

**PROPOSTA DE ATIVIDADES
SOCIOEMOCIONAIS PARA ESTUDANTES**

**ENSINO FUNDAMENTAL
ANOS FINAIS**

Material produzido pelo
Instituto Ayrton Senna



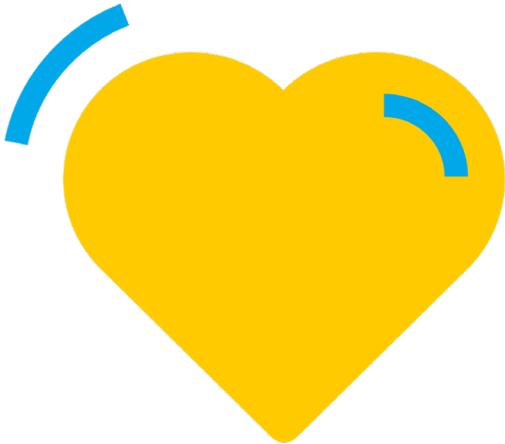
Olá, estudantes!

Falar em competências socioemocionais, como empatia, autoconfiança ou tolerância ao estresse, é algo que é muito bem-vindo a qualquer hora, mas nos tempos de isolamento social provocado pela pandemia do coronavírus, essas características são ainda mais indispensáveis.

Por isso, separamos algumas atividades que vão exercitar o seu conhecimento sobre si mesmo, sobre os outros e sobre o lugar onde vive. Mas, tudo isso será feito de maneira divertida e com bastante criatividade. E o melhor, você poderá fazer em companhia (remota e online) de alguns dos seus amigos e parentes.

Além disso, sabemos que quase todo jovem gosta de memes (e quem não gosta?). A partir disso, vamos lançar um desafio para vocês, provocando a sua criatividade e imaginação. Será que você está preparado para ser o rei ou rainha dos memes? Vamos ver! Preparamos a pista com esse “combo” de atividades para que você pratique e se divirta enquanto está em casa, porque ficar no tédio ninguém merece, né!?

Convidamos você a se cuidar, a se divertir, a se informar e a se desenvolver vivenciando cinco atividades que compõem esse “combo”, que vão do cuidado consigo mesmo ao cuidado com a coletividade, em casa e nas redes sociais.



MAPA DAS ATIVIDADES

1ª atividade Cuidado em várias dimensões

Na ATIVIDADE 1, você irá:

- construir um painel sobre as formas de cuidado que pratica;
- refletir sobre a importância de algumas formas de cuidado e trocar ideias sobre elas.

2ª atividade Meu corpo, minha primeira casa

Na ATIVIDADE 2, você trabalhará com seu corpo de duas formas:

- 1ª exercício de respiração;
- 2ª brincando de mímica.

3ª atividade Cuidados em casa - sustentabilidade offline

Na ATIVIDADE 3, você irá refletir sobre:

- o que é sustentabilidade;
- como praticar atitudes sustentáveis em casa.

MAPA DAS ATIVIDADES

4ª

atividade

Ser sustentável, eu?!

Na ATIVIDADE 4, será o momento de:

- dar asas à imaginação construindo um personagem;
- refletir sobre suas ações e a sustentabilidade.

5ª

atividade

Na redes, os memes - sustentabilidade online

Na ATIVIDADE 5, você irá:

- refletir sobre usos da internet e práticas em redes sociais;
- criar um meme (e arrasar! Por que não?!).

Atividade 1: Cuidado em várias dimensões

Competências socioemocionais em foco:

- ❖ **Autoconfiança:** Sentir-se realizado consigo mesmo e com sua vida, ter pensamentos positivos e manter expectativas otimistas; antecipar o sucesso em suas ações, ter mentalidade de crescimento e proativa, não ficar ruminando ou obcecado por fracassos ou frustrações.
- ❖ **Tolerância ao estresse:** Saber regular ansiedade e resposta ao estresse, não se preocupar excessivamente e ser capaz de resolver problemas com calma.
- ❖ **Empatia:** usar nossa compreensão da realidade, da vida e habilidades, para entender as necessidades e sentimentos dos outros, agir com bondade e investir em nossos relacionamentos, ajudando e prestando apoio e assistência.

