



# Living Values Education

*Biblioteca Arco-íris  
Série de Atividades  
sobre Valores*

## **SIMPLICIDADE E CUIDADO COM A TERRA E OS OCEANOS**

**Seção B – Lições 8 a 18 - para crianças de 8 a 14 anos**

*Para pais, diretores de escolas e professores de todos os lugares*

Os materiais e atividades neste livreto de Valores Arco-Íris foram adaptados de “Atividades com Valores para Crianças de 8 a 14 anos” de Diane Tillman (Copyright © Association for Living Values Education International ALIVE) disponível no site [www.amazon.com](http://www.amazon.com)

Mais informações sobre a série de apostilas Arco-Íris do Vivendo Valores na Educação estão disponíveis em [www.livingvalues.net/resources](http://www.livingvalues.net/resources) (site internacional) [www.vivendovalores.org.br/biblioteca-arco-iris](http://www.vivendovalores.org.br/biblioteca-arco-iris) (site em português)

**Associação Internacional Vivendo Valores na Educação**

## Vivendo Valores

### SIMPLICIDADE e Cuidado com a Terra e os Oceanos - Seção B

Para crianças de 8 a 14 anos

DESENVOLVIDO E ESCRITO POR Diane G. Tillman

Com atividades e histórias de

Pilar Quera Colomina, Lamia El-Dajani, Linda Heppenstall, Sabine Levy,

Ruth Liddle, John McConnel e Márcia Maria Lins de Medeiros e outros educadores de todo o mundo

© 2017 Associação Internacional Vivendo Valores na Educação (ALIVE Association for Living Values Education International)

Endereço: 3, Avenue de Miremont, 1211 Genève 21, Switzerland

Email: [lve@livingvalues.net](mailto:lve@livingvalues.net)

#### **Contato no Brasil:**

[www.vivendovalores.org.br/fale-conosco](http://www.vivendovalores.org.br/fale-conosco) ou [vivendovaloresbrasil@gmail.com](mailto:vivendovaloresbrasil@gmail.com)

Esta é uma atualização do livro original do ano 2000, "Atividades com Valores para Crianças de 8 a 14 Anos", publicado por Health Communications, Inc.

Nota de novembro de 2017

O livro original está disponível no site [www.amazon.com](http://www.amazon.com).

Todos os direitos reservados. Este livro é um recurso com propostas educacionais baseadas em valores. Nenhuma parte desta publicação poderá ser reproduzida, incluindo reprodução dentro de outros materiais, sem prévia permissão por escrito do titular dos direitos autorais.

Para melhores resultados, recomenda-se os Workshops do Programa Vivendo Valores na Educação. **Para informações acerca de workshops sobre desenvolvimento profissional, contate [www.vivendovalores.org.br/fale-conosco](http://www.vivendovalores.org.br/fale-conosco) ou [vivendovaloresbrasil@gmail.com](mailto:vivendovaloresbrasil@gmail.com).**

Os detalhes de contatos dos associados ALIVE e dos lugares de contato do VIVE estão disponíveis no link "Contate-nos" do website [www.livingvalues.net](http://www.livingvalues.net).

Design de capa & arte de David Andor [www.wavesourcedesign.com](http://www.wavesourcedesign.com)

Arte interior de Wayan Aristana, Karuna Bali Foundation/ Associado VIVE, Indonésia.

## Sumário

Nota da Autora.....	4
Definindo o Contexto .....	4
A Necessidade de Valores e Educação de Valores.....	5
Propósitos e Objetivos do VIVE.....	5
Abordagem do Vivendo Valores .....	6
Recursos do VIVE .....	8
<b>SIMPLICIDADE E CUIDADO COM A TERRA E SEUS OCEANOS - SEÇÃO B.....</b>	<b>11</b>
<b>LIÇÃO 8 .....</b>	<b>11</b>
As zonas mortas do oceano .....	11
<b>LIÇÃO 9 .....</b>	<b>15</b>
Uma coisa afeta muitas coisas - pensamento de sistemas.....	15
<b>LIÇÃO 10 .....</b>	<b>18</b>
A troca entre árvores e seres humanos .....	18
<b>LIÇÃO 11 .....</b>	<b>21</b>
Cultivar orgânicos e ser vegetariano afeta a terra e o oceano .....	21
<b>LIÇÃO 12 .....</b>	<b>24</b>
Reduzindo a nossa Pegada de Carbono .....	24
<b>LIÇÃO 13 .....</b>	<b>28</b>
Qual coisa eu posso fazer para ajudar a Terra? .....	28
<b>LIÇÃO 14 .....</b>	<b>31</b>
Anúncios Tentam Fazer Você Acreditar.....	31
<b>LIÇÃO 15 .....</b>	<b>32</b>
Liberdade em relação a Desejos .....	32
<b>LIÇÃO 16 .....</b>	<b>33</b>
Apreciando as Coisas Simples .....	33
<b>LIÇÃO 17 .....</b>	<b>33</b>
Um jogo .....	33
<b>LIÇÃO 18.....</b>	<b>34</b>
Desafio da Simplicidade .....	34

## Nota da Autora

Tive o privilégio de me envolver com o Vivendo Valores na Educação (VIVE) por 21 anos escrevendo livros de recursos educacionais e viajando ao redor do mundo para realizar workshops e seminários na Unesco, escolas, universidades, centros de retiros e acampamentos de refugiados.

Quando me envolvi inicialmente com o VIVE, concentrei-me em desenvolver um programa que fosse capaz de ajudar todos os jovens a explorar e desenvolver valores. Queria desenvolver algo que envolvesse e inspirasse os jovens marginalizados e também que desafiasse os jovens privilegiados a olharem além de seus círculos habituais. Eu ainda tinha que entender profundamente a importância dos valores ou educação de valores. Vinte e um anos depois, vejo agora o mundo através de uma lente de valores. Tenho a honra de fazer parte da família global VIVE enquanto continuamos cocriando o VIVE. Muitas vezes me senti devastada, como tenho certeza de que você se sente, ao ler sobre violência e atrocidades em relação a crianças e aldeões, a situação difícil de mulheres e crianças em muitas partes do mundo, a miséria dos refugiados e os horrores da violência em tantos países ao redor do globo. Eu acredito que educar corações e mentes é um componente essencial para criar um mundo pacífico, sensato e de bem-estar para todos.

A falta de educação básica deixa os jovens incrivelmente vulneráveis, passíveis de os outros tirarem vantagens deles e geralmente condenados a uma vida de pobreza. Eles são suscetíveis a acreditar naquilo que aqueles com autoridade lhes dizem. Como exemplo, se você fosse um jovem sem educação, e um soldado poderoso lhe entregasse um rifle e oferecesse bem-estar para você e sua família caso você matasse, que decisão você tomaria? Ainda assim, nos países desenvolvidos, onde existem bons sistemas de educação, milhares de jovens viajam para se juntar a grupos radicais. Muitos desses jovens são marginalizados e querem pertencer a uma “família” maior para estar em um lugar onde a coragem e qualidades deles são admiradas. A primeira instância denuncia a falta de educação básica, a segunda a falta de educação dos corações. A importância da educação para todos e o desenvolvimento de um ambiente de aprendizagem baseado em valores como parte integrante da educação de valores não são exageros.

Se fôssemos expandir essa visão para fora, poderíamos perguntar como a humanidade se envolveu em um estado aparentemente de violência contínua. Quais são os antivalores que criam violência e guerra? Quais são os valores, atitudes e habilidades de comunicação que criam paz, igualdade, dignidade, pertencimento e bem-estar para todos? O que queremos no nosso mundo? O que os jovens aprendem é depois tecido no tecido da sociedade. Quando a educação tem valores positivos em seu coração, e a expressão resultante deles como seu objetivo, criamos um mundo melhor para todos. Valores como paz, amor, respeito, honestidade, cooperação e liberdade são a força de sustentação da sociedade e do progresso humanos.

Obrigado por se juntar à família Educação dos Valores de Vida para ajudar a fazer uma diferença positiva para crianças, educadores, famílias, comunidades e o mundo.

Diane Tillman

## Definindo o Contexto

O Vivendo Valores na Educação (VIVE) é um esforço global dedicado a educar corações e mentes. O VIVE fornece uma abordagem e ferramentas para ajudar as pessoas a se conectarem com seus próprios valores e a vivê-los. Durante os workshops de desenvolvimento profissional, os educadores aprendem a criar uma atmosfera baseada em valores na qual os jovens são amados,

valorizados, respeitados, compreendidos e seguros. Pedimos aos educadores que facilitem atividades de valores sobre paz, respeito, amor, cooperação, felicidade, honestidade, humildade, responsabilidade, simplicidade, tolerância, liberdade e união para envolver os alunos na exploração e escolha de seus próprios valores pessoais enquanto desenvolvem habilidades intrapessoais e interpessoais para ‘viver’ esses valores. Os alunos logo se tornam cocriadores de uma cultura de paz e respeito. Uma comunidade de aprendizagem baseada em valores promove relacionamentos positivos e educação de qualidade.

## A Necessidade de Valores e Educação de Valores

Os valores da paz, amor, respeito, honestidade, cooperação e liberdade criam um tecido social de harmonia e bem-estar. Como você gostaria que as escolas fossem? Como você gostaria que o mundo fosse? Reflita por um momento sobre a escola ou o mundo que você gostaria.

Crianças e jovens crescem em direção ao seu potencial em ambientes de aprendizagem de qualidade com uma cultura de paz e respeito. Poucos jovens têm uma atmosfera de aprendizagem baseada em valores. A cultura de julgar, culpar e desrespeitar é muitas vezes mais próxima da norma e é frequentemente misturada a níveis variados de bullying, discriminação, problemas sociais e violência.

O desafio de ajudar crianças e jovens a adquirir valores não é mais tão simples quanto décadas atrás quando ser um bom modelo e relatar histórias morais eram geralmente suficientes. Filmes e videogames violentos glorificam a violência e dessensibilizam a juventude para o efeito de tais ações. Os jovens veem pessoas que demonstram ganância, arrogância e comportamento negativo recompensados com admiração e status. Os jovens são cada vez mais afetados por bullying, problemas sociais, violência e falta de respeito uns pelos outros e pelo mundo ao seu redor. A mídia social geralmente afeta negativamente os adolescentes, que já são emocionalmente vulneráveis. Cyber-bullying é associado ao aumento da taxa de suicídio de pré-adolescentes e adolescentes. Jovens marginalizados e problemáticos raramente atingem seu potencial sem uma educação de qualidade. Sentimentos de inadequação, mágoa e raiva muitas vezes descem em espiral enquanto maldade, bullying, uso de drogas, taxas de abandono, crimes e suicídios sobem. Como educadores, facilitadores e pais, há muitas coisas que podemos fazer para evitar essa tendência descendente e criar bem-estar para os jovens e nosso mundo. Como Aristóteles disse: “Educar a mente sem educar o coração não é educação alguma”.

## Propósitos e Objetivos do VIVE

Os objetivos e propósitos do Vivendo Valores na Educação foram criados por vinte educadores de todo o mundo quando se reuniram na sede do UNICEF em Nova York em agosto de 1996. O propósito permanece inalterado. Os objetivos foram ligeiramente aumentados, assim como nossa experiência e compreensão desde então.

O propósito do VIVE é fornecer princípios e ferramentas para o desenvolvimento de toda a pessoa, reconhecendo que o indivíduo é composto de dimensões físicas, intelectuais, emocionais e espirituais.

Os objetivos são:

- Ajudar os indivíduos a pensarem a respeito e refletirem sobre os diferentes valores e as implicações práticas de expressá-los em relação a eles mesmos, aos outros, à comunidade e ao mundo em geral.

- Aprofundar o conhecimento, a compreensão, a motivação e a responsabilidade em relação a fazer escolhas pessoais e sociais positivas.
- Convidar e inspirar indivíduos a explorarem, experimentarem, expressarem e escolherem seus próprios valores pessoais, sociais, morais e espirituais e aprenderem métodos práticos para desenvolvê-los e aprofundá-los.
- Incentivar e dar suporte a educadores e cuidadores para encararem a educação como uma forma de fornecer aos estudantes uma filosofia de vida, facilitando assim seu crescimento geral, desenvolvimento e escolhas para que possam integrar-se à comunidade com respeito, confiança e propósito.

