

Caixa dos Sentimentos

Treinar a pontaria tendo como alvo caixas que representam diferentes emoções

Materiais

- Cestos ou caixas
- Papel e marcadores
- Bolas

Sentimentos



! Esta atividade é importante para:

- Ajudar a criança a compreender melhor as emoções e os sentimentos.
- Ajudar a criança a reconhecer que todos os sentimentos são importantes.



Brincamos juntos

- Reúna três caixas ou cestos vazios e coloque-os no chão.
- Desenhe um rosto feliz, um rosto irritado e um rosto triste e fixe um em cada caixa/cesto.
- Atire uma bola, uma meia ou um papel amarfanhado para a caixa da tristeza. Incentive a criança a experimentar.

Vamos atirar a bola para a caixa da irritação?

Consegues atirar a bola para a caixa da felicidade?

- Pode juntar mais caixas/cestos com outras emoções.
- Enquanto brincam, porque não falar de momentos em que sentiram as diferentes emoções?

Vamos
dançar!

Sentimentos

Ponham as vossas músicas preferidas a
tocar e divirtam-se a dançar!

Materiais

- Músicas
- Acessórios (lenços, fitas, chapéu)



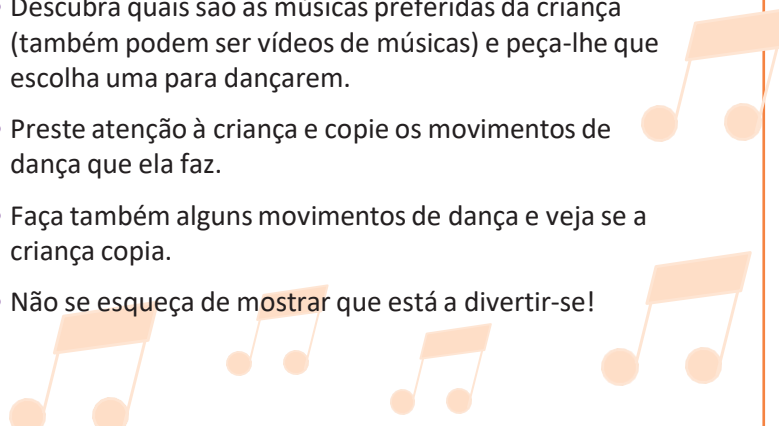
Esta atividade é
importante porque:

- Dançarmos juntos faz-nos sorrir!
- A atividade física provoca uma sensação de bem-estar.
- As crianças pequenas aprendem muito por imitação. Se mostrar que está a divertir-se, é mais provável que as crianças participem em atividades que promovem uma sensação de bem-estar, como a dança.



Brincamos juntos

- Descubra quais são as músicas preferidas da criança (também podem ser vídeos de músicas) e peça-lhe que escolha uma para dançarem.
- Preste atenção à criança e copie os movimentos de dança que ela faz.
- Faça também alguns movimentos de dança e veja se a criança copia.
- Não se esqueça de mostrar que está a divertir-se!



Relaxar

Sentimentos

Encontrem a tranquilidade praticando atividades de *mindfulness* juntos(as)

Materiais

- Balões
- Garrafa de plástico vazia e purpurina

! Esta atividade é importante porque:

- As atividades simples de *mindfulness* ajudam a trazer a atenção da criança para o momento presente, o que tem um efeito relaxante e tranquilizador. Incentivar as crianças a utilizar estas atividades pode ajudá-las a lidar com sentimentos difíceis.



Brincamos juntos

- **Observação de nuvens:** No exterior, ou a olhar pela janela, observem as nuvens que atravessam o céu. Passem algum tempo a falar sobre as diferentes formas que assumem e sobre a velocidade a que se deslocam.
- **Jogo dos balões:** Enchem alguns balões e tentem mantê-los no ar tocando-lhes com a mão – não os deixem cair ao chão!
- **Garrafa da calma:** Enchem uma garrafa de plástico com água e purpurina – diga à criança para agitar a garrafa e, em seguida, para se focar nos redemoinhos que a purpurina descreve no líquido.
- **Utilizar os sentidos:** Outras atividades relacionadas com a utilização dos sentidos – visão, audição, olfato e tato – por ex., desenhar formas num tabuleiro com areia, falar sobre os sons que chegam do exterior, sentir o aroma das flores durante um passeio.

Saco das histórias

Encha um saco com objetos alusivos à história preferida da criança

Comunicação

Materiais

- O(s) livro(s) preferido(s) da criança e objetos alusivos
- Saco, caixa ou cesto

! Esta atividade é importante porque:

- O saco de histórias torna a leitura mais divertida e memorável, e ajuda a estimular o desenvolvimento da linguagem.



Brincamos juntos

- Em conjunto, escolham o livro ou livros para os quais irão organizar o saco das histórias ; pode também utilizar uma caixa ou cesto.
- Observem as imagens do livro e escolham os objetos a incluir no saco.
- Vasculhem a casa à procura dos objetos e reúnam os objetos no saco.
- Usem os objetos para contar a história e dramatizar alguns excertos.
- Pode falar com a criança sobre a parte do livro que prefere, fazendo-lhe perguntas sobre os personagens e a história em si.



Brincar às escondidas

Joguem às escondidas com um ursinho ou brinquedo preferido

Comunicação



Materiais

- Ursinho ou brinquedo



! Esta atividade é importante porque:

- Saber escutar e seguir instruções são competências fundamentais para se ser bom comunicador.
- Jogar às escondidas proporciona à criança diversas oportunidades para ouvir atentamente e seguir e dar instruções.



