; reconhecer que a escolha profissional tem relação com o mundo social; reconhecer o papel da história e do desenvolvimento tecnológico na transformação das profissões e das expectativas relacionadas a elas.				
Texto e contexto: refletir sobre as motivações individuais para a escolha profissional; compreender a temática abordada no texto; relacionar a temática do texto com a escolha profissional; usar o aprendizado em situações do cotidiano.				
Integrando saberes: refletir sobre uma situação do mundo do trabalho; aprender a partir da experiência do outro; utilizar os conhecimentos para planejar e avaliar possíveis caminhos para o projeto de vida.				
Vivência síntese – A hora da decisão: refletir e argumentar sobre o processo de tomada de decisão.				
Para saber mais: aprofundar e ampliar os conhecimentos sobre a temática apresentada.				

QUADRO 2: ATIVIDADES PROPOSTAS				
ESCOLHA PROFISSIONAL	AT	AP	AR	NA
Começo de conversa: leitura de texto, observação da obra de arte e realização de reflexão e debate sobre possibilidades de escolha profissional.				
Vivência – A profissão que eu quero: dinâmica vivencial sobre escolha da profissão.				
Texto e contexto: leitura e compreensão de textos; comparação de informações, reflexão e argumentação para formação de opinião.				
Vivência – As profissões de ontem e de hoje: atividade vivencial sobre expectativas em relação à escolha profissional; entrevistas com pessoas de referência para o estudante; debate, elaboração e apresentação de cartaz sobre as descobertas realizadas.				
Texto e contexto: leitura e compreensão de um texto; observação de imagem, reflexão e discussão sobre a escolha profissional.				
Integrando saberes: leitura e compreensão de texto; elaboração do registro da percepção e compartilhamento com os colegas; elaboração de um fluxograma com os dados do texto.				
Vivência síntese – A hora da decisão: dinâmica vivencial sobre a tomada de decisão.				
Para saber mais: indicações de outras fontes de referência para ampliar a temática.				

CAPÍTULO 8 – PROCESSO SELETIVO

QUADRO 1: OBJETIVOS PROPOSTOS OU PRETENDIDOS				
PROCESSO SELETIVO	AT	AP	AR	NA
O capítulo em geral: conhecer as habilidades e competências requeridas pelo mundo do trabalho em processos seletivos e como eles se configuram.				
Começo de conversa: refletir sobre os desafios presentes na procura de emprego.				
Vivência – Instrumentos para buscar um emprego: compreender os principais instrumentos para dar início à busca por emprego.				
Texto e contexto: compreender a temática dos textos; refletir sobre os meios de inserção no mercado de trabalho e as posturas esperadas em processos seletivos; usar o aprendizado em situações do cotidiano.				
Vivência – Entrevista de emprego: conhecer melhor as expectativas presentes em uma entrevista de emprego; entender a relação da busca por emprego com os valores do mundo social; conhecer melhor as expectativas e os sentimentos sobre trabalho e processos seletivos.				
Texto e contexto: compreender a temática dos textos; refletir sobre as habilidades e competências esperadas dos jovens pelas empresas; compreender as transformações nas atitudes esperadas e nas tarefas profissionais bem como as dificuldades que podem decorrer disso; relacionar a temática do texto com as atitudes diante de processos seletivos e do mundo do trabalho; usar o aprendizado em situações do cotidiano.				
Integrando saberes: refletir sobre uma situação do mundo do trabalho; aprender com base na experiência do outro; utilizar os conhecimentos para planejar e avaliar possíveis caminhos para o projeto de vida; trabalhar em equipe para elaborar um produto final que comunique a experiência de profissionais do entorno.				
Vivência síntese – A rede de contatos: refletir sobre o processo de construir uma rede de relações profissionais; dar início a um planejamento de rede de contatos.				
Para saber mais: aprofundar e ampliar os conhecimentos sobre a temática apresentada.				

QUADRO 2: ATIVIDADES PROPOSTAS				
PROCESSO SELETIVO	AT	AP	AR	NA
Começo de conversa: leitura de poema, observação de imagem, reflexão e debate sobre o mercado de trabalho e renda.				
Vivência – Instrumentos para buscar um emprego: dinâmica vivencial sobre os instrumentos utilizados em processos seletivos: carta de apresentação, currículo e ficha de solicitação de emprego.				
Texto e contexto: leitura e compreensão de textos; correlação do aprendizado com situações do cotidiano.				
Vivência – Entrevista de emprego: atividade vivencial sobre instrumento utilizado em processos seletivos: entrevista de emprego.				
Texto e contexto: leitura e compreensão de um texto jornalístico e um ensaio filosófico. Reflexão, debate e correlação do aprendizado com situações do cotidiano. Autoavaliação para identificação das competências mobilizadas pela atividade.				
Integrando saberes: observação de vídeo e imagem sobre mudanças no mundo do trabalho; reflexão e debate sobre impacto das mudanças no mercado na entrada dos jovens no mundo do trabalho; elaboração de roteiro e realização de entrevistas com pessoas no entorno da escola sobre impactos na preparação profissional e busca por um emprego; escrita de uma reportagem e apresentação dos dados para a comunidade escolar.				
Vivência síntese – A rede de contatos: dinâmica vivencial para iniciar a construção de uma rede de contatos.				
Para saber mais: indicações de outras fontes de referência para ampliar a temática.				

■ CAPÍTULO 9 – EDUCAÇÃO FINANCEIRA

QUADRO 1: OBJETIVOS PROPOSTOS OU PRETENDIDOS				
EDUCAÇÃO FINANCEIRA	AT	AP	AR	NA
O capítulo em geral: compreender como usar o dinheiro para usá-lo, no futuro, como meio de alcançar objetivos e qualidade de vida individual e coletiva.				
Começo de conversa: refletir sobre os desafios de lidar com dinheiro; refletir sobre as consequências de hábitos de consumo.				
Vivência – Apontamento de despesas: compreender a importância de acompanhar as despesas pessoais; registrar adequadamente as principais despesas mensais.				
Texto e contexto: compreender a temática dos textos; refletir sobre problemas do consumismo e da busca por popularidade; compreender o papel das escolhas na vida e das atitudes que podem sustentá-las.				
Vivência – Perfil de consumo: refletir sobre o consumo; compreender os riscos do endividamento excessivo; refletir as atitudes e hábitos de consumo.				
Texto e contexto: compreender a temática dos textos; compreender que o consumo tem impactos não só econômicos, mas também sociais e ambientais; relacionar a temática dos textos com a atitude diante do consumo; usar o aprendizado em situações do cotidiano.				
Integrando saberes: compreender como funcionam algumas ferramentas de planejamento; utilizar os conhecimentos para planejar e avaliar possíveis caminhos de um projeto para a escola e a comunidade escolar; trabalhar em equipe para elaborar o planejamento de um produto final.				
Vivência síntese – Registro de desejos: aprender a realizar um plano de metas.				
Para saber mais: aprofundar e ampliar os conhecimentos sobre a temática apresentada.				

QUADRO 2: ATIVIDADES PROPOSTAS				
EDUCAÇÃO FINANCEIRA	AT	AP	AR	NA
Começo de conversa: ouvir canção; observação de imagem; reflexão e debate sobre consumo.				
Vivência – Apontamento de despesas: dinâmica vivencial sobre organização de orçamento pessoal.				
Texto e contexto: leitura e compreensão de um texto e de uma imagem; reflexão e discussão sobre os problemas do consumismo e da busca por popularidade.				
Vivência – Perfil de consumo: leitura e compreensão de um texto jornalístico; dinâmica vivencial sobre perfil de consumo.				
Texto e contexto: leitura e compreensão de um texto e de uma imagem; reflexão e compartilhamento das informações com os colegas; correlação do aprendizado com situações do cotidiano.				
Integrando saberes: planejamento de um projeto coletivo; compartilhamento dos desafios e êxitos do planejamento realizado para a comunidade.				
Vivência síntese – Registro de desejos: construção de um plano de metas de curto, médio e longo prazo.				
Para saber mais: indicações de outras fontes de referência para ampliar a temática.				