## Abordagem do Vivendo Valores

Dez anos após a implantação do Vivendo Valores na Educação, uma equipe de líderes do VIVE em todo o mundo reuniu-se para descrever o que eles sentiam que era o VIVE e no que ele se tornou.

### Declaração de Visão

O Vivendo Valores na Educação é uma maneira de educar que promove o desenvolvimento de comunidades e locais de aprendizado baseado em valores que procuram o significado e propósito no âmago da educação. O VIVE enfatiza o valor e a integridade de cada pessoa envolvida com a educação, seja no lar, na escola ou na comunidade.

Ao promover uma educação de qualidade, o VIVE apoia o desenvolvimento geral do indivíduo e uma cultura de valores positivos em cada sociedade e em todo o mundo, acreditando que a educação é uma atividade com propósito e com o objetivo de ajudar a humanidade a florescer.

### Princípios Fundamentais

O Vivendo Valores na Educação baseia-se nos seguintes princípios fundamentais:

#### Sobre o ambiente de aprendizado e ensino

1. Quando valores positivos e a procura por significado e propósito são colocados no âmago do aprendizado e ensino, a própria educação é valorizada.
2. A aprendizagem melhora quando ocorre dentro de uma comunidade de aprendizagem baseada em valores, onde os valores são transmitidos através do ensino de qualidade, e os alunos discernem as consequências para si, para os outros e para o mundo em geral das ações que são e não são baseadas em valores.
3. Ao tornar possível um ambiente de aprendizado baseado em valores, os educadores não apenas necessitam de uma formação de qualidade como professores e desenvolvimento profissional contínuo, mas também ser valorizados, nutridos e cuidados dentro da comunidade de aprendizado.
4. Dentro da comunidade de aprendizagem baseada em valores, relacionamentos positivos se desenvolvem a partir do cuidado que todos os envolvidos têm uns pelos outros.

#### Sobre o ensino de valores

1. O desenvolvimento de um ambiente de aprendizagem baseado em valores é parte integrante da educação de valores e não uma mera opção.
2. A educação de valores não é apenas um item no currículo. Primeiramente é pedagogia,

uma filosofia e prática educacional que inspira e desenvolve valores positivos na sala de aula. O ensino baseado em valores e a reflexão guiada apoiam o processo de aprendizagem como um processo de construção de significado, contribuindo para o desenvolvimento do pensamento crítico, imaginação, compreensão, autoconsciência, habilidades intrapessoais e interpessoais e consideração aos outros.

3. Educadores com valores efetivos estão cientes de seus próprios pensamentos, sentimentos, atitudes e comportamentos e são sensíveis ao impacto que eles têm sobre os outros.
4. Um primeiro passo na educação de valores é que os professores desenvolvam uma percepção clara e precisa de suas próprias atitudes, comportamentos e alfabetização emocional como uma ajuda para viver seus próprios valores. Eles podem então ajudar a si mesmos e encorajar outros a aproveitarem o melhor de suas próprias qualidades pessoais, culturais e sociais, herança e tradições.

### **Sobre a natureza das pessoas no mundo e o discurso da educação**

1. O conceito do Vivendo Valores na Educação é uma visão das pessoas enquanto pensando, sentindo, valorizando os seres humanos como um todo, culturalmente diversificados e ainda assim pertencentes a uma única família mundial. A educação deve, portanto, preocupar-se com o bem-estar intelectual, emocional, espiritual e físico do indivíduo.
2. O discurso da educação, do pensar, sentir e valorizar é analítico e poético. Estabelecer um diálogo sobre valores dentro do contexto de uma comunidade de aprendizagem baseada em valores facilita um intercâmbio interpessoal e transcultural sobre a importância e os meios de transmitir valores na educação.

### **Estrutura**

O desenvolvimento do Vivendo Valores na Educação é supervisionado pela Associação Internacional Vivendo Valores na Educação (ALIVE), uma associação sem fins lucrativos de organizações de todo o mundo preocupadas com valores educacionais. A ALIVE agrupa organismos nacionais que promovem o uso da abordagem do Vivendo Valores na Educação e é uma organização independente que não possui qualquer afiliação ou interesse religioso, político ou nacional específico ou exclusivo. O desenvolvimento e implantação do Vivendo Valores na Educação tem sido apoiado ao longo dos anos por várias organizações, inclusive a Unesco, órgãos governamentais, fundações, grupos comunitários e indivíduos. O VIVE continua a fazer parte do movimento global por uma cultura de paz após a Década Internacional das Nações Unidas por uma Cultura de Paz e Não Violência para as Crianças do Mundo.

A ALIVE está registrada como associação na Suíça. Em alguns países, foram formadas associações nacionais do Vivendo Valores na Educação, geralmente formadas por educadores, dirigentes da educação e representantes de organizações e agências envolvidas com a educação de estudantes ou de seus pais.

### **Atividades**

Ao seguir sua missão e implantar seus princípios fundamentais, a Associação Internacional Vivendo Valores na Educação e seus associados e locais de contato fornecem:

1. **Cursos de desenvolvimento profissional, seminários e workshops** para professores e outros envolvidos em educação.
2. **Material de ensino em sala de aula e outros recursos educativos**, em particular uma série premiada de cinco livros contendo atividades práticas de valores e uma série de métodos usados por educadores, facilitadores, pais e cuidadores para ajudar crianças e jovens adultos a explorarem e desenvolverem valores humanos amplamente compartilhados. Esta série de livros, agora atualizados e expandidos, além da série "Vivendo Valores Ecológicos"

e outros 11 valores de recursos de educação para jovens em situação de risco, constam na seção sobre os recursos disponíveis. A abordagem e o conteúdo das aulas são experimentais, participativos e flexíveis, permitindo e incentivando que os materiais sejam adaptados e complementados de acordo com diferentes circunstâncias culturais, sociais e outras.

3. **Consulta a órgãos governamentais, organizações, escolas, professores e pais** sobre a criação de ambientes de aprendizagem baseados em valores e o ensino de valores.
4. Um **website** (<http://www.livingvalues.net>) com materiais disponíveis para download gratuito (**site do VIVE Brasil - [www.vivendovalores.org.br](http://www.vivendovalores.org.br)**), incluindo músicas, cartazes e um programa a distância para adultos, famílias e grupos de estudo.

## Recursos do VIVE

Projetados para todas as crianças e pessoas, as Atividades Vivendo Valores envolvem os jovens para explorar, experimentar e expressar valores para que possam encontrar aqueles que ressoam em seus corações e construir as habilidades sociais e emocionais que os capacitem a viver esses valores.

A abordagem é centrada na criança, flexível e interativa, e os adultos são convidados a agir como facilitadores. A abordagem é não prescritiva e permite que materiais e estratégias sejam introduzidos de acordo com as circunstâncias e interesses dos usuários e as necessidades dos alunos. Os 12 valores universais explorados são paz, respeito, amor, cooperação, felicidade, honestidade, humildade, responsabilidade, simplicidade, tolerância, liberdade e unidade.

### A Série Vivendo Valores na Educação

A série Vivendo Valores na Educação, um conjunto de cinco livros publicados pela primeira vez em abril de 2001 pela Health Communications, Inc., recebeu o prêmio Teacher's Choice de 2002, um prêmio patrocinado pela revista Learning, uma publicação nacional para professores e educadores nos EUA. Materiais dos livros e, em alguns casos, os cinco livros foram publicados em pelo menos uma dúzia de línguas.

O conjunto inicial de cinco livros conhecidos como série Vivendo Valores na Educação é:

Atividades com Valores para Crianças de 3 a 7 anos

Atividades com Valores para Crianças de 8 a 14 anos

Atividades com Valores para Jovens Adultos

Guia do Facilitador para Grupos de Pais

Guia de Capacitação do Educador VIVE

### Atividades com Valores para Crianças de 3 a 7 anos, 8 a 14 anos e Jovens Adultos

O VIVE utiliza uma ampla gama de modalidades e atividades com a esperança de que cada jovem seja inspirado a amar valores e experimentar sua força e beleza. Os pontos de reflexão ensinam a importância de valorizar todas as pessoas. As discussões ajudam os alunos a crescer em empatia. A dramatização constrói habilidades de resolução de conflitos. A infinidade de atividades cognitivas, artísticas e experienciais aumenta as habilidades sociais e emocionais intrapessoais e interpessoais positivas. Atividades reflexivas, imaginativas e artísticas incentivam os alunos a explorar suas próprias ideias, criatividade e dons internos. Os valores e antivalores do mapeamento mental constroem a compreensão cognitiva do efeito prático dos valores e estimulam uma perspectiva baseada em valores para analisar eventos e criar soluções. Outras atividades estimulam a consciência da responsabilidade pessoal e social e, para os alunos mais velhos, a consciência da justiça social.

O desenvolvimento da autoestima, respeito e aceitação dos outros continua durante os exercícios. Os educadores são encorajados a utilizar seu próprio patrimônio rico enquanto integram valores nas atividades cotidianas e no currículo.

### **Guia do Facilitador para Grupos de Pais**

Este livro oferece ferramentas e conteúdo para facilitadores interessados em conduzir os Grupos de Pais Vivendo Valores com os pais e cuidadores. Com esse material, eles podem ter mais compreensão e habilidades importantes para incentivar e desenvolver valores nas crianças. A primeira seção descreve o conteúdo de uma sessão introdutória e um processo de seis etapas para a exploração de cada valor. A segunda seção oferece sugestões sobre atividades de valores que os pais podem fazer no grupo e ideias para os pais explorarem em casa. Na terceira seção, as preocupações comuns dos pais e as habilidades dos pais para lidar com essas preocupações são abordadas.

### **Guia de Capacitação do Educador VIVE**

Este guia contém o conteúdo das sessões nos workshops regulares do educador VIVE. Isso inclui atividades introdutórias, uma visão geral do VIVE, valores, reflexões de conscientização de valores, a Abordagem do VIVE e habilidades para criar uma atmosfera baseada em valores. O modelo teórico do VIVE, o esquema do desenvolvimento de valores e amostras de agendas de treinamento estão incluídos.

### **Explorando e Desenvolvendo Valores**

#### **Ensinando Valores**

As atividades sobre valores do VIVE são desenvolvidas para motivar os alunos e envolvê-los no pensar sobre si mesmos, sobre os outros e sobre o mundo de forma relevante. As atividades são desenvolvidas para provocar experiências interiores de valores e construir recursos internos, para empoderar e suscitar seu potencial, criatividade e dons internos. Os alunos devem refletir, imaginar, dialogar, comunicar, criar, escrever a respeito, expressar-se artisticamente e jogar com os valores. No processo, desenvolvem-se competências pessoais, sociais e emocionais, bem como competências sociais positivas e construtivas. Isso se faz mais eficientemente quando há uma atmosfera baseada em valores e quando os professores são apaixonados pelos valores.

#### **Três Premissas Básicas**

Os recursos materiais do VIVE são produzidos com base em três premissas. A primeira delas é retirada de um princípio do Preâmbulo da Carta das Nações Unidas: “reafirmar a fé nos direitos humanos fundamentais, na dignidade e valor da pessoa humana...”

- Os valores universais ensinam respeito e dignidade por toda e qualquer pessoa. Aprender a apreciar esses valores promove o bem-estar dos indivíduos e da sociedade como um todo.
- Todo aluno preocupa-se com os valores e tem capacidade de criar e aprender positivamente quando lhe são dadas as oportunidades.
- Os alunos progridem em atmosfera baseada em valores, de ambiente positivo e seguro, de mútuo respeito e cuidado, onde são reconhecidos como sujeitos capazes de aprender a tomar decisões socialmente conscientes.

Há dois processos complementares. O primeiro é a criação de uma atmosfera baseada em valores; o segundo é o processo dentro da facilitação das atividades.

#### **Atmosfera Baseada em Valores**

Sentindo-se Amado, Valorizado, Respeitado, Compreendido e Seguro

Uma vez que os valores devem ser “capturados”, tanto quanto “ensinados”, os adultos envolvidos são essenciais para o sucesso do programa, já que os jovens aprendem melhor pelo exemplo e são mais receptivos quando o que é compartilhado é experimentado. O estabelecimento de uma atmosfera baseada em valores é essencial para melhor exploração e desenvolvimento.