Passo a passo:

1. Você viu acima quais as competências que você exercitará nesta atividade? Fique atento a elas, pois no final você irá avaliar como você as desenvolveu, combinado?
2. Pense no que você tem feito esses dias, buscando ficar em casa, brincando, estudando, interagindo nas redes sociais... Quais formas de cuidados você está praticando? Confira alguns exemplos na página seguinte.
3. Depois de ter pensado em algumas práticas de cuidado, você irá registrá-las: pode escrevê-las em uma filipeta de papel, recortar imagens das revistas, fazer uma colagem ou mesmo desenhar.
4. Com as produções prontas, pense em uma forma criativa de organizá-las, criando um painel (veja um modelo a seguir).

#PARA INSPIRAR E REFLETIR COM SUA FAMÍLIA

- Cuidado consigo:

- Você se alimenta bem?
- Como cuida da sua saúde e da higiene? Algum cuidado especial relacionado ao coronavírus?
- Você é responsável na escola?
- Você buscar compreender os próprios sentimentos e respeitá-los? Como?

- Cuidado com o outro:

- Você procura ter um bom convívio com as pessoas?
- Você trata seus colegas e familiares da mesma forma que gostaria que eles lhe tratassem?
- Você pratica bullying?
- Como anda sua gentileza na internet? (#Fica a dica: gentileza gera gentileza!)
- Você tenta apoiar amigos e familiares quando estão em dificuldades?

- Cuidado com o meio ambiente e o entorno:

- Você ajuda nas atividades de limpeza e coleta de lixo da sua casa?
- Você usa a água de um jeito consciente?

- Cuidado com a coletividade:

- Você participa de iniciativas que busquem melhorias na vida das pessoas? Quais?
- Você apoia algumas causas contra opressões e violências? Quais?
- Você participa de algum coletivo?

- Cuidado com o Planeta Terra:

- Você busca se informar sobre os problemas globais, suas causas e consequências?

Atividade 1: Cuidado em várias dimensões

Indique a qual dimensão do cuidado a sua prática está ligada: consigo, com o outro, com o meio ambiente e o entorno, com a coletividade, com o planeta.



Atividade 1: Cuidado em várias dimensões

4. Como ficou seu painel de formas de cuidado? Analise sua produção e escolha as formas de cuidado que você considera mais interessantes e explique por que as considera importantes.
5. Que tal conversar com outras pessoas sobre essas formas de cuidado? Converse com familiares, colegas e/ou poste em suas redes sociais essas formas de cuidado e porque elas são importantes.

#E, aí?

1. Como foi realizar a atividade? O que aprendeu com ela?
 2. A imagem do círculo do cuidado, neste painel que você customizou, possui vários círculos dentro, a forma de cuidado consigo é uma dimensão de cuidado que está dentro de uma coisa bem maior que é o cuidado com a coletividade e até com o planeta. Você concorda com essa forma de interpretar o painel? Você tem outra interpretação?
-
1. Você exercitou as competências socioemocionais autoconfiança, tolerância ao estresse e empatia nesta atividade? Como?

Êba! => Você concluiu a primeira atividade.

Atividade 2: Meu corpo, minha primeira casa

Competências socioemocionais em foco:

- ❖ **Autoconfiança:** Sentir-se realizado consigo mesmo e sua vida, ter pensamentos positivos e manter expectativas otimistas; antecipar o sucesso em suas ações, ter mentalidade de crescimento e proativa, não ficar ruminando ou obcecado por fracassos ou frustrações.
- ❖ **Iniciativa social:** Ser capaz de abordar e se conectar com outras pessoas, tanto com amigos como pessoas desconhecidas, iniciando, mantendo e apreciando o contato social; ter habilidade em trabalhos de grupo, incluindo expressividade comunicativa, como falar em público.
- ❖ **Imaginação criativa:** Ser capaz de gerar novas maneiras de pensar e agir por meio da experimentação, brincadeira, aprender com seus erros.

