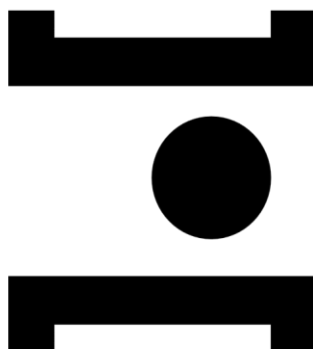


INSTITUTO POLITÉCNICO DE SANTARÉM

Escola Superior de Educação



**POLITÉCNICO
DE SANTARÉM**

**CONSCIÊNCIA EMOCIONAL NO JARDIM DE INFÂNCIA E NO 1.º
CICLO DO ENSINO BÁSICO**

Relatório de Estágio

Mestrado em Educação Pré-Escolar e Ensino do 1.º Ciclo do Ensino Básico

Beatriz dos Santos José

Orientação:

Professora Doutora Sónia Seixas

março, 2023

Agradecimentos

Em primeiro lugar, quero agradecer à doutora professora Sónia Seixas, pela sua orientação e por se mostrar sempre disponível para me ajudar no que fosse necessário. Pelas suas palavras de apoio e de motivação, fazendo com que me mantivesse interessada em investigar a minha temática. Quero também agradecer à minha intérprete de língua gestual, por me acompanhar durante o meu percurso, por me apoiar nas minhas dificuldades, por sempre me ter mostrado que seria capaz de conquistar tudo o que eu desejasse, que iria ultrapassar todas as minhas dificuldades e para nunca desistir. Sem ela, provavelmente não teria ultrapassado as minhas barreiras, visto que era um elemento de comunicação, pois tem a responsabilidade de me transmitir tudo o que os docentes ditavam, sendo benéfico para conseguir desenvolver aprendizagens e conhecimentos ao longo do meu percurso académico.

Em segundo lugar, nada mais importante do que a minha família (mesmo os que já não estão cá, estão sempre no meu coração), agradeço por estarem sempre ao meu lado, por me mostrarem que apesar da minha surdez, não devo desistir dos meus sonhos, que nada me impede e que com persistência, chego onde pretendo (sempre com percalços no caminho, mas que nunca desistisse a cada queda). São o meu porto seguro, que nunca me prenderam as asas e que me deixaram voar. Também quero agradecer às minhas amigas (sejam colegas como amigas de vida) por se manterem ao meu lado, por estarem comigo nesta jornada e por me incentivarem a seguir os meus sonhos. Por terem feito este percurso comigo, por termos passado por aprendizagens e dificuldades em conjunto, ultrapassando-as sempre com o apoio umas das outras.

Em último lugar, quero agradecer a todos os professores com quem tive a oportunidade de desenvolver aprendizagens ao longo do meu percurso escolar, especialmente a quem me deu a mão quando frequentava do 2.º Ciclo do Ensino Básico até ao 12.º ano (desde intérpretes de língua gestual, professores de língua gestual, professores de apoio e terapeutas da fala), porque também é graças a esta equipa que consegui chegar à faculdade, que consegui ser boa estudante e que me fizeram tornar numa futura profissional de educação. Com coragem e determinação, mostrar sempre que apesar de algumas barreiras (no meu caso, a surdez), que o caminho é seguir sempre em frente, que tudo se alcança sem desistir e que somos exemplos para o mundo de que nada nos pode impedir de sermos felizes. Mostrar que não é uma incapacidade que nos fará baixar os braços e que conseguimos tal como as outras pessoas.

Acrónimos/Siglas

CEB – Ciclo do Ensino Básico

PLNM – Português Língua Não Materna

UNICEF – Fundo das Nações Unidas para a Infância

Resumo

O presente relatório surge no âmbito do Mestrado em Educação Pré-Escolar e Ensino do 1.º Ciclo do Ensino Básico, e encontra-se dividido em duas partes: uma primeira parte onde se apresentam as práticas de ensino supervisionadas em Creche, Jardim de Infância e 1.º CEB e uma segunda parte sobre o exercício investigativo.

No exercício investigativo envolveram-se três grupos de participantes (16 crianças do jardim de infância, 12 crianças do 1.º ano e 12 crianças do 4.º ano) das diferentes práticas de ensino supervisionadas, num estudo investigativo relacionado com a Consciência Emocional. Procurou-se responder à questão de investigação “Qual a importância da Consciência Emocional no Pré-Escolar e no 1.º Ciclo do Ensino Básico?”, sendo que as questões orientadoras se encontram relacionadas com reflexão de como promover o desenvolvimento da inteligência emocional e a importância dos profissionais de educação no desenvolvimento emocional das crianças.

