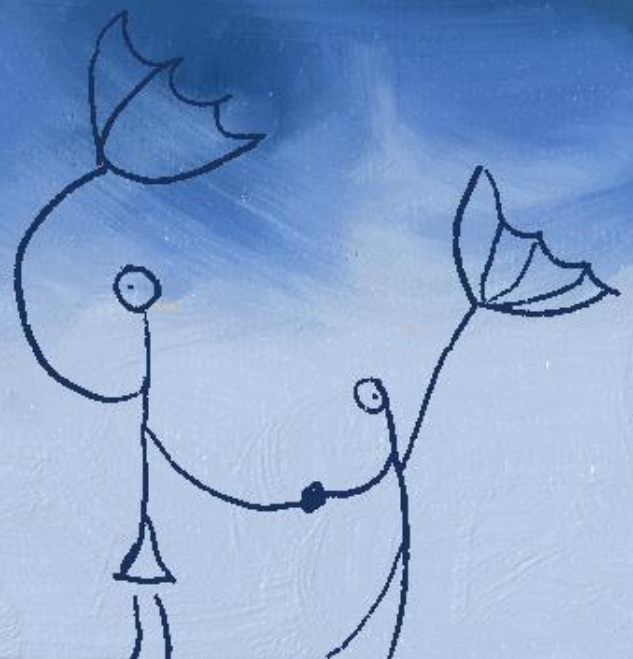
RESCUR

currículo europeu
para a resiliência

RESILIÊNCIA

Um fenómeno interativo do qual resultam consequências relativamente positivas apesar de terem sido confrontados com graves fatores de stress ou adversidades

(Rutter, 2013)



Resiliência

a capacidade
que os indivíduos têm
para **navegar**
através dos seus
recursos...

(Ungar, 2008)

… a capacidade

de **negociar …**,

o **acesso** a estes

recursos.

(Ungar, 2008)

Múltiplas Tensões

(Ungar, 2007)

YOU CAN'T STOP THE WAVES
BUT YOU CAN LEARN TO SURF

Lifelong Learning Programme

RESCUR: SURFING THE WAVES

A RESILIENCE CURRICULUM FOR EARLY YEARS AND PRIMARY SCHOOLS

O currículo RESCUR é um projeto financiado com o apoio da Comissão Europeia

Education and Culture DG

Lifelong Learning Programme

University of Malta
L-Università ta' Malta

Carmel Cefai – Coordenador
Paul Bartolo, Kathya Galea

MALTA

Maria Assunta Zanetti
Valeria Cavioni

UNIVERSITÀ DI PAVIA

ITÁLIA

SVEUČILIŠTE U ZAGREBU

Renata Miljevic-Ridick
Dejana Bouillet
Tea Pavin Ivanec
Mirjana Milanovic

CROÁCIA

Celeste Simões
Paula Lebre
Anabela Santos

LISBOA
UNIVERSIDADE DE LISBOA

PORTUGAL

UNIVERSITY OF CRETE

Anastassios Matsapoulos
Mariza Gavagiannaki

GRÉCIA

Birgitta Kimber
Charli Eriksson

ÖREBRO UNIVERSITY

SUÉCIA

RESCUR
currículo europeu
para a resiliência

1

- Enquadramento Teórico
- Currículo Universal

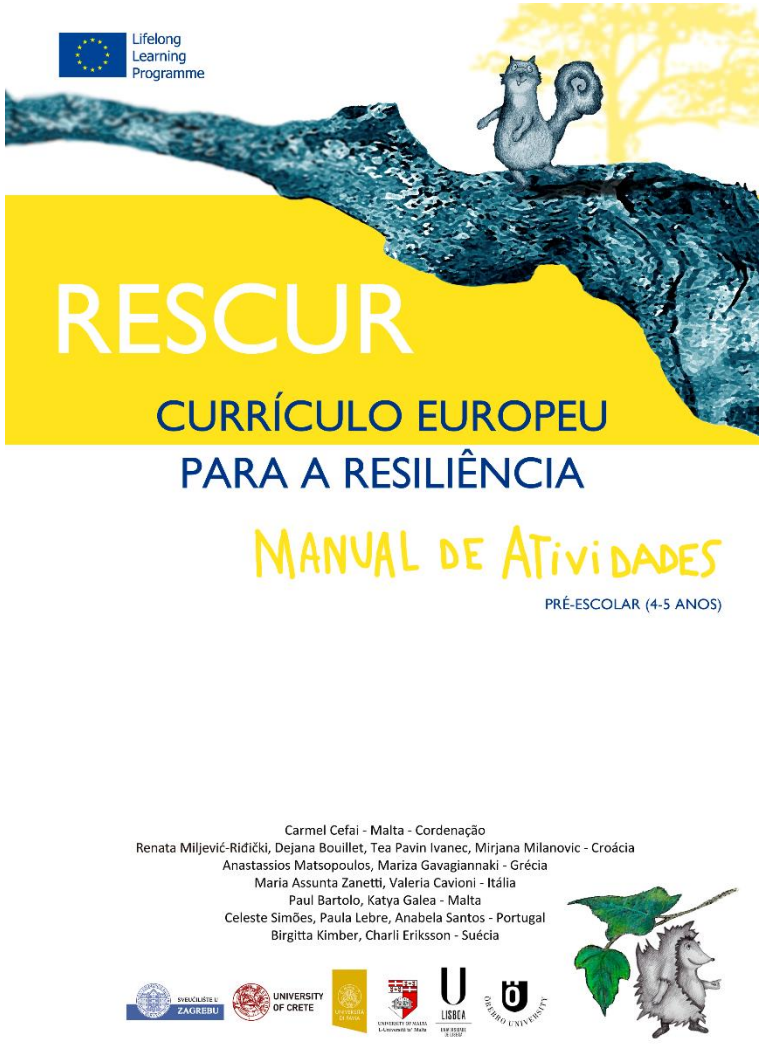
2

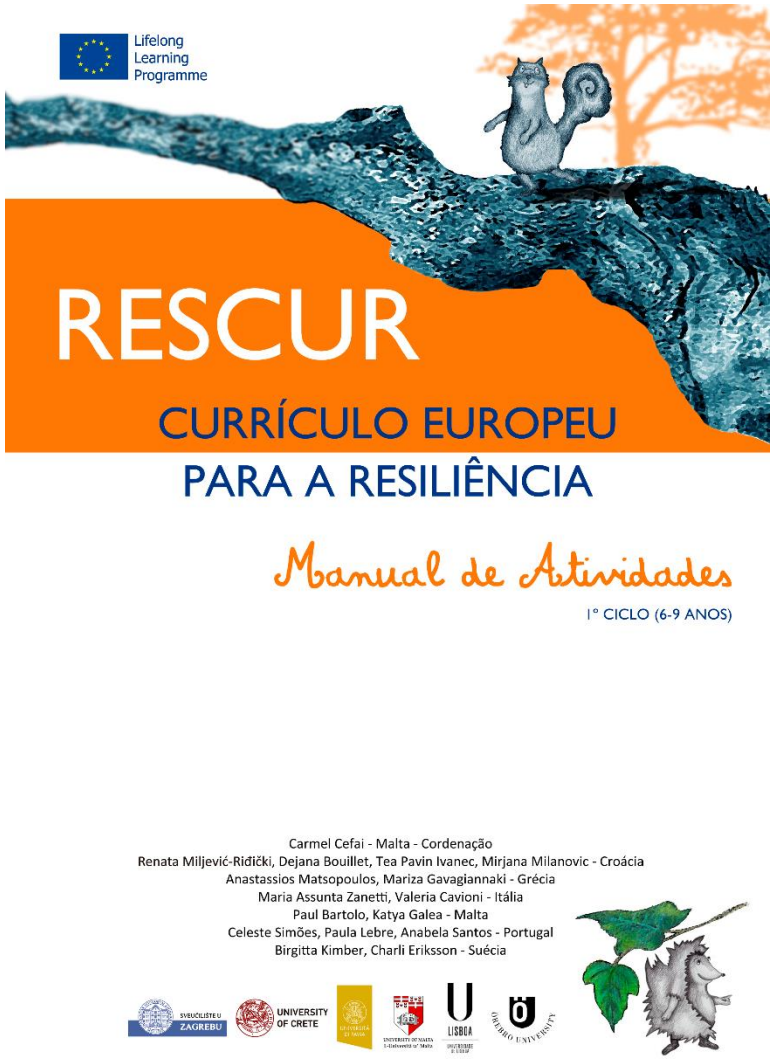
- Formação de Professores
- Implementação Piloto
- Avaliação / Reajuste do Currículo

