

## PLANO DA ATIVIDADE

<b>Área temática:</b>	<b>Tema:</b> Saúde Mental <b>Subtemas:</b> Comunicação Emoções	<b>Ciclo de escolaridade:</b>	<b>Pré escolar</b>
<b>Responsáveis pela atividade:</b> Equipa PES / Educadoras		<b>Data:</b> <b>14 a 18 de fevereiro</b>	
<b>Objetivos do Referencial de Educação para a Saúde</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Expressar os afetos, através de uma comunicação positiva, eficaz e assertiva.</li> <li>➤ Explorar a comunicação verbal e não-verbal.</li> <li>➤ Expressar emoções de forma adequada.</li> <li>➤ Respeitar os sentimentos dos outros.</li> <li>➤ Relacionar o que se sente com as situações vividas.</li> </ul>			
<b>Duração:</b> 50 minutos	<b>Local:</b> Sala de aula	<b>Recursos:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Imagens dos “miminhos”</li> <li>➤ Caixa dos miminhos</li> </ul>	
<b>Desenvolvimento da atividade “Caixa dos Miminhos”</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. A educadora decora uma caixa de cartão (por exemplo uma caixa de sapatos). Pode fazer esta tarefa com a ajuda das crianças.</li> <li>2. Coloca no seu interior as imagens dos “miminhos” (ver anexo / imprimir)</li> <li>3. As crianças são dispostas em círculo e uma de cada vez tira uma imagem.</li> <li>4. As restantes crianças do grupo oferecem-lhe aquele “miminho”.</li> <li>5. A atividade repete-se até todas as crianças tirarem o seu miminho da caixa.</li> <li>6. No final podem colar os “miminhos” num placard da sala de aula.</li> </ol> <p><b>NOTA:</b> a educadora pode adicionar outras imagens de “miminhos” de acordo com o grupo de crianças.</p>			
<b>Avaliação:</b> - Participação das crianças			
<b>Referências bibliográficas:</b> SAÚDE MENTAL EM SAÚDE ESCOLAR - Manual para a promoção de competências socioemocionais em meio escolar – 2019 - Portugal. Ministério da Saúde. Direção-Geral da Saúde. <a href="https://www.dge.mec.pt/sites/default/files/Esaude/referencial_educacao_saude_vf_junho2017.pdf">https://www.dge.mec.pt/sites/default/files/Esaude/referencial_educacao_saude_vf_junho2017.pdf</a>			

*Equipa PES / fevereiro 2022*

ANEXO – “Miminhos”  
(imprimir)



ABRACINHOS



AGRADECER



ATIRAR BEIJINHOS



BATER PALMAS



CANTAR



DIZER FIXE



DANÇAR



SALTAR