



# EDUCAÇÃO EMOCIONAL



Ensino Fundamental: 3º ao 5º ano

## COMPREENSÃO E TOLERÂNCIA

## ALGUMAS RECOMENDAÇÕES:

Estas atividades têm como finalidade ajudar os pais e responsáveis para melhoria de convivência no ambiente familiar por meio de leituras, exercícios e vídeos que possam ajudar neste período de isolamento social.

Conhecimento sobre as próprias emoções, prevenção aos efeitos nocivos das emoções desconfortáveis, respeito e aceitação do que é diferente entre **pessoas** e **culturas**, aumentar o conhecimento que tenho sobre mim e sobre o outro sem julgamento.

Aqui você irá encontrar exercícios simples, que podem ser realizados em casa.

## ALGUMAS RECOMENDAÇÕES:

Estabeleça uma rotina com a família para possibilitar o desenvolvimento das atividades.

Converse abertamente de modo claro e objetivo com as crianças, sobre a situação pela qual estamos vivendo, de acordo com a capacidade de compreensão da criança.

Este é um momento oportuno para fortalecer os vínculos familiares e evitar de agir sem pensar.

# COMPREENSÃO E TOLERÂNCIA

Muitas vezes, sofremos por ver apenas um lado da história. Precisamos aprender a respeitar os outros, sobretudo aqueles que são diferentes de **nós**, que pensam de maneira diferente ou que tem crenças diferentes. É muito importante não tirar conclusões precipitadas sem compreender todos os lados da situação. Existem duas atitudes muito importantes nesses casos. São como poderes mágicos contra a violência e podem transformar o desconforto que são **compreensão e tolerância**.



Assista ao vídeo: [https://www.youtube.com/watch?v=e\\_CINyi7jGA](https://www.youtube.com/watch?v=e_CINyi7jGA)

# COMPREENSÃO

**É O RESPEITO E  
ACEITAÇÃO DO QUE É  
DIFERENTE ENTRE  
PESSOAS E CULTURAS.**



Assista ao Vídeo

<https://www.youtube.com/watch?v=L-SG6wbZm9g>

# TOLERÂNCIA

**É ACEITAR QUE ALGO  
POSSA SAIR DIFERENTE  
DO QUE VOCÊ PLANEJOU  
OU DO QUE GOSTARIA  
QUE ACONTECESSE.**





**TOLERAR O DESCONFORTO E  
BUSCAR OS VÁRIOS LADOS DE  
UMA SITUAÇÃO, PARA  
COMPREENDER OS  
ACONTECIMENTOS, AJUDAM  
VOCÊ A PENSAR MELHOR EM  
COMO ENFRENTAR UMA  
SITUAÇÃO DIFÍCIL.**

# VAMOS EXERCITAR UM POUCO A COMPREENSÃO!

## ATIVIDADE 1

Converse com seus pais e irmãozinhos sobre suas opiniões a respeito das leituras dos pequenos textos.

Escreve no seu caderno a resposta de cada um.



# É BOM SABER!

## ATIVIDADE 2



Já estudamos que é muito importante não tirar conclusões precipitadas sem compreender os dois lados.

E você? Já passou por uma situação na qual tirou conclusões precipitadas?

Registre sua resposta na folha de papel ou no seu caderno.

# CULTIVO NO LAR!

## ATIVIDADE 3



**Agora que você já refletiu bastante, pode responder no seu caderno a pergunta abaixo:**

**Sempre devemos pensar melhor em como enfrentar uma situação difícil, por isso, antes de resolver um conflito o que você deve fazer?**

**Por hoje é só!  
Até a próxima aula!**

**#FicaEmCasa**