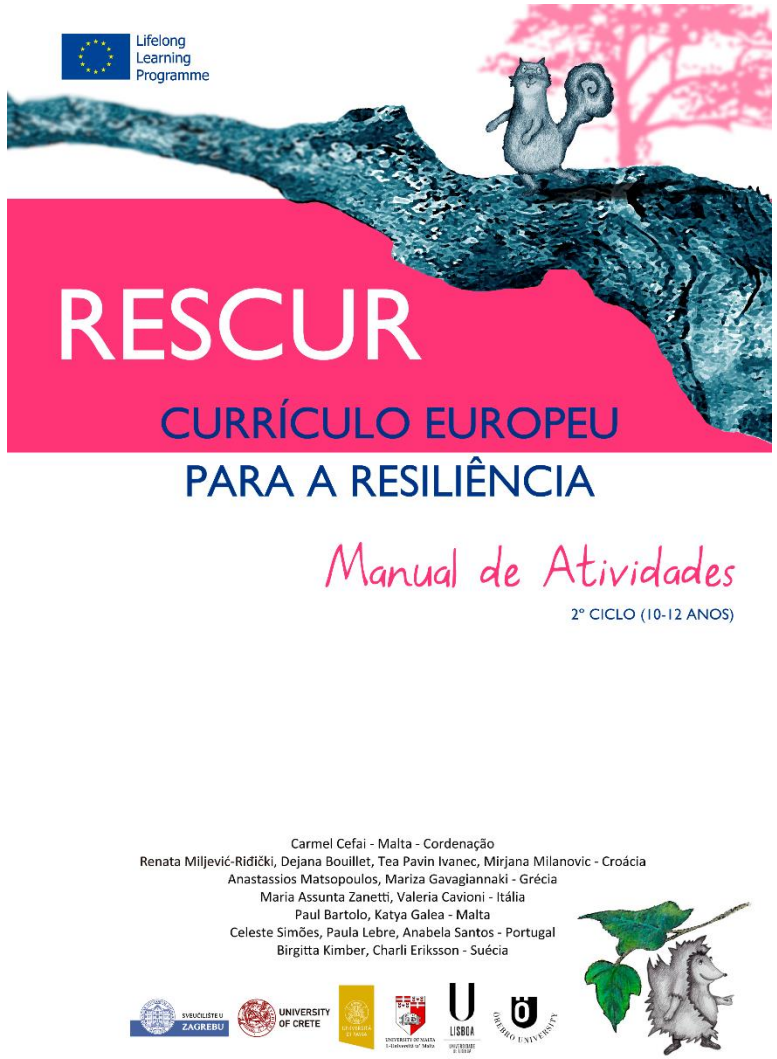
3

- Guia para os Professores
- Guia para os Pais
- Tradução do Manual (6 línguas)
- Mestrado Europeu em Resiliência Educacional

MATERIAIS FINAIS







TEMAS

1. DESENVOLVER COMPETÊNCIAS DE COMUNICAÇÃO

2. ESTABELECER E MANTER RELAÇÕES SAUDÁVEIS

3. DESENVOLVER UMA MENTE POSITIVA

4. DESENVOLVER A AUTODETERMINAÇÃO

5. DESENVOLVER RECURSOS

6. TRANSFORMAR DESAFIOS EM OPORTUNIDADES

TEMA 5: Desenvolver recursos

Subtema 1 - Autoconceito e autoestima positivos

TÓPICO 1

Conhecer aspetos sobre si próprio para ter um autoconceito positivo

TÓPICO 2

Descobrir aspetos positivos sobre si próprio para aumentar a autoestima

TÓPICO 3

Compreender que os nossos recursos são uma parte do que fomos e do que poderemos ser

Subtema 2 - Utilizar os recursos no envolvimento académico e social

TÓPICO 1

Utilizar os recursos quando sentem desconforto e quando confortam os outros

TÓPICO 2

Promover as competências sociais e a participação social

TÓPICO 3

Definir objetivos para o envolvimento académico e social

SUBTEMA 1
Autoestima e autoconceito positivos

O autoconceito refere-se a um "conjunto de crenças sobre a própria natureza do indivíduo, as suas qualidades únicas, e o comportamento típico…uma imagem mental de si próprio…um conjunto de autoconceções"…pode incluir diferentes crenças, tais como "Eu sou uma pessoa descontraída" ou "Eu sou bonito(a)" ou "Eu sou trabalhador(a)" (Weiten, Dunn, & Hammer, 2012)[17]. O autoconceito refere-se a vários aspetos do "eu" tais como o social, a competência, o afeto, o físico, o académico, o familiar, entre outros. O autoconceito não diz respeito a um tempo específico, não se referindo apenas ao que o individuo é agora, mas também ao que já foi e ao que poderá ser, o que explica em parte, o porquê de ser relevante para a realização futura. A autoestima (o quanto o indivíduo se valoriza a si próprio) tem sido vista como uma das três partes do autoconceito, sendo as restantes a autoimagem (como o individuo se vê) e o "eu ideal" (como o individuo gostaria de ser). Quanto mais próximo o indivíduo estiver do seu "eu-ideal", melhor pessoa será. Respeito por si próprio é um benefício em si mesmo, mas também deve ser congruente, isto é, o autoconceito deve estar relacionado com a realidade. Nos dois primeiros tópicos, as crianças terão a oportunidade de descobrir coisas sobre si próprias que aumentam o seu autoconceito e a sua autoestima, respetivamente. O terceiro tópico incentiva as crianças a perceber que as suas forças são parte do que foram, são e serão.

