



E-BOOK EMOÇÕES E SENTIMENTOS

SESC NOVA IGUAÇU
EDUCAÇÃO INFANTIL
PROJETO SESC+ INFÂNCIA



PARA INICIAR O ASSUNTO...

EMOÇÃO E SENTIMENTO SÃO PALAVRAS USADAS COM SENTIDOS PARECIDOS, MAS CADA UMA TEM O SEU SIGNIFICADO.

EMOÇÕES SÃO AS NOSSAS REAÇÕES QUANDO VIVEMOS ALGO, POR EXEMPLO: SORRIR, CHORAR, ETC.

AS EMOÇÕES GERAM OS SENTIMENTOS. PODEMOS SORRIR E CHORAR POR ESTARMOS FELIZES OU TRISTES, POR EXEMPLO.



#FICAADICA

SOBRE EMOÇÕES E SENTIMENTOS

SE ESTAMOS FELIZES, ALEGRES

NOSSO ROSTO SE ABRE COM UM SORRISO E OS OLHOS ACOMPANHAM A NOSSA BOCA.

SE ESTAMOS TRISTES, NOSSO ROSTO SE CONTRAÍ E SE FECHA.

SE ESTAMOS COM SAUDADE, NOSSO ROSTO DEMONSTRA A FALTA QUE ALGO OU ALGUÉM NOS FAZ, PENSAMOS E LEMBRAMOS DE MOMENTOS ESPECIAIS QUE ABRAÇAM NOSSO CORAÇÃO.

SE ESTAMOS COM MEDO, NOSSO ROSTO, OLHAR DEMONSTRA QUE ALGO NÃO ESTÁ LEGAL E O CORAÇÃO FICA MAIS ACELERADO.

SE ESTAMOS COM RAIVA, NOSSO ROSTO FICA TENSO, AS SOBRANCELHAS SE JUNTAM.

SE ESTAMOS AMOROSOS, TROCAMOS ABRAÇOS, AFETO E EMANAMOS LUZ

SE FICAMOS SURPRESOS, NOSSA BOCA FICA COM UM FORMATO CIRCULAR E OS NOSSOS OLHOS FICAM BEM ABERTOS.

NOJO DEIXA A NOSSA BOCA E O NARIZ ENRUGADOS, DEMONSTRANDO DESAPROVAÇÃO.

SE CHORAMOS PODE SER DE FELICIDADE, MEDO, RAIVA OU TRISTEZA O CHORO ALIVIA E BOTA PARA FORA AS EMOÇÕES.



TODAS ESSAS EMOÇÕES SÃO REPRESENTADAS POR MEIO DE GESTOS, PALAVRAS E EXPRESSÕES FACIAIS QUE GERAM OS SENTIMENTOS.

VAMOS NOS PERMITIR, DEIXAR SENTIR!



VAMOS
BRINCAR?!

DADO DAS EMOÇÕES:

VAMOS REUTILIZAR UMA CAIXA DE LEITE VAZIA, LIMPA E SECA.

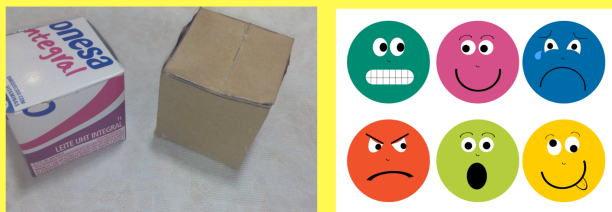
CORTE-A COMO UM QUADRADO.

ENCAPE COM O PAPEL QUE TIVER DISPONÍVEL.

IMPRIMA OU FAÇA OS DESENHOS EM UMA FOLHA À PARTE E COLE NOS LADOS.

PRONTO! AGORA JÁ PODEMOS BRINCAR!

JOGUE E PERGUNTE PARA A CRIANÇA O SENTIMENTO QUE REPRESENTA A IMAGEM QUE CAIR.



Fonte: <http://naescola.eduqa.me/atividades/atividade-jogo-das-emocoes/>

AS CORES E SEUS SIGNIFICADOS:

AS CORES SÃO MUITO IMPORTANTES NAS NOSSAS VIDAS. ELAS POSSUEM VARIADAS REPRESENTAÇÕES PARA CADA UM DE NÓS.

TEM PESSOAS, POR EXEMPLO, QUE ASSOCIAM O VERMELHO AO AMOR, OUTRAS A RAIVA. NÃO HÁ CERTO OU ERRADO, POIS CADA UM ASSOCIA AS CORES COM AS EMOÇÕES E OS SENTIMENTOS DE ACORDO COM AS SUAS VIVÊNCIAS.

QUE TAL REGISTRAR O QUE CADA COR SIGNIFICA PARA VOCÊ?

PODE SER POR MEIO DE DESENHO, PINTURA, TEXTO, COLAGEM, FOTO E/OU VÍDEO.