Brincamos juntos

- Diga à criança para escolher um ursinho ou brinquedo, que irão esconder.
- Explique que vão jogar às escondidas e que isso significa que uma pessoa esconde o boneco e a outra tem de o encontrar.
- Treine com a criança: tem de pôr a mão à frente dos olhos e esperar até ouvir “Já está!”; só depois pode abrir os olhos.
- Quando for a criança a procurar o brinquedo, pode dar-lhe orientações para a ajudar; por exemplo:

Onde está? Estás perto.

Muito bem, encontraste-o! Estava debaixo da almofada

- Da vez seguinte, pode ser a criança a esconder o brinquedo e o adulto a procurá-lo.



Banda de cozinha

Fazer ritmos com tachos e panelas!



Comunicação

Materiais

- Tachos, panelas e latas
- Colheres (de metal, madeira, pequenas e grandes)
- Vara, esmagador de batatas, escovas

! Esta atividade é importante porque:

- Explorar sons incentiva a escuta ativa, o que ajuda a criança a desenvolver a capacidade de comunicação.
- Brincar com sons vocais estimula o desenvolvimento dos músculos da boca, o que ajuda ao desenvolvimento do discurso.



Brincamos juntos

- Em conjunto, escolham os utensílios que pretendem utilizar como instrumentos.
- Pegue numa colher, mostre à criança o que pode fazer com ela e dê-lhe tempo para criar sons com os diferentes objetos.

Uau! Isso é que é bater com força!

Conseguimos bater muito baixinho com a colher pequenina na panela?

- Pode iniciar um “jogo de imitação”, em que bate numa panela um certo número de vezes e a criança faz o mesmo; por exemplo:

1,2,3, pum, pum pum. Agora é a tua vez: 1,2,3, pum pum pum.

- Pode também tentar fazer sons com os dentes, os lábios e a boca, em alternativa aos objetos.

Que barulhos consegues fazer com os lábios?

Piquenique dos brinquedos

Amizade

Está na hora de fazer um piquenique com os brinquedos!



Materiais

- Ursinhos e brinquedos
- Tapete e utensílios
- Comida para o piquenique (a sério ou a brincar)



Brincamos juntos

! Esta atividade é importante porque:

- O jogo simbólico é uma ótima preparação para a vida real. Através do piquenique dos brinquedos, a criança desenvolve competências essenciais para desenvolver amizades, tais como partilhar, iniciar atividades e conversar.

- Em conjunto, escolham os ursinhos e os brinquedos que participarão no piquenique. Pensem onde farão o piquenique e estendam um tapete. Poderão também fazer convites para enviar aos brinquedos.
- Ajude a criança a dispor os brinquedos.
Ursinho, ficas sentado ao lado da boneca. É um piquenique especial, entre amigos, e todos podem participar!
- Em conjunto, planeiem a comida que irão levar para o piquenique.
*Sei que gostas de sandes de queijo. Levamos algumas?
O que achas que um ursinho grande gosta de comer?*
- Ajude a criança a colocar comida em pratinhos para levar para o tapete.
- Desfrutem do piquenique.
*O que é que a boneca vai comer primeiro?
Ursinho, podes passar as batatas fritas?*

Os nossos amigos

Falar sobre os nossos amigos e o que os torna especiais

Amizade

Materiais

- Fotografias dos seus amigos e dos amigos da criança

! Esta atividade é importante porque:

- Conversar ajuda a criança a perceber que é bom manter uma conversa! Desenvolver o prazer de conversar ajuda as crianças a iniciar e desenvolver interações, algo fundamental na amizade.
- Falar sobre amigos e o que os torna especiais ajuda a criança a desenvolver a compreensão de palavras importantes utilizadas para descrever.



Brincamos juntos

- Mostre à criança as fotografias que escolheu e peça-lhe que indique aquela pela qual gostaria de começar.

Onde está...?

Escolheste a fotografia de...

- Diga alguma coisa sobre o(a) amigo(a) que está na fotografia, incluindo o nome deste(a) e coisas que tenham feito juntos(as).

Lembras-te de quando fomos ao parque juntos(as)?

Quando o(a)... veio à tua festa, foi muito divertido, não foi?

- Poderá imprimir fotografias de amigos e colocá-las numa caixa especial, para incentivar mais conversas.



Histórias de amigos

Partilhar histórias de amizade

Amizade

Materiais

Livros sobre amizade:

- *O Peixe Arco-Iris*, de Marcus Pfister
- *Amigos*, de Eric Carle
- *O Elmer*, de David McKee
- *200 Amigos (ou mais) para 1 Vaca*, de Alessia Garilli
- *Leonardo, o Monstro Terrível*, de Mo Willems
- *Adivinha Quanto Eu Gosto de Ti*, de Sam McBratney



! Esta atividade é importante porque:

- Ler livros sobre amizade ajuda a criança a construir uma ideia do que é ser amigo de alguém, dos sentimentos envolvidos e das coisas que podemos fazer com os amigos.



Brincamos juntos

- Reúna os livros que tiver sobre amizade ou escolha na Internet aqueles que gostariam de ler.
- Procurem um lugar confortável para verem os livros em conjunto.
- Comecem por apontar para as imagens e por falar sobre o que ilustram.
- Repita palavras incluídas no livro que estiverem relacionadas com amizade: amor, brincar, amigo, carinhoso, gentil, rir, feliz, sentir saudades, etc.
- Faça algumas perguntas simples à criança sobre o que se passa nas imagens, dando-lhe bastante tempo para pensar e responder.

Ela tem saudades dos amigos. Consegues vê-los a brincar?

Onde estão os amigos dele? Que jogo é que ela está a jogar com os amigos?