TÓPICO 1 **Objetivos de Aprendizagem**	**CONHECER ASPETOS SOBRE SI PRÓPRIO PARA TER UM AUTOCONCEITO POSITIVO** • COMPREENDER QUE O NOME DE ALGUÉM É UMA PARTE IMPORTANTE DE CADA UM. • DESCOBRIR INFORMAÇÃO DO PASSADO SOBRE O PRÓPRIO NOME. • DESCOBRIR COISAS POSITIVAS SOBRE SI PRÓPRIO.
TÓPICO 2 **Objetivos de Aprendizagem**	**DESCOBRIR ASPETOS POSITIVOS SOBRE SI PRÓPRIO PARA AUMENTAR A AUTOESTIMA** • IDENTIFICAR AS COISAS EM QUE ELES SÃO BONS. • IDENTIFICAR ALGUMAS COISAS EM QUE ELES SÃO BONS. • NOMEAR ALGUMAS DAS SUAS COMPETÊNCIAS.
TÓPICO 3 **Objetivos de Aprendizagem**	**COMPREENDER QUE OS NOSSOS RECURSOS SÃO UMA PARTE DO QUE FOMOS E DO QUE PODEREMOS SER** • COMPREENDER COMO O PRESENTE É PARTE DAQUILO QUE NOS PODEREMOS TORNAR. • COMPRENDER COMO O PASSADO É PARTE DAQUILO QUE NOS PODEREMOS TORNAR. • COMPREENDER COMO O PASSADO E O PRESENTE SÃO PARTE DAQUILO QUE NOS PODEREMOS TORNAR.

RESCUR – MANUAL DO PROFESSOR 1º CICLO TEMA 5 DESENVOLVER RECURSOS

Indicações para professores

1 Mostre às crianças, o máximo possível, as suas forças através de comentários ao longo de todas as sessões. Seja o mais específico possível e tente comentar sobre as coisas que eles fizerem. Aquilo que um fizer poderá ser desenvolvido e melhorado, mas as caraterísticas de cada um são mais difíceis de mudar; comentar de forma tardia faz com que as crianças se sintam inseguras e ansiosas. Em vez de dizer "Tu és tão inteligente", poderá dizer "Eu gosto que trabalhes arduamente nas tuas tarefas, irá valer a pena no futuro". Em vez de dizer " És tão bom amigo" diga " Eu valorizo que sejas bondoso para os teus amigos".

2.Assegure-se que comenta as coisas que realmente observa. Observe e comente sobre as melhorias nessas áreas.

3. Use-se a si próprio como modelo, comente as coisas de que se orgulha ou de que gosta em si próprio.

4.Encoraje as crianças a observar e a comentar sobre as coisas de que gostam nos seus pares.

5. Faça com que as crianças tenham consciência de como as coisas mudam ao logo do tempo mostrando-lhes como o passado é parte daquilo que somos e daquilo que poderemos ser, por exemplo refletindo sobre as histórias que lhes lê.

Tópico 1 - Conhecer aspetos sobre si próprio para ter um autoconceito positivo

No final deste tópico, as crianças deverão ser capazes de:

Compreender que o nome de alguém é uma parte importante de cada um.

Descobrir informação do passado sobre o próprio nome.

Descobrir coisas positivas sobre si próprio.

Atividade 1: O meu nome

Objetivo de Aprendizagem

Compreender que o nome de alguém é uma parte importante de cada um.

Resultado da Aprendizagem. No final desta unidade, eu serei capaz de:

Perceber que o meu nome é uma parte importante de quem eu sou.

Nível

Básico

Materiais Necessários

Fantoches de dedo ou de mão, ficha de atividade "O meu nome".

Etapas da atividade

1. Comece a sessão com uma atividade de *Mindfulness*.

2. Leia a seguinte história às crianças utilizando os fantoches de dedo ou de mão:

Um dia, o Samuel estava em casa com a família e estavam todos a jantar. A mãe do Samuel disse: "*Podes ajudar-me a pensar numa boa história para contar ao teu irmão mais novo, por favor?*". *"Sim"* disse o Samuel, *"E ainda vou tentar continuar a história de ontem e colocar mais alguns detalhes! Eu sou bom a inventar histórias."* A mãe dele disse-lhe: *"Eu sei que és, és igual à pessoa por causa de quem te demos o nome"*. *"E quem é?"* pergunta o Samuel. *"Oh"*, disse a mãe, *"é um escritor famoso"*. *"Ah, vou tentar ser tão bom a escrever como ele, e talvez até serei capaz de escrever também uma peça de teatro"*, disse o Samuel. *"Tenho a certeza que serás capaz"* concluiu a sua mãe.

3. Primeiro ajude as crianças a compreender a história, colocando as seguintes questões:

- O que acharam desta história?
- Já ouviram falar do Samuel Beckett?
- Sabem o que é um escritor? E um dramaturgo?

4. Fale com as crianças sobre ser alguém especial. Diga-lhes que cada uma delas é um ser humano único. E que ser único é fantástico; é bom conhecer outras pessoas únicas

e conhecermo-nos a nós próprios. Por exemplo, os nossos nomes são parte do que somos. Frequentemente identificamo-nos através dos nossos nomes.

5. Convide as crianças a desenharem os seus nomes numa folha de papel, e a decorarem-nos de forma a mostrar algo sobre os seus nomes.

6. Reúna as crianças num círculo e encoraje-as a partilhar as ilustrações dos seus nomes. Ajude as crianças a refletir com base na seguinte frase: "Eu gosto do meu nome porque…"

7. De seguida, pergunte às crianças se gostariam de ter outro nome. E se sim, qual seria?

Atividade para Casa: Convide as crianças a perguntarem aos pais como e porque é que eles decidiram dar-lhes aquele nome em especial. Na sessão seguinte, encoraje as crianças a partilhar o que falaram com os pais.

FICHA DE ATIVIDADE

O MEU NOME

Para os Pais: Por favor, conte à sua criança a razão pela qual lhe deu o nome dela.

Cola aqui uma fotografia tua ou desenha o teu retrato

O meu nome é _____

Porque _____

_____

_____

_____

_____

Lista de Verificação dos Professores - *Tema 5 Desenvolver recursos*

Nome da criança: _____ ***Data:*** ____/____/_____

Instruções: Complete a lista de verificação para cada criança registando um número que melhor corresponda ao nível de aquisição dos objetivos de aprendizagem: 0: Não observado/ Não aplicável; 1: Emergente; 2: Adquirido; 3:Consolidado

5 DESENVOLVER RECURSOS	
5.1 AUTOCONCEITO E AUTOESTIMA POSITIVOS	
5.1.1. Conhecer aspetos sobre si próprio para ter um autoconceito positivo	
5.1.1.B. A criança é capaz de compreender que o nome de alguém é uma parte importante de cada um.	
5.1.1.I. A criança é capaz de descobrir informações do passado sobre o seu nome.	
5.1.1.A. A criança é capaz de descobrir coisas positivas sobre si própria.	
5.1.2. Descobrir aspetos positivos sobre si próprio para aumentar a autoestima	
5.1.2.B. A criança é capaz de reconhecer aspetos em que é boa.	
5.1.2.I. A criança é capaz de identificar algumas coisas em que é boa.	
5.1.2.A. A criança é capaz de nomear algumas das suas competências.	
5.1.3. Compreender que os nossos recursos são uma parte daquilo que fomos, somos e poderemos ser	
5.1.5.B. A criança é capaz de compreender que o presente é parte daquilo em que nos poderemos tornar.	
5.1.5.I. A criança é capaz de compreender que o passado é parte daquilo em que nos poderemos tornar.	
5.1.5.A. A criança é capaz de compreender que o passado e o presente são parte daquilo em que os poderemos tornar.	
5.2. UTILIZAR OS RECURSOS NO ENVOLVIMENTO ACADÉMICO E SOCIAL	
5.2.1. Utilizar os recursos quando sentem desconforto e quando confortam os outros	
5.2.1.B. A criança é capaz de melhorar as competências sociais através do envolvimento em jogos.	
5.2.1.I. A criança é capaz de melhorar as competências sociais através de novas atividades que lhe tragam prazer.	
5.2.1.A. A criança é capaz de melhorar as competências sociais através da elaboração de um plano.	
5.2.2. Promover as competências sociais e participação social	
5.2.2.B. A criança é capaz de utilizar o contacto visual, tom de voz e postura corporal para melhorar a capacidade de escuta.	
5.2.2.I. A criança é capaz reforçar o envolvimento social utilizando pistas verbais.	
5.2.2.A. A criança é capaz de utilizar as capacidades de escuta para reforçar o envolvimento social e a inclusão.	
5.2.3. Definir objetivos para o envolvimento social e académico	
5.2.5.B. A criança é capaz de definir objetivos para aquilo que quer que os outros pensem e digam sobre si.	
5.2.5.I. A criança é capaz de definir um objetivo para melhorar a participação social.	
5.2.5.A. A criança é capaz de definir objetivos para as capacidades que quer desenvolver.	