A avaliação do estudante ou autoavaliação

Os quadros de autoavaliação, que constam da seção *Retomada* de cada capítulo, devem compor o processo avaliativo. Eles permitem que os estudantes reflitam sobre a eficiência e a pertinência das atividades, o alcance dos objetivos de aprendizagem estabelecidos no decorrer dos capítulos e a importância das atitudes positivas diante das demandas apresentadas.

Devem ser encarados como recursos de automonitoramento e reflexão, aspectos que contribuem para a autorregulação da conduta. São, portanto, norteadores para que estudantes e professor estabeleçam compromissos e metas para as próximas etapas de aprendizagem.

Mesmo que as atividades tenham sido realizadas em grupos, os quadros devem ser preenchidos individualmente pelos estudantes, no caderno, após o encerramento do trabalho com o capítulo.

Encerrada essa autoavaliação, se o professor considerar adequado, poderá organizar conversas coletivas ou individuais com os estudantes para identificar possíveis problemas ocorridos no percurso de aprendizagem, sugerir formas de aprimoramento ou destacar avanços na produção do conhecimento, entre outras estratégias para favorecer o desenvolvimento.

Avaliação atitudinal

O trabalho com projeto de vida pressupõe o desenvolvimento de habilidades e competências relacionadas com valores e atitudes. Constantemente

estimulados a realizar atividades em grupo, mesmo quando trabalham sozinhos, os estudantes costumam compartilhar suas produções. Aspectos como respeito, solidariedade, trabalho colaborativo e comunicação podem ser mediados frequentemente em atividades sistematicamente programadas.

Com o objetivo de fundamentar o momento de autoavaliação, no fim de cada módulo, há um quadro para reflexão atitudinal. Ele poderá ser ampliado com outros temas e posturas, conforme as necessidades identificadas pelo grupo.

Feedback e roteiro para conversa com o estudante

Como o trabalho com projeto de vida gira em torno da mobilização de competências, habilidades e atitudes que incentivem a convivência, o respeito, a construção da identidade, a autonomia, o conhecimento sobre o mundo do trabalho, dentre outras questões relacionadas à autogestão da vida, sugerimos a seguir um quadro avaliativo, para ser usado ao final de cada módulo, que permita ao professor, por meio da observação da postura dos estudantes, dialogar com eles sobre o percurso de aprendizagem construído.

O objetivo é favorecer nos estudantes a consciência de suas atitudes. O quadro permite abordar os temas, objetivos e competências discutidos de uma perspectiva atitudinal, além de ser uma oportunidade para assimilar devolutivas sobre o próprio desempenho a fim de reorientar ações futuras. O quadro a seguir pode ser utilizado no fim de cada módulo ou de cada capítulo, a critério do professor.

MÓDULOS 1 A 3

QUADRO 3: OBSERVAÇÃO DAS ATITUDES				
MÓDULOS 1, 2 e 3	S	AV	R	N
Participa da aula fazendo perguntas e apresentando sugestões.				
Realiza trabalhos nas datas previstas com atenção e responsabilidade.				
É atento na escuta das explicações e respeita a opinião do professor, dos colegas e de outras pessoas envolvidas no processo de ensino e aprendizagem.				
Segue as regras propostas e propõe novas possibilidades sempre que necessário.				
Apresenta atitudes colaborativas.				
Busca a solução de problemas e compartilha suas propostas com os colegas.				
É organizado e mantém seu material em dia.				
REFLEXÕES				
Que informações você compartilharia com outros professores, a equipe pedagógica ou a família sobre o estudante?				
Que pontos gostaria de anotar para conversar com o estudante posteriormente?				

VII. Sugestões de cronograma

CRONOGRAMA BIMESTRAL				
ANO	MÓDULO	CAPÍTULO	CARGA HORÁRIA (total: 27 horas-aula)	BIMESTRE
1º	1. EU	1. IDENTIDADE	9*	1º
		2. AUTOCONHECIMENTO		2º
		3. EU, ESTUDANTE		3º
				4º*
2º	2. O OUTRO	4. CIDADANIA	9	1º
		5. QUALIDADE DE VIDA		2º
		6. MUNDO DO TRABALHO		3º
				4º
3º	3. NÓS	7. ESCOLHA PROFISSIONAL	9	1º
		8. PROCESSO SELETIVO		2º
		9. EDUCAÇÃO FINANCEIRA		3º
				4º

*Podendo ser 2 horas-aula para cada capítulo e 2 horas-aula para as avaliações do módulo.

CRONOGRAMA TRIMESTRAL				
ANO	MÓDULO	CAPÍTULO	CARGA HORÁRIA (total: 36 horas-aula)	TRIMESTRE
1º	1. EU	1. IDENTIDADE	12*	1º
		2. AUTOCONHECIMENTO		2º
		3. EU, ESTUDANTE		3º
2º	2. O OUTRO	4. CIDADANIA	12	1º
		5. QUALIDADE DE VIDA		2º
		6. MUNDO DO TRABALHO		3º
3º	3. NÓS	7. ESCOLHA PROFISSIONAL	12	1º
		8. PROCESSO SELETIVO		2º
		9. EDUCAÇÃO FINANCEIRA		3º

*Podendo ser 3 horas-aula para cada capítulo e 1 hora-aula para a avaliação do capítulo.

CRONOGRAMA SEMESTRAL				
ANO	MÓDULO	CAPÍTULO	CARGA HORÁRIA (total: 54 horas-aula)	SEMESTRE
1º	1. EU	1. IDENTIDADE	18*	1º
		2. AUTOCONHECIMENTO		2º
		3. EU, ESTUDANTE		3º
2º	2. O OUTRO	4. CIDADANIA	18	1º
		5. QUALIDADE DE VIDA		2º
		6. MUNDO DO TRABALHO		3º
3º	3. NÓS	7. ESCOLHA PROFISSIONAL	18	1º
		8. PROCESSO SELETIVO		2º
		9. EDUCAÇÃO FINANCEIRA		3º

*Podendo ser 5 horas-aula para cada capítulo e 1 hora-aula para a avaliação do capítulo.

ATIVIDADES EXTRAS

Na sequência, você vai encontrar propostas para ampliar ou aprofundar o estudo dos temas trabalhados no livro. São atividades para ler, ouvir, assistir, refletir e compartilhar com os estudantes e foram divididas por capítulo para facilitar sua identificação.

Capítulo 1 – Identidade

1. Qual é a relação entre a situação mostrada na charge a seguir e a vivenciada pelo dentista da crônica “O nariz”, de Luis Fernando Verissimo, lida na seção *Texto e contexto*, do capítulo 1?



Tira da série *Devaneios com Sigmund e Freud*.

RESPOSTA POSSÍVEL: Espera-se que os estudantes percebam que a sociedade, ao não aceitar as diferenças individuais e desrespeitá-las, como no caso da charge, está tratando quem é diferente com preconceito, como aconteceu com o dentista.

2. Você já se sentiu como Mafalda? Em sua opinião, é importante conhecer a si mesmo? Por quê?



Tira da Mafalda, de Quino.

RESPOSTA POSSÍVEL: Resposta pessoal.

Capítulo 2 – Autoconhecimento

3. Para trabalhar as competências **conhecimento, senso estético e repertório cultural, comunicação e autoconhecimento e autocuidado**, realize a vivência proposta a seguir.

a. Comece a atividade lendo a reportagem abaixo:

Colagem: um caminho para o autoconhecimento

A busca incessante pela realização de nossos sonhos, por incrível que pareça, pode ter na arte da colagem uma boa ferramenta para o seu logro. Para a *personal life coach* Sandra Domingos, esse tipo de atividade artística funciona bem como um canal de autoexpressão e criatividade, sendo fundamental como fonte de prazer e autoconhecimento.