Objetos em fuga

Tentar decorar objetos e reparar nos que desapareceram

Resolução de problemas

Materiais

- Tabuleiro
- Pano
- Três objetos (por exemplo: brinquedo, colher, chapéu)

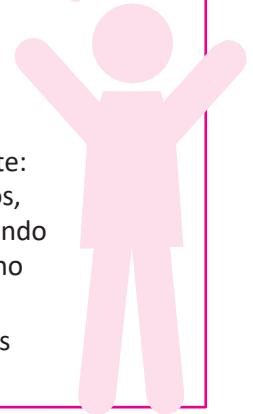
 Esta atividade é importante porque:

- Desenvolver a memória permite à criança reter e mobilizar a informação com que contacta todos os dias, algo muito importante para a sua capacidade de resolver problemas.
- Este jogo permite desenvolver na criança a consciência da presença dos objetos, ainda que não possa vê-los, o que ajuda a desenvolver a imaginação.



Brincamos juntos

- Mostre à criança um objeto de cada vez (bastam três), referindo o nome de cada um. Coloque-os a todos num tabuleiro onde a criança possa vê-los.
- Diga à criança que vai tapar o tabuleiro e que um dos objetos vai desaparecer quando ela fechar os olhos.
- Tire um objeto e destape o tabuleiro com os dois objetos. Pergunte: *O que desapareceu?* Também pode rever os nomes dos objetos, fazendo uma pausa quando estiver a chegar ao que falta. Quando a criança disser o nome do objeto que falta, volte a colocá-lo no sítio. *É esse mesmo! Aqui está.*
- Repita tantas vezes quantas desejar. Poderá acrescentar outros objetos.



Corrida de obstáculos

Monte uma corrida de obstáculos com a criança, utilizando objetos que tem em casa

Resolução de problemas



Esta atividade é importante porque:

- Vão resolver um problema em conjunto, o que ajudará a criança a desenvolver a capacidade de resolver problemas de forma independente, no futuro. Também estará a exemplificar a perseverança: se continuarem a esforçar-se por terminar a corrida de obstáculos, conseguirão chegar ao fim
- Talvez parte da corrida de obstáculos possa desmoronar-se e tenham de optar por outra configuração. A criança estará a aprender que os problemas podem ter diferentes soluções

Materiais

- Almofadas, cadeiras, mantas; móveis de jardim ou brinquedos (argolas, bolas, pinos)



Brincamos juntos

- Falem sobre o que é uma corrida de obstáculos e aquilo de que precisam para montar uma.

Primeiro, temos de montar as coisas na sala/no jardim; depois, temos de saltar, trepar e correr até ao fim.

- Reúnam o equipamento e criem o percurso em conjunto.

Pomos esta cadeira aqui?

O que pomos aqui, o cobertor ou a almofada?

- Seja o(a) primeiro(a) a fazer o percurso, para mostrar à criança o que deve fazer! À medida que avança na corrida de obstáculos, fale sobre o que está a fazer. Quando a criança experimentar, dê-lhe indicações para a ajudar.

Gatinhar por baixo do cobertor, correr à volta da cadeira...

Todas as cores do arco-íris

Organizar objetos pelas cores do arco-íris

Resolução de problemas



Materiais

- Um grande cesto com brinquedos, roupas, ursinhos (objetos essencialmente de uma cor)
- Papel colorido



Esta atividade é importante porque:

- A capacidade de organizar por características é importante para a resolução de problemas, pois ajuda a criança a desenvolver a compreensão de como agrupar coisas por padrões de semelhança. Esta atividade dá também à criança a oportunidade de desenvolver o reconhecimento de cores e também ajuda às arrumações!



Brincamos juntos

- Pegue no cesto e esvazie-o em frente à criança. Comece a falar das coisas que escolheu, particularmente das cores que têm.
- Disponha folhas de papel colorido, de diferentes cores, no chão e mostre à criança como distribuir os objetos.
Está aqui a tua camisola azul... Vamos pô-la em cima do papel azul.
- Depois de distribuir alguns objetos, dê oportunidade à criança para escolher objetos e os distribuir.
Consegues encontrar todas as coisas cor-de-rosa? O que mais é amarelo?
- Continue até terem distribuído os objetos todos pelos papéis coloridos correspondentes.

Pensando em ti

Fazer uma moldura para a fotografia de alguém que tenha falecido e que seja importante para si ou para a criança

Mudança e perda



Esta atividade é importante porque:

- Falar sobre fotografias de familiares e amigos que faleceram dá à criança oportunidade de recordar estas pessoas especiais, para que possam continuar a fazer parte da vida dela.
- Se tiverem crescido a ver fotografias de entes queridos, e a falar sobre eles, quando crescerem as crianças poderão estar mais bem preparadas para lidar com sentimentos difíceis provocados pelo luto.

Materiais

- Fotografia(s)
- Papel branco e cola
- Decorações para a moldura (massas, botões, etc.)



Brincamos juntos

- Procure a fotografia de alguém importante para si e que tenha falecido; poderá ser alguém que a criança não chegou a conhecer ou alguém que tenha falecido mais recentemente.
- Fale sobre a pessoa da fotografia e no que está a fazer.

Este é o teu avô, a fazer um bolo. Fazia bolos muito bons!

- Coloque a fotografia no centro do papel e cole algumas decorações à volta, para mostrar à criança o que deve fazer; decorem a moldura em conjunto.
 - Continue a falar sobre as pessoas da(s) fotografia(s).
- Lembras-te quando...?*
- Peça à criança para escolher um sítio da casa onde colocar a(s) fotografia(s).

