



ATIVIDADE COMPLEMENTAR EDUCAÇÃO EMOCIONAL



Ensino Fundamental: 1º e 2º anos

HARMONIA

ALGUMAS RECOMENDAÇÕES:



ESTAS ATIVIDADES TEM COMO FINALIDADE AJUDAR OS PAIS E RESPONSÁVEIS PARA MELHORIA DE CONVIVÊNCIA NO AMBIENTE FAMILIAR POR MEIO DE PEQUENOS TEXTOS, LEITURAS E EXERCÍCIOS QUE POSSAM AJUDAR, SEJA CLARO E OBJETIVO COM AS CRIANÇAS, SOBRE A SITUAÇÃO PELA QUAL ESTAMOS VIVENDO, DE ACORDO COM A CAPACIDADE DE COMPREENSÃO DELAS.

ESTE É UM MOMENTO OPORTUNO, PARA FORTALECER OS LAÇOS FAMILIARES NESTE PERÍODO DE ISOLAMENTO SOCIAL, É UMA OPORTUNIDADE DE CONHECER E ESTABELECEER VÍNCULOS DE AMIZADE E **HARMONIA** ATRAVÉS DO CONHECIMENTO COM O OUTRO.

PARA SER FELIZ É
PRECISO
CONHECER E
LIDAR COM AS
EMOÇÕES!



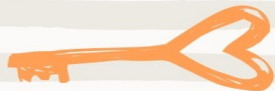
HARMONIA

A IMPORTÂNCIA DA HARMONIA NO DIA-A-DIA.

MESMO QUE NÃO NOS DEMOS CONTA DISSO, A **HARMONIA** É FUNDAMENTAL PARA MANTERMOS O EQUILÍBRIO INTERIOR, A CALMA E A SERENIDADE.



Paz e harmonia: eis a verdadeira riqueza de uma família.



- É NATURAL SENTIRMOS EMOÇÕES QUE CRIAM MAL-ESTAR E SOFRIMENTO, MAS ALGUMAS VEZES ELAS PODEM DESAPARECER E ATÉ SE TRANSFORMAR EM OUTRAS, SABIA?
- QUANDO ISSO ACONTECE, FICAMOS SATISFEITOS, ALEGRES E SENTIMOS UM DELICIOSO BEM-ESTAR.



OBSERVANDO AS HISTORINHAS!!!

- **A) PEDRO HENRIQUE** É UM MENINO QUE, SEMPRE QUE QUER ALGO, FAZ A MAIOR BIRRA! ELE ESPERNEIA , GRITA E ASSUSTA TODO MUNDO, POIS PARECE QUE VAI TER UM “TRECO”.



- **B) VICTOR HUGO** É “ESTOURADO”. QUER MOSTRAR SEMPRE QUE É MAIS FORTE E QUE SABE TUDO. POR ISSO, FICA BRAVO FACILMENTE QUANDO ERRA ALGUM PASSE NO FUTEBOL, OU QUANDO SEUS AMIGOS PERCEBEM QUE ELE NÃO SABE ALGUMA COISA. AÍ, ELE EXPLODE E FAZ BRINCADEIRAS VIOLENTAS.



