

## Dramatização de emoções



### ❖ Como fazer?

- Selecionar situações que ocorrem no grupo ou no contexto familiar.
- As situações podem ser dramatizadas em pequenos grupos de três ou quatro elementos e devem relatar uma situação/ação negativa ou positiva e a respetiva reação.
- Exemplos de situações: a criança estraga o desenho do colega motivada por competitividade e o colega reage de forma agressiva; em casa, um adulto propõe à criança que prepare a mesa para a refeição e esta fica muito feliz por ajudar nas tarefas domésticas; a criança acompanha um adulto ao supermercado, faz uma birra para obter um brinquedo, o adulto chama-a à razão e a criança reage de forma negativa, aumentando a intensidade do choro.
- No final de cada dramatização, o educador explora as emoções por detrás de cada atitude e, com as crianças, encontra outras formas de agir e reagir.

## Salada de fruta



### ❖ Como fazer?

- Dialogar com as crianças sobre como fazer uma alimentação saudável.
- Partilhar com o grupo os alimentos de que mais gostam e registar a sua opinião.
- Elaborar um quadro, dividindo-o em duas partes: o que se deve comer e o que não se deve comer.
- As crianças recolhem imagens de alimentos e colocam-nas no quadro de acordo com a legenda.
- De forma a complementar esta atividade, propõe-se a visita a uma frutaria.
- Planificar a visita com o grupo, anotando o que se espera encontrar, que questões colocar lá, entre outros.
- Na frutaria, pedir que identifiquem e nomeiem os frutos, descrevendo-os, sensibilizando para cores e odores.
- Comprar alguns frutos com o objetivo de confeccionar uma salada de fruta.
- Na sala, identificar, nomear e registar as frutas que farão parte da salada.
- Manusear as frutas, sentir a sua textura, cheiro, sabor, cor, entre outras características.
- Preparar a salada de fruta e servir de sobremesa.