Cantinho Bom

Mudança e perda

Partilhar a leitura de livros sobre mudança e perda

Materiais

- Almofadas, mantas, brinquedos que brilham no escuro, tapetes, cadeiras, edredões, tenda ou caixa de cartão grande, molas, lenços, espelhos, ursinhos, livros

Livros sobre mudança e perda:

No Mar Existem Muitas Estrelinhas Menos Uma,
de Inês Tapadas e Iolanda Monteiro

O Livro da Avó,
de Luís Silva

A Ilha do Avô,
de Benji Davies



! Esta atividade é importante porque:

- Organizar um Cantinho Bom em conjunto, proporciona à criança (e talvez também a si) um espaço onde descansar e estar tranquilo(a).
- Reservar tempo e espaço para falar sobre a mudança e a perda, ajuda a lidar com a ansiedade e o medo que podem provocar, e demonstra como encontrar formas positivas de ultrapassar as situações.



Brincamos juntos

- Organizem o Cantinho Bom com as coisas que tiver recolhido em casa.

Onde coloco estas almofadas?

O que podemos incluir para ficar mais confortável?

- Instalem-se e deem uma vista de olhos aos livros.
- Passem algum tempo a falar sobre as imagens, sobre os sentimentos dos personagens e sobre como ultrapassaram as situações.

Olha o que ele está a fazer... Está a falar com a amiga...

Agora parece estar a sorrir.



Vê como
mudei

Mudança
e perda

Reconhecer mudanças e prepararmo-nos para elas

Materiais

- Objetos (fotografias, roupas, brinquedos) de quando a criança era mais nova e de agora, de quando é mais velha



Brincamos juntos

! Esta atividade é importante porque:

- Conversar sobre coisas que mudam (especialmente a partir de objetos que pode ver e tocar) ajuda a criança a compreender que as coisas mudam ao longo do tempo (ela própria também!). Esta atividade pode ser muito útil para preparar as crianças para mudanças futuras.

- Escolha um tipo de objetos por onde começar (as fotografias, por exemplo) e disponha-os em linha para ambos(as) os verem bem.
- A primeira fotografia, da esquerda para a direita, deve ser a mais antiga; da criança quando nasceu, por exemplo.

Olha para ti tão pequenino(a)!

Na fotografia seguinte, eras um bocadinho mais crescido(a) e já acenavas.

- À medida que avança cronologicamente pelas fotografias, enfatize as mudanças que estas retratam; a criança gatinhava e passou a andar; a criança precisava de ajuda para comer e começou a comer sozinha.
- Fale sobre os outros objetos com uma dinâmica de conversa semelhante.
- Poderá, então, comparar objetos e falar de objetos que acompanharão futuras mudanças:


Um gorro pequenino de quando eras bebé... Vê como é maior o teu gorro, agora.

Já usaste fraldas, agora usas o bacio e em pouco tempo usarás a casa de banho.

Caminho para o infantário

Façam um mapa do caminho até ao jardim-de-infância

Seguir em frente

 Esta atividade é importante porque:

- Falar sobre o caminho até ao jardim-de-infância ajuda a criança a reduzir a ansiedade ligada a experiências novas e fazer um mapa incentiva a criança a pensar no trajeto como uma aventura.
- Dar uma sequência ao percurso ajuda a criança a ter noção do que acontece primeiro, depois e por fim, capacidades importantes quando aprender a ler e contar histórias.

Materiais

- Papel, marcadores e caixas de cartão
- Fotografias, ou desenhos, de pontos de referência no caminho para o jardim-de-infância



Brincamos juntos

- Uma pedaços grandes de papel para fazer um mapa, no chão. Desenhe uma estrada ou um passeio, deixando espaços para colar fotografias dos pontos de referência por onde passam a caminho do jardim-de-infância, ou façam edifícios a partir de caixas de cartão.

Aqui está a nossa casa. É aqui que começamos quando vamos para o jardim-de-infância.

- Coloque o jardim-de-infância na outra ponta do papel, onde termina o mapa.

Olha, o jardim-de-infância fica aqui. O que fica no meio é o caminho que percorremos quando vamos para lá.

- Organize o mapa, colocando fotografias ou caixas sobre o papel e falando sobre cada um desses lugares.

Aqui está a loja onde compramos os teus cereais...

- Inclua palavras como “depois, a seguir, por último”, que organizam a sequência do discurso.

Organizar a mochila

Fazer a mochila com as coisas necessárias (e as coisas especiais) para levar para o jardim-de-infância ou para um passeio

Seguir em frente



Materiais

- Coisas necessárias para o jardim-de-infância ou para um passeio (roupa, garrafa de água, ursinho especial, lanche)
- Coisas que não são necessárias (escova de dentes, comida para o gato)



Esta atividade é importante porque:

- Falar sobre o que de novo vai acontecer na vida da criança, é uma forma de todos se preparem e de a criança sentir menos ansiedade perante o desconhecido.
- Procurar um objeto especial que a criança possa ter consigo em situações novas, poderá ser reconfortante para ela.



Brincamos juntos

- Fale com a criança sobre as coisas que poderá ter de levar para o jardim-de-infância ou num passeio.
- Mostre à criança os objetos que vão para a mochila. Fale sobre eles quando faz a mochila.

Esta é a tua bata especial para o jardim-de-infância.

- Se a criança já for capaz de o fazer, pode transformar esta atividade numa atividade de organizar por características. Coloque os objetos em monte e diga à criança para os separar em dois grupos – um para ir para o jardim-de-infância e o outro não.

O que é isto? Precisas disto para o jardim-de-infância?

Eu escolho

Seguir em frente



Esta atividade é importante porque:

- Fazer escolhas ajuda a criança a compreender que pode tomar decisões e que pode falar consigo sobre as suas escolhas. Agir com base nas próprias escolhas aumenta a autoestima.