A investigação incluiu-se numa metodologia de Investigação-Ação, tendo a problemática sido trabalhada através da planificação de atividades para as crianças, sendo as mesmas avaliadas através de um instrumento de avaliação sobre a sua consciência emocional. Através dos resultados obtidos, comparando as avaliações iniciais com as finais e observando a evolução das crianças nos vários domínios da consciência emocional, sobressai a importância de incluir esta temática na educação escolar. Constatou-se que as crianças, no final da intervenção, desenvolveram conhecimentos de nomeação das emoções primárias, de identificação em si mesmas e nos outros, e de compreensão.

Palavras-chave: Inteligência Emocional; Consciência Emocional; Emoções; Desenvolvimento e Aprendizagem.

Abstract

This report is part of the Master's Degree in Pre-School Education and Teaching of the 1st Cycle of Basic Education, and is divided into two parts: a first part where supervised teaching practices are presented in Nurseries, Kindergartens and 1st CEB and a second part on the investigative exercise.

In the investigative exercise, three groups of participants (16 kindergarten children, 12 1st grade children and 12 4th grade children) from different supervised teaching practices were involved in an investigative study related to Emotional Awareness. An attempt was made to answer the research question “What is the importance of Emotional Awareness in Preschool and in the 1st Cycle of Basic Education?”, the guiding questions are related to reflection on how to promote the development of emotional intelligence and the importance of education professionals in the emotional development of children.

The investigation was included in an Action-Research methodology, with the problem being worked on by planning activities for the children, which were assessed using an instrument to assess their emotional awareness. Through the results obtained, comparing the initial assessments with the final ones and observing the evolution of children in the various domains of emotional awareness, the importance of including this theme in school education stands out. It was found that the children, at the end of the intervention, developed knowledge of naming primary emotions, identifying themselves and others, and understanding.

Keyword: Emotional intelligence; Emotional Awareness; Emotions; Development and learning.

Índice

Introdução	1
Parte I – Práticas de Ensino Supervisionadas	2
A. Prática de Ensino Supervisionada – Creche	2
• Caracterização do contexto	2
• Caracterização do grupo e da sala	3
• Projeto de intervenção – “Vamos aprender a falar!”	5
B. Prática de Ensino Supervisionada – Jardim de Infância	9
• Caracterização do contexto	9
• Caracterização do grupo e da sala	11
• Projeto de intervenção – “Descobrir a magia das histórias infantis!”	13
C. Prática de Ensino Supervisionada no 1.º CEB – 1.º e 2.º anos	18
• Caracterização do contexto	18
• Caracterização do grupo e da sala	19
• Projeto de intervenção – “Exploradores de Histórias!”	22
D. Prática de Ensino Supervisionada no 1.º CEB – 3.º e 4.º anos	27
• Caracterização do contexto	27
• Caracterização do grupo e da sala	29
• Projeto de intervenção – “Confia em ti!”	30
• Autoavaliação do percurso de aprendizagem nas práticas de ensino supervisionadas	35
Parte II – Exercício Investigativo	40
• Enquadramento Teórico	40
1. Inteligência Emocional	40
1.1. O que é a inteligência emocional?	40
1.2. Quais são as competências emocionais?	43
1.3. Importância de inteligência emocional nas crianças.	46
2. Consciência emocional	48
2.1. O que é a consciência emocional?	48
2.2. Importância da consciência emocional nas crianças.....	49
3. Emoções	50
3.1. O que são emoções?.....	50
3.2. Importância das emoções nas crianças.....	55
4. Quais as vantagens das atividades que promovam o desenvolvimento de competências emocionais nas crianças?	57