### **Modelando os Valores a partir do Próprio Interior**

Nos workshops do VIVE, os educadores devem refletir sobre os valores nas suas vidas e identificar quais são os mais importantes para eles. Em outra aula, eles devem compartilhar os métodos de ensino de qualidade que podem usar para criar o clima que desejam para a aula. Ensinar valores requer do educador o desejo de ser um modelo e a crença na dignidade e respeito por todos. Isso não significa que precisamos ser perfeitos para ensinar VIVE; entretanto requer um comprometimento pessoal para “viver” os valores que queremos ver nos outros e um desejo de ser cuidadoso, respeitoso e não violento.

### **Técnicas para Criar uma Atmosfera Baseada em Valores**

O Modelo Teórico e o workshop do VIVE sobre “Reconhecimento, Encorajamento e Construção de Comportamentos Positivos” combinam os ensinamentos de gerenciamento de contingências com uma abordagem humanizadora, ou seja, a compreensão de que é amor e respeito que queremos enquanto seres humanos. Demonstrar interesse e respeitar os alunos, destacando suas características relevantes ao longo do tempo são práticas que podem ser usadas para construir a capacidade dos alunos de analisar seu próprio comportamento e competências acadêmicas e para desenvolver a autoavaliação positiva e motivação intrínseca. Nessa abordagem, o foco está nas relações humanas e na sensibilidade de perceber a receptividade e necessidades dos alunos. As técnicas para criar uma atmosfera com base em valores também incluem: escuta ativa; regulamentação colaborativa; avisos de silêncio, que geram tranquilidade, foco, sentimentos de paz ou respeito; resolução de conflitos; e disciplina baseada em valores. A escuta ativa é útil como método de reconhecimento com alunos resistentes, cínicos e/ou “negativos”.

### **Componentes das Unidades sobre as Atividades do Programa Vivendo Valores**

Há 12 unidades sobre valores no Atividades do Vivendo Valores para Crianças de 8 a 14 Anos. Cada unidade é desenvolvida para todos os alunos, com foco no bem-estar de alunos marginalizados e resistentes. A sequência das atividades tem como finalidade otimizar o pleno envolvimento pela via de menor resistência ao tornar o valor relevante e benéfico para o aluno e sua vida. Por exemplo, dar palestras para os alunos sobre não brigar na escola não é um método eficiente para criar paz e respeito e pode servir para estimular a indiferença ou ressentimento de alunos já marginalizados.

Por outro lado, começar com um exercício de imaginação para promover paz provoca a criatividade natural de todos os alunos. Uma vez que os alunos desenvolvem uma voz em favor da paz, eles se empoderam mais para debater sobre os efeitos da paz e da violência. Cada Unidade sobre valor é pensada para começar com um estímulo de valores para criar relevância e significado.

Muito frequentemente, os valores são ensinados apenas a nível de consciência, sem construir a compreensão cognitiva e as competências sociais e emocionais importantes na capacidade de “viver” esses valores. Por essa razão, recomenda-se que os educadores usem todas ou quase todas as lições encontradas em cada unidade sobre valor que desejam que os alunos explorem. É mais provável que eles desenvolvam amor pelos valores e se comprometam a implementá-los se explorarem os valores em diversos níveis e desenvolverem as competências pessoais e sociais que os permitem experimentar os benefícios de viver aqueles valores. Considerando que os

backgrounds e necessidades dos alunos variam, estejam à vontade para adaptar as atividades às suas necessidades e ao seu estilo.

Esperamos que você e os jovens com quem você trabalha gostem do Programa Vivendo Valores na Educação. Obrigado por sua dedicação para educar corações, tanto quanto mentes.

As lições iniciais de 1 a 7 para SIMPLICIDADE E CUIDADO PELA TERRA E SEUS OCEANOS podem ser encontradas na Seção A

\* \* \* \* \*

## **SIMPLICIDADE E CUIDADO COM A TERRA E SEUS OCEANOS - SEÇÃO B**

### **LIÇÃO 8**

As zonas mortas do oceano

Comece com uma música com letras sobre a natureza.

Leia o capítulo quatro do “Clube de Valores Ecológicos” abaixo.

Compartilhe a história Podemos fazer a diferença

Kátia conversou com alguns de seus amigos na escola na segunda-feira. Eles ficaram surpresos ao ouvir sobre a baleia, sentiram pena da gaivota e não sabiam nada sobre os giros.

“Por que você não fala com a professora?”, perguntou Carol. “Vamos ver se ela vai deixar você contar para a classe sobre os giros e os pobres animais que morrem, porque comem plástico. Talvez todos nós possamos nos envolver para ajudar.”

“Você realmente acha que todo mundo vai querer?”, perguntou Kátia.

“Bem, talvez nem todos”, disse Keila, “mas crianças de nossa idade têm corações muito bons. Preocupamo-nos com o nosso planeta e com os nossos amigos animais.”

As meninas conversaram com a professora de ciências no intervalo e ela ficou muito entusiasmada. “Ótimo!”, disse a Sra. Bruna, “estamos começando nossa unidade sobre meio ambiente hoje. Kátia, seria ótimo você compartilhar sua história e, em seguida, vamos ver quais ideias surgem. Aprender sobre as coisas é bom, mas fazer algo pela nossa Terra é a prova de que nós nos importamos.”

Kátia compartilhou sua história sobre a baleia, a gaivota e o aprendizado sobre os giros com toda a classe. Ela estava um pouco nervosa e continuou limpando a garganta. Ela compartilhou as ideias que ela e sua família tiveram de redução do uso de plástico descartável em noventa por cento. Kátia ficou impressionada com o interesse e a vontade da maioria dos alunos que se comprometeu a usar menos plástico.

“Chega de garrafas de plástico para mim.”, falou Daniela.

“Minha tia leva seu próprio copo quando viaja de avião!”, exclamou Ta.

“Chega de copos ou canudos de plástico quando estou fora.”, disse Maria. “Eu posso pedir um copo de verdade ou levar o meu.”

“Ótimas ideias.”, disse Tomas. “Se for para ajudar, estou disposto a não comprar garrafas plásticas de coisas. Mas e se estiver muito, muito quente e eu quiser mesmo um refrigerante? E se eu comprar em uma lata?”

“Bem, ao usar uma lata de alumínio você está levando algo que você não precisa da Terra.”, disse Bruna. “Mas se você reciclar não é tão ruim. É muito melhor que usar plástico.”

“Bem, eu não sei.”, disse com uma voz duvidosa uma garota chamada Pâmela. “Por que deveríamos tentar? Se apenas alguns de nós fizermos isso, não ajudará. Não podemos afetar milhares de quilômetros quadrados de sopa plástica tóxica.”

“Pense na única baleia e na gaivota”, disse Kátia, repentinamente, sentindo-se confiante. “Foi um pequeno grupo de pessoas que fez uma diferença para eles. Pequenos grupos de pessoas podem fazer a diferença. E imagine o que aconteceria se crianças de todo o mundo fizessem isso? Alguns adultos já estão interessados nisso. E se todas as crianças tivessem seus pais para ajudar? Kátia compartilhou a ideia de seus pais sobre ir ao conselho da cidade para pedir para proibir o uso de sacolas plásticas e canudos de plástico na cidade. “Eu perguntei se eu poderia convidar alguns amigos para ir conosco. Alguém gostaria de ajudar?”

“Eu”, “eu”, “eu” foi ouvido por toda a sala. Carol, Kátia e Keila sorriram para todos e a Sra. Bruna ficou satisfeita.

A Senhora Bruna os dividiu em três grupos de ação na sexta-feira. Um grupo estava indo fazer cartazes para apoiar a proibição de sacos de plástico e canudos e outro grupo ia fazer banners com slogans sobre o respeito pelo oceano e pela Terra, reduzindo o uso de plástico descartável. O terceiro grupo iria criar uma petição para o superintendente para proibir todo o isopor e reduzir o uso de plástico.

Kátia disse à Sra. Bruna que a reunião do conselho da cidade seria na terça à noite e eles estavam na agenda. E a Sra. Bruna disse a toda a turma: “Se vocês quiserem ir precisarão ter um adulto com vocês, pois não é um evento escolar. “

“Eu adoraria ir com você, Kátia, para a reunião do conselho da cidade.”, disse uma das meninas timidamente. Tânia raramente falava com alguém e geralmente parecia um pouco triste. “Mas eu tenho que ir para casa logo depois da escola e então eu não posso sair. Minha mãe está... doente.” Kátia olhou para Tânia com cuidado. Interessante, ela nunca tinha percebido antes, mas os olhos de Tânia eram parecidos com os do amigo de Jorge, Tom, e seus cabelos eram da mesma cor e textura, um marrom macio e fino.

“Tânia, você é a irmã mais velha de Tom?”, ela perguntou.

“Sim, eu sou.”, Tânia respondeu suavemente. “Você conhece o Tom? Espero que ele tenha se comportado perto de você - disse ela, parecendo preocupada.”

“Ele é um bom rapaz.”, disse Kátia. “Ele foi um dos meninos que ajudou Jorge e eu com a gaivota.”

“Estou feliz.”, disse Tânia com um pequeno sorriso. “Ele poderia ter uma boa experiência.” Kátia teve a sensação de que Tânia teria uma boa experiência também.

Jorge não falou com o professor, mas falou com Tom, Hank e Kevin, seus amigos que ajudaram a capturar a gaivota. Eles estavam espantados com as enormes áreas de sopa de plástico tóxico no oceano e chocados com tantos animais se machucando.

“Eu quero ajudar.”, disse Tom.

“Eu também.”, disseram Hank e Kevin.

“Ótimo.”, disse Jorge. “Eu tenho uma ideia.”

Jorge e Kátia conversaram no caminho de casa. Kátia contou tudo para ele sobre a aula de ciências da Sra. Bruna sobre o meio ambiente.

“Ela nos disse”, disse Kátia, “que existem zonas mortas no oceano onde há pouco ou nenhum oxigênio devido ao escoamento de fertilizantes e poluição de nitrogênio. Ela disse que existem 405 zonas mortas relatadas e que estão dobrando a cada dez anos!”

“Isso é terrível.”, disse Jorge. “Então, o que acontece nessas zonas mortas? “perguntou Jorge. “Não há oxigênio suficiente para a maioria dos peixes viverem?”

“Boa observação.”, disse Kátia. “Infelizmente a contaminação por fertilizantes e a poluição por nitrogênio e pesticidas matam as algas. Ela nos mostrou algumas fotos dessas florestas de algas muito legais. Elas são tão lindas! As florestas de algas fornecem alimento e abrigo para milhares de espécies e cinquenta por cento do oxigênio do mundo! Bruna disse que é tão importante manter as florestas de algas saudáveis, assim como manter as florestas tropicais saudáveis!”

“Então, como podemos parar a contaminação por fertilizantes e a poluição por nitrogênio?”, perguntou Jorge.

“Jorge, essa é realmente uma ótima pergunta, e nós não a fizemos.”, disse Kátia. “Vamos perguntar à Mamãe e Papai quando chegarmos em casa.”

A mente de Kátia voltou à tona. O que a Sra. Bruna disse?

“Os fertilizantes químicos e pesticidas poluem os rios e o oceano.”, disse a Sra. Bruna.

“Infelizmente, isso também pode afetar a água subterrânea e afetar negativamente a qualidade do solo. Alimentos cultivados com pesticidas têm demonstrado ter efeitos nocivos nos seres humanos contribuindo para muitos tipos diferentes de doenças.”

A Sra. Bruna havia designado grupos diferentes para pesquisar componentes de fertilizantes e pesticidas. Tânia fazia parte do mesmo grupo de Kátia. “Uau!”, Tânia sussurrou para Kátia. “Não é de admirar que existam zonas mortas no oceano! Sopa tóxica de lixo e zonas mortas. Nós humanos não estamos cuidando bem do nosso mundo.”

A Sra. Bruna replicou: “Você está certa, Tânia.”, ela sorriu.

“É importante cuidar do nosso mundo.” Tânia corou com a atenção positiva.

A Sra. Bruna continuou: “Quero que cada um de vocês pense durante o fim de semana - e os próximos dois meses - sobre alguma coisa que vocês podem fazer que teria o efeito mais benéfico na Terra e no oceano. O que aconteceria se todos no planeta fizessem a mesma coisa?”

