



PREFEITURA DE SANTOS
Secretaria de Educação



ROTEIRO DE ESTUDO / ATIVIDADE

UME AYRTON SENNA DA SILVA

ANO: 6º ANO. COMPONENTE CURRICULAR: ENSINO RELIGIOSO

PROFESSOR: EDSON APARECIDO ANUNCIÇÃO.

PERÍODO DE 31/07/2020 a 13/08/2020

ALUNO: _____

Apostila	Atividades	Orientação
<p>CONTEÚDO VIRTUAL DISPONÍVEL</p> <p>EM</p> <p>https://cuidai.com.br/como-praticar-empatia-pandemia/</p>	<p>1- LEITURA DO TEXTO.</p>	<p>- LER E REFLETIR SOBRE O CONTEÚDO.</p>

Como praticar a empatia durante a pandemia do Coronavírus

A pandemia do novo coronavírus (COVID-19) levou a grandes mudanças em quase todos os aspectos da vida diária e está afetando a vida da população mundial. Assim, as pessoas estão ficando cada vez mais ansiosas. Contudo, é importante **praticar a empatia** durante esse período, não apenas para os outros, mas para você também.

Existem diversos benefícios em praticar a empatia. Ser empático é ter a sensibilidade de ouvir alguém na essência e entender os seus desconfortos e suas alegrias. E, com isso, poder ajudá-lo a se sentir menos solitário e mais conectado.

Além de aumentar a conexão social e os comportamentos de ajuda, a empatia também melhora a capacidade de regular as emoções durante períodos de estresse. Portanto, sentir empatia permite que você gerencie melhor a ansiedade.

Disponível em <https://cuidai.com.br/como-praticar-empatia-pandemia/> acesso em 16h54.

Atividade para reflexão

Nesse período de ensino remoto, em nossas aulas de ensino religioso, tomando como base a pandemia causada pelo coronavírus, abordamos alguns aspectos sociais como a economia, o cuidado com a saúde e até mesmo a desobediência da população em relação à reabertura de nossas praias. Hoje faremos diferente. Converse com seu responsável sobre o que ele está sentindo nesse momento de isolamento social e escreva aqui suas percepções, lembrando-se de identificar essa pessoa.