Recursos:

Necessidades:

Objetivos a melhorar:

Lista de Autoavaliação da Criança

Nome da criança: _____ Data de preenchimento:___/___/_____

Legenda: ☹ Não 😐 Às vezes ☺ Sim

DESENVOLVER RECURSOS		
Por favor assinala a cara que melhor te descreve	**Eu consigo fazer**	**Eu gostaria de fazer**
AUTOCONCEITO E AUTOESTIMA POSITIVOS		
Saber coisas sobre si próprio para ter um autoconceito positivo		
Eu consigo perceber que o meu nome é uma parte importante de quem sou.	☹ 😐 ☺	☹ 😐 ☺
Eu consigo descobrir determinados aspetos sobre o meu nome.	☹ 😐 ☺	☹ 😐 ☺
Eu consigo descobrir coisas positivas sobre mim próprio.	☹ 😐 ☺	☹ 😐 ☺
Descobrir coisas positivas sobre si próprio para aumentar a autoestima		
Eu consigo reconhecer que há coisas em que sou bom/boa.	☹ 😐 ☺	☹ 😐 ☺
Eu consigo identificar algumas coisas em que sou bom/boa.	☹ 😐 ☺	☹ 😐 ☺
Eu consigo nomear algumas das minhas competências.	☹ 😐 ☺	☹ 😐 ☺
Compreender que os nossos recursos são parte daquilo que fomos e do que poderemos ser		
Eu consigo compreender que o presente é parte daquilo que poderei ser.	☹ 😐 ☺	☹ 😐 ☺
Eu consigo descrever como o passado é parte daquilo em que me poderei tornar.	☹ 😐 ☺	☹ 😐 ☺
Eu consigo descrever como o passado e o presente são parte daquilo em que me poderei tornar.	☹ 😐 ☺	☹ 😐 ☺
USAR OS RECURSOS NO ENVOLVIMENTO ACADÉMICO E SOCIAL		
Utilizar os recursos quando sentem desconforto e confortam os outros		
Eu consigo descrever os jogos que gosto de jogar com os outros.	☹ 😐 ☺	☹ 😐 ☺
Eu consigo agir de forma a fazer novas coisas de que goste.	☹ 😐 ☺	☹ 😐 ☺
Eu consigo fazer um plano do que irei fazer.	☹ 😐 ☺	☹ 😐 ☺
Promover as competências sociais e participação social		
Eu consigo usar o contacto visual, tom de voz e postura corporal quando estou a ouvir alguém.	☹ 😐 ☺	☹ 😐 ☺
Eu consigo usar pistas verbais durante uma conversa.	☹ 😐 ☺	☹ 😐 ☺
Eu consigo ser um bom ouvinte para as crianças que vêm de outros países.	☹ 😐 ☺	☹ 😐 ☺
Definir objetivos para o envolvimento social e académico		
Eu consigo identificar o que quero que os outros digam sobre mim.	☹ 😐 ☺	☹ 😐 ☺
Eu consigo descrever um objetivo social para melhorar a minha participação.	☹ 😐 ☺	☹ 😐 ☺
Eu consigo definir objetivos para as capacidades que quero desenvolver.	☹ 😐 ☺	☹ 😐 ☺

Eu gostei de aprender sobre:

Eu gostaria de melhorar:

Recursos

Músicas

Jogos

Posters

Dança

Mascotes

Atividades de Mindfulness

Imagens

Lifelong Learning Programme

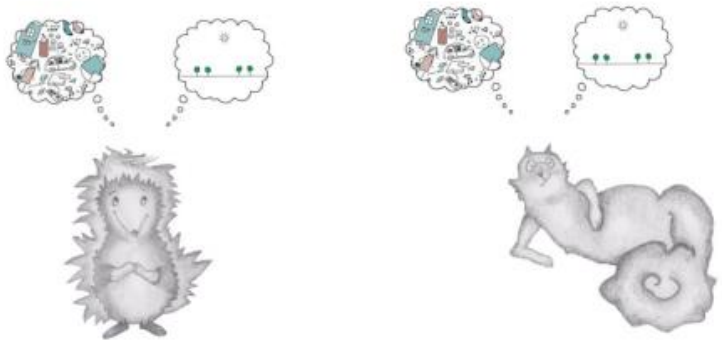
RESCUR

CURRÍCULO EUROPEU PARA A RESILIÊNCIA

Atividades de Mindfulness

EDUCAÇÃO PRÉ-ESCOLAR, 1º E 2º CICLO

ATIVIDADES DE *MINDFULNESS*



Mindfulness ou consciência plena é um estado que resulta da nossa atenção voluntária para o que acontece no momento presente. Significa agir ou dirigir a atenção deliberadamente para o momento presente, sem qualquer tipo de julgamento.

O *Mindfulness* baseia-se na noção de que em qualquer situação das nossas vidas podemos ser influenciados pelos nossos pensamentos, emoções ou sensações corporais sem realmente ter consciência desse facto.

Salienta-se ainda que o *mindfulness* é mais do que um conjunto de atividades, pois pretende ajudar a desenvolver uma atitude positiva perante a vida, sendo que a prática regular das atividades de *mindfulness* ajuda as crianças a alcançar um estado de consciência e calma e de atenção focada, facilitando o autoconhecimento, a aceitação de si, a autorregulação do seu comportamento, a consciência do momento presente e o modo de alcançar maior bem-estar e felicidade.

Diversas investigações científicas assinalam benefícios potenciais do *mindfulness* em crianças ao nível da memória, concentração, ansiedade, autocontrolo, empatia e compreensão dos outros, habilidades de resolução de conflitos, saúde mental e bem-estar.

Algumas instruções gerais para as atividades de *mindfulness*:

Mindfulness é uma prática que nos permite trazer a nossa consciência para o que estamos a experienciar no presente (interna e externamente), sem qualquer tipo de julgamento, ajudando-nos a estar mais conscientes da forma como percecionamos e respondemos às situações da nossa vida.

As atividades que propomos estão incluídas no início de cada lição com uma duração de aproximadamente cinco minutos. A sua repetição regular em casa com a ajuda dos pais pode aumentar o seu real impacto.

Introduzir as atividades reforçando que estas nos podem ajudar a ser resilientes e que ao desenvolver uma consciência plena (*mindful*) teremos mais recursos que nos ajudam a fortalecer a nossa resiliência.