• Opções Metodológicas	59
• Técnicas e instrumentos de recolha de dados	61
• Participantes	63
• Problemática, questões orientadoras e objetivos	64
• Análise e discussão dos dados	65
1. Análise dos dados do contexto de Jardim de Infância	65
2. Análise dos dados do contexto de 1.º Ciclo do Ensino Básico	67
2.1. Turma do 1.º ano de escolaridade	67
2.2. Turma do 4.º ano de escolaridade	70
3. Reflexão conjunta da análise dos dados das Práticas de Ensino Supervisionadas	73
• Considerações finais	75
Conclusão	80
Referências Bibliográficas	82
Anexos	85
Anexo I – Planificações das atividades na Prática de Ensino Supervisionada em Creche	86
Anexo II – Planificações das atividades na Prática de Ensino Supervisionada em Jardim de Infância	92
Anexo III – Planificações das atividades na Prática de Ensino Supervisionada em 1.º e 2.º anos	99
Anexo IV – Planificações das atividades na Prática de Ensino Supervisionada em 3.º e 4.º anos	102
Anexo V – Instrumento de avaliação da Consciência Emocional	107
Anexo VI – Respostas das crianças através do instrumento de avaliação	113
• Avaliação Prévia e Final da Consciência Emocional – Jardim de Infância (5 anos)	113
• Avaliação Prévia e Final da Consciência Emocional – 1.º Ciclo (1.º ano).....	126
• Avaliação Prévia e Final da Consciência Emocional – 1.º Ciclo (4.º ano).....	139
Anexo VII – Análise de dados das avaliações finais e prévias através do instrumento	152
• Análise dos dados – Jardim de Infância	152
• Análise dos dados – 1.º ano do 1.º Ciclo do Ensino Básico.....	155
• Análise dos dados – 4.º ano do 1.º Ciclo do Ensino Básico.....	157
Anexo VIII – Imagens dos recursos materiais utilizados no instrumento de avaliação	160
Anexo IX – Figuras e Recursos utilizados nas atividades do exercício investigativo	162

Lista de figuras

Figura 1 - Gesto de elefante.....	7
Figura 2 - Gesto de sapo	7
Figura 3 - Estagiária mostra livro às crianças.....	7
Figura 4 - Atividades dinamizadas na prática de ensino supervisionada em Jardim de Infância.....	14
Figura 5 - Leitura do livro	16
Figura 6 - Atividade do balão	16
Figura 7 - Jogo da roleta das emoções	16
Figura 8 - Atividades dinamizadas na prática de ensino supervisionada em 1.º ano	23
Figura 9 - Atividades dinamizadas na prática de ensino supervisionada em 4.º ano	32
Figura 10 - Momento de leitura	33
Figura 11 - Atividade do espelho criança 1	33
Figura 12 - Atividade do espelho criança 2	33
Figura 13 - Criança a visualizar o abecedário e os números	35
Figura 14 - Criança a soletrar o seu nome	35

Lista de tabelas

Tabela 1 - Atividades dinamizadas na prática de ensino supervisionada em Creche	6
Tabela 2 - Sinais de expressões corporais que são observáveis nas emoções primárias ...	54

Introdução

A construção do relatório final surge no âmbito da Investigação na Prática de Ensino Supervisionada, encontrando-se organizado em duas partes.

A primeira parte aborda a caracterização das práticas de ensino supervisionadas onde tive oportunidade de estagiar. Destaco ainda a caracterização dos diferentes grupos de crianças, das respetivas salas que frequentavam, assim como os projetos de intervenção, incluindo as atividades que foram planeadas por mim (sendo que selecionei duas atividades para explicitar como correram as mesmas, o que as crianças aprenderam e mostraram, como também as minhas aprendizagens). Em seguida, apresento a autoavaliação do meu percurso de aprendizagem.

A segunda parte refere-se ao exercício investigativo, tendo como temática “Consciência Emocional no Jardim de Infância e no 1.º Ciclo do Ensino Básico”, de forma a verificar a importância de abordar a mesma no ensino escolar (incluindo as habilidades desta consciência, como referido em Alzina & Escoda (2007, p. 70), que são: tomar consciência das próprias emoções, identificar o nome das próprias emoções e compreender as emoções dos outros) – foram dinamizadas atividades com crianças, sendo utilizado um instrumento de avaliação (aplicado em dois momentos: previamente, antes das atividades realizadas e utilizado novamente no final), de modo a avaliar a Consciência Emocional das mesmas. Esta parte é constituída por: enquadramento teórico (em que aprofundo diferentes temas no âmbito da temática da Consciência Emocional e Inteligência Emocional); opções metodológicas (onde explicito a metodologia utilizada); instrumentos de recolha de dados (referindo os tipos de instrumentos que utilizei); participantes; problemática, como também as respetivas questões orientadoras e objetivos; análise e discussão dos dados (avaliação de cada contexto individualmente e posterior avaliação conjunta); e considerações finais (destacando as limitações do estudo e as respetivas recomendações).