Dar oportunidades à criança de fazer escolhas e de dizer o que prefere



Materiais

Exemplos de quando temos de escolher:

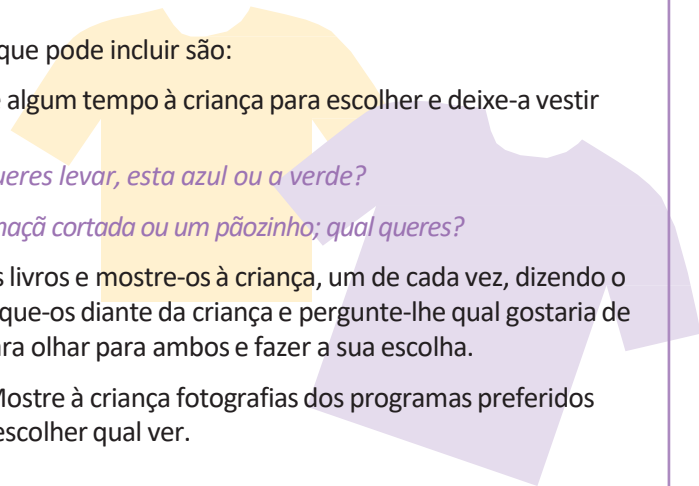
- Refeições, roupa para vestir, hora de brincar, hora da televisão, compras
- Objetos reais para fazer escolhas (ou desenhos dos objetos)



Brincamos juntos

Algumas das escolhas que pode incluir são:

- **Que roupa vestir:** Dê algum tempo à criança para escolher e deixe-a vestir a peça escolhida!
Que camisola queres levar, esta azul ou a verde?
- **Lanche:** *Podes levar maçã cortada ou um pãozinho; qual queres?*
- **História:** Escolha dois livros e mostre-os à criança, um de cada vez, dizendo o respetivo título. Coloque-os diante da criança e pergunte-lhe qual gostaria de ver. Dê-lhe tempo para olhar para ambos e fazer a sua escolha.
- **Hora da televisão:** Mostre à criança fotografias dos programas preferidos dela para a ajudar a escolher qual ver.



Dado dos Sentimentos

Partilhar situações que nos fizeram sentir irritados, felizes, assustados ou outros sentimentos

Sentimentos



Materiais

- Dado com imagens de rostos que expressem diferentes sentimentos. Cole imagens a um dado grande, ou faça o seu com cartão ou tecido.



Brincamos juntos

- Mostre às crianças os lados do dado e falem sobre os diferentes sentimentos retratados.
- Lance o dado, vejam o sentimento que sai, e fale sobre uma situação que associe a esse sentimento. Por exemplo, *Sinto-me feliz quando vejo os meus amigos.*
- À vez, cada criança lança o dado e fala sobre uma situação em que sente a emoção representada.
- Se lhe sair um sentimento difícil, fale sobre uma solução que o/a tenha ajudado nessa situação. Pode pedir mais ideias de soluções às crianças.

Mais ideias



- As crianças podem optar por representar o sentimento em vez de falar sobre uma situação em que o tenham sentido.
- Pode pedir às crianças para identificar e mostrar a imagem do sentimento que experimentam naquele momento e explicar porque se sentem assim.

Rostos da Natureza

Construir caras com diferentes emoções a partir de materiais da natureza

Sentimentos



Brincamos juntos

- Saiam à procura de materiais – peça às crianças para recolherem materiais, no recreio, horta ou jardim, que possam utilizar para fazer rostos.
- Coloque os materiais no centro e faça círculos no chão, para as crianças criarem os seus rostos.
- Exemplifique, contruindo um rosto feliz com os materiais; pode usar pedras para fazer os olhos, paus e folhas para o sorriso.
- Mostre um cartão com a imagem de um rosto triste. Peça a todos para fazerem um rosto que represente o sentimento da imagem. Falem sobre as diferentes “obras”, sobre os materiais que utilizaram, assim como alturas em que possam ter-se sentido assim. Repita com outras emoções.

Materiais

- Vários materiais naturais recolhidos no exterior (paus, folhas, flores, pedras).
- Giz.
- Cartões com imagens de rostos com emoções diferentes.



Mais ideias

- Com as crianças mais pequenas, poderá assinalar nos rostos onde ficam os olhos, o nariz, as orelhas e a boca, para elas saberem onde pôr os objetos.
- Com as mais crescidas, pode pedir a uma criança para construir um rosto e ao resto do grupo para adivinhar a emoção.



Tesouros especiais

Mostrar e falar sobre objetos que nos fazem sentir contentes ou nos ajudam a sentir melhor quando estamos tristes

Sentimentos



Brincamos juntos

- Comece pelo seu tesouro especial. Mostre-o ao grupo, fale sobre o que o objeto é ou faz, onde o arranjou e porque o/a faz sentir-se feliz.
- Peça às crianças para partilharem o seu tesouro especial, à semelhança do que fez. Podem mostrar como brincam com o objeto, ou como o utilizam.
- Pode assinalar que algumas crianças têm objetos especiais parecidos ou diferentes e que isso é natural, pois o que nos ajuda a sentirmo-nos melhor varia de pessoa para pessoa.

Materiais

- Um objeto da sala ou um objeto de casa de cada criança que seja especial para ela, como um brinquedo, uma fotografia, uma manta.

Mais ideias

- Tire fotografias dos tesouros especiais das crianças (inclua também o seu!) e exponha-os para mostrar os tesouros recolhidos.
- Pode adotar um peluche de grupo para ser a mascote especial de todos. As crianças poderão fazer-lhe mimos e brincar com ela se se sentirem tristes e não tiverem consigo os seus objetos especiais.



Vês o que eu vejo?

