

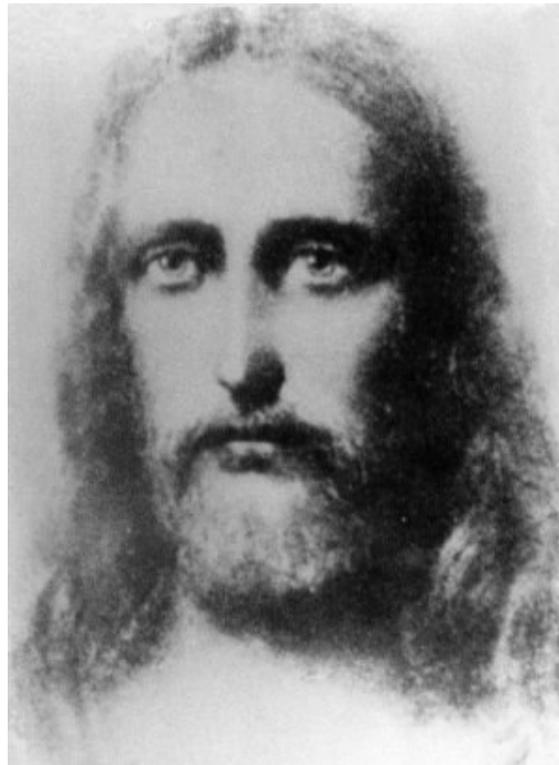
<b>Nome: Luciene</b> <b>Ciclo: III</b>		<b>Plano de Aula de Evangelização</b> <b>UNIDADE: Espiritismo</b> <b>Aula: O Homem – Valorização da vida</b>	
<b>Data: 01 de abril.2008</b>			
<b>TEMA: AUTO-ESTIMA</b>		<b>TEMAS TRANSVERSAIS: Auto-conhecimento, amor ao próximo como a si mesmo...</b>	
<b>Objetivos:</b> Perceber que todos somos filhos de Deus e importantes igualmente para Ele. Somos criaturas inteligentes, capacitadas para progredir e evoluir. Deus dotou-nos da capacidade de amar; aprender a amar é de vital importância para nós. Para aprendermos a amar o próximo, temos que amar também a nós mesmos. Nos respeitarmos.			
<b>Tempo</b>	<b>Atividades</b>	<b>Dinâmicas</b>	<b>Materiais</b>
5min	Relaxamento com música	Após exercícios de respiração, iniciar a reflexão. Levar as crianças a mentalizar-se em uma viagem de barco onde o comandante é Jesus. Todos os passageiros são diferentes: alguns altos, magros, gordos, de todas as raças, etc. Uma alegria e gratidão envolve a todos, pois se reconhecem amados pelo Pai e seguros, pois o Mestre lhes aponta o caminho mais seguro para o porto. Uma prece é dirigida a Ele... Assim inicia-se a reunião	Reflexão e prece
10 min	Boas vindas – dinâmica de apresentação dos componentes	<b>Alô, alô!</b> Formar uma grande roda com todos os participantes e pedir que cada um se apresente de forma cantada com a seguinte frase: "Sou eu FULANO, que vim para ficar; sou eu, FULANO, que vim participar." É importante que cada um fale o seu nome, pois este simples exercício trabalha a auto-estima.	Dinâmica
20 min	Introdução ao tema-  Perguntar-lhes se sabem o que é Auto-estima. Ouvir respostas e desenvolver o tema (VER ANEXO 1)  Contar a estória: A PEDRA MÁGICA (anexo 2)	<b>Diálogo – exposição oral e visual</b>	

25 min	Propor a dinâmica- <b>Dinâmica: "Descobrimo as qualidades"</b>	<b>Dinâmica: "Descobrimo as qualidades"</b>  <b>Objetivo:</b> Interação <b>Materiais:</b> quebra-cabeça, pedaços de papel e caneta  <b>Procedimento:</b>  Dois grupos formam um círculo, com os componentes intercalados ( ex. um do amarelo, outro do azul e assim em diante até terminar o círculo).  Cada componente deve escrever em um pedaço de papel uma qualidade própria (usando apenas uma palavra) e entregar para o participante do lado direito, sendo este o componente do grupo oposto, que deverá fazer mímica para que o seu grupo descubra a qualidade do participante ao lado (grupo oposto), quando o grupo acerta a qualidade logo o outro componente do mesmo grupo anterior que estava fazendo a mímica começa a fazer também a sua e assim sucessivamente .  Enquanto isso o líder do grupo oposto está dentro do círculo montando um quebra cabeça, quando ele terminar o tempo acaba e ganha o grupo que descobriu mais qualidades do grupo oposto.	Levar <b>cartões amarelos e azuis</b> ( quantidade suficiente para que cada participante tenha 1 de cada cor)  Pedaço de papel para cada participante  <b>2 quebra cabeças</b> (anexo 2)
19:40h	Terapia do abraço (troca de abraços) Prece final		
	<b>Observações</b>		