Em suma, apresento o documento com a conclusão obtida sobre a construção deste relatório, a importância do mesmo e a aquisição de aprendizagens, destacando a minha evolução enquanto estudante. Para finalizar, menciono as respetivas referências bibliográficas utilizadas ao longo da investigação e os anexos.

“Ensinar não é transferir conhecimento mas criar as possibilidades para a sua produção ou a sua construção. Quem ensina aprende ao ensinar e quem aprende ensina ao aprender.” (Paulo Freire, 2002, como citado em Gomes e Vasconcelos, 2017, p. 27)

Parte I – Práticas de Ensino Supervisionadas

A. Prática de Ensino Supervisionada – Creche

• Caracterização do contexto

A Prática de Ensino Supervisionada em Creche ocorreu numa Instituição Particular de Solidariedade Social, no concelho de Santarém, durante o mês de janeiro de 2021 (decorreu durante duas semanas – primeira semana de observação e segunda semana de intervenção – sendo interrompida devido à situação pandémica da COVID-19).

A instituição é constituída por duas valências: Creche e Jardim de Infância. Este estabelecimento é composto por dois pisos: o rés de chão em que era frequentado pela valência de pré-escolar (duas salas de três anos, duas de quatro anos e duas de cinco anos) e primeiro andar, onde normalmente frequentavam as turmas da valência de creche (berçário, sala de um ano, sala de dois anos e sala heterógena – crianças com 1 e 2 anos).

Devido à situação pandémica, existiam diferentes espaços de refeitório, de forma a impedir a junção de crianças das diferentes turmas. Além disso, para evitar ajuntamento de pessoas, as crianças não entravam na instituição pela mesma entrada, sendo que antes tinham de desinfetar as mãos, limpar as sapatilhas e medir a temperatura (como também os elementos que faziam parte da instituição). Os encarregados de educação não podiam entrar na instituição, sendo que entregavam as suas crianças na entrada. No que toca ao exterior da instituição, era constituído por dois pátios abertos e adequados para a aprendizagem e desenvolvimento das crianças (jogo da macaca desenhado no chão, “casinhas”, entre outros), contudo, não surgiu oportunidade de ter grande contacto, visto que era mais destinado ao Pré-Escolar. Posso referir ainda que cada espaço estaria equipado com variados materiais didáticos e adequados às idades, como também em atenção às necessidades, dificuldades e interesses das crianças.

O projeto educativo da instituição tinha como temática “Crescer com Todos”, dando valor ao desenvolvimento humano através das variadas dimensões, colaborando na identidade do mesmo através dos valores humanos, éticos e cristãos. Apesar da existência de pouco contacto com outras pessoas fora da sala onde estagiei, foi possível compreender que todos conviviam de forma harmoniosa e tinham atenção para com as crianças, mesmo que as mesmas não fossem da sua sala. Todas as pessoas da instituição conheciam-se e valorizavam o desenvolvimento e aprendizagem de cada criança, como também transmitiam valores, normas e regras para que cada uma delas futuramente consigam viver em sociedade e ao mesmo tempo contribuindo para o seu desenvolvimento, formando a personalidade de cada uma.

- **Caracterização do grupo e da sala**

Este estágio foi realizado numa sala de 1 ano de idade (apesar de algumas crianças terem já 2 anos - idades compreendidas entre os 12 e 24 meses), constituído por 14 crianças, contudo, visto que o estágio decorreu em apenas duas semanas, só foi possível ter contacto com 12 crianças – 5 crianças do sexo feminino e 7 crianças do sexo masculino. Cada criança desenvolve-se conforme o seu ritmo e o seu tempo, sendo que nem todas estariam no mesmo nível de desenvolvimento. No que foi possível observar, juntamente com o meu par de estágio, todas as crianças já andavam sozinhas, sendo que uma gatinhava, sabendo levantar-se com o apoio dos objetos e de andar com ajuda (com a nossa ajuda e incentivo, a criança começou a colocar-se em pé, fortalecendo as pernas, utilizando os carrinhos e subindo para o cavalo de baloiço – vantagem para a sua motricidade grossa, visto que a mesma ao sentir-se motivada pelos adultos, irá colocar-se cada vez mais em pé, mesmo que sofra quedas, ganhando autonomia e um dia consiga andar sozinha). No que toca ao vocabulário, só algumas crianças o desenvolveram, comunicando-o verbalmente, e as outras comunicavam através de sons, gestos e expressões faciais.