Um jogo para adivinhar: identificar o objeto que está a ser descrito

Comunicação

Materiais

- Uma barreira (cartão, capa ou livro)
- 5 pares de objetos (recursos de jogo simbólico, formas, instrumentos musicais, contas de enfiar, bonecos e roupas, etc.)



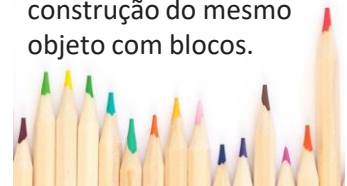
Brincamos juntos

- Se puder exemplificar a atividade com outro adulto, será útil, mas não é essencial.
- Cada elemento do par senta-se num dos lados da barreira com os seus 5 objetos (os 5 objetos são iguais para os dois).
- Um explica e o outro escuta. Quem explica tem de escolher um objeto e explicar o que é, utilizando palavras para descrever como é e para que serve. A regra principal é não usar o nome do objeto! Quem escuta tem de escolher, dos 5 objetos, aquele que lhe parece estar a ser “explicado”.
- Depois de contarem até três, retirem a barreira para ver se o objeto escolhido coincide.

Mais ideias



- Pode tornar o jogo mais desafiante, utilizando outros recursos, tais como desenhos que ambas as crianças do par têm de pintar ou construção do mesmo objeto com blocos.



Histórias com sentimentos

Desenvolver o vocabulário das emoções a partir de histórias

Comunicação



Brincamos juntos

- Pode optar por contar a história ou escolher um vídeo da história para verem em conjunto.
- Escolha ilustrações específicas (ou pare o vídeo), para explorar os diferentes sentimentos que os personagens do livro poderão estar a viver. Para o fazer, utilize o balão de pensamento, colocando-o sobre a personagem e colocando nele um cartão de sentimentos e emoções adequado. Poderá ter de exemplificar primeiro.
- Pode também perguntar às crianças o que os personagens da história disseram sobre os seus próprios sentimentos e praticar estas falas juntos – escrevendo respostas nos balões de fala.

Materiais

- Livros sobre sentimentos, como *O Monstro das Cores*.
- Balão de pensamento e balão de fala.
- Cartões de sentimentos e emoções.

Mais ideias

- Tenha à mão recursos de jogo simbólico, fantoches ou outros recursos alusivos ao livro selecionado para incentivar as crianças a reviver a história.



Quem pode ajudar-me?

Pensar nas diferentes pessoas às quais podemos pedir ajuda

Comunicação



Brincamos juntos

- Mostre as diferentes fotografias de pessoas da escola a quem as crianças podem pedir ajuda. Peça ideias a cada criança de coisas para as quais pediria ajuda a cada uma das pessoas. Fixe as fotografias na flor grande e exponha.
- Pergunte às crianças quem pode ajudá-las em casa e peça para desenharem estas pessoas nas pétalas da flor pequena.
- Pergunte às crianças porque escolheram as pessoas dos desenhos e o que estas já fizeram para as ajudar noutras ocasiões.

Materiais

- Fotografias de pessoas que podem ajudar as crianças na escola.
- Um modelo de flor grande para a atividade em grupo e um modelo mais pequeno para a atividade 1:1.
- Lápis de cor e cola.



Mais ideias

- Pode incluir outros profissionais e as situações em que precisamos da ajuda destes, como, por exemplo, um médico ou um polícia.
- Crie oportunidades para as crianças pedirem e oferecerem ajuda através do jogo dramático.
- Crie um distintivo de “Ajudante” para colocar nas crianças que tenham ajudado um amigo ou um adulto nesse dia.



Círculo dos elogios

O que têm os nossos amigos de especial ?



Brincamos juntos

- Explique que fazer um elogio a alguém é dizer a essa pessoa uma coisa boa sobre ela. Pode dar alguns exemplos, focando os valores que pretender evidenciar.
- Explique como funciona o círculo dos elogios: à vez, cada participante faz um elogio à pessoa que está ao seu lado, ao mesmo tempo que lhe passa o objeto.
- Inicie o círculo fazendo um elogio à pessoa que está ao seu lado. “Gosto que tentes ajudar os outros meninos.” “És gentil, porque deixaste a tua amiga ir à tua frente.”
- Depois de percorrerem o círculo, falem sobre o que sentiram quando elogiaram e foram elogiados.

Materiais

- Espaço para fazer uma roda.
- Objeto para passar por todos.
- (Opcional) Cartões com inícios de frases para a atividade “Mais ideias”. Por exemplo, “És bom a/em...”, “Gosto quando...”.

Mais ideias

- Proponha ideias de como as crianças podem começar os seus elogios, para as ajudar a estruturar o que querem dizer.



Mãos da Amizade

Desenhar o contorno da mão e fazer o desenho de um amigo em cada dedo!

Amizade



Material

- Papel ou cartão.
- Lápis de cor.



Brincamos juntos

- Mostre a sua Mão da Amizade às crianças . Fale sobre algumas das coisas que fez com os seus amigos e as qualidades que fazem deles tão bons amigos.
- Troquem ideias sobre os diferentes amigos que querem incluir nas Mãos da Amizade, como irmãos, amigos da escola, amigos do desporto, primos.
- Dê tempo para cada criança desenhar a sua Mão da Amizade. Depois, devem mostrar a sua Mão da Amizade a outra criança e conversar sobre as pessoas que incluíram, o que gostam de fazer juntos e o que as torna especiais.

Mais ideias



- Com as mãos da amizade, pode montar uma árvore da amizade. Para o tronco, podem escolher uma série de palavras que representem aquilo que um bom amigo faz, como partilhar, brincar, ajudar.

Mini eu,
mini tu

Praticar cenários de
amizade conversões mini!

