

Habilidades priorizadas:

- Revisitar conhecimentos e experiências para compor um todo organizado e coerente;
- Correlacionar diferentes aprendizagens em torno de um eixo comum;
- Fazer escolhas com base no levantamento e análise sistemática de informações;
- Estabelecer um planejamento organizado e estruturado para o futuro;
- Reconhecer diferentes ferramentas e recursos necessários para alcançar as metas.

1. CONTEXTUALIZAÇÃO: “AS ESTRADAS QUE TRILHAMOS JUNTOS”

Esta atividade encerra o nosso Curso “Projeto de Vida – Ética e Cidadania”. Ao longo desta atividade, vamos retomar o caminho percorrido e fechar o processo.

Você recorda os temas e Métodos Metacognitivos estudados, discutidos e utilizados ao longo do curso? E suas implicações na construção do seu futuro e projeto de vida?

- **RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS:** Exploramos as habilidades necessárias para resolver problemas de maneira eficiente.
- **TOMADA DE DECISÕES:** Exploramos as habilidades necessárias para tomar decisões de maneira eficiente e responsável.
- **TRABALHO EM EQUIPE:** Exploramos as habilidades necessárias para trabalhar em grupo de maneira harmônica e cooperativa.
- **DESENVOLVIMENTO DA AUTOCONFIANÇA E DA RESILIÊNCIA:** Exploramos as habilidades necessárias para enfrentar os desafios de modo a aproveitar as experiências vividas para se fortalecer cada vez mais.
- **EQUILÍBRIO:** Exploramos as habilidades necessárias para equilibrar a dimensão pessoal e a social.



MÉTODOS METACOGNITIVOS ESTUDADOS:



DETETIVE

PERGUNTAS SISTEMÁTICAS

É um método que contribui na investigação de uma situação-problema, por meio de perguntas, para produzir e descobrir pistas, dados e informações que possibilitam criar soluções.



SEMÁFORO

PARAR, PENSAR E AGIR

Assim como o Semáforo orienta o trânsito, o Método do Semáforo nos ajuda a organizar os pensamentos e agir de forma consciente e com responsabilidade.



ESCADA

OBJETIVO EM ETAPAS

O Método da Escada permite progredir passo a passo para atingir um objetivo. Cada etapa concluída auxilia a chegar a uma outra etapa, mais próxima do objetivo final.



ESPELHO

REFLEXÃO E AUTOCONHECIMENTO

O Método do Espelho implica na disponibilidade interna para se olhar e admitir fracassos e êxitos, colaborando para romper esquemas rígidos de pensamento e superar barreiras emocionais para a construção de um esforço consciente que promova mudanças estruturais internas. Este método é uma importante ferramenta do autoconhecimento, auxiliando para encontrarmos uma harmonia interna e equilíbrio pessoal.



FILMADORA

CLAREZA DOS OBJETIVOS

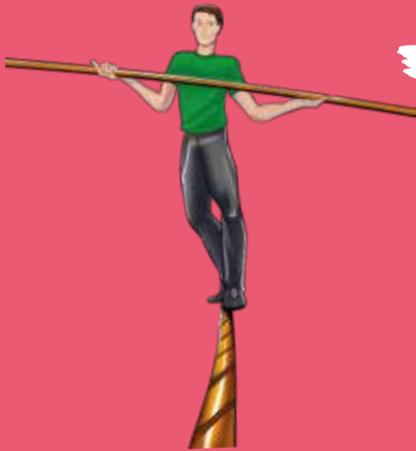
É importante ter clareza de onde se quer chegar para perceber as necessidades de cada etapa na construção deste caminho. O Método da Filmadora mostra que ter uma visão clara de um ponto de chegada contribui na organização do pensamento e das ações



FILTRO

FILTRAR AS INFORMAÇÕES

O Método do Filtro nos permite selecionar, extrair e utilizar os dados e informações mais relevantes para compreender e solucionar situações.



EQUILIBRISTA

HARMONIA EU-MUNDO

O Método do Equilibrista ajuda a manter um curso de ação flexível e a equilibrar as características pessoais em diferentes contextos. Manter o equilíbrio em situações complexas que envolvam a resolução de problemas, tomada de decisões e/ou trabalho em equipe. A utilização do Método do Equilibrista nos ajuda a pensar no planejamento do futuro, nos apoiando a encontrarmos o equilíbrio entre o sonho e a realidade, tanto interna quanto externa.



TENTATIVA E ERRO

APRENDER COM OS ERROS

As grandes descobertas da Humanidade foram construídas por aqueles que tiveram iniciativa e ousadia de correr riscos. O Método da Tentativa e Erro incentiva nossa disponibilidade interna de se arriscar e de considerar o erro como possibilidade de aprendizagem. O Método colabora com a nossa disposição para correr o risco de errar (dentro de certos limites). Dar forças para lidar com o erro de maneira serena e tirar dele aprendizagens que promovam o amadurecimento pessoal.