Ciclo 3

Tema: **Amar a Si Próprio, Auto-Estima**

**Objetivo:** Perceber que todos somos filhos de Deus e importantes igualmente para Ele. Somos criaturas inteligentes, capacitadas para progredir e evoluir. Deus dotou-nos da capacidade de amar; aprender a amar é de vital importância para nós. Para aprendermos a amar o próximo, temos que amar também a nós mesmos. Nos respeitarmos.



Você é luz! – disse Jesus.  
A amar e perdoar Ele veio nos ensinar.  
Mas se de mim eu não gostar,

## como ao próximo hei de amar?

Todos nós somos filhos de Deus, ele nos criou e cuida de nós, sempre.

Cada um de nós é muito importante para Deus, somos seus filhos amados.

Eles nos dotou com a capacidade de pensar; somos criaturas inteligentes, capacitadas para progredir e evoluir. Dotou-nos também com a capacidade de amar; aprender a amar é de vital importância para nós, pois é através da convivência com o próximo que conquistamos a perfeição moral.

Jesus veio à Terra nos ensinar a importância do amor e do perdão. Ele nos disse:

**„Ama a teu próximo como a ti mesmo.“**

Mas como poderemos seguir este que é o maior dos mandamentos, se não amamos a nós mesmos?



**Parece impossível que alguém não goste de si mesmo, mas não é assim tão raro.**

**Existem pessoas que não conhecem sua importância na obra divina, não conseguem enxergar a Deus e o seu próprio papel nesta engrenagem maravilhosa da vida e do universo, que se sentem inferiores, sem valor.**

**Somos todos criaturas de Deus, temos um destino sublime que é a perfeição.**

**Somo eternos!**

**Não devemos alimentar nossa vaidade e egoísmo, mas sim, ter consciência de nossa parte no cenário da vida. Alguns já aprenderam que somos todos iguais perante Deus, outros ainda não, mas todos chegaremos lá.**