### **Discutir**

- Alguém gostaria de compartilhar a reação dos personagens na história?
- Quais ações os três grupos executaram na história?
- O que você acha que pode fazer para ajudar a resolver esse problema da poluição do plástico que contribui para a sopa tóxica de plásticos?
- Você conhece algum lugar que use isopor?
- Gostaria de ajudá-los a parar de usá-lo?
- Como você pode fazer isso?

### **Conteúdo da lição**

Fonte: Os seguintes trechos foram retirados do site Um mundo, um oceano.

<http://www.oneworlddoneocean.org/pages/why-the-ocean>

Há 405 “zonas mortas” oceânicas - áreas em que há pouco ou nenhum oxigênio devido ao escoamento de fertilizantes e poluição por nitrogênio. As zonas mortas estão dobrando a cada dez anos. Nossos oceanos representam 71% do planeta, mas menos de 2% de nossos oceanos são protegidos. Temos proteções em vigor para quase 12% da terra (através de áreas como parques nacionais).

O oceano está em um momento crítico. A oceanógrafa Sylvia Earle diz que as ações humanas nos próximos dez anos determinarão o estado do oceano pelos próximos dez mil anos.

### **Atividades**

Como um grupo inteiro, peça aos alunos que decidam sobre dois, três ou quatro ações que eles poderiam implementar localmente que ajudariam o meio ambiente. Ajude-os a decidir sobre ações práticas, sensatas e apropriadas à idade e ao nível de habilidade para que possam conseguir cumprir essas ações. Algumas ações podem ser implementadas na sala de aula. Por exemplo, peça que pensem em ideias ou maneiras de economizar na sala de aula, como montar uma lixeira de recicláveis, usar os dois lados do papel e economizar revistas e pequenos gravetos para serem usados nos projetos de artes.

No âmbito da escola, eles podem gerar ideias sobre como ter cuidado para não desperdiçar água, coletar lixo ou plantar árvores e arbustos. Eles podem pesquisar questões ambientais para implantar na escola. Eles podem questionar se estamos poluindo ou desperdiçando nossa água. Por exemplo, se a grama estiver sendo regada à tarde, eles podem pedir ao diretor da escola para mudar a rega da tarde para a manhã para economizar água.

### **Atividade para crianças de Treze a Quatorze anos**

Além da atividade acima, você pode desejar que eles pesquisem mais suas ações. Por exemplo, se eles decidirem pedir à escola/distrito escolar ou cidade que proíba o uso de isopor, eles podem querer saber mais sobre os efeitos negativos sobre o meio ambiente e saúde humana.

Feche com um exercício de relaxamento/concentração.

## LIÇÃO 9

Uma coisa afeta muitas coisas - pensamento de sistemas

Comece com uma música com letras sobre a natureza.

Pergunte como eles estão e se eles estiveram pensando na última lição. Dê-lhes tempo para compartilharem seus pensamentos e quaisquer ações relacionadas. Como estão indo seus esforços para a conservação da sala de aula? Ouça e reconheça.

Leia o capítulo cinco do Clube de Valores Ecológicos abaixo.

### **Compartilhe a história Para o Conselho da Cidade!**

A escola era divertida, mas era bom chegar em casa. Na hora do jantar, Kátia compartilhou o que a Sra. Bruna disse sobre as zonas mortas no oceano assim que eles se sentaram ao redor da mesa da cozinha. A luz do sol ainda estava iluminando suavemente as árvores e flores lá fora. Os pássaros estavam cantando suas últimas chamadas do dia e voando pelos céus como faziam todas as noites ao entardecer. Kátia deu outra mordida no pão de milho.

Papai assentiu. “Sim, Kátia, tudo isso está conectado. O que fazemos como seres humanos surgem com todos os tipos de consequências para o mundo. Uma coisa afeta outra coisa e às vezes muitas coisas, e cada uma dessas coisas afeta outras coisas e essas coisas afetam algo mais. Os fertilizantes artificiais e pesticidas afetam o solo, as plantas que crescem e adicionam poluentes à água. São como pequenas quantidades de veneno. Podemos olhar para o efeito na saúde dos seres humanos com a necessidade de sistemas de purificação de água e o efeito do escoamento que seu professor descreveu quando desce para os rios e finalmente no oceano. Em alguns rios, os peixes estão morrendo e sofrendo mutações como resultado dos pesticidas. Quando rios com muitos fertilizantes artificiais e pesticidas entram no oceano, matam as algas, os corais e os peixes. Quando as algas morrem nessas áreas, não há comida e oxigênio para muitos peixes viverem. Adicionado a isso, as algas são afetadas pela sobrepesca, pois as algas precisam dos resíduos de peixes para viver. Uma coisa afeta outra.

“Como seres humanos nesta era”, disse mamãe, “estamos apenas começando a aprender que temos que olhar e ver os efeitos de algo antes de nós agirmos. É chamado de pensamento sistêmico, mas culturas nativas entenderam isso bem centenas de anos atrás. Eles diriam, pense à frente por sete gerações.”

“Jorge pensou em uma pergunta que gostaria de ter feito à Sra. Bruna.”, disse Kátia. “Jorge?”

“Então, como podemos parar a contaminação por fertilizantes e a poluição por nitrogênio?”

Mamãe sorriu: “Parando de usar fertilizantes artificiais e pesticidas.”

“Utilizar o orgânico?” Perguntou Kátia.

“Sim”, disse Mamãe. “Dá trabalho, porque o solo precisa ser saudável novamente e as culturas precisam ser rotacionadas, mas com certeza iria ajudar imensamente nossa Terra e seus oceanos, e todos nós humanos e animais! “

“Uau”, riu Kátia. “Talvez você tenha me dado a resposta do meu dever de casa !” Ela contou a eles sobre a tarefa de casa da Sra. Bruna.

Papai riu. “Essa é uma ótima tarefa de casa. Devemos todos pensarmos sobre isso?”

“É bom ter essa discussão”, disse Mamãe. “Eu compro vegetais orgânicos quando não é tão caro, porque eu sei que é melhor para nós, mas nunca pensei em como é muito melhor para a terra e o oceano. “

“Mamãe, Papai, poderíamos ter uma pequena horta orgânica?” Perguntou Kátia.

Papai olhou para Kátia com uma careta. “É uma ótima ideia, Kátia, mas daria algum trabalho. Você sabe que sua mãe e eu passamos muito tempo trabalhando e sua mãe já tem muito o que fazer.

“Eu poderia ajudar.”, disse Jorge.

Kátia lançou um sorriso para ele.

“Você tem certeza?” - perguntou papai, franzindo a testa.

Jorge assentiu seriamente. “Consistentemente?”

Jorge e Kátia assentiram.

“Tudo bem.”, riu Papai. “Eu também ajudarei. Eu vou ajudar com a primeira escavação profunda.”

“Sim!” Coroaram Jorge e Kátia.

“Eu tive uma ideia.”, disse Jorge. “Você sabe que nossa família e nossos amigos da escola prometeram reduzir em 90% o uso de plástico descartável? Bem, isso ajuda a impedir que as sopas tóxicas cresçam, mas e quanto a todo o lixo plástico? Não deveríamos recolhê-los e reciclá-los para que não caiam no oceano? “

Kátia deu um tapinha no ombro de Jorge. “Você é muito legal para um garoto de nove anos de idade. “

“Inteligente, eu diria”, sorriu Papai.

Papai disse que não teria tempo de cavar por algumas semanas. A gaivota estava indo muito bem em sua nova casa e ficando mais forte. Mamãe disse que ela estaria pronta para um voo de teste em uma semana. Ela estava ficando mais gorda e saudável, para o alívio de Kátia e Jorge. Eles a nomearam capitão.

Na terça-feira à noite, a família foi à reunião do conselho da cidade. Kátia e Jorge ficaram muito satisfeitos em ver tantos amigos e colegas de classe. Até a Sra. Bruna esteve presente. Todos eles se reuniram do lado de fora com seus pôsteres, cumprimentando-se e apresentando seus pais. Não havia assentos suficientes para todos no conselho da câmara da cidade, então alguns estavam na parte de trás segurando seus cartazes para que membros do conselho pudessem vê-los.

Quando chegou a sua vez de falar, Mamãe ficou ao microfone e pediu aos membros do conselho da cidade que aprovassem a proibição de sacolas plásticas oferecidas aos clientes nas lojas em sua cidade e canudos de plástico em restaurantes. Ela sugeriu sacos de papel em vez disso, ou que as pessoas tragam suas próprias sacolas para levar suas compras. Ela sugeriu macarrão cru como substituto para canudos de plástico se os restaurantes quisessem fornecê-los. Ela falou sobre os giros e a sopa tóxica e como é importante para a saúde dos seres humanos, animais marinhos e nossos oceanos parar de produzir o lixo plástico tóxico.

Quando mamãe terminou, todos os alunos e seus pais aplaudiram. O presidente do conselho da cidade olhou ao redor da sala e disse: “Parece que essa sugestão tem muito apoio - e seria certamente bom para a nossa Terra. Algum de vocês, jovens, gostaria de falar?”

Carol e Keila olharam para Kátia, e Kátia balançou a cabeça negativamente. De repente, Kátia viu Tânia pelo canto do olho com uma mulher que parecia muito velha e frágil para ser sua mãe, e depois viu Tom se aproximando do microfone.

“Acho que a mãe de Jorge e Kátia está certa.”, disse Tom hesitantemente. Então, com uma longa respiração, ele disse um pouco mais alto: “Havia uma gaivota outro dia na praia que tinha um saco plástico velho em torno dela que deve ter estado lá por um longo tempo, e ela estava realmente machucada. Nós temos que pensar sobre o oceano e as sopas tóxicas e os animais que se machucam e a Terra e deixar de sermos tão egoístas. “

Todos aplaudiram. Eles aplaudiram novamente quando todos os membros do conselho da cidade votaram pela proibição de sacolas plásticas e canudos de plástico.

Tânia deu um sorriso radiante para Kátia antes de sair silenciosamente com sua mãe e Tom.

### **Discutir**

- Que boas ideias as pessoas da história tiveram?
- O que você aprendeu da história
- Quais valores você acha que Tom usou na história?
- Que outros valores você viu?
- Que efeito esses valores tiveram na história?
- Que efeito eles teriam para nós em nosso ambiente atual?

### **Atividade**

Peça aos alunos que façam um fluxograma dos efeitos descritos em um dos parágrafos da história. (O parágrafo da história está abaixo). Se necessário, modele como fazer isso, colocando a palavra “água” no ponto mais alto do quadro branco, desenhando três setas para baixo e continuando a mostrar como uma coisa afeta outras.

“Se apenas considerarmos o efeito na água, veremos o efeito na saúde dos seres humanos com a necessidade de sistemas de purificação de água. Também o escoamento que o professor descreveu quando o lixo desce nos rios e chega no oceano. Em alguns rios, os peixes estão morrendo e sofrendo mutações como resultado dos pesticidas. Quando rios com muitos fertilizantes artificiais e pesticidas entram no oceano, matam algas, corais e peixes. Quando a alga morre nessas áreas, não há comida e oxigênio para muitos peixes viverem. Adicionado a isso, a alga é afetada pela sobrepesca, pois as algas precisam dos resíduos de peixes para viverem. Uma coisa afeta outra.

Peça aos alunos e ajude-os, se necessário, a adicionar outros fatores para o fluxograma. Por exemplo, alguns peixes morrendo resultam em menos peixes para consumidores e menos pesca recreativa; também pode resultar em pior estado de saúde para quem come peixe doente.

Para onde vão as “zonas mortas” no fluxograma?

Agora faça mais dois fluxogramas, um para “Uso de pesticidas” e outro para “Agricultura Orgânica”.

### **Atividade para crianças de Oito a Onze anos**

Peça aos alunos que escrevam um poema ou uma música sobre qualquer um dos tópicos da história. Convide aqueles que desejarem compartilhar seu poema ou música com a classe. Talvez escolha um poema ou uma música para recitarem ou cantarem juntos.

### **Doze a Quatorze anos**

Convide os alunos a formarem pequenos grupos e investigarem os efeitos do uso de pesticidas versus agricultura orgânica e liste todos os fatores afetados. Depois peça que eles criem um grande mapa mental com pesticidas de um lado e orgânicos do outro lado do círculo central. Use as mesmas ramificações de tópicos de cada lado e detalhe todos os efeitos usando o efeito de fluxograma para mostrar como uma mudança afeta muitas coisas. Convide-os para ilustrar o mapa mental ou criar uma música ou poema contrastando as abordagens.