REGISTROS NO CALENDÁRIO:

O CALENDÁRIO É UMA FERRAMENTA USADA PARA MARCAR A PASSAGEM DO TEMPO.

SE VOCÊ JÁ CONFECCIONOU, NÃO ESQUEÇA DE ATUALIZÁ-LO CONTINUAMENTE, MAS SE VOCÊ AINDA NÃO FEZ E TEM A DISPONIBILIDADE, ESSA É A OPORTUNIDADE DE PRODUIR UM!

SUGERIMOS TAMBÉM, O REGISTRO DE SEUS SENTIMENTOS DURANTE CADA DIA DO MÊS DE SETEMBRO (PINTANDO CADA SENTIMENTO DE UMA COR E/OU DESENHANDO). VOCÊ PODE REGISTRAR MAIS DE UM SENTIMENTO POR DIA.

CASO QUEIRA, ESCOLHA UM MOMENTO E REÚNA A FAMÍLIA PARA CONVERSAR SOBRE AS SUAS MARCAÇÕES.



COMO ENFRENTAR O MEDO?

MEDO? QUEM NUNCA SENTIU MEDO DE ALGUMA COISA? EU JÁ, E VOCÊ?

FAÇA UM DESENHO DO QUE VOCÊ SENTE MEDO E CONTE PRA GENTE O QUE VOCÊ FAZ PARA ENFRENTÁ-LO.



• DICA DE BRINCADEIRA PARA ENFRENTAR O MEDO: BRINCAR DE ESCONDE-ESCONDE.

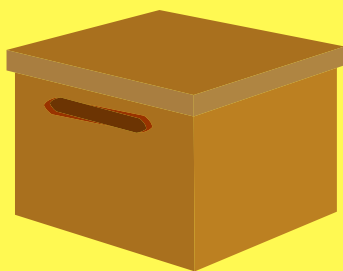
A POPULAR BRINCADEIRA DE ESCONDE-ESCONDE, ALÉM DE SER DIVERTIDA, AJUDA A SUPERAR O MEDO E A SEPARAÇÃO. ESSA ATIVIDADE PERMITIRÁ QUE A CRIANÇA ENFRENTA DE UMA MANEIRA INDIVIDUAL O MEDO DE FICAR SOZINHA.



CAIXA DE SENTIMENTOS:

INICIE ESCOLHENDO UMA CAIXA DO TAMANHO, MATERIAL E DECORAÇÃO QUE DESEJAR (DICA: VOCÊ PODE CUSTOMIZAR TAMBÉM).

GUARDE NELA FRASES, DESENHOS, FOTOS E OBJETOS QUE SIMBOLIZEM OS SENTIMENTOS QUE VOCÊ CONSIDERE MAIS SIGNIFICATIVOS DURANTE ESTE PERÍODO DE DISTANCIAMENTO SOCIAL.



GARRAFA SENSORIAL:

BRINQUEDO ARTESANAL PARA AS FAMÍLIAS QUE DESPERTA A CURIOSIDADE E PROMOVE A TRANQUILIDADE.

- MATERIAIS:

- GARRAFA PET PEQUENA;
- COLA COM GLITTER OU GEL DE CABELO;
- PAPEL PICADO;
- LANTEJOULAS;
- PURPURINA;
- ÁGUA QUENTE (O RESPONSÁVEL PRECISA MEDIAR).

MISTURE OS INGREDIENTES, ACRESCENTANDO UM POR VEZ. AO FINAL, CERTIFIQUE-SE QUE A GARRAFA ESTEJA BEM FECHADA OU LACRE COM UMA FITA ADESIVA.



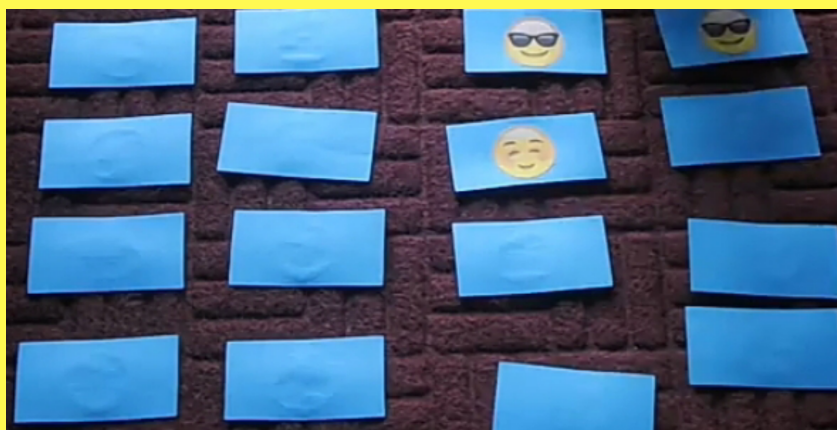
JOGO DA MEMÓRIA COM EMOJIS:

IMAGENS COM EMOJIS PODEM SER DESENHADAS OU IMPRESSAS.