Por meio da colagem, ela desenvolve uma linguagem plástica que utiliza não apenas para expor sua sensibilidade estética, mas para idealizar, visualizar e, assim, conseguir realizar os seus sonhos, como por exemplo, o de viajar a lugares inspiradores e antes nunca visitados.

Já a professora de ioga, Raquel Urey, também adepta desse tipo de expressão artística, utiliza a colagem visualizando hábitos saudáveis e mensagens de paz e harmonia para o planeta no seu dia a dia. Uma colagem é o fruto de uma expressão vinda do mais profundo de nossas emoções e fala a língua intuitiva dos nossos inconscientes com uma enorme forma estética. É uma atividade

estruturante que pode ser realizada com diversos materiais, tais como: recortes de jornais, revistas, pedaços de papéis coloridos, diversos grãos, sergagem, cortiça, purpurina, tecidos, etc.

Nesse tipo de atividade, a pessoa busca nos materiais ideais que possam expressar e comunicar seus sentimentos, emoções e ideias em relação ao tema, se deixando guiar por cores e formas, seguindo a intuição. Com isso, o planejamento e direcionamento ajudam as pessoas na estruturação de vida. É um recurso super positivo, já que faz o indivíduo planejar, analisar, prestar atenção, ser organizado e paciente. No contexto da arte-terapia, a facilitação de tal tomada de consciência pode ser importante para promover a riqueza interior, a vitalidade e a qualidade de vida.

O fim de uma colagem se anuncia quando a emoção chega ao seu termo, ou melhor, quando você começa a se sentir cada vez mais em paz. Geralmente dura entre quatro a seis horas seguidas e o ponto final é o último pedaço de papel colado! A contemplação da obra é sempre uma surpresa, uma revelação... Estão aí sob o papel, mas transformados em metáforas; portas, caminhos, gestos. É um processo de imaginação, criação, para todas as idades e, em particular, para todos aqueles que se confrontam com seus objetivos e mudanças nas suas vidas.

Disponível em: <https://soulbrasil.com/colagem-um-caminho-para-o-autoconhecimento/>. Acesso em: 2 fev. 2020.

- b. A artista visual Jane Perkins representou pinturas clássicas, fotografias famosas e algumas personalidades em colagens, usando pequenos objetos recicláveis. Observe a seguir um exemplo de releitura feita por ela da fotografia que Steve McCurry tirou em um campo de refugiados no Paquistão em 1984.



Steve McCurry/Alamy/Fotoarena



Jane Perkins/Flex Features/Shutterstock

À esquerda, a fotografia da menina afegã Sharbat Gula (na época com 12 anos), de Steve McCurry, originalmente estampada na capa de uma revista de grande circulação internacional em sua edição de junho de 1985. À direita, *Garota afegã*, de Jane Perkins, 2015.

- c. Que tal fazer uma colagem que re-presente você inspirado no trabalho de Jane Perkins?

- Escolha uma foto sua e amplie a imagem sobre uma cartolina.
- Separe materiais para a colagem, como papel, pedaços de plástico, botões, casca de árvore, pedrinhas, miçangas, sementes, etc.
- Providencie também tesoura, cola, pincel, pinça.
- Finalizada a colagem, reúna-se com os colegas para organizar uma exposição dos trabalhos realizados pela turma.

RESPOSTA POSSÍVEL: Respostas pessoais.

Capítulo 3 – Eu, estudante

4. Você viu nos textos de Alberto Manguel e de Leonardo Boff que a leitura é uma maneira de compreender o mundo. Agora, leia a tira do Armandinho e, em seguida, responda às perguntas:



Tira do Armandinho, de Alex Beck.

- Você concorda com a afirmação da tirinha?
- O que pode contribuir para ampliar nosso conhecimento?

RESPOSTA POSSÍVEL:

- Embora a resposta seja pessoal, espera-se que os estudantes demonstrem entendimento a respeito da correlação entre as possibilidades de compreensão do mundo e o acesso ao conhecimento.
- Espera-se que os estudantes respondam que o conhecimento pode ser ampliado pelo acesso à educação, aos bens culturais e à informação, instrumentos que contribuem para ampliar as possibilidades de cada pessoa para compreender o mundo e atuar nele.

5. Leia a tira do Calvin e, em seguida, responda ao que se pede:



Tira de Calvin e Haroldo, de Bill Watterson.

- Assim como Calvin, você já se esqueceu de estudar? Justifique.
 - Que importância tem para você a prática regular do estudo?
 - Que consequências o comportamento de Calvin pode gerar em seu desempenho escolar? Isso pode ter repercussão a longo prazo? Converse com os colegas a respeito.
 - Comportamentos como os de Calvin podem impactar os planos que fazemos para o futuro? De que modo? Converse com os colegas sobre isso e registre no caderno uma síntese da discussão.
- É esperado que os estudantes demonstrem compreender que a atividade de estudo requer organização, compromisso e disciplina. A ausência desses comportamentos pode gerar dificuldades para o bom rendimento acadêmico.
 - Espera-se que os estudantes correlacionem os comportamentos de organização, compromisso e disciplina exigidos no ambiente escolar com aqueles que também são requeridos em outros espaços da vida social. O professor pode contribuir para a discussão orientando os estudantes a perceber que a organização da rotina escolar, com seus compromissos e metas, é um dos aprendizados pelo qual o estudante passa até chegar a gerir a própria vida.

RESPOSTA POSSÍVEL:

- Resposta pessoal.
- Resposta pessoal.

Capítulo 4 – Cidadania

6. Na seção *Começo de conversa* deste capítulo, você viu que o acesso à educação é um direito de todas as pessoas, assegurado pela Declaração Universal dos Direitos Humanos. Leia a tira do Calvin e, em seguida, responda às questões relacionadas com o tema.



Tira de Calvin e Haroldo, de Bill Watterson.

- a. Na tira, Calvin apresenta uma preocupação bem pertinente sobre a educação que recebe. Você já pensou a esse respeito? Como é possível saber se está recebendo uma boa educação? Troque ideias com os colegas e apresente argumentos para fundamentar suas opiniões.
- b. Em sua opinião, a escola é capaz de cumprir sua função social, ou seja, formar os jovens para o mundo do trabalho e o exercício da cidadania em um mundo em constante mudança? Compartilhe suas ideias com os colegas. Em seguida, produza com sua turma a gravação de um vídeo ou *podcast* registrando a discussão. Compartilhe a produção com a comunidade escolar.

RESPOSTA POSSÍVEL:

- a. A resposta é pessoal, mas você pode orientar o debate para auxiliar a turma a perceber quais são as finalidades da educação de acordo com a legislação brasileira. Uma pesquisa pode ser conduzida abordando os objetivos da Educação Básica, postulados pela LDB e, mais especificamente, os direitos de aprendizagem propostos para a etapa do Ensino Médio. A discussão deve ser encaminhada no sentido de evidenciar que o conhecimento sobre direitos e deveres se relaciona com o desenvolvimento da capacidade para o exercício da cidadania.
- b. Resposta pessoal. A atividade tem por objetivo permitir o desenvolvimento do protagonismo e da consciência de que o exercício da cidadania envolve o reconhecimento de direitos e deveres, mas também proporcionar ao estudante a oportunidade de correlacionar as vivências escolares com seu projeto de vida. Informações sobre como orientar a turma na produção do *podcast* podem ser obtidas na internet. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=R6wqo9_qh_l. Acesso em: 31 jan. 2020.

Capítulo 5 – Qualidade de vida

7. Leia o texto a seguir e responda às questões que estão na continuação.

Excesso de peso aumenta em 50% o risco de doença do coração

Não existe gordinho saudável. Esta é a conclusão de uma nova pesquisa da Universidade de Birmingham feita com três milhões e meio de pessoas. O excesso de peso acaba com a nossa reserva de saúde e aumenta em 50% o risco de doença do coração. A endocrinologista Cintia Cercatto esclareceu que basta perder 10% do peso para reduzir bastante o risco cardíaco.

