

CRESCER COM AS EMOÇÕES



1

CRECHE PRÉ - ESCOLAR

PLANO ANUAL DE ATIVIDADES

ANO LETIVO 2019/2020

PLANO DE ATIVIDADES

A vida das crianças está repleta de emoções, e estas são um elemento crucial no seu desenvolvimento. A infância é o período do desenvolvimento no qual ocorrem mudanças rápidas e importantes. Com o crescimento emerge a necessidade da criança em descobrir o mundo à sua volta. Este é um movimento de exploração que quando apoiado pelos adultos cria confiança e é responsável pelo comportamento nas relações sociais.

As crianças falam mais dos seus sentimentos quando se sentem seguras e aceites, daí ser muito importante que os adultos lhe proporcionem um ambiente em que se sintam apoiadas. É aqui que entra à escola, devemos criar-lhes relações de autenticidade, envolvermo-nos nas brincadeiras e aceitar as suas emoções. Mais do que evitar senti-las, ainda que sejam negativas, o importante passa, por senti-las e ser capaz de as gerir de uma forma adequada.

Quando experimentamos uma emoção agradável, o pensamento torna-se criativo, a “mente aberta” e as ações tornam-se aventureiras e exploradoras. Também as emoções mais desagradáveis, como a raiva, o medo ou a tristeza desempenham um papel adaptativo, sendo que todas elas são necessárias para nos sentirmos funcionais.

“Crescer com as Emoções...”

No âmbito da preparação e planificação do ano letivo 2019/20, foi tido em conta a avaliação do relatório do plano de atividades referente ao ano letivo 2018/19 da rede de infantários, que no entender de todo o corpo docente foi positiva, por esse motivo decidimos dar continuidade ao mesmo plano.

Antes de partirmos para a execução concreta do plano, refletimos sobre como se processa o desenvolvimento da criança, nas suas diferentes dimensões, e de como a

aprendizagem se deve realizar, cada vez mais, assumindo uma configuração holística, tanto nas competências dos sentidos como em relação ao mundo que a rodeia.

As Emoções porque, todos nascemos com uma predisposição biológica para sentir emoções básicas, como medo, raiva, alegria, nojo, surpresa, tristeza. As emoções são reações aos acontecimentos externos e internos (por exemplo, pensamentos, memórias, sensações), sendo fundamentais e adaptativas. Normalmente, estão associadas a alterações/ sensações corporais, como tensão ou relaxamento dos músculos, aumento do ritmo cardíaco, flutuações na temperatura corporal, etc.

As emoções tendem a ter uma duração relativamente breve, isto é, são limitadas no tempo e, após atingirem um pico, diminuem de intensidade.

As emoções têm diferentes funções e satisfazem diferentes necessidades, conforme afirma Sáragga. F (pág. 173):

“- A Comunicação com o eu (validar as próprias emoções): Reconhecer, normalizar, aceitar e validar a importância da emoção, compreendendo que outra pessoa seria o mesmo no meu lugar (por exemplo, sentir tristeza quando perdemos algo / alguém importante).

- A Comunicação com os outros: a expressão das emoções pode influenciar e regular o comportamento do outro (por exemplo, exprimir zanga/raiva/tristeza quando a criança está a ser gozada pode fazer com que os outros mudem o seu comportamento).

- A Preparação para a ação: as emoções motivam-nos e preparam-nos para a ação (por exemplo, o medo de ter nota negativa pode levar a criança a motivar-se para o estudo).”

A nossa principal intenção educativa é privilegiar uma educação globalizadora e integrante que potencie valores, como a felicidade, a solidariedade, a interajuda, a partilha, a autonomia, a igualdade, o respeito pela diferença e responsabilidade.

“Crescer com as Emoções...” será abordado através de histórias que nos remetem para a fantasia, a imaginação, o sonho, o conforto, a magia, a alegria... Com a capacidade de fantasiar a criança atua na construção da sua imaginação. A criança simboliza, brinca ao faz-de-conta, representa papéis, “recria” situações que lhe foram agradáveis ou não. O

mundo enriqueceu em sonhos e ensinou-lhe que é possível realizá-los, por mais improváveis que lhe possam parecer.

É neste sentido que queremos que as crianças experimentem um pouco da magia e fantasia que são passadas de geração em geração em conjunto com a sua imaginação. É imperativo retirá-las do lazer passivo da televisão e restantes tecnologias, da imobilidade dos apartamentos e das ruas apinhadas de carros. As histórias são um passaporte livre para o mundo da criança e para todos os processos formativos típicos da idade, como a formação da personalidade, a construção de regras e valores, o desenvolvimento cognitivo, motor e sócio emocional.