Encerre com o exercício de relaxamento/ concentração no envio de paz à terra.

## **LIÇÃO 10**

A troca entre árvores e seres humanos

Comece com uma música com letras sobre a natureza.

Leia o capítulo seis do Clube de Valores Ecológicos abaixo.

### **Compartilhe a história: Árvores, oxigênio e esperança.**

Kátia se sentiu maravilhosa na manhã seguinte quando acordou. O clima estava cinza e nublado com um pouco de umidade no ar. Ela deu uma saidinha para alimentar a gaivota. “Você ouviu, capitão?, ela disse suavemente. “A cidade aboliu sacos de plástico e canudos e todos nós vamos trabalhar juntos para tentar tornar nossos oceanos e praias seguros novamente para que você e seus amigos possam ser saudáveis e livres. Nós vamos ter nossa primeira atividade de limpeza da praia no sábado. “

A gaivota parecia gostar de seus tapinhas agora. “E você vai voar novamente no sábado - em apenas quatro dias! Mamãe disse que sua asa está quase curada.”

Na aula de ciências eles estavam estudando sobre a floresta tropical, desmatamento, o intercâmbio de oxigênio e dióxido de carbono entre plantas e humanos.

“Então, o que podemos fazer para ajudar?”, perguntou Tomas.

“Bem, se os humanos precisam de oxigênio para respirar, e árvores e plantas produzem isso e processam o dióxido de carbono que expiramos, o que você acha que ajudaria a compensar o desmatamento?”, perguntou a Sra. Bruna.

“Plantar?”, disse Tomas.

“Bem pensado. E o que são plantas duráveis e duradouras?”, perguntou a Sra. Bruna.

“Árvores!”, disse Tomas, com alguns ecos ao redor da sala.

“Ótimo”, sorriu a Sra. Bruna. “Na verdade, a Agência de Proteção Ambiental das Nações Unidas tem um projeto pedindo às pessoas que plantem uma árvore por pessoa para ajudar a compensar nossa pegada de carbono. Havia um projeto de um bilhão de árvores na China e eles alcançaram seu objetivo de plantar um bilhão de árvores. Verde ajuda!

“Falando em verde”, ela disse, “Kátia me perguntou se poderia fazer um anúncio antes do final da aula.”

Kátia se levantou na frente da classe com Carol e Keila. “Eu tenho conversado com minha família e Carol e Keila. Meu irmão mais novo quer fazer uma limpeza na praia no sábado. Nós poderíamos fazer isso de manhã e jogar vôlei depois. Alguém interessado?”

“Parece ótimo.”, “Parece bom.” “Conte comigo.”, brotou de todos os cantos da sala.

Kátia, Carol e Keila sorriram. “Formidável!”

“Sra. Bruna disse que talvez possamos fazer isso como um projeto escolar.”, disse Carol. “O que você acha de chamar de Gaivotas?”

“E o rio que desce para a enseada?”, perguntou Pedro. “Não podemos limpá-lo também?”

“Sim, talvez precisemos de um nome que signifique mais para mais pessoas.”, disse Margarete. “Água limpa?”

“Que tal o Clube de Valores Ecológicos?”, sugeriu uma pequena voz da parte de trás da sala. Kátia ficou surpresa ao ouvir Tânia falar em classe. Todo mundo deve ter ficado surpreso também, porque todos eles viraram-se para olhar.

“Ótima ideia”, disse Tomas, olhando para Tânia

“Sim, ótima ideia”, disse Daniela.

Kátia sorriu e Carol e Keila pareciam satisfeitas. “Todos de acordo?”, perguntou Kátia. Até Pâmela assentiu que sim.

O dia da limpeza do rio e da praia do Clube de Valores Ecológicos foi ensolarado e brilhante. Alguns pais e famílias inteiras se juntaram a eles. Metade dos ajudantes pegaram plástico e outras coisas que poderiam reciclar, e a outra metade pegou lixo que não podia ser reciclado. Os sacos ficaram um pouco pesados, mas Papai e alguns outros pais os encontraram, pegaram os sacos cheios e deram-lhes os vazios. Papai tinha combinado com a administração da cidade para pegar todos os sacos de lixo mais tarde.

Algumas crianças se encontraram na praia e outras que moravam perto do rio desceram o rio enquanto pegavam lixo e os encontraram para o vôlei às 11h.

As crianças mais velhas jogavam vôlei, e Jorge e seus amigos praticavam surf. Kátia estava com calor e suada depois de uma hora pegando lixo quando ela ouviu o nome dela sendo chamado. Ela ficou surpresa ao ver Tânia correndo em sua direção.

“Oi, Kátia, Oi Carol e Keila, eu tinha que vir! Eu não tenho vindo à praia faz anos!”

Enquanto Carol e Keila foram em frente, Kátia esperou que Tânia a alcançasse.

“Por que você não vem à praia há tanto tempo?”, perguntou Kátia.

“Bem”, disse Tânia, pegando um pouco de lixo e se dirigindo um pouco longe de Kátia enquanto ela falava em uma frase longa: “Acontece que o meu pai começou a se drogar cerca de quatro anos atrás, e ficou realmente agressivo, e depois foi morto em uma briga há dois anos, e minha mãe ficou muito deprimida e começou a usar drogas também. Então eu tinha que estar em casa o tempo todo com ela, porque ela não me deixava ir a lugar nenhum e ficava chorando o tempo todo. Apenas Tom podia ir a qualquer lugar, porque ela não podia lidar com ele e ele ia embora, e agora com o que nós estamos fazendo com “valores ecológicos” é como se ela tivesse esperança. E eu contei a ela sobre a horta orgânica que você quer fazer. Ela morava em uma fazenda quando ela era pequena e gostava de jardinagem e quando ela foi para a faculdade, ela era botânica e disse que se nós, crianças, pudéssemos fazer algo pelo mundo, então seria melhor ela começar a agir em conjunto e assim ela parou com as drogas e está em reabilitação e disse que eu poderia vir aqui esta manhã e disse que se você quiser que ela ajude, ela ficaria honrada em ajudá-la com a sua horta, porque ela ficaria bem novamente.

Tânia ainda estava olhando para baixo.

Kátia estendeu a mão e apertou a mão de Tânia “Estou tão feliz que você me disse. Eu gostaria que sua mãe me ajudasse com a horta orgânica. Você e Tom gostariam de ajudar também?”

Tânia olhou para cima. “Gostaria muito.”, era tudo o que ela podia dizer.

Tom, Hank e Kevin chegaram em casa com Jorge depois da limpeza da praia e do rio para assistir capitão ser solto.

“Você acha que ele está pronto, mamãe?”, perguntou Jorge.

“Vamos ver.”, sorriu mamãe.

“Vamos deixar a caixa com água e comida por alguns dias caso ele não seja forte o suficiente para ir longe.”, disse Papai.

Os meninos levantaram as pedras e abriram a caixa. Kátia o levantou e o colocou no pátio e Mamãe cuidadosamente tirou a fita de gaze que segurava a asa.

“Ok, capitão”, ela disse, “você é livre”.

O capitão olhou para ela, bateu as asas algumas vezes e decolou.

Gritos de “Olhe para ele indo!” e “Vá, capitão!” Encheram o ar enquanto a gaivota voou para o céu azul.

## Discutir

- Que sentimentos você notou na história?
- Quais valores você notou nas diferentes pessoas da história?
- Parecia que a mãe de Tânia estava muito triste e havia perdido a esperança. Sabendo que os jovens estavam trabalhando para ajudar a fazer algo positivo para o meio ambiente, ela se encheu de esperança na história. O que é sentimento de esperança? Você acha que isso aumenta nossos sentimentos de coragem?
- Muitos de nós nos sentimos desencorajados? O que nos ajuda a nos sentirmos encorajados novamente?
- Quem se lembra do que nós humanos expiramos?
- O que as árvores e plantas fazem com esse dióxido de carbono?
- Você gostaria que nosso ambiente por aqui fosse mais “verde”? (E se a resposta for “sim”, pergunte: “Como você acha que poderíamos fazer isso acontecer?”)

## Atividade

Explique mais sobre o intercâmbio de oxigênio e dióxido de carbono entre plantas e humanos, como os seres humanos respiram oxigênio e expiram dióxido de carbono e como as plantas absorvem o dióxido de carbono e criam oxigênio. (Para alunos mais velhos, permita que eles pesquisem isso se houver tempo e eles ainda não tiverem esse conhecimento.)

Então diga: “A relação entre seres humanos e natureza é muito importante. Nossa vida depende da criação de oxigênio a partir da natureza e também nos beneficiamos muito com a beleza da natureza.”

Faça algo com a natureza hoje, talvez plantando uma árvore ou planejando plantar uma, ou dê um passeio em um parque e escreva um poema para uma árvore ou peça a uma árvore lhe escrever um poema. O que as árvores do mundo diriam? Permita que aqueles que desejam compartilhar um poema de uma árvore o façam ou peça que eles gerem ideias para a casa ou a comunidade. E se a sujeira ou o lixo estiverem afetando o suprimento de água limpa, resolva esse problema. Talvez planeje ajudar a limpar um rio local. Alguns alunos podem querer pesquisar o uso local de pesticidas e de produtos naturais (e mais baratos) que não poluam a terra ou seus habitantes. Eles poderiam escrever para o prefeito local, compartilhando suas ideias. Eles poderiam criar slogans de respeito à terra e publicá-los na escola e nas localidades de jogos esportivos na comunidade. Dê-lhes tempo para planejar e/ou escrever as cartas/propostas necessárias.

Termine com um exercício de relaxamento/concentração de sua escolha ou uma música ou duas sobre a beleza da terra ou do oceano.

## LIÇÃO 11

Cultivar orgânicos e ser vegetariano afeta a terra e o oceano

Comece com uma música com letras sobre a natureza.

Leia o capítulo sete do Clube de Valores Ecológicos abaixo.

### Compartilhe a história: Uma horta orgânica

“Um dia perfeito para cavar.”, brincou Papai no fim de semana seguinte, enquanto eles se sentavam e tomavam café da manhã na mesa da cozinha. “Vocês, com certeza, têm trabalhado!”

“Papai, eu queria perguntar se poderíamos fazer uma limpeza na praia a cada semana.”, disse Jorge.

“E nunca mais relaxar em nenhum fim de semana na minha vida?”, Papai brincou. Ele olhou para o rosto decepcionado de Jorge.

“Jorge, a limpeza é uma grande ideia, e eu sei que você está entusiasmado.”, disse Papai mais seriamente. “Mas eu sugeriria uma vez por mês. Você e todo mundo podem coletar lixo sempre que quiserem e sempre que virem, mas há outras coisas a fazer na vida, então você deve convencer mais pessoas a fazerem isto. Se você fizer isso uma vez por mês, você pode manter o entusiasmo elevado.”

Jorge assentiu.

“O que você acha, Elisa?” Papai perguntou.

“Bem dito! É bom relaxar e descansar ocasionalmente, vocês dois! “

Mamãe sorriu para Jorge e Kátia. “Mas eu estava pensando que seria bom fazer um piquenique na praia na próxima vez que fizermos uma limpeza.”

Jorge deu a ela um sorriso largo. “Poderíamos?”

Alguns dias antes, Kátia havia perguntado se Tom, Tânia e a mãe de Tânia poderiam vir e ajudar na horta. Os três vieram depois do café da manhã. Eles chegaram um pouco timidamente, batendo discretamente na porta da frente e dizendo muito pouco. Tom ficou para trás, ao contrário do habitual barulho que costumava fazer. Kátia percebeu o quão pálida sua mãe parecia. Mas ela tinha um sorriso bonito e logo estava cavando com Papai e Kátia, Jorge, Tânia e Tom.

Era uma manhã linda lá fora. O sol estava nascendo, criando poças de luz verdes, azuis, amarelas e rosa. A terra cheirava bem enquanto cavavam.

“Eu sinto falta da terra.”, disse a mãe de Tânia, quando finalmente falou. “Vivemos em um pequeno apartamento, então é muito bom estar aqui e sentir o solo. Este parece muito saudável e tem minhocas grandes.”

Ela trouxe algumas sementes e pequenas hortaliças com ela e logo eles estavam conversando e plantando as sementes e plantas nas novas covas de terra. A mãe de Tânia disse a eles em que direção eles deveriam fazer as covas para que as plantas pegassem o máximo de sol e mostrou-lhes a profundidade das covas para colocar as sementes e plantas.