- É importante nunca forçar uma criança a fazer as atividades;
- Encontre, se possível, um espaço tranquilo e silencioso para realizar as atividades;
- Inicie e termine as atividades com um som de um sino ou de uma campainha ou de taças tibetanas[1];
- Propomos um conjunto de atividades simples e práticas de *mindfulness* para as crianças;
- Pode utilizá-las como entender mas deverá fazer uma leitura prévia (a linguagem poderá ser simplificada sempre que necessário);
- No final, encontrará um conjunto de recursos adicionais, tais como páginas web.
- *Mindfulness* ou consciência plena é um processo que demora algum tempo a desenvolver-se;
- É importante aceitar e sermos bondosos para nós próprios enquanto seguimos as instruções;
- É importante usar estas atividades no dia a dia.

Alguns recursos adicionais com exercícios de *mindfulness* podem ser encontrados na internet.

- http://kidsrelaxation.com/all-relaxation-activities/freeze-and-feel/
- http://kidsrelaxation.com/uncategorized/walking-with-mindfulness-thefox-walk/#stash.qBpX9Arv.dpuf
- https://www.youtube.com/embed/5BKYJua7pgs

[1] Som de Taças tibetanas https://www.youtube.com/watch?v=Q5dU6serXkg

1. Respiração

Instruções para as crianças:

A respiração é uma maneira simples de focar a atenção e de entrar em contato connosco.

Podemos usar a respiração sempre que sentimos que precisamos de estar mais atentos ou conscientes.

Sentem-se ou deitem-se confortavelmente.

Vão prestar muita atenção à respiração.

Quando o ar entra pelo nariz, quando estamos a inspirar e quando o ar sai pela boca, quando estamos a expirar.

Prestem atenção ao que acontece quando inspiram e expiram.

Inspirem e expirem profundamente, enchendo o peito de ar na inspiração e esvaziando o peito na expiração.

Concentrem-se na vossa respiração.

Onde está o ar que entra?

Por onde é que vai sair?

Na inspiração sintam o ar nos pulmões.

Na expiração o ar sai dos pulmões e o nosso peito fica mais pequeno.

Coloquem a mão no abdómen, conseguem sentir o abdómen a respirar?

Quando inspiram, o abdómen expande-se e quando expiram o abdómen diminui.

Continuem sentados ou deitados e concentrem-se apenas na respiração.

Deixem os pensamentos "ir e vir", tentem não lhes prestar atenção, concentrem-se apenas na respiração.

Após terminar a atividade, diga às crianças que a respiração é uma maneira muito simples para focarmos a nossa atenção e que podem fazer esta atividade na escola ou em casa sempre que sentirem que precisam de estar mais conscientes, mais calmos ou quando algo não corre bem.

Recursos - Áudio

- MINDFULNESS_01_respiracao.mp3
- MINDFULNESS_02_respiracao.mp3
- MINDFULNESS_03_nuvens.mp3
- MINDFULNESS_04_viagem_corpo.mp3
- MINDFULNESS_05_bondade.mp3
- MINDFULNESS_06_tensao.mp3
- MINDFULNESS_07_presente.mp3
- MINDFULNESS_08_sons.mp3
- MINDFULNESS_09_estrela.mp3
- MINDFULNESS_10_bolhas.mp3

MASCOTES

Samuel

Helena

MASCOTES

IMAGENS

IMAGENS

Direitos e Responsabilidades das Crianças

JOGOS

A Grande Jornada

Definição do Problema e Concepção de Soluções Criativas:

Queres ver TV mas tens trabalhos de casa para fazeres.

Avaliação das Soluções e Tomada de Decisão:

Não encontras o teu jogo preferido. *O que é que vais fazer?*

1. Pedir ajuda para o encontrar.
2. Jogar outro jogo.

Implementação e Avaliação da Solução:

Esqueceste-te de trazer o almoço para a escola.

Definição do Problema e Geração de Soluções Criativas:

Avaliação das Soluções e Tomada de Decisão: (O que é que vais fazer?)

1.

2.

Implementação e Avaliação da Solução:

Livro “Como Dizer Não!”

Este livro vai ajudar-nos a praticar o dizer "NÃO".

Saber quando podemos dizer NÃO.
E quais os momentos e situações em que é certo dizer NÃO.

NO!!!

Está escrito para as crianças, mas os adultos também podem ler.

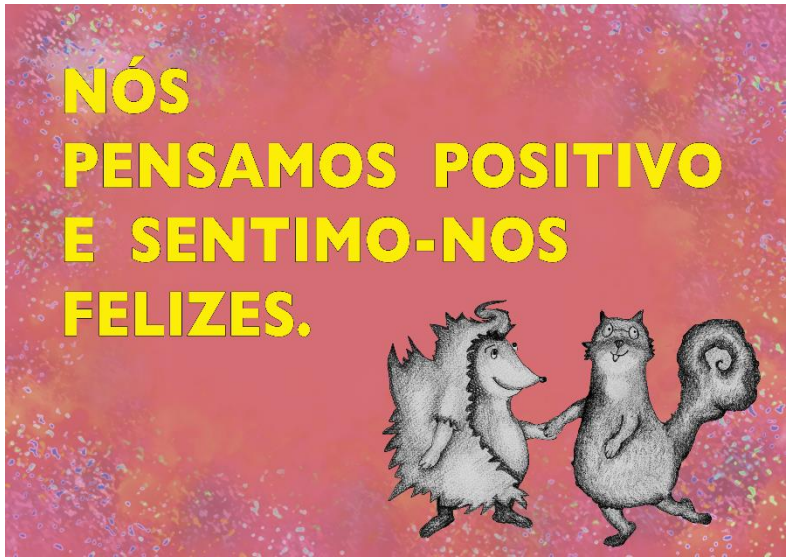
Quando quero fazer algo que não me deixam, é difícil aceitar o não.

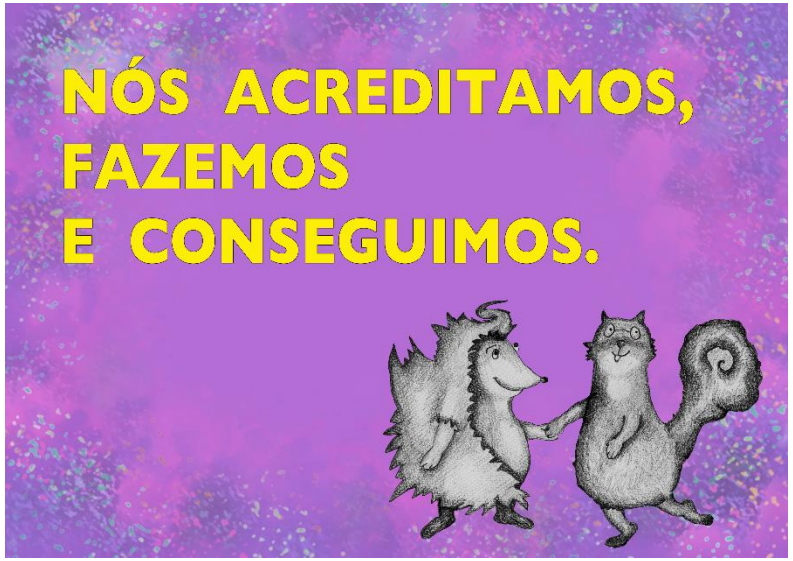
Por vezes quando queremos muito alguma coisa, temos que pensar em dizer não a nós mesmos, para não nos arrependermos depois.