Passo a passo:

1. Meu corpo é minha casa. Essa afirmação circula muito por aí. Você acha que seu corpo é sua casa? Por quê? Registre o que pensou.... Você retomará esse registro mais à frente.
2. Nesta atividade você vai trabalhar com seu corpo de duas formas: 1ª respiração! 2ª mímicas! Vamos lá?
3. Que tal sentir e perceber seu corpo? Faça exercícios de respiração. Confira sugestões de exercícios na página seguinte. E lembre-se que existem vários aplicativos gratuitos de práticas de respiração.
4. Ficou tranquilo e favorável? Agora que sentiu seu próprio corpo e respiração, entenda como utilizar o corpo para comunicar ideias. Hora de brincar de mímica! Você pode convidar alguns colegas para jogarem online, por meio de uma chamada de vídeo, ou gravar um vídeo realizando a mímica e então compartilhar com seus colegas e ver quem adivinha.
5. Depois que você e os colegas tiverem dado boas risadas com as mímicas, troquem algumas ideias sobre nosso corpo ser nossa casa, quais os cuidados que essa “casa” precisa. Para o papo ficar bem legal, proponha algumas outras questões que você considerar importantes a partir das suas próprias vivências. Bora papear!

Atividade 2: Meu corpo, minha primeira casa

#Para inspirar – Seguem algumas opções de exercício de respiração propostas por Augusto Boal, dramaturgo, diretor e fundador do Teatro do Oprimido. São exercícios para atores, portanto considere que você é o “ator”. Escolha algumas – ou todas elas – para realizar.

- Inspire lenta e totalmente pela narina direita e depois expire pela esquerda (aperte com o dedo uma das narinas enquanto expira).
- Com violência – depois de ter inspirado lentamente todo o volume de ar possível, expulsar todo o ar pela boca. O ar produz um som semelhante a um grito agressivo. Fazer o mesmo expelindo energicamente o ar pelo nariz, depois de ter inspirado o máximo possível.
- Inspirar lentamente – ao mesmo tempo que se levantam os dois braços o mais alto possível e se apoia o corpo na ponta dos pés; depois, também lentamente, expirar enquanto se retoma a posição estática normal e se encolhe o corpo até ocupar o menor espaço possível.
- Decidida e Energicamente – inspirar e expirar segundo um ritmo predeterminado, que pode ser o do coração, o de uma música (com percussão bem audível) ou um ritmo ditado por outra pessoa.
- Um ator como que "destapa" o corpo de um companheiro como se este fosse um boneco inflado de ar. A parte destapada pode ser o dedo, o joelho, a orelha etc. O ator "destapado" procede como se estivesse sendo "esvaziado" de ar, expira todo o ar e se desinfla simultaneamente, caindo no chão, como um boneco de borracha vazio. Depois, o companheiro faz movimentos e ruídos de quem está enchendo o seu corpo com uma bomba de ar e o ator vai inspirando a cada golpe e reinflando-se”.

Atividade 2: Meu corpo, minha primeira casa

#E, aí?

1. Como foi realizar a atividade? Você observou seu corpo? Se divertiu?
2. O que de mais interessante você e seus colegas pensaram sobre essa ideia do corpo ser nossa casa? Volte nos registros que você fez no início da atividade e relembre o papo que teve com os colegas para responder a essa questão.

Temos uma ideia para compartilhar com você: podemos pensar que o corpo é nossa primeira “casa”, por ser onde nos acolhemos. É a partir dele que sentimos frio, calor, gostos, texturas, sensações de prazer e dor. É com ele que escrevemos, falamos, enxergamos, nos movimentamos e realizamos todas as nossas práticas cotidianas. Sobretudo, é por meio do corpo e das linguagens que produzimos com ele que nos relacionamos com outras pessoas, seja presencialmente ou a distância, nos expressamos e agimos sobre o mundo.

3. Você exercitou as competências socioemocionais iniciativa social, autoconfiança e imaginação criativa nesta atividade? Como?