**E o que seria, exatamente a auto-estima?**

**A palavra já diz que é estimar-se, gostar de si mesmo.**

**Qual o modo correto de aplicar a auto-estima em nossa vida?**

**Respeitar-se, tornar-se uma pessoa melhor a cada dia, cuidar do corpo físico, evitando abusos e excessos.**



**Não se drogue**



**Não seja guloso**



**Buscar sempre aprender de forma humilde, mas firme e perseverante, ter fé e confiança em Deus e em si mesmo.**

**Desenvolver hábitos saudáveis.**

**Boa alimentação,**

**Higiene pessoal,**

**Cuidar da espiritualidade,**

**estar sempre ligado a Deus,**

**estudar,**

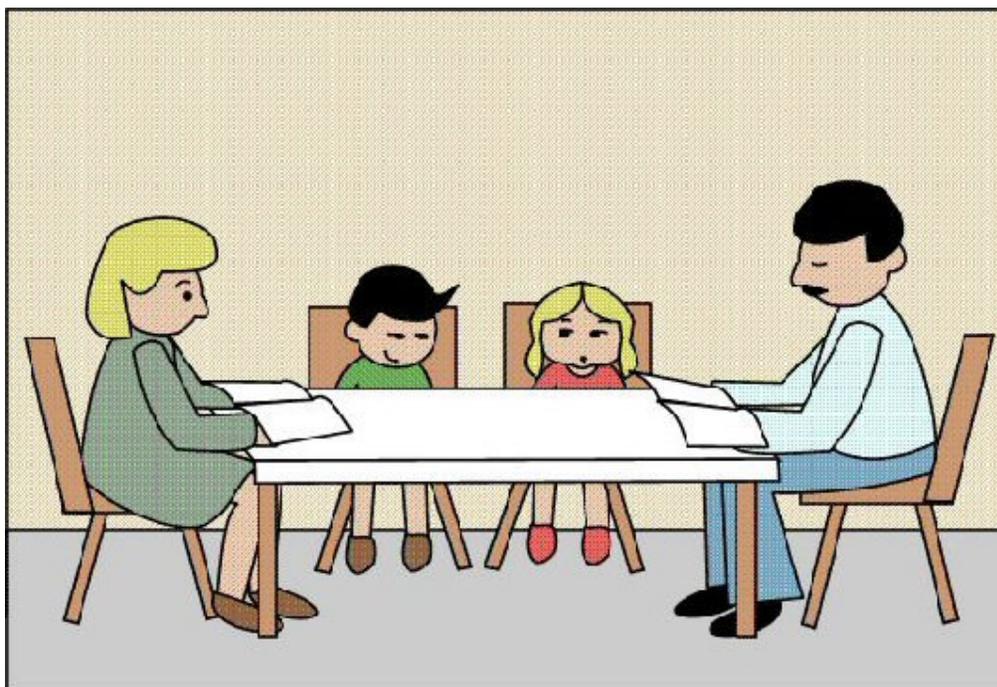
**ter lazer saudável,**

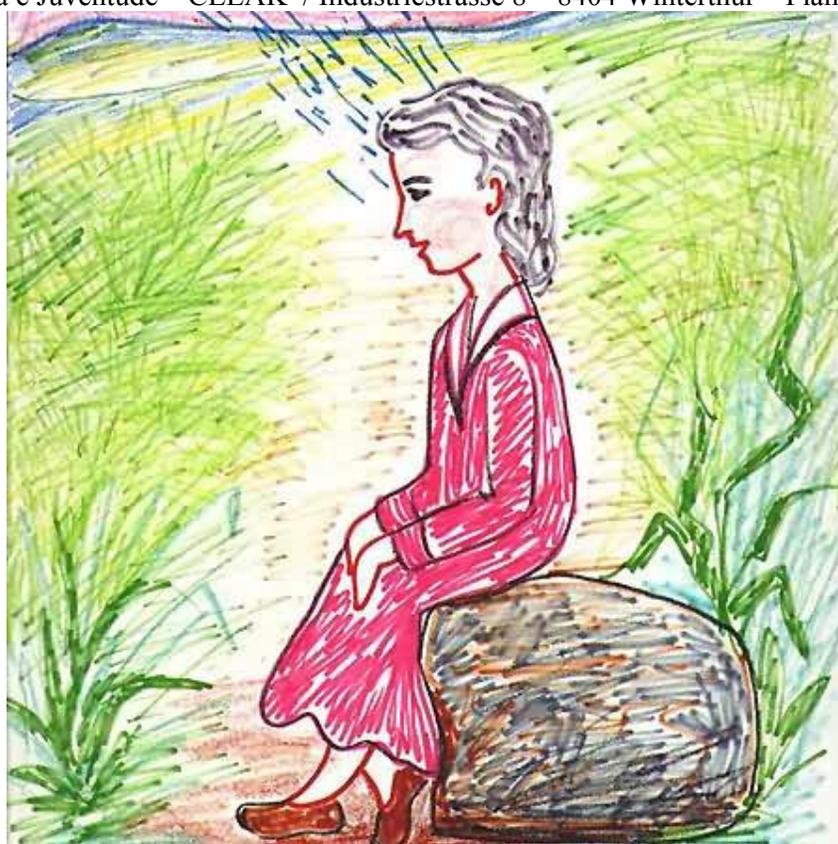
**convivência harmoniosa com todos.**

**Viver em paz e harmonia com as Leis de Deus.**

**Entender que possuímos um corpo físico, a condição social e a família que no momento são os mais adequados para nossa evolução, e isto não nos torna melhores ou piores.**

**Saber que podemos, apesar de certas dificuldades, dar o melhor de nós, nos esforçarmos pra viver bem e em paz com todos.**







Só podemos dar o que possuímos e se devemos amar o próximo, devemos aprender a nos amar.

Não podemos ter complexo de inferioridade ou pena de nós mesmos; esses sentimentos além de atrasarem nossa evolução, adoecem a alma e, conseqüentemente, o corpo físico.

Mas podemos, e devemos, tentar modificar o que nos faz infelizes; claro que nos baseando nos valores morais ensinados por Jesus.

Devemos aprender que a verdadeira felicidade nasce em nós mesmos. Não podemos encontrar a felicidade em bens materiais ou em relacionamentos, pois ela não está lá. A felicidade é uma conquista que chega juntamente com nossa evolução e com o aprendizado do verdadeiro amor.

## **HISTÓRIA            A PEDRA MÁGICA**

**Conta certa lenda que um rei, dono de muitas terras e muito amado por seu povo, adoeceu gravemente.**

**Foram chamados todos os médicos e sábios do reino para fazer um diagnóstico.**

**E chegaram à conclusão que somente uma poção feita com uma planta muito rara poderia salvá-lo.**

**Convocaram todos os súditos para escolherem o cavaleiro mais capacitado para aquela arriscada missão, pois, para conseguir a planta, o cavaleiro enfrentaria muitos perigos.**

**João, o camareiro do castelo, ouvia tudo atentamente, mas não se achava capaz de ajudar o rei, apesar de gostar muito dele (os outros empregados do castelo chamavam João de covarde).**

João era um jovem muito magro e tímido, não gostava da companhia dos outros, pois não tinha confiança em si. Acreditava ser o que diziam dele, que era incapaz, um covarde, um fracassado.

