



REFORÇANDO OS PONTOS FORTES E OS QUE AINDA PRECISAM FORTALECER

Competências socioemocionais em foco: Determinação

No caderno do aluno já fizemos esta atividade, então vamos retomar alguns conteúdos já vistos em comum com esse tema.

Dom (nascemos com ele).

Talento (algo que podemos correr atrás e alcançar e precisa de muito esforço e dedicação)

Os SUPER HERÓIS podem voar, ler mentes, são fortes, rápidos etc. Os nossos SUPERPODERES são as competências socioemocionais e elas são possíveis de serem alcançadas, porém é necessário que se tenha cada uma delas de maneira intencional.

Autogestão é a capacidade de gerenciar compromissos, objetivos.
RESPONSABILIDADE.

Engajamento com os outros é construir relações positivas com os outros, saber ouvir, lidar bem com as críticas.

Amabilidade: solidariedade, capacidade de se interessar. CONFIANÇA

Resiliência é a capacidade de enfrentar as dificuldades da vida, aprender com elas e ganhar mais força pra vencer. É preciso pensar positivo mesmo num momento crítico, que vai passar, assim como os bons. AUTOCONFIANÇA.

PONTOS FORTES, exemplo	FRAGILIDADES, exemplo
Curioso, animado, confiante	Desorganizado, distraído, inseguro

Desenvolver essas competências socioemocionais é uma questão de treino. Exercite-se, treine até suas FRAGILIDADES se tornarem POTENCIALIDADES, para que você alcance seus objetivos.



1. Em seu caderno responda quais dessas competências você já tem?



2. Em seu caderno responda quais dessas competências você precisa desenvolver?



3. Em seu caderno (ou numa folha de sulfite), desenhe sua mão esquerda e direita. No desenho da esquerda, na representação dos dedos, escreva aquilo que você precisa melhorar, ou seja, as suas fragilidades, e no da direita faça o mesmo com as suas qualidades, isto é, os seus pontos fortes. CAPRICHAR!