É isso aí! 2ª atividade concluída com sucesso! ;)

Atividade 3: Cuidados em casa - sustentabilidade offline

Competências socioemocionais em foco:

- ❖ **Curiosidade para aprender:** consiste no forte desejo de aprender e adquirir conhecimentos e habilidades. Quando somos curiosos, reunimos interesses em ideias e uma paixão pela aprendizagem, exploração intelectual e compreensão.
- ❖ **Empatia:** usar nossa compreensão da realidade, da vida e habilidades, para entender as necessidades e sentimentos dos outros, agir com bondade e investir em nossos relacionamentos, ajudando e prestando apoio e assistência.
- ❖ **Responsabilidade:** Ter habilidades de autorregular o que precisa para completar as suas responsabilidades, cumprir seus compromissos, agir de maneira confiante e consistente, e inspirar confiança.

Passo a passo:

1. Você já ouviu opiniões sobre a ideia de sustentabilidade? Chegou a hora de colocar sua curiosidade para aprender em ação! Uma boa pesquisa pode abrir sua cabeça e expandir horizontes. Separamos umas referências bem legais para você, confira nas páginas seguintes.
2. Feita?!?! Para aprender e aprofundar seus conhecimentos sobre sustentabilidade, você é convidado a participar de uma reflexão em time. Antes de mergulhar na reflexão, você precisa preparar algumas cartas que serão usadas nessa troca de ideias. Preparamos um quadro com exemplos de cartas, que você encontra logo a seguir.

Agora é com você! Você pode construir uma ou várias novas cartas para o jogo. Escolha uma situação relacionada ao cuidado e sustentabilidade em casa durante a pandemia do coronavírus, construa a carta, lembrando que o Lado A descreve a situação/temática e o Lado B traz algumas perguntas para discussão. Você pode usar o quadro que disponibilizamos para fazer um rascunho da sua carta. Bom trabalho!

Atividade 3: Cuidados em casa - sustentabilidade offline

#Para inspirar

Sobre sustentabilidade e desenvolvimento sustentável, uma definição importante é aquela que pauta as ações da Organização das Nações Unidas (ONU) e os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS). Confira um trecho da publicação “As Perguntas Mais Frequentes sobre os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS)”:

O desenvolvimento sustentável é definido como o desenvolvimento que procura satisfazer as necessidades da geração atual, sem comprometer a capacidade das futuras gerações de satisfazerem as suas próprias necessidades.

Desenvolvimento sustentável demanda um esforço conjunto para a construção de um futuro inclusivo, resiliente e sustentável para todas as pessoas e todo o planeta.

Para que o desenvolvimento sustentável seja alcançado, é crucial harmonizar três elementos centrais: crescimento econômico, inclusão social e proteção ao meio ambiente. Esses elementos são interligados e fundamentais para o bem-estar dos indivíduos e das sociedades.

Erradicar a pobreza em todas as suas formas e dimensões é um requisito indispensável para o desenvolvimento sustentável. Para esse fim, deve haver a promoção de um crescimento econômico sustentável, inclusivo e equitativo, criando melhores oportunidades para todos, reduzindo as desigualdades, elevando padrões básicos de vida, estimulando a inclusão e o desenvolvimento social justo, e promovendo o gerenciamento integrado e sustentável dos recursos naturais e dos ecossistemas.

Atividade 3: Cuidados em casa - sustentabilidade offline

Para ampliar seus conhecimentos sobre sustentabilidade, é interessante explorar algumas referências, como:

Transformando Nosso Mundo: a Agenda 2030 para o Desenvolvimento Sustentável. Fonte: Organização da Nações Unidas (ONU).

Disponível em: <https://nacoesunidas.org/pos2015/agenda2030/>. Acesso em: 03 abr. 2020.

O que são os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável da ONU?. Fonte: ONU Brasil

Disponível em:

https://www.youtube.com/watch?time_continue=7&v=u2K0Ff6bzZ4&feature=emb_title. Acesso em: 03 abr. 2020.

O que é a Agenda 2030?. Fonte: ONU Brasil

Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=j8L1CcanjT8>. Acesso em: 03 abr. 2020.

PNUD, Programa das Nações Unidas para o Desenvolvimento.

As perguntas mais frequentes sobre os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS), 29 jun. 2016.

Disponível em: <https://www.undp.org/content/dam/brazil/docs/ODS/undp-br-ods-FAQ.pdf>. Acesso em: 03 abr. 2020. p. 6.