Entretanto, não são só os gordinhos que correm riscos. Pessoas magras também podem ter

colesterol alto, hipertensão e triglicérides, como explicou o consultor e cardiologista Roberto Kalil no *Bem estar* desta terça-feira (13).

O estudo separou a população em quatro categorias: magro (ou peso normal) saudável, sem nenhum fator metabólico, magro com algum fator metabólico, obeso sem nenhum fator metabólico e obeso com fator metabólico.

O que chamou a atenção é que os magros com problemas metabólicos têm maior risco de desenvolvimento de doenças que os obesos sem fatores. Por isso, é importante fazer a avaliação médica independentemente do peso. Um obeso não é saudável, mas só estar no peso também não é sinônimo de saúde.

Os marcadores metabólicos são importantes para medir o risco cardíaco e vascular do paciente. Outros fatores também são importantes como obesidade, risco de formação de coágulos, inflamação sistêmica, sedentarismo e gordura no fígado.

A distribuição da gordura também é fundamental. Quem tem a gordura mais localizada na barriga, tem maior chance de doenças cardiovasculares. Essa gordura nos órgãos causa inflamação que contribui para a formação de aterosclerose, levando ao infarto ou AVC.

Disponível em: <https://oestenevsorg.wordpress.com/2017/06/13/excesso-de-peso-aumenta-em-50-o-risco-de-doenca-do-coracao/>. Acesso em: 2 fev. 2020.

- De acordo com o texto, que problemas podem ser causados pelo excesso de peso?
- Qual é a causa para infarto e AVC apontada no texto? Você conhece essas doenças? Pesquise sobre elas na internet, registre suas descobertas no caderno e, depois, compartilhe-as com os colegas.
- Segundo o texto, ser magro é ser saudável? Explique.

- O que pode contribuir para a promoção de um estilo de vida saudável? Pesquise para responder a essa pergunta e, depois, compartilhe as descobertas com a turma.

RESPOSTA POSSÍVEL:

- O excesso de peso acaba com a reserva de saúde de uma pessoa e aumenta em 50% o risco de doenças do coração.
- De acordo com o texto, o acúmulo de gordura na região da barriga é apontado como causa para o infarto e o AVC. O restante da resposta é pessoal.
- Segundo o texto, ser magro, embora possa parecer, não é sinônimo de saúde. É preciso estar atento a fatores metabólicos como colesterol alto, hipertensão e triglicérides, que afetam magros e obesos e podem gerar risco cardíaco e vascular para as pessoas. Por esse motivo é importante fazer avaliação médica periódica.
- Um estilo de vida saudável envolve alimentação adequada em quantidade e variedade, com preferência para alimentos frescos e não processados, sono de cerca de oito horas por noite, controle do estresse e prática regular de atividade física.

Capítulo 6 – Mundo do trabalho

- O texto a seguir, “O padeiro”, de Rubem Braga, deve ser utilizado na *Vivência – Processo de comunicação*, da página 108. Leia-o para a classe a fim de que um estudante possa recontar a história para colegas que estiveram ausentes durante a leitura, que, por sua vez, vão recontá-la posteriormente de volta para a classe. O objetivo é perceber **como** e **quanto** a informação pode se perder e se transformar no processo de comunicação. Além de instrutiva, essa vivência pode ser bem divertida.

O padeiro

Levanto cedo, faço minhas abluções, ponho a chaleira no fogo para fazer café e abro a porta do apartamento – mas não encontro o pão costumeiro. No mesmo instante me lembro de ter lido alguma coisa nos jornais da véspera sobre a “greve do pão dormido”. De resto não é bem uma greve, é um *lock-out*, greve dos patrões, que suspenderam o trabalho noturno; acham que obrigando o povo a tomar seu café da manhã com pão dormido conseguirão não sei bem o quê do governo.

Está bem. Tomo o meu café com pão dormido, que não é tão ruim assim. E enquanto tomo café vou me lembrando de um homem modesto que conheci

antigamente. Quando vinha deixar o pão à porta do apartamento ele apertava a campainha, mas, para não incomodar os moradores, avisava gritando:

– Não é ninguém, é o padeiro!

Interroguei-o uma vez: como tivera a ideia de gritar aquilo?

“Então você não é ninguém?”

Ele abriu um sorriso largo. Explicou que aprendera aquilo de ouvido. Muitas vezes lhe acontecera bater a campainha de uma casa e ser atendido por uma empregada ou outra pessoa qualquer, e ouvir uma voz que vinha lá de dentro perguntando quem era; e ouvir a pessoa que o atendera dizer para dentro: “não é ninguém, não senhora, é o padeiro”. Assim ficara sabendo que não era ninguém...

Ele me contou isso sem mágoa nenhuma, e se despediu ainda sorrindo. Eu não quis detê-lo para explicar que estava falando com um colega, ainda que menos importante. Naquele tempo eu também, como os padeiros, fazia o trabalho noturno. Era pela madrugada que deixava a redação de jornal, quase sempre depois de uma passagem pela oficina – e muitas vezes saía já levando na mão um dos primeiros exemplares rodados, o jornal ainda quentinho da máquina, como pão saído do forno.

Ah, eu era rapaz, eu era rapaz naquele tempo! E às vezes me julgava importante porque no jornal que levava para casa, além de reportagens ou notas que eu escrevera sem assinar, ia uma crônica ou artigo com o meu nome. O jornal e o pão estariam bem cedinho na porta de cada lar; e dentro do meu coração eu recebi a lição de humildade daquele homem entre todos útil e entre todos alegre; “não é ninguém, é o padeiro!”

E assobiava pelas escadas.

BRAGA, Rubem. O padeiro. Disponível em: <https://www.revistaprosaveroarte.com/o-padeiro-rubem-braga/>. Acesso em: 2 fev. 2020.

9. Para complementar o trabalho com o tema do capítulo, assista com os estudantes à animação de curta-metragem *O emprego*, de Edson Neto (disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=jqTMIRISg3w>; acesso em: 1ª fev. 2020), em que se questionam as relações de trabalho modernas, nas quais as pessoas são tratadas como objeto. Depois, proponha um debate sobre o filme e incentive todos os estudantes a expressar seu ponto de vista. Ao refletir sobre retrocessos sociais, a crítica pode ser estendida para outros setores da vida, além do trabalho.

RESPOSTA POSSÍVEL: Resposta pessoal.

Capítulo 7 – Escolha profissional

10. Um projeto de vida pode envolver várias trajetórias formativas. Você pode escolher dar prosseguimento a seus estudos tanto por meio de um curso técnico profissionalizante como pelo ingresso no Ensino Superior. Pesquise a respeito das trajetórias possíveis e das políticas de incentivo existentes, como as de acesso ao Ensino Superior em universidades públicas. Depois, compartilhe os resultados da pesquisa com os colegas e troque informações sobre as descobertas.

RESPOSTA POSSÍVEL: Resposta pessoal.

Para subsidiar a discussão com os estudantes, leia a reportagem “Com cotas, aulas da USP começam a perder ‘brancocentrismo’”. Disponível em: <https://www1.folha.uol.com.br/educacao/2019/12/com-cotas-aulas-da-usp-comecam-a-perder-brancocentrismo.shtml>. Acesso em: 21 fev. 2020.

A reportagem vai contribuir para a discussão com os estudantes sobre a política de cotas. Essa política, que consiste em uma ação afirmativa, destina parte das vagas nos processos seletivos das universidades para estudantes oriundos de escolas públicas. A distribuição dessas vagas leva em conta critérios raciais e sociais.