Amizade



Materiais

- Recursos de jogo simbólico.
- Pequenas fotografias das crianças coladas em blocos ou cartão.



Brincamos juntos

- Incentive todos a encontrarem um mini eu.
- Peça a outro adulto para o(a) ajudar a exemplificar a atividade. Com o vossos mini eus e os recursos de jogo simbólico, partilhem a história de uma vez em que tenham brincado em conjunto.

Vejam! Gostamos de brincar no parque. Empurramo-nos à vez no balanço.

- Em pares, ou pequenos grupos, as crianças fazem brincadeiras imaginárias com os seus mini eus. Pode sugerir ideias de cenários; por exemplo, fingir que estão numa festa de anos ou a brincar na praia.

Mais ideias



- Enquanto as crianças brincam pergunte-lhes sobre o(a) amigo(a).

Sara, parece que tu e a tua amiga gostam de jogar futebol e que ela te ajuda quando caís. Que outras coisas faz a tua amiga?

Salvar os brinquedos

É possível transportar os brinquedos em segurança de um lado ao outro da sala?

Resolução de problemas



Materiais

- Alguns brinquedos (por exemplo, jogo simbólico).
- 2 áreas da sala com cartaz alusivo ao desafio “Ajudar os brinquedos a ir de... para...”.
- Materiais para usar no salvamento (cordão, fita crepe, caixas, régua, cartão, canos, madeira, etc.).



Brincamos juntos

- Coloque os brinquedos num sítio da sala onde as crianças possam encontrá-los.
- Pergunte às crianças como podem organizar-se para levar os brinquedos de um sítio para o outro da sala (anote as ideias). Relembre que devem trabalhar em equipa e distribuir diferentes papéis entre si.
- Reveja a lista de ideias com as crianças, dizendo-lhes para as experimentarem, para ver se resultam.
- Quando todos os brinquedos estiverem a salvo, é hora de celebrar!

Mais ideias

- Se tiver brinquedos suficientes, pode distribuí-los por mais locais, e organizar as crianças em grupos mais pequenos.
- Falem sobre as ideias que funcionaram bem, para salvar os brinquedos, e se, numa vez seguinte, tentariam coisas novas.



Objetos congelados

Liberta os objetos que ficaram presos no gelo

Resolução de problemas



Brincamos juntos

- Diga às crianças para procurarem diferentes objetos para congelar e ajude-as a encher recipientes com água onde os colocar.
- Falem sobre o que faz o congelador e o que pensam que terá acontecido quando voltarem a pegar nos recipientes.
- Depois de congelados, coloque os recipientes num tabuleiro grande. Falem sobre o que veem, incentivando as crianças a procurar as diferenças.
- Pergunte: *Como vamos tirar os objetos dali?* Troquem ideias, em grupo.
- Cada criança escolhe um brinquedo congelado e um material para o tirar.
- Quando libertarem todos os brinquedos, falem do que fizeram para os salvar e se, numa vez futura, escolheriam fazer alguma coisa diferente.

Materiais

- Recipientes (que possam ir ao congelador!).
- Um tabuleiro grande.
- Materiais para ajudar a libertar os objetos: bicarbonato de sódio, sal, garfos de madeira, canas, etc.
- Objetos para congelar.
- Congelador.



Mais ideias

- Façam um registo da experiência. Em grupo, escolham folhas de papel onde registar as diferentes etapas do processo. Conversem, desenhem e escrevam sobre o que viram e o que fizeram em cada etapa.



Fazer um esconderijo

Pôr à prova as capacidades de cooperação, comunicação e resolução de problemas, para fazerem um esconderijo juntos

Resolução de problemas

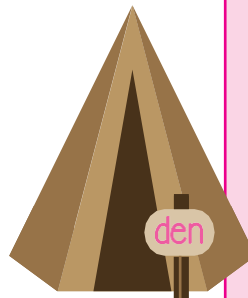
Materiais

- Ramos, corda, lençóis, molas grandes.
- Uma estrutura, como um estendal de roupa, por exemplo.
- Cadeiras.
- Caixas de cartão grandes.



Brincamos juntos

- Diga às crianças para se colocarem à volta dos materiais.
- Explique que o desafio de hoje é fazer um esconderijo em conjunto.
- Falem sobre o que podem utilizar para o fazer e como querem que fique.
- Enquanto as crianças fazem o esconderijo, quando se debaterem com dificuldades, incentive-as a fazer uma pausa e falem sobre ideias para resolver o problema. *Não conseguem chegar à parte de cima do estendal para pôr o cobertor. O que podem fazer?*
- Quando acabarem de fazer o esconderijo, leiam um livro ou joguem um jogo lá dentro, para desfrutarem do bom trabalho que fizeram.



Mais ideias



- Pode tornar a atividade mais desafiante, limitando a cinco o número de materiais a utilizar ou dizendo às crianças para fazerem pares em que uma dá as indicações de construção e a outra procura segui-las.

Mudar de casa

Explore a experiência de mudar de casa através do jogo

Mudança e perda



Brincamos juntos

- Conte uma história sobre mudar de casa.
- Falem sobre o que sentem os personagens da história sobre a mudança de casa. Pode também partilhar as suas experiências de mudança de casa e pergunte às crianças se já mudaram de casa.
- Diga às crianças que gostaria de organizar um espaço na sala para elas brincarem às mudanças de casa e que precisa da ajuda de todas para fazer uma lista das coisas necessárias.
- Organize o espaço para as crianças brincarem às mudanças de casa.

Materiais

- Um livro sobre mudar de casa, como o *Martine vai mudar de casa*.
- Recursos para brincar às mudanças de casa (caixas de cartão, objetos para embalar, etc.).