POSTERS

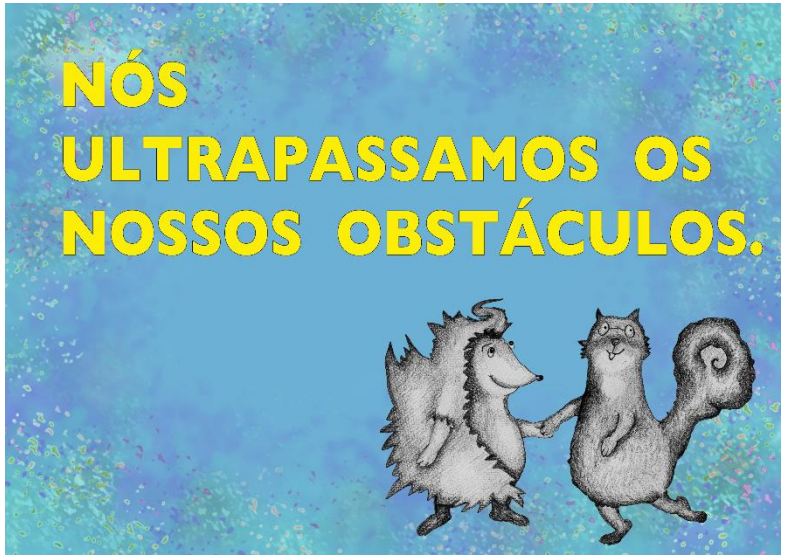
NÓS OUVIMOS
E COMPREENDEMOS.

NÓS CONSTRUÍMOS
RELAÇÕES FORTES.

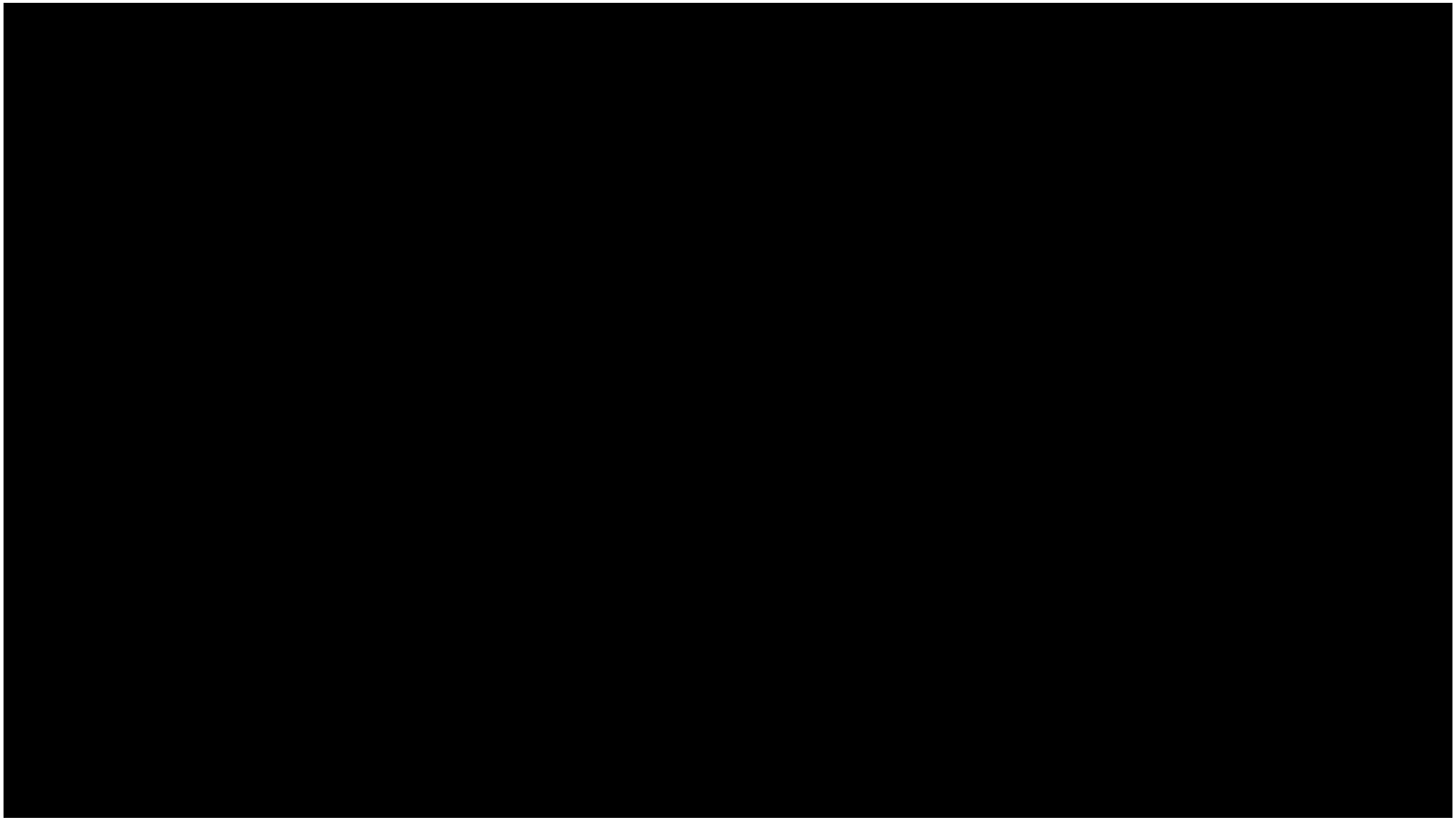

NÓS
PENSAMOS POSITIVO
E SENTIMO-NOS
FELIZES.


NÓS ACREDITAMOS,
FAZEMOS
E CONSEGUIMOS.