O Plano Nacional de Assistência Estudantil (Pnaes) é uma política do governo federal que tem como finalidade ampliar as condições de permanência dos jovens na Educação Superior pública. Informações disponíveis em: <http://portal.mec.gov.br/pnaes>. Acesso em: 21 fev. 2020.

No site <http://novoensinomedio.mec.gov.br/#!/pagina-inicial> (acesso em: 21 fev. 2020) é possível encontrar informações sobre o Novo Ensino Médio e seus impactos na formação do estudante. Ao consultá-lo, você vai obter subsídios para discutir com a turma os caminhos e as possibilidades para a formação técnica ou acadêmica.

Capítulo 8 – Processo seletivo

11. Para complementar o trabalho com o tema do capítulo, assista com a turma à animação de curta-metragem *Alike* (Igual), de Daniel Martínez Lara e Rafa Cano Méndez, de 2015 (disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=UATPH44jRSw>; acesso em: 14 fev. 2020). Na animação, questiona-se a maneira como transmitimos valores e papéis sociais para as novas gerações, por meio de ações e comportamentos. Em seguida, faça um debate sobre o filme.



Reprodução/www.youtube.com/Canal CGMeetup

RESPOSTA POSSÍVEL: Resposta pessoal.

A animação provoca uma profunda reflexão sobre os papéis sociais que transmitimos para as novas gerações e como os valores de vida que comunicamos em nossas atitudes refletem no modo como as crianças percebem seu papel no mundo. Na história, Copi é um pai trabalhador que se preocupa em ensinar o caminho certo para o filho, porém a rotina atribulada não lhe permite refletir por que e para que faz as coisas. Ele só cumpre horários, executa tarefas e ensina o filho a repetir o mesmo comportamento automatizado. Propor aos estudantes uma reflexão sobre o modo repetitivo como o personagem executa suas atividades cotidianas pode conduzi-los a refletir também sobre seu projeto de vida, ao se perguntar o que, de fato, dá sentido à vida de cada pessoa.

12. As transformações no mundo do trabalho têm levado muitos jovens à inovação e ao empreendedorismo. Assista com os estudantes à reportagem “Com ideias inovadoras, jovens se destacam no Rio Grande do Sul como empreendedores”. Disponível no link <http://g1.globo.com/rs/rio-grande-do-sul/bom-dia-rio-grande/videos/t/edicoes/v/com-ideias-inovadoras-jovens-se-destacam-no-rio-grande-do-sul-como-empreendedores/6901528/>. Acesso em: 21 fev. 2020. Depois, organizados em grupos, proponha-lhes os seguintes itens para discussão:

- Que demandas existem em sua comunidade que poderiam ser atendidas por uma ideia inovadora? Em comum acordo com os demais integrantes do grupo, escolha a que parecer mais relevante. Registre no caderno e compartilhe com os demais grupos.
- Tendo como meta colocar a ideia em prática, pesquise, com a ajuda do professor, o que é necessário para se tornar um jovem empreendedor. Registre suas descobertas no caderno e compartilhe com a turma.
- Mediante suas descobertas, elabore, com os colegas de grupo, um planejamento para que sua ideia se transforme em uma ação empreendedora. Ao final, organize, com a turma, uma feira de exposição e inovação na escola.

RESPOSTA POSSÍVEL: Respostas pessoais.

Capítulo 9 – Educação financeira

13. Leia a tira e responda às questões que estão na continuação:



Tira do Armandinho, de Alexandre Beck.

- Mediante os estudos que você realizou no capítulo 9, em sua opinião, por qual razão o pai de Armandinho tem dúvidas se conseguirá pagar suas dívidas?
- Converse com sua família sobre o assunto. Vocês passam ou já passaram por situação semelhante? Como lidam ou lidaram com ela? De que modo você pode contribuir para auxiliar sua família na gestão dos gastos mensais?

RESPOSTA POSSÍVEL:

- Resposta pessoal. Espera-se que os estudantes façam referência à importância do planejamento financeiro na gestão das despesas mensais do personagem.
- Resposta pessoal.

PARA SABER MAIS

As sugestões a seguir objetivam contribuir para a ampliação do repertório do professor em relação às temáticas discutidas nos capítulos desta obra.

Capítulo 1 – Identidade

Reprodução/Editora Planeta



DUNKER, Christian; TEBAS, Claudio. *O palhaço e o psicanalista*. São Paulo: Planeta, 2019.

Para que possam construir seus projetos de vida com autonomia, é importante que os estudantes sejam mobilizados a falar de si e de seus anseios, mas para isso devem encontrar na escola um local de escuta e apoio, que contribua para o desenvolvimento uma imagem positiva de si e do futuro. Nessa obra, indicam-se, com leveza, porém com profundidade, como escutar a si e aos outros e como a experiência da escuta pode ser transformadora.

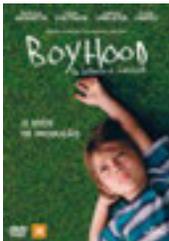
Reprodução/Editora Rocco



LISPECTOR, Clarice. *Todos os contos*. São Paulo: Rocco, 2018.

Coletânea que reúne, em um único volume, os textos produzidos por uma das principais representantes da literatura intimista brasileira – vertente literária que descreve o lado psicológico dos personagens e o cotidiano de um modo subjetivo e particular.

IFC Productions/DeTouir Filmproduction



Boyhood: da infância à juventude, longa-metragem do diretor Richard Linklater, EUA, 2014.

O filme, que levou doze anos para ser concluído, mostra o crescimento de um garoto dos 6 aos 18 anos e suas transformações no decorrer desse período. Nele, encontramos diversas situações pelas quais os jovens passam à medida que vão amadurecendo.

Capítulo 2 – Autoconhecimento

Reprodução/Editora Artmed



ESTANISLAU, Gustavo M.; BRESSAN, Rodrigo A. (org.). *Saúde mental na escola: o que os educadores devem saber*. Porto Alegre: Artmed, 2014.

O livro reúne uma coletânea de textos em que a saúde mental é abordada de modo teórico e prático. Com dicas e exemplos dos transtornos mentais mais prevalentes na infância e adolescência, constitui leitura importante para subsidiar o trabalho com a temática no contexto escolar, cenário de convívio social que apresenta diversos reflexos dessa realidade.

Reprodução/Editora Artmed



COIMBRA, Renata M.; MORAIS, Normanda A. (org.). *A resiliência em questão: perspectivas teóricas, pesquisa e intervenção*. Porto Alegre: Artmed, 2015.

A obra aborda a resiliência, evidenciando a aplicabilidade do conceito a diversos contextos de atuação profissional, entre eles a psicologia, a educação, a pedagogia e o serviço social. Nos textos, encontram-se muitos subsídios para o trabalho com adolescentes.



HARVARD BUSINESS REVIEW. *Coleção Inteligência Emocional*. Rio de Janeiro: Sextante, 2019.

A coleção reúne artigos sobre habilidades necessárias para encarar desafios profissionais. Com base em pesquisas sobre como as emoções impactam no desempenho, os livros trazem conselhos práticos para lidar com pessoas e com situações difíceis, além de textos sobre como zelar pelo bem-estar emocional. Destacamos, dentre outros livros que vale a pena conferir para auxiliar no trabalho com projeto de vida, *Empatia* e *Felicidade*.

