**ROTEIRO DE ATIVIDADES**

**IDENTIFICAÇÃO: Projeto de vida**

NOME DO PROFESSOR: Claudia Borghette

ANO/SÉRIE: 9°A; 9°B e 9°C

NÚMERO DE AULAS QUE EQUIVALE: 2 aulas

**SEMANA DE: 26/10 a 30/10/2020/ 2° semana 4°bimestre.**

**HABILIDADES A SEREM TRABALHADAS**

• Desenvolver a responsabilidade por suas escolhas, compreendendo que as escolhas que fazem na atualidade influenciam o seu futuro;

• Perceber a importância da escolaridade para que seus planos futuros possam ser realizados; todas as possibilidades de vivência do Protagonismo;

• Construir o seu Projeto de Vida.

**Informações importantes**

**Responder as atividades no Classroom caso ainda não tenha acesso enviar para o e-mail:** [**borghette@prof.educacao.sp.gov.br**](mailto:borghette@prof.educacao.sp.gov.br)**.**

Vamos continuar assistindo as aulas no centro de mídias, respondendo as atividades semanais e enviando no por e-mail, nos encontrando no aplicativo classroom para tirar dúvidas.

Boa semana de estudos!

**RECURSOS NECESSÁRIOS**

**Acessem o Site:** <https://www.eeprofciddeoliveiraleite.com.br/> para obter as atividades

Utilizem o caderno do aluno projeto de vida para realizá-las, pesquisem na internet.

**QUERO SABER MAIS**

Aula no classroom:

9°A- terça-feira 13h45 - Código da turma: d7kioyz

9°B– terça-feira 17h50 - Código da turma: 4cdlksg

9°C- terça-feira 17h05 - Código da turma: kddj6yp

**Atividades para semana: 26/10 a 30/10/2020**

Leiam o conteúdo abaixo, que fala um pouco sobre uma importante habilidade socioemocional: assertividade.

Depois respondam as questões propostas;

**Definimos assertividade como**:

expressão direta dos próprios sentimentos, necessidades, direitos legítimos ou opiniões sem ameaçar ou castigar os demais e sem violar os direitos dessas pessoa. Ou seja, é uma forma de você respeitar seus direitos e o dos outros, mas sem se rebaixar.

**SER ASSERTIVO**

É ser elegante em suas colocações sem "engolir sapos".

faz parte dos Estilos de Comportamento (na comunicação), em que podemos classificá-los aqui em três: **Assertivo**, **Passivo** e **Agressivo**.

Nós podemos ter:

**Comportamento Passivo**

* Dificuldade em dizer não para as pessoas (quando pedem favores e não quer executar, por exemplo);
* Achar mais fácil ceder aos desejos alheios do que expressar os seus próprios (e também suas necessidades);
* Não sermos bons em tomar decisões, geralmente deixando os outros as tomarem por nós;
* Evitar confronto (expressar desagrado ou insatisfação, exemplo: preço de produto errado no supermercado, não falar, deixar “passar”).

**Comportamento Agressivo**

* Perder “a razão” com frequência (estourar por qualquer coisa, tem o “pavio curto”);
* Tomar decisões pelos outros (mesmo que esses não tenham pedido por isso);
* Preocupar-nos apenas com as nossas necessidades em detrimento das necessidades dos outros;
* Elevar o tom de voz ou gritar para conseguir o que queremos;
* Xingar, ameaçar, depreciar, fazer bullying para rebaixar a outra pessoa e obter o que queremos;
* Usar o confronto para termos o que julgamos que merecemos;
* Olhar fixo para tentar amedrontar a outra pessoa.

**Comportamento Assertivo**

* Expressar abertamente com os outros, sem enrolação;
* Saber pedir ajuda;
* Tomar decisões quando necessário;
* Respeitar opiniões contrárias;
* Expressar desagrado, insatisfação, restringindo-se ao estritamente necessário e relevante;
* Saber ouvir críticas e fazer críticas construtivas;
* Preocupar-se em respeitar as nossas próprias necessidades e as dos outros;
* Saber dizer não quando não queremos algo ou fazer alguma coisa;
* Respeitar nossos sentimentos, valores e ética.

\*Assista os vídeos abaixo que trazem uma boa explicação sobre as diferenças entre os comportamentos: passivo, agressivo e assertivo.

<https://youtu.be/rd1mCZVNnxE>

<https://youtu.be/PFd7o_Yl_QM>

**Responda as questões abaixo**:

1-Você já tinha ouvido falar em assertividade antes dessa aula ?

2- depois de ler as definições e assirtir ao vídeo, você diria que compreendeu bem o que é assertividade ? faça uma breve explicação com suas próprias palavras. Pode usar exemplos de situações que fazem parte do seu dia a dia para explicar.

3- como você se avalia hoje diante desses três comportamentos citados acima ? você acha que é mais passivo, agressivo ou assertivo diante das situações difíceis do dia a dia ?