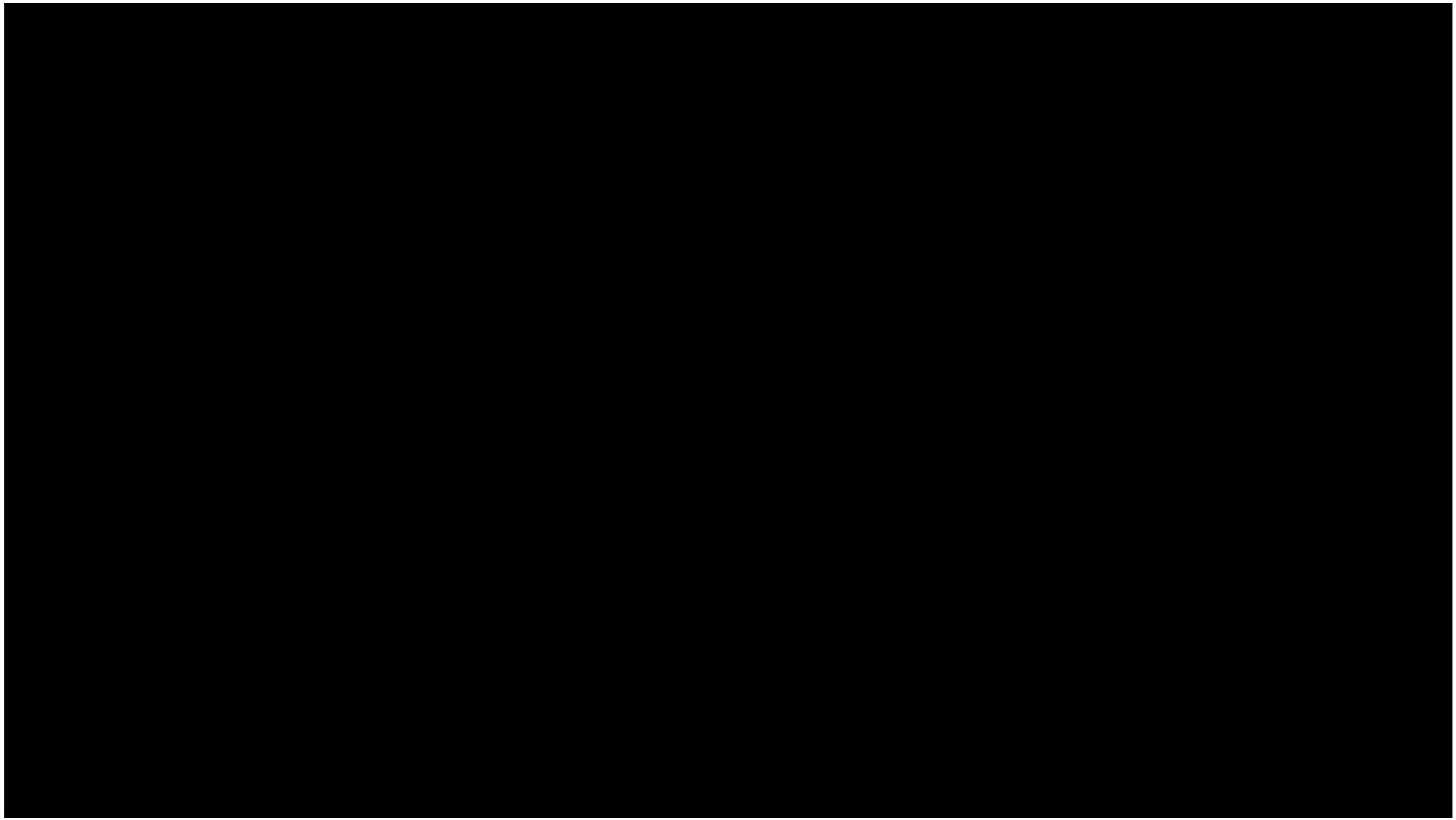
NÓS
DESENVOLVEMOS
OS NOSSOS
RECURSOS.


NÓS
ULTRAPASSAMOS OS
NOSSOS OBSTÁCULOS.

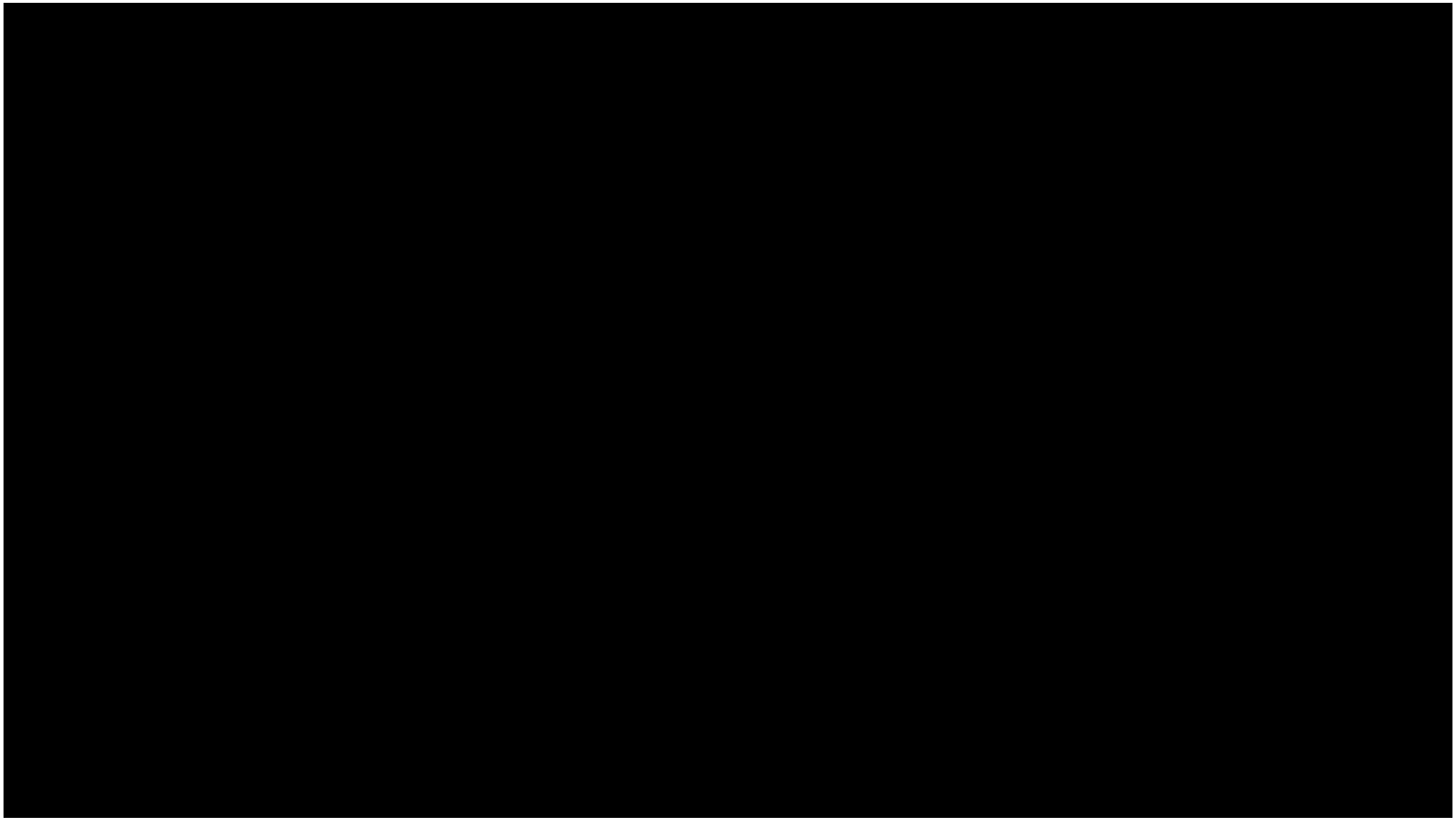
MÚSICA e DANÇA “A ouriço Helena”



MÚSICA e DANÇA “O esquilo Samuel”



MÚSICA e DANÇA “O esquilo Samuel e a ouriço Helena”



Lifelong Learning Programme

RESCUR

CURRÍCULO EUROPEU PARA A RESILIÊNCIA

Guia para os Professores

EDUCAÇÃO PRÉ-ESCOLAR, 1º E 2º CICLO

Carmel Cefai - Malta - Cordenação
Renata Miljević-Riđički, Dejana Bouillet, Tea Pavin Ivanec, Mirjana Milanovic - Croácia
Anastassios Matsopoulos, Mariza Gavagiannaki - Grécia
Maria Assunta Zanetti, Valeria Cavioni - Itália
Paul Bartolo, Katya Galea - Malta
Celeste Simões, Paula Lebre, Anabela Santos - Portugal
Birgitta Kimber, Charli Eriksson - Suécia