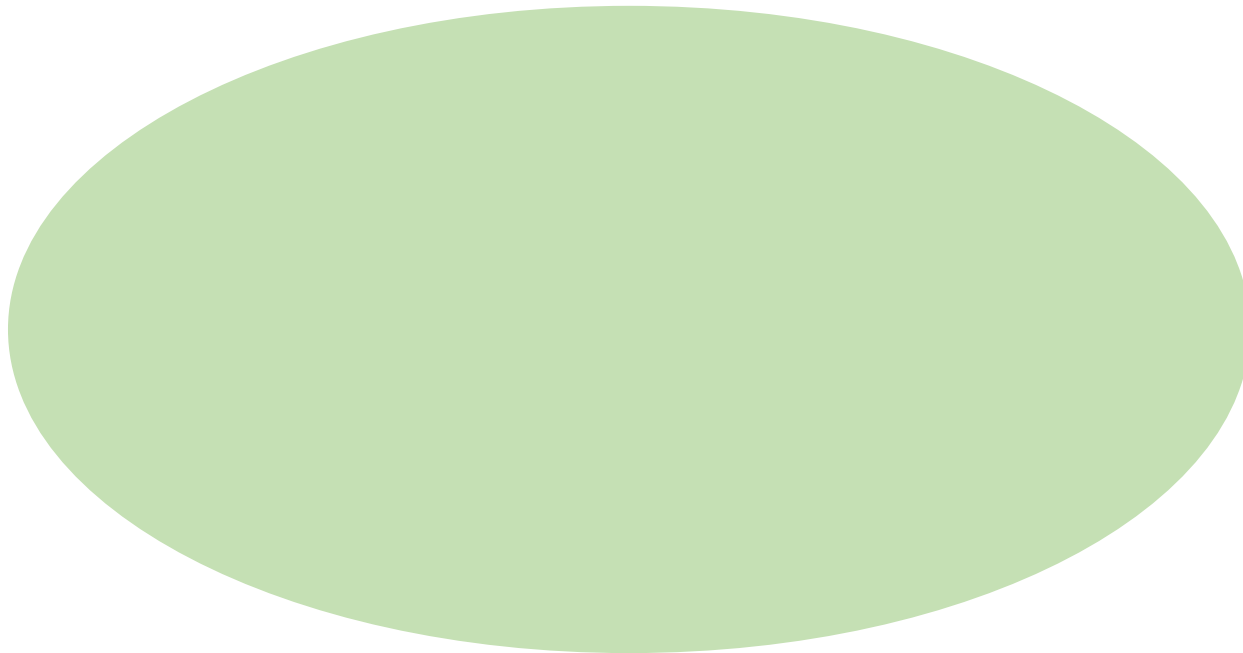
AGORA QUE VOCÊ JÁ LEU AS HISTORINHAS, VAMOS ÀS PERGUNTINHAS?

ATIVIDADE 1

VAMOS REFLETIR SOBRE PEDRO HENRIQUE E VICTOR HUGO.

PENSE NA SITUAÇÃO DELES E COM AJUDA DA SUA FAMÍLIA ESCREVA NO SEU CADERNO SE ALGUMA VEZ VOCÊ AGIU COMO ESSAS CRIANÇAS.

VOCÊ ACHA QUE ELAS SOFREM?