Capítulo 3 – Eu, estudante

Frequentar espaços culturais físicos ou virtuais é uma das maneiras de estabelecer contato com a arte, o que contribui para aguçar o olhar e ampliar as possibilidades de leitura do mundo e compreensão da realidade. Confira a seguir algumas sugestões virtuais (acessos em: 20 jan. 2020):

- Museu de Arte de São Paulo Assis Chateaubriand (Masp). Disponível em: <https://masp.org.br/>
- Museu Afro Brasil. Disponível em: <http://www.museuafrobrasil.org.br/>
- Pinacoteca do Estado de São Paulo. Disponível em: <http://pinacoteca.org.br/>
- Museo de Arte Latinoamericano de Buenos Aires (Malba). Disponível em: <https://malba.org.ar/>
- Tate, The Galleries. Disponível em: <https://www.tate.org.uk/>
- Arts & Culture. Disponível em: <https://artsandculture.google.com/>
- Museu Casa de Portinari. Disponível em: <http://www.museucasadeportinari.org.br/>
- Museo del Prado. Disponível em: <https://www.museodelprado.es/>
- Louvre. Disponível em: <https://www.louvre.fr/#>
- Van Gogh Museum. Disponível em: <https://www.vangoghmuseum.nl/pt/planeje-sua-visita>



Fundado em 1947, o Masp reúne a mais importante coleção de arte ocidental do hemisfério sul. Todas as obras da coleção podem ser vistas em sua plataforma *on-line* gratuita.

Capítulo 4 – Cidadania



Reprodução/Editora Papyrus

CORTELLA, Mario Sergio; TAS, Marcelo. *Basta de cidadania obscena!* Campinas: Papyrus, 2017.

Na obra, discute-se a cidadania de uma perspectiva não convencional; aquela que não é ética nem decente, mas obscena e vexatória. Em face dos problemas enfrentados pela sociedade brasileira, como saúde e educação, a cidadania se realiza como uma inclusão social malfeita. Nesse cenário, os autores abordam possibilidades de enfrentamento da problemática destacando o papel social dos formadores de opinião na promoção da cidadania e na consequente recusa do obsceno, especialmente na era digital.

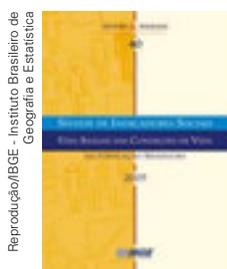


Reprodução/www.assistebrasil.com.br

Festival de Direitos Humanos, curta-metragem publicado pela Secretaria Municipal de Direitos Humanos e Cidadania de São Paulo, com imagens do terceiro Festival dos Direitos Humanos, promovido em dezembro de 2015. Disponível em: <http://www.assistebrasil.com.br/2016/03/curta-metragem-faz-manifesto-por-direitos-humanos-e-cidadania/>. Acesso em: 1ª fev. 2020.

O filme traz entrevistas com vários artistas sobre questões ligadas aos Direitos Humanos e discute temas como cidadania e valores democráticos de igualdade e respeito ao próximo.

Capítulo 5 – Qualidade de vida



Reprodução/IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística

IBGE. Coordenação de População e Indicadores Sociais. *Síntese de indicadores sociais: uma análise das condições de vida da população brasileira*. Rio de Janeiro: IBGE, 2019. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv101678.pdf>. Acesso em: 2 fev. 2020.

Publicação ilustrada que reúne dados da população brasileira relativos ao período de 2012 a 2018, acompanhados de comentários que destacam, em cada uma das dimensões temáticas de análise, algumas das principais características observadas nos diferentes estratos populacionais. Constitui fonte para subsidiar discussões sobre qualidade de vida com os estudantes.

Capítulo 6 – Mundo do trabalho



Reprodução/Editora Penso

BACICH, Lilian; MORAN, José. *Metodologias ativas para uma ação inovadora*. Porto Alegre: Penso, 2018.

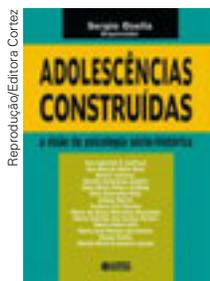
O trabalho com as metodologias ativas pode contribuir para que os jovens desenvolvam habilidades e competências importantes no enfrentamento dos desafios das sociedades contemporâneas. Nessa obra, os autores propõem uma análise entre teoria e prática a partir de experiências de professores que analisam o papel das metodologias ativas na Educação Básica e Superior. Entre os temas, destacam-se o protagonismo dos alunos, o compartilhamento de aulas entre professores e a construção do conhecimento por meio do desenvolvimento de competências.

Capítulo 7 – Escolha profissional



DAMON, William. *O que o jovem quer da vida?* Como pais e professores podem orientar e motivar os adolescentes. São Paulo: Summus, 2009.

Resultado de ampla pesquisa de campo, desvenda o que leva alguns jovens a alcançar sucesso na vida e outros não. Com base em entrevistas, o autor mostra que os jovens bem-sucedidos têm projetos para motivá-los e mostrar o caminho a seguir. A obra apresenta métodos simples para auxiliar pais e professores a encorajar os jovens e orientá-los para concretizar planos pessoais e profissionais.



OZELLA, Sergio (org.). *Adolescências construídas: a visão da psicologia sócio-histórica*. São Paulo: Cortez, 2003.

Trata, amplamente, de temáticas presentes no universo juvenil, como o conceito de adolescente, o trabalho e a escolha profissional, a gravidez, a sexualidade, a questão étnica e a condição dos adolescentes em situação de risco social e exclusão.

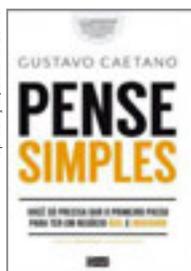
Capítulo 8 – Processo seletivo



Reprodução/www.youtube.com/Laura Neuvonen

Foco na tarefa × foco no resultado (The Last Knit), animação de curta-metragem de Laura Neuvonen, Finlândia, 2005. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=J0iv3TqJBV8&t=313s>. Acesso em: 1º fev. 2020.

A animação aborda a importância de planejar uma ação atrelada aos resultados que se deseja alcançar. Para isso, destaca a necessidade de conhecer “por que” e “para quem” se realiza algo, além de “aonde” se quer chegar. Trata também da necessidade de fazer pausas e da noção de que adversidades podem atrapalhar o planejamento feito, de modo que somente esforço e persistência não bastam para o alcance dos objetivos traçados.



CAETANO, Gustavo. *Pense simples: você só precisa dar o primeiro passo para ter um negócio ágil e inovador*. São Paulo: Gente, 2017.

Obra de leitura acessível em que o autor discute o conceito de inovação como central para o empreendedor que deseja ter sucesso em seu negócio. Diferentemente do que se possa pensar, a inovação é apresentada como algo simples, como uma solução para problemas pequenos.



ASSEF, Andrea; LUQUET, Mara. *Meninas normais vão ao shopping – Meninas iradas vão à Bolsa*. São Paulo: Saraiva, 2007.

Obra de leitura acessível que ensina a pensar sobre dinheiro ao abordar temas como consumo e investimentos.

Capítulo 9 – Educação financeira



BAUMAN, Zygmunt. *Vida para consumo: a transformação das pessoas em mercadoria*. Rio de Janeiro: Zahar, 2008.

A obra aborda o consumo como o centro da vida social. O consumismo é tratado não apenas como uma característica individual, mas como a principal força propulsora da sociedade, que influencia diversos aspectos da vida coletiva, como política, democracia, comunidades, parcerias, construção de identidade, produção e uso de conhecimento. Especial atenção é dada ao mundo virtual, que reflete o homem como produto.



Happiness (Felicidade), animação de curta-metragem de Steve Cutts, Inglaterra, 2017. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=e9dZQelULdk>. Acesso em: 1º fev. 2020.

A animação aborda a busca desenfreada da felicidade por meio do consumo e da disputa, à custa do desrespeito ao outro e a si mesmo, colocando em xeque, assim, algumas sérias questões sociais e econômicas presentes nas sociedades contemporâneas.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AGUIAR, Wanda. M. J.; BOCK, Ana. M. B.; OZELLA, Sergio. Orientação profissional com adolescentes: um exemplo de prática na abordagem sócio-histórica. In: BOCK, A. M. B.; GONÇALVES, M. G. M.; FURTADO, O. (org.). *Psicologia sócio-histórica: uma perspectiva crítica em psicologia*. São Paulo: Cortez, 2001. p. 163-178.