Para se divertirem à custa de João, os empregados do castelo resolveram colocar seu nome no sorteio que iria escolher o cavaleiro mais apto.

No dia do sorteio, todos aguardavam ansiosos pela escolha, Príncipes e nobres de outros reinos e os mais valentes cavaleiros esperavam pela grande oportunidade de ajudar o bondoso rei.

E qual não foi a surpresa na hora do sorteio! Hadad, o Mestre dos Sábios, leu em voz alta o nome escolhido: João!

Foi um alvoroço, todos se perguntavam, como, logo o João? Que azar o do rei, depender logo do jovem mais despreparado e covarde do reino!

João quase desmaiou ao ouvir seu nome; suas pernas tremiam e o coração parecia querer saltar pela boca e, em um canto, os responsáveis pela chacota riam para valer.

Mas Hadad, o Mestre dos Sábios, chama João à sua presença.

Logo que se vê a sós com o Mestre dos Sábios, João via logo explicando o engano.

Mas Hadad lhe diz que, se ele foi o escolhido, é porque havia uma razão muito especial e, notando sua insegurança, entrega-lhe uma pedra com formato ovalado, dizendo que aquela pedra possuía poderes especiais, que tornava forte, poderoso, valente e destemido quem a possuísse.

João, ao pegar a pedra sentiu que uma força especial nascia dentro dele.

Durante vários dias, João cavalejou pela floresta negra, enfrentou o pântano, os animais selvagens, a fome, o frio e a solidão.

Quando sentia que frquejava, segurava com força a pedra e dizia:

- Eu posso! Eu consigo! Não vou desistir!

E assim, após um mês, João retornou, trazendo a planta para a poção.

O rei recuperou-se e ficou muito grato a João, nomeando-o Cavaleiro do Rei.

E chegou a ora que João estava tentando evitar: devolver a pedra tão preciosa que modificou-lhe a vida, tornando-o diferente, dando-le coragem para enfrentar seus medos.

Mas, ao devolver a pedra a Hadad, este a pegou e lançou-a longe.

- **Como pode Hada, jogar fora algo tão valioso, tão mágico?**
- **Ora, João, você ainda não percebeu que esta pedra nada tem a ver com a sua mudança? Antes de você entrar, eu peguei esta pedra lá no jardim, Usei-a para mostrar a você que a coragem e a força residem dentro de nós. Sua nova postura veio à tona por sua vontade. Sua força sempre esteve aí, dentro de você; nossa melhora só depende de nosso querer.**

João, envergonhado, percebeu que o Mestre dizia a verdade. Ele havia se modificado e, por consequencia, toda a sua vida também.

Assim, João aprendeu valiosa lição.

**FIM**

Adaptação de Maria Cássia Anselmo.

#### **AAktividade Individual n°1**

O auto-conhecimento é um passo muito importante para melhorarmos, nos corrigirmos e vivermos melhor. Analise a você mesmo e escreva 5 qualidades que possui:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

#### **Atividade individual n.2**

Na história, João aprendeu uma valiosa lição. Qual foi a lição?

---

---

---

Dividir a sala em grupos que irão contar a história da Pedra Mágica através de quadrinho.

Utilizar:

Cartolina ou papel pardo, canetinha, lápis, borracha, giz de cera, régua.

Vocabulário:

**Auto-estima**- valorização de si mesmo; amor próprio

**Engrenagem**- organização, organismo

**Sublime**- esplêndido, esplendente, manfífico.

**Hábitos** – usos, costumes.

**Diagnóstico**- conhecimento ou determinação duma doença pelos sintomas, sinal ou sinais ou mediante exames diversos.

**Apto**- hábil, habilitado, capaz

**Chacota** – zombaria, palavras, atitudes ou gestos, com que se procura levar ao ridículo ou expor ao desdém ou menosprezo uma pessoa.

**Alvoroço** – agitação, sobressalto, tumulto, confusão

**Pântano** – região inundada por águas estagnadas, terras baixas e alagadas

**Bibliografia:**

O Livro dos Espiritos – Allan Kardec

O Evangelho Segundo o Espiritismo- Allan Kardec





Quebra-cabeças 1



Quebra-cabeças 2