Atividade 3: Cuidados em casa - sustentabilidade offline

LADO A	LADO B
<p>Respeito pelos familiares.</p>	<p>Manter uma boa convivência com a família, especialmente com quem mora com a gente, é importante para um dia a dia alegre e saudável. Todo mundo sabe, porém, que às vezes podem acontecer conflitos – o importante é saber como lidar com eles!</p> <p>Para vocês, é importante manter uma boa convivência com os familiares? Por quê? Quais as maiores alegrias de se manter uma boa convivência? E o que é mais difícil no dia a dia? Nos momentos de conflito, quais as melhores maneiras de acalmar os ânimos e conversar sobre o assunto em questão?</p> <p>Compartilhem histórias em que vocês conseguiram resolver um conflito ou discussão e como isso aconteceu!</p>

Atividade 3: Cuidados em casa - sustentabilidade offline

LADO A

Lavar louça / Ajudar na limpeza da casa.

LADO B

Participar das atividades domésticas é muito importante. Ajudar a manter os objetos e espaços da casa limpos, arrumar a cama, limpar ou apoiar na limpeza do banheiro, da cozinha e dos demais cômodos – tudo isso ajuda na prevenção de doenças (as causadas pelo mofo e poeira, por exemplo) e possibilita um ambiente mais confortável para todos. Entretanto, são poucos adolescentes que participam das atividades domésticas – sobretudo os homens! Mas essa deveria ser uma responsabilidade de todos, não é mesmo?

Na casa de vocês, quem são as principais pessoas responsáveis pelas tarefas domésticas?
Vocês contribuem para as atividades domésticas?
Se sim, como? Se não, por quê?
Se não têm o hábito de apoiar nessas tarefas, como acreditam que podem contribuir com elas a partir de agora?
Por que participar das atividades domésticas é um hábito sustentável?

Atividade 3: Cuidados em casa - sustentabilidade offline

Este é para você montar...

LADO A

LADO B

Atividade 3: Cuidados em casa - sustentabilidade offline

3. Hora de trocar ideias!

Convide familiares e colegas para refletir com você.

No Lado A das cartas estará indicada uma temática ou situação relacionada à sustentabilidade em casa. No Lado B haverá questões que têm relação com a tal temática ou situação a ser discutida.

Uma pessoa inicia a primeira rodada. Ela irá ler o Lado A e terá no máximo 2 minutos para desenhar ou falar palavras que correspondam à situação/temática descrita, sem falar a palavra que está sendo retratada ou seu radical, por exemplo: se a situação for lavar louça: ele não pode falar louça, mas pode falar limpeza.

Os outros participantes da troca de ideias tentam acertar qual temática o desenho ou palavras se referem. Alguém precisa marcar o tempo (até 2 minutos).

Em seguida, outra pessoa lê as questões do Lado B e todos realizam uma discussão sobre a temática/situação pelo ponto de vista da sustentabilidade. Para não perder nenhuma boa ideia, registre! Anote os pontos que consideram mais importantes dessas conversas, seja em um diário pessoal ou mesmo em postagens nas redes sociais.

Finalizada a discussão, uma segunda pessoa sorteia outra carta, e a dinâmica segue como na primeira rodada. Conversem, reflitam, divirtam-se!

#E, aí?

1. Como foi realizar a atividade? O que aprendeu de mais importante nessa atividade?
2. Foi divertido e construtivo trocar ideias usando as cartas?
3. Como foi pesquisar mais a fundo e refletir sobre sustentabilidade?
4. Depois das leituras e do jogo, a visão que você tem sobre sustentabilidade em casa é a mesma? Se não, o que mudou? Se sim, o que levou você a reforçar a opinião que já tinha?
5. Você exercitou as competências socioemocionais curiosidade para aprender, empatia e responsabilidade nesta atividade?

Atividade 4: Ser sustentável, eu?!

Competências socioemocionais em foco:

- ❖ **Autoconfiança:** Sentir-se realizado consigo mesmo e sua vida, ter pensamentos positivos e manter expectativas otimistas; antecipar o sucesso em suas ações, ter mentalidade de crescimento e proativa, não ficar ruminando ou obcecado por fracassos ou frustrações.
- ❖ **Imaginação criativa:** Ser capaz de gerar novas maneiras de pensar e agir por meio da experimentação, brincadeira, aprender com seus erros.
- ❖ **Responsabilidade:** Ter habilidades de autorregular o que precisa para completar as suas responsabilidades, cumprir seus compromissos, agir de maneira confiante e consistente, e inspirar confiança.

