



DIVULGAÇÃO DE BOAS PRÁTICAS

E. E. PROFESSOR JOSE
LIBERATTI

Projeto de Vida - Atenção Plena

Diretoria de Ensino - Região Osasco
16/10/2023

DIVULGAÇÃO DE BOAS PRÁTICAS

E. E. PROFESSOR JOSE LIBERATTI

Diretor(a): Marcos Aurelio

Nome do Projeto/Ação/Evento: Projeto de Vida -
Atenção Plena

Objetivo do Projeto/Ação/Evento: Perceber os diferentes valores presentes nas pessoas e em si, reconhecendo-os como parte integrante da identidade humana.

Descrição do Projeto/Ação/Evento: No mundo contemporâneo, os muitos estímulos que disputam nossa atenção podem nos distrair quando realizamos uma tarefa ou atividade que exige concentração. Pensando nisso os professores Márcia Fernanda, Adriane e Luís desenvolveram uma atividade com mandalas para desenvolver a atenção plena. Esta atividade teve seu início com um texto, o qual foi trabalhado no ensino médio e fundamental, depois os alunos pintaram mandalas com intensão de ampliar sua capacidade de sustentar o equilíbrio e tranquilidade durante atividades que exigem

concentração e permitem que a pessoa fique emaranhada com seus pensamentos e sentimentos.

Data de realização: 16/10/2023

Público Alvo: Alunos do Ensino Médio e Fundamental

Equipe Organizadora: Professor Coordenador e Professores

Quantidades de Participantes: 286

Impacto nos Resultados Educacionais da Escola: Os alunos puderam perceber que quando nossa mente está voltada para a experiência do momento presente, a concentração e a capacidade de relaxar nos levam a Atenção Plena!

Parcerias Envolvidas:

Fotos



Alunos das primeiras séries escolhendo as cores que melhor refletem seus sentimentos.



Os alunos pensaram nos padrões de simetria e calmamente foram pintando as mandalas com atenção plena.



Pouco a pouco as mandalas foram sendo agrupadas e formando novas figuras, do micro para o macro!

Arquivo recebido em: 20/10/2023 10:26:08