AVES MIGRATÓRIAS

TRABALHO EM EQUIPE

As aves, em busca das suas metas, migram em sintonia e de forma harmônica; o Método das Aves Migratórias nos permite entender, valorizar, potencializar e respeitar as diferenças dos integrantes do time." Para manter o equilíbrio do grupo é importante construir uma estrutura que coloque cada membro no melhor lugar para aproveitar a sua potencialidade e cuidar das possíveis fragilidades.



ÁRVORE DO PENSAMENTO

ANÁLISE DE POSSIBILIDADES

O Método da Árvore do Pensamento nos ajuda a perceber as diversas possibilidades diante da complexidade dos processos da vida."



ALPINISTA

RESILIÊNCIA

Para atingir um objetivo difícil, muitas vezes é preciso agir como os alpinistas: recuar taticamente para um local seguro, fortalecer as suas condições internas para só então retomar a caminhada. O Método do Alpinista é uma ferramenta para enfrentar desafios, desenvolvendo sua autoconfiança e resiliência. Para atingir um objetivo difícil, muitas vezes é preciso agir como os alpinistas: recuar taticamente para um local seguro e fortalecer as suas condições internas para só então retomar a caminhada.

AGORA É COM VOCÊ:

- Retomando tais temáticas e métodos, quais deles você mais utilizou neste curso? Justifique a sua resposta.
- Como os temas e métodos podem colaborar na construção da felicidade e do sucesso na vida?

2. ESCRREVENDO O “MEU PROJETO DE VIDA”

Finalmente, chegou a hora!

Este é o momento de coroar o percurso realizado concretizando-o na produção do texto do seu projeto de vida.





CARTA ARGUMENTATIVA: MEU “PROJETO DE VIDA”

Escreva uma carta argumentativa expondo e defendendo o seu “Projeto de Vida”.

Para escrever seu texto, procure contemplar os aspectos abaixo relacionados:

- Qual é o seu “Projeto de Vida”? O que você deseja para o seu futuro?
- No seu “Projeto de Vida”, com que tipos de problemas provavelmente vai se deparar? Quais são os riscos envolvidos? Como pode se preparar para lidar com esses problemas?
- Quais serão as principais decisões que precisará tomar? Que fatores deverão ser analisados? O que será necessário abdicar?
- Como serão as relações interpessoais no trabalho? Combinam com o seu jeito de ser?
- O que você deve desenvolver para construir uma verdadeira autoconfiança? Que habilidades precisa desenvolver? Como estabelecer um plano para desenvolvê-las?
- O que será preciso equilibrar para conquistar seus objetivos?
- Como construir uma vida harmoniosa e feliz?

CRITÉRIOS PARA ENVIO DO TEXTO:

- **Entrega dentro do prazo** (23h59 da data limite)
- **Número de linhas** (de 15 a 30)
- **Adequação à proposta** (o texto corresponde ao que foi solicitado)
- **Adequação à norma culta** (correção gramatical)
- **Microcoesão** (estruturação frasal)
- **Macrocoesão** (encadeamento entre as frases e parágrafos)
- **Coerência** (encadeamento de ideias)

NÃO SE ESQUEÇA DE COLOCAR O SEU NOME E O NOME DA SUA ESCOLA.



DICAS:

- Lembre-se da premiação muito especial aguardando pelo autor do melhor texto. Contudo, mais importante do que a premiação especial é escrever para si mesmo, para se organizar internamente e se fortalecer para essa nova etapa de vida que iniciará em breve, ao finalizar o Ensino Médio.
- Utilize as páginas 67 a 69 de seu livro do aluno para fazer o seu rascunho da Carta Argumentativa. Boa escrita!

Muita **sucesso** para
todos **nós!**



FECHAMENTO DO CURSO: CONFRATERNIZANDO VIRTUALMENTE

Para encerrarmos o processo, **vamos confraternizar virtualmente?**

Sinta-se livre para conversar com seus colegas de classe de modo remoto sobre seus sentimentos e reflexões em relação à finalização da fase de “colégio” e a perspectiva do futuro que se abre à sua frente.



**DESEJAMOS-LHE MUITO
SUCESSO NO CAMINHO!!!!**



COMPARTILHE CONOSCO SUAS ATIVIDADES EM FAMÍLIA!

POSTE EM SUAS REDES SOCIAIS COM #MLEMFAMÍLIA OU NOS MANDE WHATSAPP.
MLBR.COM.BR / WHATS (11 96447-0332) E NÓS REPOSTAREMOS NOS CANAIS OFICIAIS DA MIND LAB!