Passo a passo:

1. Para você, o que é ser sustentável? Considere que sustentabilidade não é apenas uma atitude em relação à preservação da natureza, mas uma postura mais ampla de cuidado consigo, com os outros e com o planeta.
2. Para realizar essa reflexão você irá construir uma personagem – um estudante “de mentirinha”, com nome, idade, rotina... O que ele/ela gosta de fazer? Como lida com certas situações? De quem é amigo, de quem não gosta muito? Você deve descrever suas atitudes, vontades e pensamentos em relação à sustentabilidade. Veja a seguir algumas perguntas que orientam a construção de sua personagem.
3. Que legal, seu personagem está ganhando vida! Agora, faça um desenho dessa personagem, mostrando como é sua aparência.
4. Apresente sua personagem para o mundo! Sugerimos que você compartilhe essa história com alguns colegas ou faça uma postagem em rede social.

Atividade 4: Ser sustentável, eu?!

PERSONAGEM

CARACTERÍSTICA

Nome:

Idade:

Ano escolar:

Como é sua personalidade? É uma pessoa agradável, colaborativa? Ou tem outras características?

Como ele/ela se sai nos estudos? É uma pessoa esforçada?

Como lida com a cobrança, com a responsabilidade com as tarefas?

A personagem está evitando sair de casa por conta da pandemia do coronavírus? Como está sendo pra ele viver esse momento?

A personagem cuida do ambiente da escola, da casa em que vive e da comunidade? Como?

Tendo em vista todas essas características, ele/ela é um/uma pessoa sustentável?

Se sim, o que você gostaria de aprender com ele/ela?

Se não, o que ele/ela precisa fazer para se tornar mais sustentável?

Atividade 4: Ser sustentável, eu?!

3. Hora de trocar ideias!

Convide seus colegas para conversar sobre a personagem, reflitam: o que significa ter um estilo de vida sustentável?; e como um estilo de vida sustentável se relaciona com os cuidados que um estudante precisa ter?

Nossa ideia também entra na roda, podemos compartilhar?! Acreditamos que uma pessoa sustentável cuida de si mesma e dos outros, dos espaços e ambientes em que vive e convive, se dedica a aprender cada vez mais, se responsabiliza com suas tarefas e compromissos.

#E, aí?

1. Como foi realizar a atividade? O que aprendeu de mais importante?
2. E você, considera-se uma pessoa sustentável? Se sim, o que você destaca como comportamentos sustentáveis em seu dia a dia? Se não, o que pode fazer para se tornar mais sustentável?
3. Como foi construir um personagem? Você exercitou a imaginação criativa e conseguiu transformar a ideia de sustentabilidade em características, atitudes e personalidade de seu personagem?
4. Você exercitou as competências socioemocionais **imaginação criativa, responsabilidade e autoconfiança** nesta atividade? Como?

Que sucesso! Você concluiu a 4ª atividade! Preparado(a) para a grande final? Só vem :)

Atividade 5: Na redes, os memes - sustentabilidade online

Competências socioemocionais em foco:

- ❖ **Imaginação criativa:** Ser capaz de gerar novas maneiras de pensar e agir por meio da experimentação, brincadeira, aprender com seus erros.
- ❖ **Iniciativa social:** Ser capaz de abordar e se conectar com outras pessoas, tanto com amigos como pessoas desconhecidas, iniciando, mantendo e apreciando o contato social; ter habilidade em trabalhos de grupo, incluindo expressividade comunicativa, como falar em público.
- ❖ **Responsabilidade:** Ter habilidades de autorregular o que precisa para completar as suas responsabilidades, cumprir seus compromissos, agir de maneira confiante e consistente, e inspirar confiança.