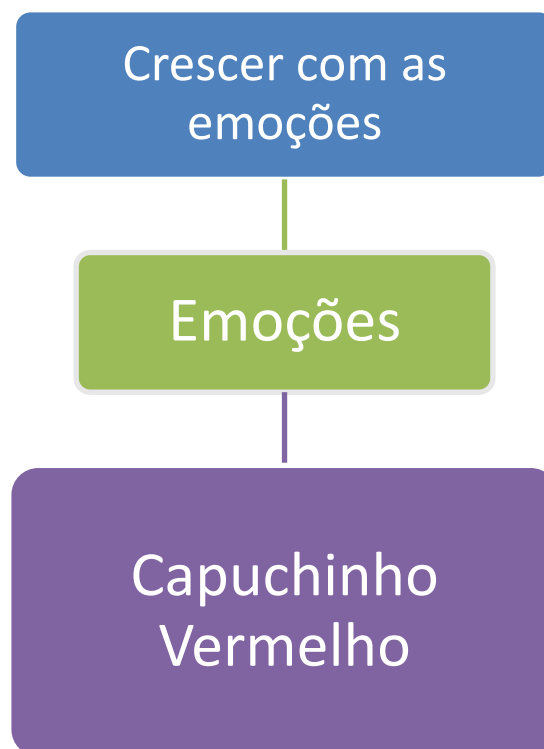
É aqui que entra a escola! O nosso papel não é só contar ou inventar histórias, não é instrumentá-las, com itens de currículos, nem tão pouco tornar obrigatório um prazer tão natural. O nosso papel é sobretudo mergulhar no mundo da fantasia, em conjunto com as crianças, construindo permanentemente paralelos com a vida de cada um, para que se construam como adultos equilibrados, serenos e felizes num mundo de dualidades, exigências e desafios.

Com as mudanças que se tem vindo a verificar no sistema familiar e na sociedade de hoje em dia (aumento de número de horas dedicado ao trabalho, o ritmo acelerado de vida, a existência de variados tipos de família, a menor disponibilidade de tempo para um relacionamento com os filhos, o fato de os avós ainda serem ativos profissionalmente, o uso de novas tecnologias por vezes sem o apoio de um adulto), a escola assume cada vez mais um papel preponderante a nível educacional. É também na escola que se estabelecem muitas relações interpessoais e daí ser um ponto fulcral para uma educação pessoal e interpessoal, a nível cognitivo, mas também relacional e emocional.

Perante isto, o trabalho a desenvolver no infantário: “Mundo da Fantasia terá como tema: **“Crescer com as Emoções...”** que será explorado de formas diferentes consoante a valência (Creche e Jardim de Infância).

Esquema Geral do Plano de Atividades

5



Creche

Numa creche não se pretende que se realizem atividades soltas sem uma verdadeira integração didática sustentada em moldes e elementos que permitam concretizá-la de uma forma eficaz. Sendo assim, pretendemos que sejam, ao longo do ano, criadas e planificadas unidades didáticas (semestrais) sustentadas num tema e elemento integrador já definidos no Plano Anual de Atividades.

Este plano visa assim educar pelas emoções, numa fase inicial abordando as emoções básicas ALEGRIA, TRISTEZA, MEDO, RAIVA E REPULSA (NOJO), e gradualmente irão surgindo outras, alertando as crianças para cada uma delas, levando-as a identificá-las, incentivando-as a expressá-las e a falar sobre elas.

Sabemos que as crianças em idade de **Creche**, não conseguem entender emoções mais complexas. Assim tentaremos abordá-las e trabalhá-las através da história: “Capuchinho Vermelho”, por ser uma história que conhecem bem e, por outras que lhes são contadas em casa, e que expressam, de forma explícita, muitas destas emoções.

Pré-Escolar

A educação pré-escolar, tal como está estabelecido na lei-quadro (lei nº5/97 de 10 de fevereiro), destina-se às crianças entre os 3 anos e a entrada na escolaridade obrigatória, sendo considerada como “*a primeira etapa da educação básica no processo de educação ao longo da vida.*” (Orientações Curriculares 2016)

De acordo com as Orientações Curriculares, a educação pré-escolar não constitui um programa a cumprir, mas sim uma referência para construir e gerir um currículo, que deverá ser adaptado ao contexto social, às características das crianças, das famílias e à evolução das aprendizagens de cada criança e do grupo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

É importante salientar que educar é criar a responsabilidade e o respeito perante nós e perante os outros; é criar uma consciência de deveres e direitos, sentimentos de comunidade e partilha; é ensinar a olhar o mundo que nos rodeia, com olhos críticos para assumir as identidades e as diferenças, a pluralidade de pertenças e o sentido de participação; é incentivar o diálogo e o relacionamento positivo com os outros; é em suma uma preparação para a vida.

Assim é importante ajudar as nossas crianças a conhecerem-se a si próprias, a gerir as suas emoções para se construírem interiormente e poderem crescer emocionalmente inteligentes, capazes de, conhecendo-se e conhecendo os outros, interagir de uma forma empática e positiva, contribuindo para um mundo melhor e mais feliz.