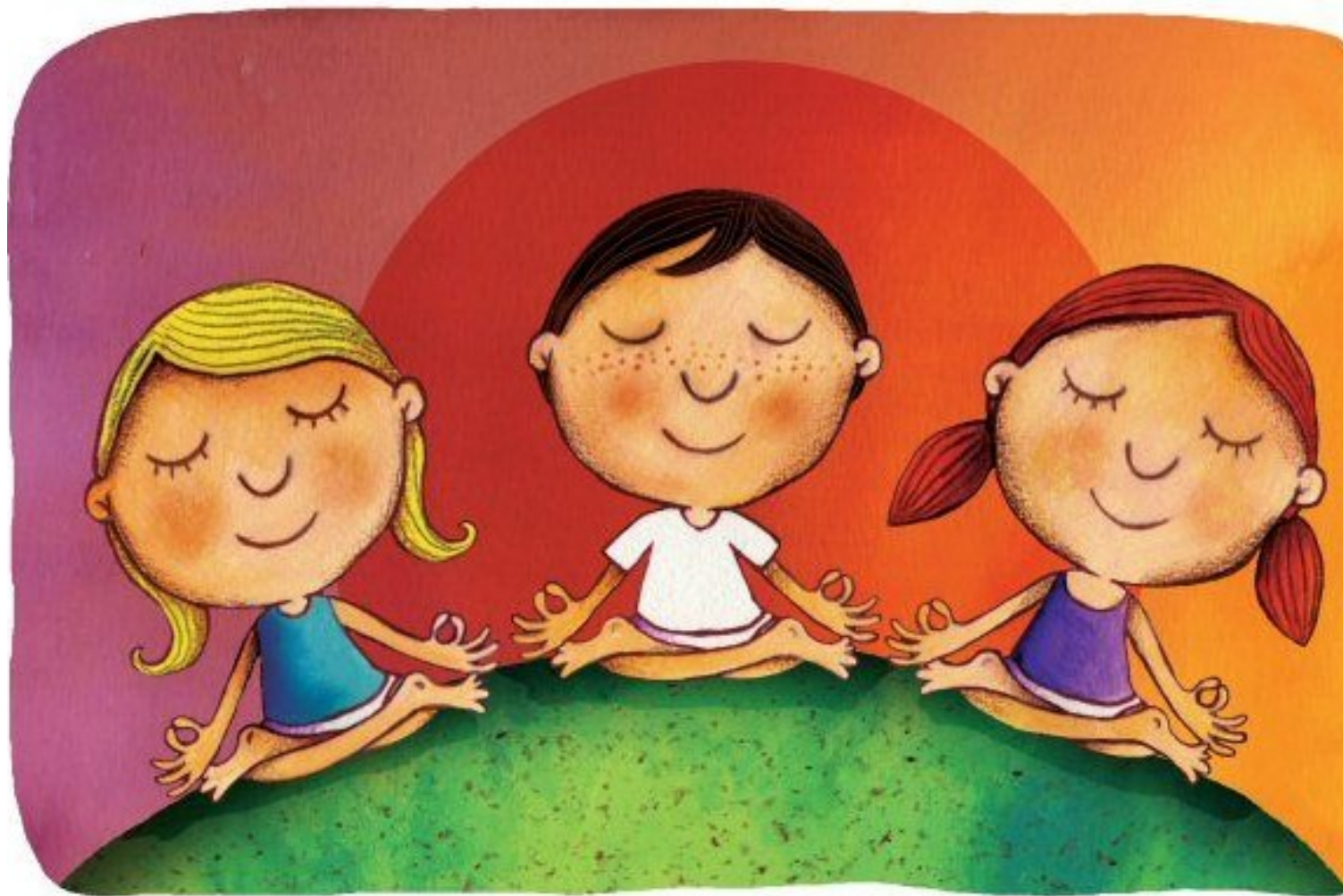


HORA DE COMPARTILHAR!

ATIVIDADE 2 - ESCREVA NO SEU CADERNO OU NA FOLHA DE PAPEL.

**NO NOSSO DIA-A-DIA
É IMPORTANTE
VIVER EM
HARMONIA?
POR QUÊ?**



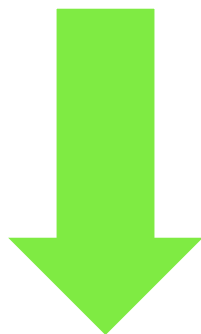


**BRINCAR E
CORRER SÃO
ATIVIDADES
MUITO BOAS,
MAS A
QUIETUDE
TAMBÉM. QUE
TAL VOCÊ
EXPERIMENTAR?**

HORINHA DE REFLETIR.

ATIVIDADE 3 - VAMOS PRATICAR.

O QUE VOCÊ ACHOU DO EXERCÍCIO PARA FICAR CALMO?



AGORA RESPONDA NO SEU CADERNO O QUE VOCÊ SENTIU, IMAGINOU E COMO FOI A EXPERIÊNCIA.

**ATÉ A PRÓXIMA
AULA!**

**# FICA EM CASA.
CUIDE-SE.**



**“Porque onde dois ou
três estão juntos em
meu nome, eu estou ali
com eles” Mateus 18:20**