Passo a passo:

1. Até aqui você já pensou e criou tendo em mente a ideia de sustentabilidade, certo?! Nesta atividade final o tema é a sustentabilidade nas redes.
2. Para começar... Você já parou para pensar como anda a participação de adolescentes como você em ambientes midiáticos e digitais? Para ajudar nessa reflexão, propomos um exercício de verdadeiro ou falso, no qual você terá acesso a dados da pesquisa TIC Kids, a seguir.
3. Você considera que faz um uso sustentável da internet, das redes sociais e das produções midiáticas? Por quê? Responda essa pergunta depois que tiver refletido sobre esses pontos:
 - Quais aparelhos você utiliza para acessar a internet?
 - O que você mais faz na internet? Quantas horas por dia fica online?
 - Já se meteu em alguma encrenca na internet? Ou já ajudou alguém a sair de alguma enrascada?
 - Sua participação nas redes sociais é saudável e sustentável? Que situação vivida por você ilustra isso?

Atividade 5: Na redes, os memes - sustentabilidade online

AFIRMATIVA	VERDADEIRO ou FALSO?
95% das crianças e adolescentes do Brasil são usuários de Internet.	
Mais da metade dos adolescentes só acessa a Internet pelo celular.	
O que os adolescentes mais fazem na Internet é enviar mensagens.	
Mais de 90% das dos adolescentes têm perfil em pelo menos uma rede social.	
Mais de 25% dos adolescentes entrevistados já tentou passar menos tempo na Internet, mas não conseguiu	
Aproximadamente 90% dos adolescentes dizem saber definir o que devem ou não devem compartilhar na Internet.	

Acesse a pesquisa aqui <https://cetic.br/pesquisa/kids-online/> . Acesso em 06 abr 2020

Atividade 5: Na redes, os memes - sustentabilidade online

3. Converse com seus colegas sobre esses pontos, compartilhe sua opinião e ouça as opiniões deles e pensem em boas estratégias de uso sustentável da internet.

4. Depois que você já refletiu e trocou ideias sobre o uso da internet de forma geral, que tal pensar em boas estratégias para este momento de pandemia de corona vírus? Pense em um top 3 de ações na internet.

***#Para inspirar** - Exemplo de top 3 da sustentabilidade na internet em tempos de COVID-19*

1- Não compartilhar fake news! Checar as informações sobre formas de prevenção e contágio do COVID-19 antes de sair compartilhando nos grupos.

2- Não perder a linha! Controlar as horas que fica no celular para não ficar o tempo todo lendo sobre as atualizações da pandemia.

3- Ser a rainha dos memes da quarentena! Os dias da quarentena passam e a cada momento surgem memes mais engraçado que o outro para nos divertir.

5. Pensou? Agora, busque expressar suas ideias criando um meme. Você gosta de memes? Conhece o primeiro meme do mundo? Leia a matéria “O primeiro meme do mundo é bem mais antigo do que você imagina”, da Capricho (disponível em <https://capricho.abril.com.br/famosos/o-primeiro-meme-do-mundo-e-bem-mais-antigo-do-que-voce-imagina/>. Acesso em: 04 abr. 2020). Trata-se de um texto jornalístico curto que apresenta uma tirinha da década de 1921 que pode ser lida como o primeiro meme do mundo.

Atividade 5: Na redes, os memes - sustentabilidade online

Atenção: o desafio é criar um meme que inspire as pessoas a superarem esse momento de dificuldades e incertezas, colocando em prática posturas de cuidado consigo e com os outros, fazendo um uso sustentável da Internet, sem desrespeitar ninguém, combinado?!

Na Internet, você encontra diversos sites que geram memes, com recursos de edição etc.

Compartilhe seu meme de uso sustentável da Internet em tempos de COVID-19 com os colegas.

#E, aí?

1. Como foi refletir sobre seus hábitos de uso de internet e participação em redes sociais?
2. Teve ideias úteis para uma vida online sustentável em tempos de COVID-19? Quais? Conseguiu compartilhar essas ideias com colegas?
3. Como foi produzir um meme? Gostou da sua criação?
4. Você exercitou as competências socioemocionais iniciativa social, responsabilidade, imaginação criativa nesta atividade? Como?

Uhuuu! Lacrou! Você concluiu todas as atividades deste combo!!!!