Mais ideias

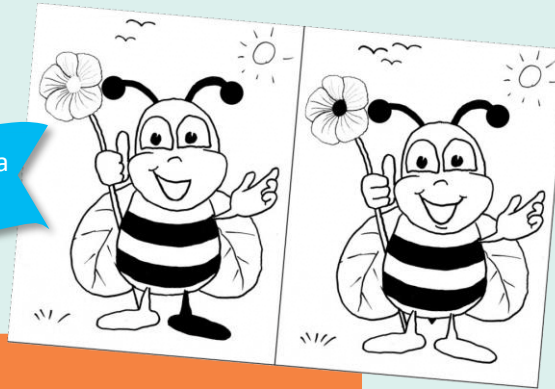
- Falem sobre as vantagens e desvantagens de mudar de casa e pensem em soluções para possíveis preocupações das crianças.



Semelhanças e diferenças

Notar as diferenças

Mudança e perda



Materiais

- Imagens para jogar a descobrir as diferenças.



Brincamos juntos

- Mostre as imagens e explique que todos têm de prestar muita atenção para encontrar as diferenças entre as duas imagens. Falem sobre o que é semelhante e o que é diferente.

Vejo uma coisa diferente em cima da cabeça do urso.

Reparaste que tem uma coisa diferente junto do pé?

Mais ideias



- Altere o ambiente da sala, retirando ou acrescentado objetos ou alterando a posição destes, e diga às crianças para darem uma volta, para verem o que mudou.

O cordão invisível

Mudança e perda

Explorar formas de abordar a separação, a dor e a perda com sensibilidade



Brincamos juntos

- Conte a história *The Invisible String* (O Cordão Invisível) e falem sobre os pontos principais.
- Mostre o seu cordão especial de corações, já preparado por si. No primeiro coração, cole a fotografia de uma pessoa que seja especial na sua vida. Nos outros corações, faça desenhos de coisas relacionadas com esta pessoa especial, como aquilo que gostam de fazer juntos. Com o furador, faça furinhos nos corações, para os colocar no cordão.
- Antes de as crianças fazerem os seus cordões de corações, peça a todas que falem com um(a) amiguinho(a) sobre a pessoa especial que escolheram e sobre o que vão desenhar nos corações.

Materiais

- Cordão de corações (preparado previamente).
- Um exemplar do livro *The Invisible String* (O Cordão Invisível), de Patrice Karst, ou um vídeo da história.
- Corações de papel.
- Cordão, lápis de cor, furador.



Mais ideias

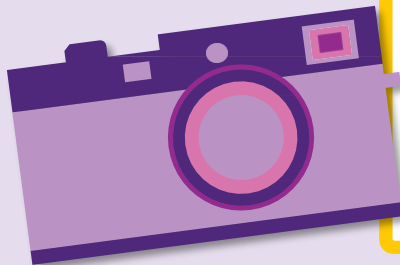
- Também podem fazer, em grupo, um cordão de corações para a mascote da sala!



Memórias

Recordar todas as coisas boas dos primeiros meses de escola e planear o período seguinte

Seguir em frente



Materiais

- Fotografias, desde o início do ano, das crianças a realizar atividades.



Mais ideias

- Pode fazer um cartaz com as fotografias e os comentários das crianças.
- Se for possível, adote algumas das ideias das crianças para as atividades do período seguinte.



Brincamos juntos

- Mostre uma das fotografias das crianças a realizar atividades e pergunte-lhes se conseguem perceber o que estava a acontecer. Fale sobre as memórias que tem desse momento.
- Pergunte às crianças do que se recordam do momento retratado na fotografia, do que estavam a fazer e de como se sentiam.
- Repita com outras fotografias.
- Depois da partilha, pergunte às crianças que outras atividades gostariam de fazer na escola para contruírem mais memórias divertidas.

Este(a)
sou eu!

Fazer um vídeo para todos se conhecerem

Seguir em
frente



Brincamos juntos

- Faça um pequeno vídeo para mostrar às crianças. Escolha dois objetos para incluir no vídeo; pode ser a sua chávena de café preferida, ou o livro que mais gosta de ler.
- Depois de verem o vídeo, peça às crianças para recordarem o que lhes pareceu mais importante sobre si.
- Diga às crianças para pensarem em duas coisas que querem partilhar sobre si mesmas e que procurem na sala objetos que as possam ajudar.
- Filme cada criança, individualmente, a partilhar os seus objetos. No final, vejam os vídeo de todos, juntos.



Materiais

- Telemóvel ou câmara para gravar os vídeos.
- Vídeo sobre si (preparado previamente).
- 2 objetos que escolheu incluir no seu vídeo.



Mais ideias

- Organize as crianças em pares, para se entrevistarem e filmarem.



Quando
crescer

Pensar no futuro

Seguir em frente



Materiais

- Imagens e livros com diferentes profissões, como médico, cabeleireiro, professor.



Mais ideias

- Organize um espaço onde as crianças possam explorar objetos e roupas associados a diferentes profissões.
- Falem de outros sonhos e desejos para o futuro, como locais que as crianças gostariam de visitar e coisas que gostariam de fazer.



Brincamos juntos

- Mostre livros ou cartões com diferentes profissões.
- Falem sobre como é cada profissão e se as crianças conhecem alguém que tenha aquela profissão.
- Partilhe com as crianças o que queria ser quando era pequeno(a) e o que é agora. Do que gosta mais na sua profissão?
- Desafie as crianças a pensar naquela que poderia ser a profissão de sonho delas. Dê-lhes oportunidade para desenharem o que gostariam de ser quando forem grandes e para falarem sobre o assunto em grupos.