Através da observação, verificámos que os interesses destas crianças eram ouvir músicas, cantando-as e fazerem os gestos das mesmas (coreografias), gostavam de animais (ouvindo os sons que os mesmos transmitiam) e sabiam identificar algumas partes do corpo. Além disso, eram crianças muito autónomas, em que resolviam os conflitos ou problemas que surgiam (caso não conseguissem, eram incentivadas pelos adultos para resolvê-lo), exploravam o espaço e o ambiente à sua volta e eram muito curiosas. As crianças tinham construído uma boa relação entre si e interagiam umas com as outras, como também tinham uma boa relação de afeto com os adultos. Posso exprimir ainda que eram amáveis, sendo crianças calmas e sociáveis, apesar de na primeira semana terem mostrado timidez com a nossa presença, não interagindo connosco, contudo, na segunda semana já tinham construído confiança, começando a procurarem-nos, a interagirem e a brincarem (sendo que nós também as procurávamos e incentivávamos, de forma a relacionarmos com as mesmas e a transmitirmos conhecimentos e valores). Tanto eu, como o meu par de estágio, sentimos que gostámos de trabalhar com esta idade, porém, devido à interrupção do estágio, ainda havia mais por fazer, por explorar e aprender com estas crianças (apesar disso, verificámos que era uma idade bastante curiosa, onde as crianças crescem e aprendam com tudo o que as rodeia, que necessitam do nosso apoio de forma a ajudá-las no seu desenvolvimento e a prepará-las para o mundo). De forma geral, ficámos satisfeitas com a oportunidade de trabalhar e desenvolver atividades com esta faixa etária, visto que é uma das idades cruciais para o desenvolvimento e aprendizagem de uma

criança e que teremos um papel muito importante a cumprir caso um dia formos educadoras de Creche.

Em relação à caracterização da sala, era um espaço bastante acolhedor, amplo e sem muitos materiais colocados pela sala, de forma que as crianças tivessem oportunidade de explorar livremente. Neste espaço existia um espelho, em que as crianças normalmente utilizavam para poderem observar-se a si próprias. Além disso, existiam mesas para as crianças realizarem as atividades manuais, como também materiais para as crianças brincarem (livro de feltro, peças de encaixe, cavalo de andar, brinquedo para as crianças andarem com apoio, entre outros). Quero destacar que quando as crianças brincavam com os diferentes brinquedos, no momento de arrumação, eram as mesmas que os arrumavam, promovendo assim, desde as primeiras idades, a autonomia e a responsabilidade. Existia um armário com diversos livros, peluches, fantoches, jogos, entre outros, que eram utilizados em momentos de entretenimento e atividades a realizar. De forma geral, os brinquedos estariam de encontro aos interesses, necessidades e dificuldades das crianças (por exemplo, uma criança que ainda não andasse, podia utilizar um carrinho de apoio, para aprender a andar, com o apoio inicial deste objeto). Visto que as crianças não tinham oportunidade de explorarem o espaço exterior, verificámos a importância da existência de uma janela na sala, em que as mesmas recorriam várias vezes para poderem observar, pois, são curiosas e observavam o espaço que as rodeava, falando (mesmo que não seja verbalmente) o que acontecia lá fora.

Nesta sala, ainda existia outra divisão onde era realizado o momento de higiene, em que estariam guardados todos os materiais necessários (fraldas, toalhetes, roupa de cada criança, entre outros), como também existiam lavatórios adequados para a idade, ou seja, do tamanho das crianças, para que as mesmas pudessem lavar as suas mãos. Através deste momento as crianças construía e fortaleciam a sua relação com a educadora cooperante e com a auxiliar de ação educativa, visto que as mesmas construía diálogos com as crianças. Assim sendo, a sala estaria adequada para crianças com idade de 1 ano, visto que poderiam explorá-la livremente, brincarem com o que queriam, comunicarem e ajudarem-se umas às outras, mas acima de tudo, explorar e conhecer o seu corpo. Neste sentido, é fundamental a aprendizagem, o desenvolvimento e a autonomia das mesmas através do brincar, da curiosidade e do que vão descobrindo enquanto percorriam o ambiente que as rodeia.