Demorou muito tempo para cavar e fazer as linhas. Então Mamãe os convidou para o almoço. A pequena família de três parecia feliz quando eles saíram.

Quando eles estavam saindo, Tânia se voltou para sussurrar para Kátia: “Obrigada, obrigada, obrigada.”

Kátia havia dito para sua Mamãe e Papai o que Tânia havia dito sobre a mãe dela.

“Que triste.”, disse a mãe. Papai assentiu.

“Por que ela usava drogas se não gostava do marido usando drogas?”, perguntou Kátia.

“Bem, parece que as coisas estavam realmente difíceis.”, disse Mamãe.

“Às vezes as pessoas usam drogas, porque têm emoções com as quais não podem lidar como mágoa ou medo. Quando muitas coisas ruins acontecem, a vida pode parecer avassaladora. Fico feliz que você os tenha recebido para vir e ajudar na horta.”, disse mamãe. “As pessoas precisam ter esperança e algo valioso para fazer.”

“Aristóteles costumava dizer que a felicidade é resultado da virtude. Fazer algo de bom a ajudará a ser feliz novamente.”, disse Papai.

No final de semana, Kátia anunciou no jantar: “Decidi minha resposta à pergunta da lição de casa da Sra. Bruna sobre uma coisa que nós podemos fazer para beneficiar mais o planeta.”

“Qual é?”, perguntou Mamãe.

“Ser vegetariano e comer alimentos orgânicos.”, disse Kátia.

“Como isso ajudaria?”, perguntou Jorge, parecendo intrigado.

“Bem”, disse Kátia, entusiasmada, “se todos fossem vegetarianos, então as pessoas não pescariam e não estaríamos pescando demais e matando milhões de peixes. E se todos nós comêssemos alimentos orgânicos, não estaríamos envenenando o oceano e criando zonas mortas, e os oceanos teriam florestas de algas saudáveis e oxigênio suficiente para um oceano saudável e peixe suficiente novamente para as baleias e os golfinhos. E os peixes não ficariam presos em redes, porque ninguém usaria redes!”

“Você realmente está pensando sobre isso.”, disse Papai, parecendo um pouco surpreso.

“E”, disse Kátia com um grande sorriso, “não é tudo. Se todo mundo fosse vegetariano, então não estaríamos desmatando a Amazônia por causa da produção de gado, e a demanda por carne e a produção de gases de efeito estufa seria menor para que o planeta inteiro fosse mais saudável.”

“Bom raciocínio”, disse Mamãe.

“Mas você realmente não vai fazer isso, não é?”, perguntou Jorge.

“Fazer o quê?”, perguntou Kátia.

“Ser vegetariana.”

“Bem”, disse Kátia, com uma pausa e um olhar suplicante para seus pais, “eu estava pensando que talvez eu não possa ser vegetariana que come apenas comida orgânica, mas eu poderia ser uma vegetariana que come tanta comida orgânica quanto puder. Ela respirou fundo enquanto olhava para Mamãe e Papai. “Eu realmente gostaria de experimentar. Posso, por favor? Eu realmente acho que ajudaria o nosso planeta.”

Mamãe olhou para Kátia e depois para o pai. “Lucas?”

Papai olhou para Mamãe. “Tudo bem por mim. Ela tem ótimas razões. Está tudo bem por você?”

“Oh Kátia”, Mamãe disse com um pequeno olhar preocupado. “Você teria que me prometer que você comeria alimentos saudáveis. “

“A Organização Mundial da Saúde diz que é a dieta mais saudável para seres humanos.”, disse Kátia.

“Se você comer alimentos saudáveis.”, disse mamãe com firmeza. “Promessa?”

“Sim.”

“Ok. Então está tudo bem por mim.”, disse mamãe.

Kátia se levantou e deu um grande abraço na Mamãe e no Papai.

“Eu estou realmente muito orgulhosa de você, porque você realmente pensou sobre tudo e quer realmente ajudar nosso planeta.”, disse mamãe.

“Está ok se eu me tornar vegetariano com ela por dois meses e verificar se funciona para mim?”, Papai perguntou para a Mamãe com um olhar interrogativo.

Mamãe apenas sorriu enquanto olhava para seu marido. Então ela olhou para seu filho com um olhar questionador: “ Jorge”?

“Eu não.”, falou Jorge envergonhado. “Não era minha lição de casa”!

“Ok.”, sorriu a mamãe. “Dois vegetarianos e dois não vegetarianos. Mas se vocês dois não comerem comida saudável, eu mudo minha opinião!”

### **Discuta**

- Quais valores as pessoas da história mostram?
- Aristóteles, um famoso filósofo do tempo da Grécia Antiga, disse que felicidade é o resultado de virtude. O que isto significa?
- Eu quero que você se lembre de um período em que você foi especialmente bom. Como você se sentiu depois disto?
- Se você tivesse um pequeno jardim, o que você plantaria?

## **LIÇÃO 12**

### **Reduzindo a nossa Pegada de Carbono**

Comece com uma música com letras sobre a natureza.

Vocabulário: Por favor, compartilhe com os alunos o significado do termo “pegada de carbono”. Reduzir a sua pegada de carbono significa que você está reduzindo o seu efeito negativo sobre a Terra. Sua pegada de carbono é a soma de todas as emissões de CO<sub>2</sub> (dióxido de carbono) que foram induzidas por suas atividades em um determinado período de tempo. Normalmente, uma

pegada de carbono é calculada para o período de tempo de um ano. (Fonte: <http://timeforchange.org/What-is-a-Carbon-footprintdefinition> )

Diga: “Reduzir a sua pegada de carbono significa que você está reduzindo o seu efeito negativo sobre a Terra.”

### **Compartilhe a história: Pegadas de Carbono**

“É uma espécie como qualquer coisa.”, riu Papai. “É fácil depois que você descobre!”

Era segunda-feira de manhã bem cedo e ele, Kátia e Mamãe estavam rindo enquanto eles tomavam o café da manhã e falavam sobre o que embalar para o almoço vegetariano do Papai deles e de Kátia. Eles geralmente tinham frutas e aveia para o café da manhã, então o café da manhã era fácil.

Kátia e Jorge saíram depois do café da manhã para molhar sua horta orgânica antes da escola.

“Olha, essas plantas aqui devem ter crescido quase 3 cm desde sábado!”, disse Jorge.

Eles ficaram encantados com seu jardim. Mas foi um dia difícil para a Kátia na escola. Ela não tinha o almoço habitual na escola, porque tinha carne nele e algumas crianças a provocaram quando ela disse que ela era vegetariana.

“Ei, deixem ela em paz.”, disse Keila depois que um dos alunos disse: “O que você vai comer quando temos um churrasco? Uma cenoura?”

“Eles agem como se não houvesse nada para comer se você for vegetariano.”, disse Kátia com um nó em sua garganta.

“Basta! Mantenha seu autorrespeito.”, disse Carol. “Algumas pessoas ficam chateadas com outras quando alguém faz algo que elas sentem que deveriam fazer, mas não têm coragem de fazer.”

“Não é que eu esteja dizendo que eu sou melhor do que eles.”, disse Kátia. “Eu respeito suas escolhas. Eu apenas não zombo deles.”

“E essa é uma das razões pelas quais você é tão maravilhosa, Kátia.”, disse Carol.

“Você realmente respeita todos.”

F

oi um alívio estar na aula de Ciências, pois todos os alunos faziam parte do Clube de Valores Ecológicos e apoiavam o que qualquer um estava fazendo para ajudar o meio ambiente, até mesmo Pâmela. Quando ela ouviu de um amigo que Kátia ia virar vegetariana, ela sorriu para Kátia e disse: “Você tem mais determinação que eu. Bom para você.”

Kátia ficou surpresa. “Obrigada, Pâmela.”

A Sra. Bruna deu uma aula sobre gases de efeito estufa e o efeito desses gases na mudança global. Ela explicou mais sobre os gases liberados usando carros, aviões e ônibus, assim como a criação e abate de suínos, vacas, ovelhas, perus e galinhas.

“Eu vi um comercial quando fui para a Dinamarca.”, falou Margarete. “Ele mostrou um homem que era um vegetariano dirigindo um carro grande e outro homem em uma bicicleta que não era um vegetariano e perguntou qual deles tinha uma maior pegada de carbono. A resposta surpreendente foi que o vegetariano dirigindo o carro grande tinha menos pegada de carbono! Eu não fazia ideia que ser vegetariano poderia ajudar tanto.”

Keila e Carol olharam para Kátia e sorriram.

No final da aula, passaram o tempo falando sobre como reduzir seus usos de eletricidade e de gás. Tinham coisas usuais tais como diminuir o aquecimento da casa e usar um agasalho quando estiver friozinho, aumentando o termostato e tirando o agasalho quando estiver quente, e andar de bicicleta e caminhar quando possível. A Sra. Bruna também os apresentou à tecnologia verde alternativa.

“A energia solar está realmente avançando”, disse ela, “e tornando-se mais acessível. Algumas escolas estão convertendo o uso de eletricidade para energia, e algumas das estações de recarga de carros movidos à eletricidade estão sendo alimentados por energia solar - por isso não há emissão nenhuma.”

Os alunos se divertiram pesquisando o assunto e ficaram encantados ao encontrar uma nova tecnologia que poderia converter plástico descartável de volta para o petróleo. “O desafio, é claro”, disse a Sra. Bruna, “está fazendo esse tipo de coisa amplamente disponível. Será maravilhoso ver todas as coisas inventadas dentro da próxima década para ajudar.”

Um dia discutiram a redução de seu consumo de “coisas” e a importância de considerar o que você está tomando da terra ao comprar. “Não é algo que a maioria dos adolescentes querem ouvir.”, sorriu a Sra. Bruna.

Os próximos dois meses foram ótimos. Tânia, Tom e a mãe deles, Nancy, estavam vindo uma vez por semana para ajudar com a horta. A mãe deles estava parecendo menos pálida e muito mais forte. Ela estava ensinando Kátia e Jorge sobre compostagem. E eles faziam limpezas na praia e no rio todos os meses, com voleibol e natação depois - e piqueniques de vez em quando. Jorge estava tão contente. Mais crianças e suas famílias estavam se envolvendo e pegando lixo sempre que viam, e as praias e rios eram muito mais limpos.

“Turma”, disse a Sra. Bruna um dia, “três meses atrás eu pedi a vocês para pensar sobre algo que você poderia fazer que teria o efeito mais benéfico sobre a terra e o oceano - e o que aconteceria se todos no planeta fizessem isso? O prazo para o seu projeto será na próxima semana. Na quarta-feira, um terço de vocês poderá apresentar sua proposta, um outro terço de vocês na quinta-feira e o último terço na sexta-feira. Você pode mapear suas ideias mentalmente ou apresentar suas ideias em um cartaz. Aqueles de vocês que desejarem fazer uma apresentação em Power Point de três a cinco minutos podem fazê-lo, mas você também vai precisar criar um cartaz. Na semana seguinte eu vou pedir àqueles com ideias semelhantes para se reunir em grupos e criar canções, poemas ou peças/dramas. Nós terminaremos o semestre com isso. Então, senhoras e senhores, comecem a criar!”

### **Discuta**

- Como você acha que Kátia se sentiu quando alguém zombou de ela ser vegetariana?
- Como você se sente quando os outros zombam de você ou de um amigo seu?
- Que antivalores eles estão usando?

- Que valor eles poderiam usar em vez disso?
- Alguém tem alguma dúvida sobre a história?
- Já pensou sobre os deveres de casa que a Sra. Bruna deu à turma da Kátia? Diga uma coisa que você pode fazer que vai ajudar a nossa terra e o oceano - e quais seriam os efeitos se todos no mundo fizessem isso? (Aceite quantas respostas quiser das respostas que eles desejarem compartilhar e liste-as em um pequeno cartaz e salve a lista para a próxima Lição de Valores de Vida Ecológicos).

### Conteúdo da Lição

Por favor, compartilhe o seguinte uma vez que isto explica mais sobre o que significa uma pegada de carbono e que tipos de atividades humanas causam a liberação de dióxido de carbono, além da nossa respiração! Por favor, simplifique a linguagem para alunos mais jovens.