⋮ A obra discute a construção social do indivíduo e de sua subjetividade. O capítulo, em particular, trata de como realizar o processo de orientação profissional para adolescentes.

BENSON, P. et al. Positive Youth Development: Theory, Research and Applications. In: LERNER, R. M. (ed.). *Theoretical Models of Human Development*. Handbook of Child Psychology. 6. ed. New Jersey: Wiley, 2006. v. 1.

⋮ No texto, discutem-se fatores implicados na construção de projetos de vida na juventude.

BERBEL, Neusi A. N. As metodologias ativas e a promoção da autonomia de estudantes. *Semina: Ciências Sociais e Humanas*, Londrina, v. 32, n. 1, jan./jun. 2011. p. 25-40. Disponível em: <http://www.uel.br/revistas/uel/index.php/seminasoc/article/view/10326/10999>. Acesso em: 22 dez. 2019.

⋮ O artigo discute como o uso das metodologias ativas em sala de aula pode contribuir para elevar tanto o nível de autonomia dos estudantes quanto a qualidade do ensino promovido pelas escolas.

BRASIL. Conselho Nacional de Educação (CNE). Resolução n. 3, de 21 de novembro de 2018. Disponível em: http://www.in.gov.br/materia/-/asset_publisher/Kujrw0TZC2Mb/content/id/51281622. Acesso em: 30 dez. 2019.

⋮ Resolução do Conselho Nacional de Educação (CNE) que atualiza as Diretrizes Curriculares Nacionais para o Ensino Médio. De acordo com o documento, essas diretrizes “contemplam os princípios e fundamentos definidos na legislação para orientar as políticas públicas educacionais da União, dos Estados, do Distrito Federal e dos Municípios na elaboração, planejamento, implementação e avaliação das propostas curriculares das instituições ou redes de ensino públicas e privadas que ofertam o ensino médio”.

BRASIL. Lei n. 13415, de 16 de fevereiro de 2017. Disponível em http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_Ato2015-2018/2017/Lei/L13415.htm. Acesso em: 30 dez. 2019.

⋮ Legislação que institui a política de fomento à implementação de escolas de Ensino Médio em tempo integral.

BRASIL. Ministério da Educação. *Base Nacional Comum Curricular*. Versão final, homologada em 2018. Disponível em: <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/>. Acesso em: 30 dez. 2019.

⋮ Documento oficial que garante um conjunto de aprendizagens essenciais e comuns a todos os estudantes da Educação Básica em território nacional, no qual se estabelece, entre outras ações afirmativas para a melhoria da educação no Brasil, a importância do trabalho com projeto de vida.

BRASIL. Ministério da Educação. *Guia de Implementação do Novo Ensino Médio*. Disponível em: <http://novoensinomedio.mec.gov.br/#!/guia>. Acesso em: 30 dez. 2019.

⋮ Fruto da colaboração entre o Ministério da Educação (MEC) e o Conselho Nacional de Secretários de Educação (Consed), o guia “traz uma explicação das mudanças em curso, assim como aponta para um caminho de implementação que considera o estudo das novas possibilidades, o diagnóstico dos recursos das redes, a (re)elaboração dos currículos estaduais e a implementação das mudanças nas escolas de ensino médio”.

BRASIL. Ministério da Educação. *Referenciais Curriculares para Elaboração dos Itinerários Formativos*. Disponível em: <http://novoensinomedio.mec.gov.br/resources/downloads/pdf/DCEIF.pdf>. Acesso em: 30 dez. 2019.

⋮ Documento oficial que trata de referenciais curriculares para Elaboração dos Itinerários Formativos.

CASTELLAR, Sonia M. V. (org). *Metodologias ativas*. São Paulo: FTD, 2016.

⋮ Coleção que apresenta sequência de metodologias ativas e recursos pedagógicos para apoiar a prática educativa e auxiliar os professores na estimulação dos estudantes para que assumam o protagonismo na construção do conhecimento. Entre outros volumes, destacamos para apoiar as aulas de projeto de vida: *As diferentes linguagens imagéticas*, *Ensino por investigação*, *Sequências didáticas* e *Sala de aula invertida*.

CASTRO, Jane M.; REGATTIERI, Marilza (org.). *Interação escola-família: subsídios para práticas escolares*. Brasília: Unesco; MEC, 2009. Disponível em: http://portal.mec.gov.br/index.php?option=com_docman&view=download&alias=4807-escola-familia-final&Itemid=30192. Acesso em: 2 fev. 2020.

⋮ Estudo realizado pela Unesco, em parceria com o Ministério da Educação (MEC), no qual se indica que a aproximação entre escola e família resulta em um trabalho escolar mais bem-sucedido.

CATE, Olle T. et al. Orienting Teaching Toward the Learning Process. *Academic Medicine*, v. 79, n. 3, p. 219-228, 2004. Disponível em: <http://www.bumc.bu.edu/facdev-medicine/files/2010/06/orienting-teaching-towards-learning.pdf>. Acesso em: 2 fev. 2020.

⋮ Estudo em que se discutem estratégias orientadoras para um ensino focado na aprendizagem dos estudantes.

- DAVIS, Claudia L. F.; ALMEIDA, Laurinda; RIBEIRO, Marilda P. de O. R.; RACHMAN, Vivian C. Abordagens vygotskiana, walloniana e piagetiana: diferentes olhares para a sala de aula. *Psicologia da Educação*. São Paulo, n. 34, 1º sem. 2012. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/psicoeduca/article/viewFile/28043/19749>. Acesso em: 2 fev. 2020.
- No artigo se discute e se analisa a prática pedagógica de uma professora da rede pública estadual de São Paulo à luz das abordagens de três teóricos centrais para a psicologia do desenvolvimento e da educação: Vygotsky, Wallon e Piaget.
- DAVIS, Claudia L. F.; NUNES, Marina M. R. Eu sei o que tenho que fazer: a conquista da autorregulação. *Estudos de Avaliação Educacional*, São Paulo, v. 27, n. 64, p. 10-35, jan./abr. 2016. Disponível em: <http://publicacoes.fcc.org.br/ojs/index.php/eae/article/view/3673/3164>. Acesso em: 20 dez. 2019.
- Estudo em que se revela como a aprendizagem autorregulada pode ser conquistada pelos estudantes para que possam planejar, dirigir, monitorar e avaliar suas aprendizagens.
- DAVIS, Claudia L. F.; OLIVEIRA, Zilma. M. R. *Psicologia na educação*. 3. ed. São Paulo: Cortez, 2010.
- O livro apresenta, em linguagem simples e direta, as contribuições da Psicologia em sua intersecção com a Educação.
- KOSHY, S.; MARIANO, J. Promoting Youth Purpose: a Review of the Literature. *New Directions for Youth Development*, n. 132, p. 13-29, 2011.
- No texto, discutem-se fatores implicados na construção de projetos de vida na juventude.
- LUFT, Lya. *Perdas e ganhos*. Rio de Janeiro: Record, 2004.
- Livro, misto de ensaio e memórias, em que a autora reflete sobre a experiência do amadurecimento.
- LUNT, I. A prática da avaliação. In: DANIELS, H. (org). *Vygotsky em foco: pressupostos e desdobramentos*. Campinas: Papirus, 1994. p. 219-252.
- Obra em que diversos aspectos transdisciplinares em educação são discutidos à luz dos pressupostos da teoria de Lev Vygotsky.
 - O capítulo citado, em especial, trata da questão da avaliação.
- MALIN, H. et al. Adolescent Purpose Development: Exploring Empathy, Discovering Roles, Shifting Priorities and Creating Pathways. *Journal of Research on Adolescence*, v. 24, n. 1, p. 186-199, 2013. Disponível em: <https://coa.stanford.edu/sites/g/files/sbiybj1076/f/jora12051.pdf>. Acesso em: 14 fev. 2020.
- No artigo, discutem-se fatores implicados na construção de projetos de vida na juventude.
- MARCELINO, Maria Quitéria dos S.; CATÃO, Maria de Fátima F. M.; LIMA, Claudia Maria P. de. Representações sociais do projeto de vida entre adolescentes no Ensino Médio. *Psicologia: ciência e profissão*, v. 29, n. 3, p. 544-557, 2009. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/pcp/v29n3/v29n3a09>. Acesso em: 31 dez. 2019.
- Artigo em que se apresentam dados acerca da construção do projeto de vida entre estudantes brasileiros de 16 a 19 anos, de escolas públicas e privadas. Os dados demonstraram representações consensuais no que se refere a desejos, metas, previsões e estratégias. Os alunos da escola pública objetivaram suas representações na necessidade de inclusão social e melhoria de vida, enquanto os da escola privada relacionaram dificuldades com a escolha da profissão.
- MARTINS, Lígia M.; ABRANTES, A. A.; FACCI, Marilda. G. D. *Periodização histórico-cultural do desenvolvimento psíquico*. Campinas: Autores Associados, 2016.
- Na obra, apresenta-se uma periodização do desenvolvimento humano, da infância até a velhice, passando pela educação especial, na perspectiva da psicologia histórico-cultural. Destaca-se o papel da escola na promoção do desenvolvimento psíquico subsidiando o trabalho dos professores em sala de aula.
- MCKNIGHT, P. E.; KASHDAN, T. B. Purpose in Life as a System that Creates and Sustains Health and Well-being: an Integrative, Testable Theory. *Review of General Psychology*, 13, p. 242-251, 2009. Disponível em: <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.154.5512&rep=rep1&type=pdf>. Acesso em: 14 fev. 2020.
- No texto, discutem-se fatores implicados na construção de projetos de vida na juventude.
- MORAN, José. O papel das metodologias ativas na transformação da escola. In: SARMENTO, Maristela (coord). *O futuro alcançou a escola?: O aluno digital, a BNCC e o uso de metodologias ativas de aprendizagem*. São Paulo: Editora do Brasil, 2019.
- No texto, discute-se o papel das metodologias ativas nos processos de ensino e aprendizagem.
- OLIVEIRA, Cynthia B. E.; MARINHO-ARAÚJO, Claisy M. A relação família-escola: intersecções e desafios. *Estudos de Psicologia*, Campinas, v. 27, n. 1, p. 99-108, jan./mar. 2010. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-166X2010000100012. Acesso em: 3 out. 2017.
- Texto em que se analisam questões referentes à relação entre família e escola, os papéis e a relação de interdependência de ambas no processo educativo das novas gerações.