RECORTE OS PARES DE CADA IMAGEM E DEPOIS COLE EM UMA SUPERFÍCIE MAIS FIRME, COMO UM PAPELÃO OU UMA CARTOLINA.

MISTURE AS CARTAS VIRADAS PARA BAIXO ALEATORIAMENTE.

APÓS FORMAR OS PARES, PEÇA PARA A CRIANÇA IDENTIFICAR AS EMOÇÕES REPRESENTADAS.



Fonte: <https://youtu.be/Jn1H-VPuQoU>

SINTA A MÚSICA:



ESCOLHA UMA MÚSICA DE SUA PREFERÊNCIA
(SUGESTÃO: SONS DA NATUREZA).

VENDE OS OLHOS E SINTA A MÚSICA.

AINDA DE OLHOS VENDADOS, REGISTRE COM
TRAÇOS EM UM PAPEL, SEUS SENTIMENTOS AO
ESCUTAR A MÚSICA.

UTILIZE OS RECURSOS QUE POSSUA EM SUA
CASA, COMO: TINTA, LÁPIS DE COR, GIZ DE CERA,
LÁPIS GRAFITE, ENTRE OUTROS.



O PODER DA MÚSICA:

APÓS OUVIREM OS LINKS MUSICAIS PRESENTES NO FINAL DESTES E-BOOK, REGISTRE ATRAVÉS DE DESENHO, ÁUDIO E/OU EMOJIS OS SENTIMENTOS E/OU AS EMOÇÕES QUE TIVERAM COM OS DIVERSOS GÊNEROS MUSICAIS.

• DICA: VOCÊ TAMBÉM PODE REGISTRAR LEMBRANÇAS AFETIVAS A PARTIR DAS MÚSICAS.



DICAS DE FILMES E VÍDEOS:

- ANIMAÇÃO DO PIPER:

<https://youtu.be/vPuRBiBCxyk>

- FILME DIVERTIDAMENTE:

<https://www.youtube.com/playlist?list=PLbF3UupViFiNQkkPGxAgqb3ipOGLcYeos>

- FAFÁ CONTA:

<https://youtu.be/Drm8fj5D-nQ>

- VARAL DE HISTÓRIAS:

<https://www.youtube.com/watch?v=-5L51NUcgac&feature=youtu.be>

- PEDRO VIRA PORCO ESPINHO:

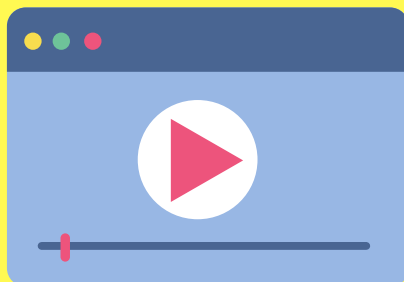
https://www.youtube.com/watch?v=T8q4sFf-_6A

- TENHO MONSTROS NA BARRIGA:

<https://www.youtube.com/watch?v=iMmYHMR1KyA>

- RAZÃO X EMOÇÃO:

<https://youtu.be/TTq3R7jJSh8>



DICAS LITERÁRIAS:

- LIVROS PARA BAIXAR EM PDF:

<https://drive.google.com/drive/folders/1xcVOhJGqVFlUet5O2xdzHEOtrSgA1VEE?usp=sharing>



DICAS DE MÚSICAS PARA A BRINCADEIRA "O PODER DA MÚSICA":

<https://youtu.be/p1StEuUrTOM>

<https://youtu.be/YOplyNaxy30>

<https://youtu.be/q6NRT-PtPJU>

<https://youtu.be/n8WFN-fzcko>

<https://youtu.be/-vOUnyTySKA>

<https://youtu.be/vkHHC1VuMNC>

<https://youtu.be/mVkyUeiNvZU>

<https://youtu.be/qbQUpHmJl5Y>

<https://youtu.be/uZS4SwrFAdc>

https://youtu.be/mLBS__iKVTg



MENSAGEM FINAL:

AS CRIANÇAS LIDAM DIARIAMENTE COM MUITAS EMOÇÕES E REAGEM DE MANEIRAS DIVERSAS AOS SEUS SENTIMENTOS.

AS BRINCADEIRAS SÃO UM DOS MEIOS QUE NOS OPORTUNIZAM IDENTIFICAR, NOMEAR E POSSIBILITAR UM PROCESSO DE AMADURECIMENTO AFETIVO. ALÉM DISSO, ENVOLVEM MÚLTIPLAS APRENDIZAGENS E ALEGRIAS.

ESSE E-BOOK FOI PENSADO E INSPIRADO NO "SETEMBRO AMARELO", MÊS DE VALORIZAÇÃO DA VIDA!