(Fonte: <http://timeforchange.org/what-is-a-carbon-footprintdefinition> )

Pegada de carbono é a quantidade total de gases de efeito estufa produzidos para apoiar direta e indiretamente as atividades humanas, geralmente expressa em toneladas de dióxido de carbono (CO<sub>2</sub>). Em outras palavras, quando você dirige um carro, o motor queima combustível que cria uma certa quantidade de CO<sub>2</sub> dependendo do seu consumo de combustível e da distância percorrida. (CO<sub>2</sub> é o símbolo químico para o dióxido de carbono.) Quando você aquece sua casa com óleo, gás ou carvão, você também gera CO<sub>2</sub>. Mesmo se você aquecer sua casa com eletricidade, a geração da energia elétrica também pode ter emitido uma certa quantidade de CO<sub>2</sub>. Quando você compra alimentos e bens, a produção dos mesmos também emitiu algumas quantidades de CO<sub>2</sub>.

### Fontes humanas de emissões de CO<sub>2</sub>

Uma variedade de atividades humanas emite ou remove dióxido de carbono (CO<sub>2</sub>).

- A maior fonte de emissões de CO<sub>2</sub> globalmente é a combustão de combustíveis fósseis, tais como o carvão, petróleo e gás em usinas, automóveis, instalações industriais e outras fontes.
- Vários processos especializados de produção industrial e uso de produtos, tais como produção mineral, a produção de metais e o uso de derivados de petróleo também podem levar a emissões de CO<sub>2</sub>.
- O sequestro de carbono é o processo pelo qual árvores e plantas em crescimento absorvem ou retiram CO<sub>2</sub> da atmosfera e a transformam em biomassa (por exemplo, madeira, folhas etc.). O desmatamento, inversamente, pode levar a níveis significativos de emissões de CO<sub>2</sub> em alguns países.

(Fonte: [http://www.epa.gov/climatechange/emissions/co2\\_human.html](http://www.epa.gov/climatechange/emissions/co2_human.html) )

No site One World One Ocean, eles sugerem que as pessoas façam quatro coisas para ajudar a Terra e o oceano.

- Usar menos eletricidade
- Usar menos gás
- Compensar a sua pegada de carbono
- Reduzir as suas milhas alimentares

### Discuta

Diga: “Por favor, diga-me o que significa reduzir a sua pegada de carbono.” (Ajude-os a entender se eles ainda não entenderam o conceito.)

### **Pergunte**

- Como você pode usar menos eletricidade?
- E se a eletricidade fosse alimentada por energia solar - seria melhor para o planeta do que a utilização de eletricidade feita a partir de carvão, hidrelétrica ou petróleo? Por quê?
- Como podemos usar menos gasolina?
- Caminhar e andar mais de bicicleta ajudam a reduzir a sua pegada de carbono?
- E se você tivesse um carro elétrico? Por que seria melhor para o planeta?
- E se a eletricidade do carro fosse recarregada por uma estação que utilizasse energia solar? O efeito negativo no planeta seria ainda mais reduzido?

Compensar a sua pegada de carbono significa fazer algo “verde” para ajudar o planeta a negativar o efeito das emissões de dióxido de carbono. Então, plantar árvores ajudaria se você dirigisse muito e usasse muita gasolina.

### **Pergunte:**

- Nós todos podemos plantar árvores, e isso “compensaria” a sua pegada de carbono, mas precisamos trabalhar em ambos os sentidos, fazendo algo benéfico para a Terra e reduzindo nossa pegada de carbono. Então, como você pode reduzir sua pegada de carbono?
- Como você pode reduzir suas milhas alimentares? O que você acha que isso significa? (Comprar alimentos cultivados localmente.)
- O que mais você acha que pode fazer?
- Você acha que podemos fazer algo diferente nesta classe que ajudaria?

### **Atividade**

Peça aos alunos que desenhem uma grande pegada em um pedaço de papel. Dentro da pegada eles terão que escrever todas as coisas que contribuem para a sua pegada de carbono. Pergunte-lhes que coisas que eles pensam que podem fazer para reduzir a sua pegada de carbono. Por exemplo, eles podem andar de bicicleta mais ou não comprar tantas coisas materiais. Eles podem reparar ou reciclar seus brinquedos e outras coisas materiais. Eles também podem reduzir a sua pegada, plantando uma árvore ou “\_\_\_\_\_”? Peça-lhes para fazer uma outra foto com outra pegada que é menor, escrevendo todas as coisas que eles podem fazer para fazer com que aconteça.

Feche com o exercício de Foco/ Concentração Envio de Paz à Terra.

## **LIÇÃO 13**

Qual coisa eu posso fazer para ajudar a Terra?

Comece com uma música com letras sobre a natureza.

Por favor, leia o Capítulo Nove do Clube de Valores Ecológicos abaixo.

### **Compartilhe a história: Valores Verdes de Vida**

Você poderia sentir a emoção dos alunos na aula de Ciências na quarta-feira. A Sra. Bruna tinha postado uma folha de inscrição para as apresentações na segunda-feira. Algumas das crianças

queriam ser as primeiras e algumas queriam ser as últimas, então estas últimas foram ocupadas primeiro. Espaços vazios estavam aguardando seus cartazes na parede.

“Eu só quero acabar com isso.”, Carol tinha murmurado.

Tomas já tinha se inscrito para a primeira apresentação. Ele fez uma apresentação muito boa sobre os efeitos benéficos da energia solar e eólica sobre o clima. Ele pensou que mudar de produção de energia baseada em carbono para fontes renováveis iria parar o aumento da temperatura do planeta e o conseqüente derretimento de calotas de gelo e aumento do nível do mar. Ele mostrou as mudanças do sistema que isto faria, incluindo ar mais limpo, as economias de não mover comunidades inteiras que vivem em ilhas, e os muitos benefícios à saúde, tais como menos crianças sendo afetadas por envenenamento por chumbo perto de rodovias. Ele terminou com aplausos da classe – e deu a seus colegas um sorriso de alívio. “Ainda bem que acabou!”, disse ele.

Carol foi a segunda. Ela também estava um pouco nervosa. “Eu vou começar com uma canção”, disse ela para surpresa de todos. Sua voz clara era bonita quando ela cantou e foi cômico quando ela abrandou dramaticamente na última linha de cada estrofe.

Sejam amigos uns com os outros,  
Seja respeitoso e gentil,  
Para crianças e adultos e toda a humanidade,  
Não se esqueça dos animais na terra e no mar,  
Seja amigo para todos eles, como você é para mim.  
Amigos... Pegam... Seus... Lixos....

Não poluir a água,  
Não desperdice as coisas, por favor,  
Não envenene o chão,  
A água, céu ou árvores.  
Recolha... ... seu lixo!

Se pudermos fazer isso,  
Imagine o que ocorrerá,  
As florestas subaquáticas florescerão,  
E as minas terrestres desaparecerão!  
Recolha... ... seu lixo!

Os humanos são espertos,  
Mas aprendem a ser gentis,  
Então vamos todos viver com segurança,  
E nos divertir.  
Recolha... ... seu lixo!

Todos riram e cantaram a última linha com ela. Recolher lixo foi o círculo central do cartaz do mapa mental de Carol. Ela tinha inteligentemente definido lixo como qualquer coisa que era prejudicial para os seres humanos ou animais, logo as minas terrestres foram incluídas. Cada ramo irradiando do centro foi preenchido com detalhes factuais mostrando os muitos efeitos de pegar lixo. Sob o tópico de “limpar minas terrestres” estava o aumento de terras agrícolas e

produção de alimentos, redução de mortes e amputados, menores custos médicos, maior bem-estar das famílias e aumento da produção para a sociedade.

Cada apresentação foi preenchida com bom raciocínio e entusiasmo. Alguns alunos estavam mais nervosos do que outros, mas seu trabalho e determinação foram mostrados. Alguns eram criativos, alguns engraçados e alguns artísticos. Muitas boas ideias surgiram.

Kátia estava um pouco nervosa em apresentar seu mapa mental. Ela tinha trabalhado duro com os fatos e tinha tirado fotos do jardim orgânico. Ela tinha muitos ramos vindos do círculo central tratando dos benefícios, incluindo uma redução nos gases de efeito estufa, poluição dos rios e zonas mortas no oceano, e um aumento no valor nutricional de alimentos e florestas subaquáticas saudáveis. Kátia deu à classe um grande sorriso quando o aplauso terminou.

As apresentações continuaram na quinta e sexta-feira. O sobrenome na lista de inscrição era da Tânia. Tânia veio lentamente para a frente da classe com um grande rolo de papel. Era muito maior que os outros cartazes que haviam sido apresentados. Ela levantou-se e sorriu para todos. Kátia percebeu que Tânia estava menos pálida e parecia mais confiante do que ela já tinha visto seu olhar antes. “Será que alguém, por favor, poderia me ajudar segurando isso?”, perguntou ela. O Tomas e a Pâmela estavam já lá antes da Kátia. Quando o cartaz muito grande foi desenrolado, todos os estudantes se engasgaram e Sra. Bruna começou a rir. O cartaz era lindo. O círculo no meio era um retrato da Terra vista do espaço e havia um círculo verde em torno com letras brancas. Havia um número surpreendente de ramos e sub-ramos no mapa da mente e cada centímetro do pôster estava coberto com a escrita fina e desenhos feitos a mão. Em torno da imagem da Terra, as palavras escritas eram: Valores de Vida Ecológicos, Respeito e Cuidado com a Terra e Seus Seres Humanos e Animais.

Todos começaram a bater palmas. Eles aplaudiam tanto tempo que Kátia podia ver os olhos de Tânia nadando em lágrimas de felicidade.

“Eu pensei que se nós realmente respeitássemos a Terra e todos os seres humanos e animais, nós faríamos todas as coisas que temos falado.”, disse Tânia “Então, eu só coloquei no papel.”

A semana seguinte foi divertida. A Sra. Bruna os reuniu em pequenos grupos para criar peças/dramas sobre o meio ambiente, canções e poemas. Pâmela perguntou se eles podiam fazer um show para os outros alunos em sua escola e na escola primária. Pâmela com certeza estava sorrindo muito mais agora. “Hmm”, pensou Kátia, “Eu acho que ela tem mais esperança.”

A Sra. Bruna aceitou a oferta de Papai para levar toda a classe para fora em seu barco de trabalho para um piquenique na pequena ilha perto do lugar onde Papai tinha encontrado a baleia. Jorge e seus amigos, Mamãe, e a Mãe de Tânia, também vinham.

“Mas”, disse Kátia para a classe com um olhar um pouco preocupado, “tudo vai ser orgânico e vegetariano. Está tudo bem? Gritos de “Sim!”, “ok” encheram o ar.

### **Discuta**

- Além de aprender sobre o meio ambiente, o que mais você acha que a classe de Kátia aprendeu?
- O que você acha que ajudou Tânia e sua mãe?
- Quais são os outros valores além do respeito e cuidado que você acha que beneficiam a Terra?

Traga a lista que os alunos criaram durante a última lição para a pergunta do dever de casa da Sra. Bruna.

### **Pergunte**

- Há mais alguma coisa que você gostaria de acrescentar a esta lista?
- Há alguma coisa que você gostaria de tirar?

### **Atividade**

Ajude-os na formação de grupos para mapear mentalmente suas ideias, mostrando como uma coisa, se todo mundo fizesse, afetaria muitas outras coisas no mundo.

Se houver tempo, permita que cada grupo compartilhe seus resultados. Eles podem precisar de mais tempo para fazer seu mapa mental completo. Grupos mais velhos podem querer pesquisar alguns dos resultados para que eles possam fazer um trabalho minucioso.

Feche com o exercício de relaxamento/concentração Enviando Paz à Terra.

## **LIÇÃO 14**

### **Anúncios Tentam Fazer Você Acreditar**

Comece com uma música.

Compartilhe o seguinte conceito com os alunos: apreciar a beleza da natureza e da terra, por vezes, permite-nos apreciar a nossa beleza natural mais. Quanto mais apreciamos a beleza natural, menos nós somos enganados em pensar que temos de possuir certas coisas ou parecer de uma certa maneira para se sentir bem sobre nós mesmos ou ser aceito por outros.

A fim de vender as coisas, as empresas contratam empresas de publicidade para criar anúncios impressionantes para que as pessoas comprem seus produtos. Muitas vezes isto implica que você vai ser mais atraente se você usar o seu produto ou se sentir melhor sobre si mesmo se você possuir o que eles estão vendendo.