OZELLA, Sérgio; AGUIAR, Wanda M. J. de. Desmistificando a concepção de adolescência. *Cadernos de pesquisa*, v. 38, n. 133, p. 97-125, jan./abr. 2008. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/cp/v38n133/a05v38n133.pdf>. Acesso em: 20 dez. 2019.

Estudo em que se examinam criticamente as concepções de adolescência vigentes na ciência psicológica: aquelas veiculadas nos meios de comunicação em geral e aquelas presentes no discurso dos jovens, bem como seu entendimento sobre a passagem para a chamada idade adulta.

REALI, Aline M. M. R.; TANCREDI, Regina M. S. P. A importância do que se aprende na escola: a parceria escola-famílias em perspectiva. *Paidéia*, Ribeirão Preto, v. 15, n. 31, p. 239-247, maio/ago. 2005. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/paideia/v15n31/11.pdf>. Acesso em: 2 fev. 2020.

Texto em que se examinam resultados de um projeto que teve por objetivo fortalecer as relações entre escola e família.

REGO, Teresa C. *Vygotsky: uma perspectiva histórico-cultural da educação*. Petrópolis: Vozes, 1994.

A obra apresenta uma introdução aos principais conceitos do pensamento de Lev Vygotsky, como o processo de desenvolvimento humano compreendido em uma perspectiva sócio-histórica, a relação entre pensamento e linguagem, a questão da aprendizagem e as implicações de suas ideias na prática pedagógica.

SCHNEUWLY, Bernard *et al.* *Gêneros orais e escritos na escola*. Tradução de Roxane Rojo e Glais S. Cordeiro. Campinas: Mercado das Letras, 2004.

Obra em que se discute como organizar o trabalho com gêneros orais e escritos na escola.

SPOSITO, M. P. Estudos sobre juventude em educação. *Revista Brasileira de Educação*, n. 6, p. 37-52, set./out./nov./dez., 1997. Disponível em: https://www.feis.unesp.br/Home/DSAA/DSAA/ProjetoGQT-SCM/documentos/educacao/educa%e7%e3o%20e%20juventudeMARILIA_PONTES_SPOSITO.pdf. Acesso em: 2 fev. 2020.

Texto em que se apresenta uma revisão da literatura sobre a produção de conhecimento na temática juventude, produzidas em programas de pós-graduação em educação no período de 1980 a 1995.

SPOSITO, M. P. *Os jovens no Brasil: desigualdades multiplicadas e novas demandas políticas*. São Paulo: Ação Educativa, 2003. Disponível em: http://www.clam.org.br/bibliotecadigital/uploads/publicacoes/477_1428_JovensBrasil.pdf. Acesso em: 2 fev. 2020.

Texto em que se traça um retrato da situação dos jovens brasileiros, tendo em vista o campo das políticas públicas que incorporam esses segmentos em sua esfera de ação. Identificam-se obstáculos e desafios para a constituição de um desenho político democrático que conceba os jovens, em sua diversidade, como sujeitos de direitos, e não como eventuais focos de problemas sociais que mereçam, por parte do poder público, um conjunto de ações reparadoras ou de controle social.

VIGOTSKI, Lev. S. *A construção do pensamento e da linguagem*. São Paulo: Martins Fontes, 2001.

Obra em que se apresentam questões fundamentais do pensamento humano, em que se discute como ocorre o processo de aquisição da linguagem e do conhecimento. Um capítulo, em especial, aborda o processo de formação de conceitos espontâneos e científicos que se inicia na infância.

VIGOTSKI, Lev S. Aprendizagem e desenvolvimento intelectual na idade escolar. In: VIGOTSKI, Lev S.; LURIA, A.R.; LEONTIEV, A. N. *Linguagem, desenvolvimento e aprendizagem*. São Paulo: Ícone, 2001. p. 103-119.

Na obra, escrita por três dos principais expoentes da psicologia histórico-cultural, discutem-se temas de psicologia do desenvolvimento, como processos neurofisiológicos, relações entre linguagem e pensamento, relações entre o funcionamento intelectual e a cultura em que os indivíduos estão inseridos. No capítulo citado, em especial, discutem-se implicações e relações dessas questões com o campo educacional.

VYGOTSKI, Lev S. *Obras escogidas: paidologia del adolescente, problemas de la psicología infantil*. Tradução de Lydia Kuper. Madrid: Machado libros, 2012. t. IV.

Obra em que Vygotsky aborda aspectos do desenvolvimento geral infantil e adolescente. Em dois capítulos, em particular, trata da imaginação e criatividade na adolescência e da dinâmica e estrutura da personalidade do adolescente.

WELLER, Wivian. Jovens no Ensino Médio: projetos de vida e perspectivas de futuro. In: DAYRELL, Juarez; CARRANO, Paulo; MAIA, Carla Linhares (org.). *Juventude e Ensino Médio: sujeitos e currículos em diálogo*. Belo Horizonte: Editora da UFMG, 2014.

O livro aborda a juventude e sua relação com o Ensino Médio, refletindo sobre a realidade juvenil brasileira, as múltiplas dimensões da condição de ser jovem, assim como o debate em torno do currículo para essa etapa de ensino, enfatizando questões como trabalho, cultura, ciência e tecnologia. No capítulo citado, em especial, discute-se a importância do trabalho com projeto de vida na adolescência.

ISBN 978-850819601-2



9 788508 196012