

😊 PROJETO: “Sentir para Crescer: Trabalhando as Emoções na Educação Infantil”

Etapa: Educação Infantil

Duração: 4 semanas

Introdução

A Educação Infantil é uma fase essencial para o desenvolvimento emocional das crianças. Nesse período, elas começam a identificar e lidar com suas emoções, ainda que muitas vezes não saibam nomeá-las ou expressá-las de forma adequada. Por isso, é fundamental que o ambiente escolar ofereça um espaço seguro e acolhedor para que os pequenos conheçam e expressem seus sentimentos.

Trabalhar as emoções com intencionalidade pedagógica ajuda as crianças a desenvolverem habilidades socioemocionais importantes, como empatia, respeito ao outro, autocontrole e resolução de conflitos. Esses aprendizados são a base para relações saudáveis e para a formação de uma autoestima positiva.

Quando a criança aprende a identificar o que sente, ela consegue se comunicar melhor, resolver suas frustrações com mais equilíbrio e se conectar emocionalmente com o outro. O papel do professor, nesse contexto, é mediar essas descobertas com escuta, diálogo e atividades significativas.

Através de histórias, rodas de conversa, brincadeiras e jogos, é possível abordar as emoções de forma lúdica e sensível. Essas vivências ajudam a criança a entender que todos os sentimentos são válidos e que existem formas saudáveis de expressá-los.

Este projeto tem como proposta promover o autoconhecimento, a empatia e o desenvolvimento emocional das crianças, fortalecendo o clima de acolhimento, escuta e respeito dentro do ambiente escolar.

Objetivo Geral

Auxiliar as crianças na identificação, nomeação e expressão de suas emoções, promovendo o desenvolvimento da inteligência emocional desde os primeiros anos escolares.

Objetivos Específicos

- Reconhecer e nomear as emoções básicas (alegria, tristeza, raiva, medo, amor, etc.)
- Estimular a escuta e a empatia por meio de histórias e rodas de conversa
- Desenvolver estratégias saudáveis para lidar com sentimentos difíceis
- Criar um ambiente acolhedor, que favoreça a expressão das emoções
- Fortalecer os vínculos entre crianças, professores e famílias

Metodologia

As atividades serão desenvolvidas com base na ludicidade e no diálogo afetivo, utilizando materiais visuais, histórias, músicas, dramatizações, jogos simbólicos e produções artísticas. As ações envolverão:

- Roda da emoção (com carinhas ilustradas ou emojis)
- Histórias infantis com personagens que vivem emoções (ex: “O Monstro das Cores”)
- Cartazes coletivos sobre “Como me sinto hoje?”
- Produção de desenhos e colagens representando sentimentos
- Atividades corporais e relaxamento com músicas suaves
- Criação do “Cantinho da Emoção” na sala
- Envolvimento das famílias com bilhetes e atividades para casa

Cronograma Semanal

| Semana | Tema da Semana | Atividades Principais |
|--------|-------------------------|--|
| 1ª | O que são emoções? | Roda de conversa, carinhas das emoções, desenho livre “Como estou hoje?” |
| 2ª | Alegria e Tristeza | Contação da história “O Monstro das Cores”, atividades com amarelo e azul, produção artística |
| 3ª | Medo e Raiva | Jogo das emoções, dramatizações, relaxamento com música, massinha e argila para extravasar emoções |
| 4ª | Amor, Empatia e Amizade | Brincadeiras cooperativas, confecção do mural “Meu coração colorido”, entrega do “Diploma das Emoções” |

Avaliação

A avaliação será processual, com observações diárias sobre:

- Participação nas rodas de conversa e nas atividades propostas
- Capacidade de nomear e reconhecer as emoções
- Demonstração de empatia com os colegas
- Mudanças na expressão dos sentimentos ao longo do projeto
- Relato das famílias sobre percepções em casa

Resultados Esperados

- Crianças mais conscientes sobre suas emoções e sentimentos
- Melhoria na comunicação e na resolução de conflitos entre pares
- Aumento da empatia e respeito no ambiente escolar
- Fortalecimento dos vínculos afetivos entre alunos e professores
- Criação de um espaço mais acolhedor e sensível na Educação Infantil

Bibliografia

- BRASIL. *Base Nacional Comum Curricular – BNCC*. MEC, 2017.
- DORTA, Ana Luiza. *A inteligência emocional na Educação Infantil*. Cortez, 2020.
- LLORENS, Anna. *O Monstro das Cores*. Editora Aletria, 2018.
- GOLMAN, Daniel. *Inteligência Emocional*. Objetiva, 1995.
- DELIBES, Letícia. *Educar as emoções na infância*. Vozes, 2019.