Esses anúncios podem enganar as pessoas a pensar que eles precisam dessas coisas para ficar bem e para outras pessoas considerá-los bem. Quando as pessoas ouvem muitas mensagens como esta, muitas vezes se esquecem a importância da beleza interior. Essas mensagens não incentivam as pessoas a respeitarem a terra ou o eu interior. O Self sabe que há uma beleza natural dentro.

Quando temos essa consciência em nossa própria mente, podemos estar contentes com nosso próprio valor, curtir os outros por quem eles são e dar felicidade. Simplicidade é ser natural. A simplicidade é linda.

### **Atividade**

#### **Pergunte**

- Quais anúncios são destinados a jovens da sua idade?
- Liste os anúncios que mencionam no quadro. Pegue um anúncio de cada vez e peça-lhes que os discutam. Você pode querer fazer as perguntas abaixo sobre vários anúncios diferentes.
- Que mensagem este anúncio está passando?

- Conte-nos sobre propagandas específicas. Qual é a mensagem deles? Qual é a implicação ou a mensagem oculta?
- O que eles querem que você faça? Por quê?
- A mensagem deles é benéfica para você?
- A mensagem deles é benéfica para o nosso planeta? Por que sim ou por que não?

Em seguida, faça uma outra lista e peça-lhes para criar pensamentos que eles acham que estão mais perto da natureza e da beleza natural. Dê outro exemplo e repita. Mantenha uma lista de seus exemplos.

### **Ponto de reflexão para as idades de 12 a 14**

Discuta o seguinte ponto.

- Simplicidade pergunta se estamos sendo induzidos a comprar produtos desnecessários. Seduções psicológicas criam necessidades artificiais. Desejos estimulados por querer coisas desnecessárias resultam em confrontos de valor complicados pela ganância, medo, pressão dos pares e um falso senso de identidade. Uma vez que o cumprimento de necessidades básicas permite um estilo de vida confortável, extremos e excessos convidam ao excesso de indulgência e desperdício.

Lição de casa para todas as idades: por uma semana, peça a todos para experimentar com simplicidade, vestindo roupas simples para a escola ou quando sair com os amigos. Diga que você gostaria que eles se lembrassem de ter em mente os seguintes pontos de simplicidade: Simplicidade é ser natural. A simplicidade é linda.

Termine a lição jogando um jogo simples ou uma atividade cultural que não exija comprar qualquer coisa. Este poderia ser um jogo de círculo com movimento físico e música, uma dança cultural nativa ou música, um jogo de acampamento ou linha de dança com um canto. Aproveite a simplicidade!

Atividade de acompanhamento: no final da semana, pergunte por seus sentimentos e reações sobre a lição de casa. Peça-lhes que escrevam uma breve redação sobre a sua experiência.

## **LIÇÃO 15**

### **Liberdade em relação a Desejos**

Comece com uma música.

Pergunte aos alunos como eles estão se sentindo sobre sua experiência de usar roupas simples.

Atividade

Liste os pontos de reflexão abaixo no quadro. Peça aos alunos que formem pequenos grupos e discutam os pontos.

Os seguintes pontos foram oferecidos pelos alunos da escola West Kidlington do Reino Unido:

- Simplicidade é a liberdade de desejos materiais e desejos emocionais - permissão para simplesmente “ser.”
- Simplicidade evita o desperdício, ensina economia, evita confrontos de valor complicados pela ganância, medo, pressão dos pares e um falso senso de identidade.
- Da simplicidade cresce a generosidade e partilha.
- Simplicidade é colocar os outros em primeiro lugar com bondade, abertura, intenções puras - sem expectativas e condições.

Inclua o seguinte ponto de reflexão em sua discussão:

- A simplicidade é ter paciência, ser amigo e incentivar.

Peça-lhes que façam um slogan sobre a simplicidade que gostariam de comunicar aos outros. Permita-lhes diferentes opções para decorá-lo. Feche com uma visualização criativa ou um exercício de relaxamento/concentração.

## **LIÇÃO 16**

### **Apreciando as Coisas Simples**

Comece com uma música.

#### **Discuta/compartilhe**

Diga: “Pense por um momento que você gostou de algo que você não poderia comprar em uma loja.”

#### **Pergunte**

- Quais são as coisas simples que você gosta?
- Quantas vezes você disse que estava entediado?
- Foi você que estava entediado ou as coisas ao seu redor que eram chatas?
- Como nossos avós se divertiam antes da TV?

#### **Atividades**

Verbalmente ou em forma escrita, como você achar mais benéfico para o seu grupo em particular, peça-lhes para completar as seguintes frases.

Acho a vida muito complicada quando...

Posso me acalmar por...

Forme um grupo de quatro a cinco para discutir um simples prazer que desfrutaram, e o que você acha de momentos tranquilos. Reporte à classe. (Contribuição de Linda Heppenstall)

Dance: Coloque um pouco de música e peça aos alunos para dançar a simplicidade. Feche com um exercício de relaxamento/concentração.

## **LIÇÃO 17**

### **Um jogo**

Comece com uma música.

#### **Atividade**

Escreva um jogo de classe sobre Redescobrimo as coisas simples na vida/natureza. Talvez realizá-lo para uma montagem. (Contribuição de Linda Heppenstall)

Uma história que se amarra bem com o tema da simplicidade é “O Presente Precioso” por Spencer Johnson. É uma história simples sobre alguém que sabe quando ficamos no momento presente, somos livres para apreciá-lo e ser nutrido por ele. Estamos livres da culpa do passado e preocupação com o futuro.

A história relaciona-se bem aos seguintes pontos da reflexão da simplicidade:

- A simplicidade é permanecer no presente e não fazer as coisas complicadas.

- Simplicidade é desfrutar de uma mente simples e intelecto.

### **Atividade**

Após os alunos lerem, peça-lhes que escrevam sobre o que aprenderam e que façam um desenho sobre sua história (para estudantes mais jovens) ou criem um poema. Para os alunos de oito a dez anos, anexar as histórias às fotos e formar um grande livro de lições aprendidas.

Feche com a Visualização Criativa de Gota de Água.

## **LIÇÃO 18**

### **Desafio da Simplicidade**

Natasha Panzer, professora da 8ª série da Mizzentop School, de Nova York, gosta de oferecer o seguinte desafio de simplicidade aos seus alunos: Durante este mês, seu desafio da simplicidade é reorganizar seu quarto e seu espaço de trabalho em sua casa. Não há nenhum período de tempo específico para esta tarefa. Você vai precisar escolher um tempo que funciona para você. A desordem é uma das maiores causas de stress em nossas vidas. Quando nós desordenamos nossas vidas fisicamente e mentalmente, isso drena nossa energia. Quando reordenamos nossas casas, criamos mais espaço para uma vida pacífica.

#### **Discuta com os alunos a ideia acima e os pontos de reflexão:**

- Minha mente se organiza mais rapidamente e eu me sinto mais clara quando meu espaço de vida não está confuso.
- Eu não preciso de tantas coisas na minha vida para viver ricamente.

Ela dá aos alunos as seguintes informações em forma escrita:

Seu objetivo é ter apenas objetos em seu quarto e seu espaço de trabalho que são úteis e/ou trazem-lhe alegria. Tente minimizar os artigos decorativos e veja como ter somente algumas de suas posses mais valorizadas do lado de fora do armário muda a maneira que o espaço que você vive lhe parece. Depois que você reordenar tudo, tente manter seu quarto e seu espaço de trabalho longe da desordem por tanto tempo quanto possível. Feliz reorganização!

Tocar sua música favorita enquanto você reordena vai ajudar no processo.

Depois de passar por este processo, por favor responda às seguintes perguntas e devolva para mim.

1. Que posses você escolheu deixar fora do armário e à vista?
2. Você encontrou pertences para doar?
3. O processo de reordenar foi difícil, libertador, divertido, ou uma tortura? Explique como você se sentiu durante o processo e como você se sente agora que seu espaço está reorganizado.

\* \* \* \* \*

#### **Quem quer que tenha usado essas atividades, acessou esses valores.**

Convidamos você a compartilhar conosco sua experiência, tanto com você quanto com aqueles com quem você compartilhou. Você pode nos dizer do que gostou e o que talvez não tenha tido os resultados esperados. Estamos continuamente atualizando e esperamos melhorar a forma como os

valores podem ser descobertos e cada sugestão - feedback que recebemos é cuidadosamente considerada. ([vivendovaloresbrasil@gmail.com](mailto:vivendovaloresbrasil@gmail.com))

Obrigada

## SÉRIE BIBLIOTECA ARCO-ÍRIS

### DOWNLOAD GRATUITO DE LIVRETOS PARA IMPRIMIR

Fornecimento de Atividades para Todos - Professores, Cuidadores, Pais, Indivíduos, Áreas de Interesse em Especial, Valores de Vida para o Desenvolvimento Pessoal e Comunitário.

Estudo Doméstico Para Adultos, Famílias e Grupos de Estudo

Diário Pessoal de Estudo Doméstico

Grupos de Estudos Vivendo Valores Para Adultos

Livreto Vivendo Valores de Autorreflexão - programa de 12 semanas experiência de escola

Vivendo Valores - (critério Vivendo Valores, Kuwait e Bali)

Vivendo Valores para jovens adultos (extraído dos livros de atividades)

Vivendo Valores de 8 a 14 para a paz (extraído dos livros de atividades)

Vivendo Valores de 8 a 14 para respeito (extraído dos livros de atividades)

Guia de Treinamento do Facilitador Vivendo Valores

Melhorando as Capacidades de Facilitação do Vivendo Valores

Criado especificamente para aqueles que desejam compartilhar atividades do VIVENDO VALORES que não têm acesso aos recursos impressos formais dos valores ou para instrutores de valores de vida. Estes folhetos simples, a maioria com menos de 60 páginas, podem ser fotocopiados para uso em sala de aula ou em casa no formato "Folheto", ou seja, A4 dobrado (metade do tamanho) e grampeados.

Livretos como o "VIVENDO VALORES Estudo Doméstico" e o "Diário" que acompanha com mais de 60 páginas devem ser copiados como A4 (página inteira) em frente e verso.

Cada livreto é criado com atividades para a faixa etária e/ ou as informações de valores que ele apresenta.

Esta série será continuamente expandida para atender necessidades.

## NOTAS

O Vivendo Valores é uma maneira de conceituar a educação que promove o desenvolvimento de comunidades com sistema de aprendizagem baseado em valores e coloca a busca de significado e propósito no coração da educação.

O Vivendo Valores enfatiza o valor e a integridade de cada pessoa envolvida na educação, no lar, na escola e na comunidade. Na educação de qualidade, o Vivendo Valores apoia o desenvolvimento global do indivíduo e uma cultura de valores positivos em cada sociedade e em todo o mundo, acreditando que a educação é uma atividade intencional destinada a ajudar a humanidade a florescer.

Material e Atividades da série Valores Arco-Íris são adaptados de:

Atividades de Valores de Vida para Crianças de 8 a 14 anos de Diane Tillman Direitos Autorais © Associação Internacional Vivendo Valores na Educação

Mais informações sobre a série de apostilas Arco-Íris do Vivendo Valores na Educação estão disponíveis em <https://vivendovalores.org.br/biblioteca-arco-iris>

# Declaração de Visão

O Vivendo Valores na Educação é uma maneira de educar que promove o desenvolvimento de comunidades e locais de aprendizado baseado em valores que procuram o significado e propósito no âmago da educação. O VIVE enfatiza o valor e a integridade de cada pessoa envolvida com a educação, seja no lar, na escola ou na comunidade.

Ao promover uma educação de qualidade, o VIVE apoia o desenvolvimento geral do indivíduo e uma cultura de valores positivos em cada sociedade e em todo o mundo, acreditando que a educação é uma atividade com propósito, com o objetivo de ajudar a humanidade a florescer.

Os materiais e atividades neste livreto de Valores Arco-Íris foram adaptados de:  
Atividades com Valores para Crianças de 8 a 14 anos de Diane Tillman (Copyright © Association for Living Values Education International ALIVE)

Mais informações sobre a série de apostilas Arco-Íris do Vivendo Valores na Educação estão disponíveis em <https://vivendovalores.org.br/biblioteca-arco-iris>