ÍNDICE

Capítulo 1: Introdução 3

Capítulo 2: Estrutura do Currículo 18

Capítulo 3 A Pedagogia do Currículo 28

Capítulo 4: A Abordagem Académica da Resiliência 45

Capítulo 5: A Resiliência dos Professores 53

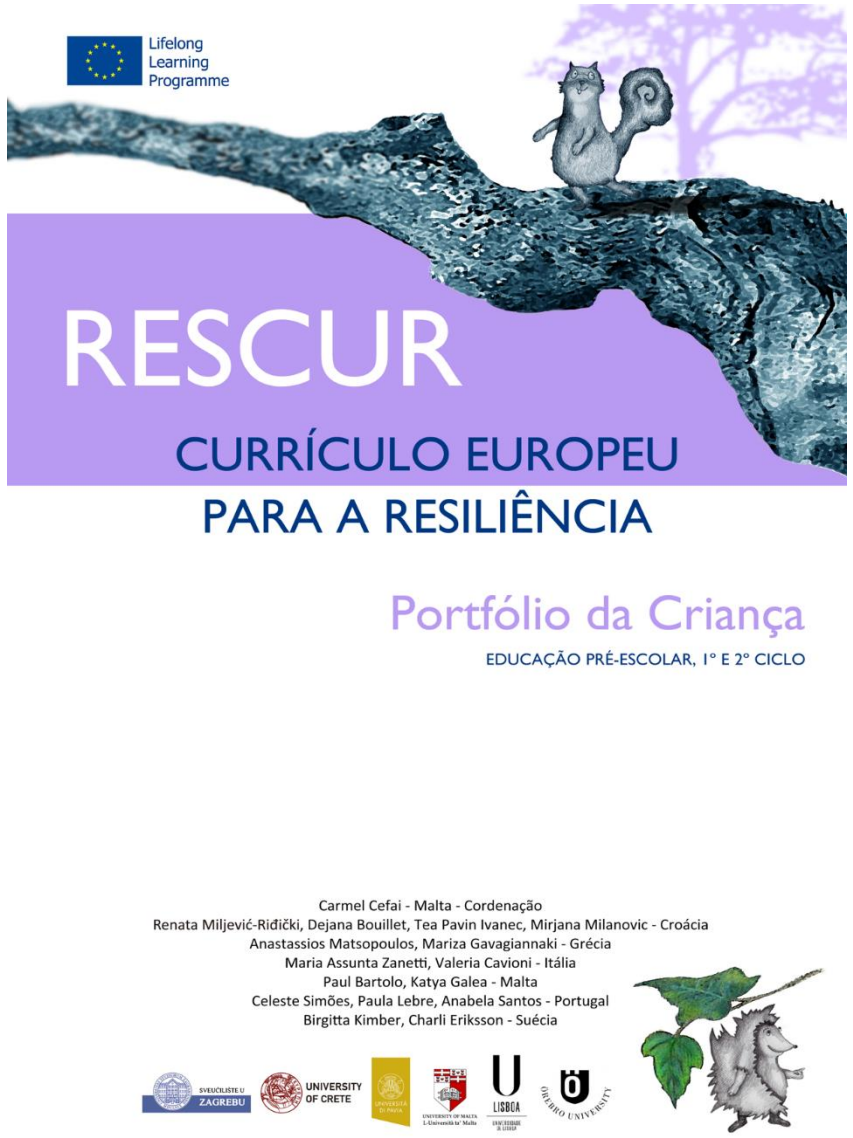
Capítulo 6: Implementação do Currículo 62

REFERÊNCIAS 70

APÊNDICES 85

- Apêndice 1 Lista de Verificação dos professores 85
- Apêndice 2 Lista de Autoavaliação da Criança 87
- Apêndice 3 RESCUR Índice de Implementação para o Professor 89
- Apêndice 4 Imagens de fantoches de dedo da Helena e do Samuel 91
- Apêndice 5 Capa do Portfolio da Criança 92
- Apêndice 6 Exemplos de posters temático 93

- Apresentação do Currículo
- Temas e Subtemas
- Como promover estas competências
  - ➢ Diariamente
  - ➢ Ocasionalmente
- Situação Real
- Atividades para casa



Carmel Cefai

Birgitta Kimber

PILOTO

1. DESENVOLVER COMPETÊNCIAS DE COMUNICAÇÃO

SVEUČILIŠTE U ZAGREBU

PILOTO PORTUGAL

- Educadores
- Professores
- Técnicos

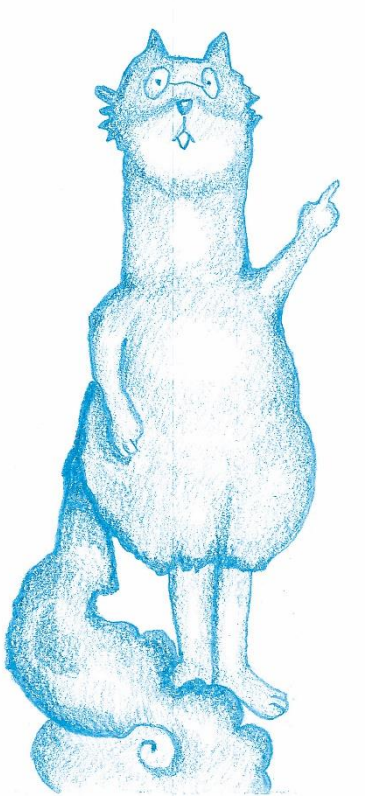
Agrupamento Escolas Azevedo Neves

Agrupamento Escolas Ruy Luís Gomes

Casa das Cores

Santa Casa da Misericórdia de Almada

RESCUR
currículo europeu
para a resiliência



What next?

Ano 2016 e seguintes?

Agradecimentos

- **Agrupamento Escolas Azevedo Neves:** José Diamantino Biscaia, Ana Garcia, Ana Paula Santos**,** Catarina Dinis, Filipa Dias, Isabel Loução, Joana Rodrigues, Luís Fernandes, Mafalda Almeida, Maria da Luz Sousa, Rita Silva, Rita Valentim, Sandra Ribeiro, Sérgio Caldeira, Sílvia Prazeres, Sofia Cantanhede, Sofia Parreira.

- **Agrupamento Escolas Ruy Luís Gomes:** Maria Cecília Pinto Matos, Fernanda Reigada, Ana Alegria, Ana Fernandes, Ana Paula Melo, Arminda Almeida, Carla Sofia Raposo, Cecília Godinho, Eunice Rodrigues, Helena Balseiro, Nídia Caim, Sónia Cristina Nunes Almeida, Vilma Rodrigues.

- **Câmara Municipal de Almada:** Emília Prudêncio.

- **Casa das Cores:** Madalena Vasconcelos, Inês Câmara, Anabela Santos.

- **Santa Casa da Misericórdia de Almada:** Maria de Assis Almeida, Ana Ribeiro, Ana Rodrigues, Andreia Carita, Andreia Gonçalves, Maria Helena Cunha, Marisa Rebelo, Sandra Cardoso.

Agradecimentos

Colaboradores da edição Portuguesa:

- Adriano Mendes pelo seu contributo na vertente audiovisual a versão portuguesa.
- Luísa Becho pela elaboração dos fantoches.
- Elisabete Monteiro, Beatriz Agostinho, Cláudia Pargana, Inês Joana Amaral, Liliana Barreiro, Mara Morais, Marisa Rodrigues, Mar Miranda pela colaboração na criação e apresentação das core

Equipa RESCUR Portuguesa

Membros da equipa RESCUR Portuguesa: Marta Antunes, Ana Filipa Pereira, Ana Marta Fonseca, Ana Colaço, Filipa Periquito, Joana Rodrigues, Lara Neves, Leonor Colaço, Tatiana Santos.

Beatriz Carvalho, Benjiliani Teixeira, Carlota Ramos, Milene Silva, Raquel Lopes, Serenela Cruz e Telma Sena.

RESCUR

currículo europeu
para a resiliência