Por fim, em relação ao projeto de sala, a metodologia que a educadora cooperante optava era observar, planear, detetar dificuldades, registar e reajustar as aprendizagens. Com isso, verificava as necessidades, atitudes, interesses e manifestações de cada

criança. No que foi possível observar no projeto de sala, quero destacar que existia um Plano Anual de Atividades comum à valência de creche, que os educadores deveriam seguir, contudo, adaptavam o mesmo às suas crianças. Através disso, a educadora cooperante ao planificar as atividades, tinha em atenção aos interesses, dificuldades e necessidades do grupo, para construir atividades de acordo com o grupo existente da sua sala. Relativamente à avaliação, a educadora seguia as Orientações Curriculares para a Educação Pré-Escolar, em que tinha atenção aos seguintes tópicos: planejar, agir, concretizar na ação as intenções educativas, avaliar o processo envolvendo as crianças, tendo em conta o planeamento futuro a realizar, comunicar e articular com os colegas, pais e agentes da comunidade.

- **Projeto de intervenção – “Vamos aprender a falar!”**

Através da primeira semana de observação, surgiu-nos a ideia de construir um projeto de intervenção “*Vamos aprender a falar!*”, visto que eram poucas as crianças que tinham vocabulário (estariam a desenvolvê-lo conforme os conhecimentos e as competências que adquiriam), apesar de conseguirem comunicar através de sons, gestos e expressões faciais mostrando o que sentiam. Este projeto foi de encontro ao projeto da instituição como também ao projeto da sala.

Em relação ao projeto da instituição, como já referi anteriormente, tinham atenção ao desenvolvimento humano de acordo com todas as dimensões (valores humanos, éticos e cristãos), de forma a criança crescer de forma harmoniosa, formando a sua identidade para poder viver em sociedade. Assim sendo, no projeto de intervenção era tido em conta que para a criança crescer, desenvolver, formar a sua identidade e viver em sociedade, seria importante desenvolver a sua fala, para que consiga expressar e comunicar o que sente, o que aprendeu, que identifique determinada coisa que a rodeia e que consiga comunicar com os outros. É fundamental, enquanto futuros adultos, as mesmas terem a capacidade de comunicação para conseguirem interagir e integrar na sociedade. De forma geral, a fala é um dos fatores que contribui para um positivo desenvolvimento infantil.

Quanto ao projeto da sala, a educadora cooperante pretendia promover uma comunicação permanente e uma socialização constante, de forma a proporcionar um desenvolvimento adequado a cada criança, sendo que considerámos que na valência de Creche é importante promover diferentes atividades que proporcionam o contacto físico entre criança-adulto e também o desenvolvimento da linguagem desde cedo. Desta forma, construímos as atividades e até momentos durante a rotina de forma a promover a linguagem oral de cada criança, de acordo com as suas necessidades e através dos conteúdos estabelecidos no projeto de sala (animais e membros do corpo), utilizando

algumas canções. Para além da linguagem oral, também pretendíamos promover atividades utilizando a linguagem não verbal, visto que os gestos também seriam uma forma de incentivar o desenvolvimento da linguagem verbal, porque não queríamos apressar as crianças a falarem, mas sim, apenas promover a fala (repetindo variadas vezes o vocabulário, já que as mesmas aprendem a escutar, de forma a adquirirem as palavras e depois expressarem verbalmente). Os objetivos deste projeto de intervenção foram:

- **Objetivo geral:**
 - Estimular a linguagem oral das crianças;
- **Objetivos específicos:**
 - Desenvolver e aumentar o vocabulário das crianças;
 - Promover a comunicação verbal com o outro;
 - Promover a linguagem oral através de gestos, expressões faciais e corporais;
 - Aprender a escutar palavras desconhecidas e a seguir instruções;
 - Aprender a expressar-se verbalmente.

Nesta prática de ensino supervisionada, tanto eu como o meu par de estágio planificámos algumas atividades que tivemos oportunidade de dinamizar e outras que não foram possíveis intervirmos, devido à interrupção. Apesar disso, as atividades planificadas por mim foram (Anexo I):

<u>Atividades dinamizadas</u>		<u>Atividades que não foram dinamizadas</u>			
“Os animais”	“Vamos brincar com o corpo!”	“Explorar na areia.”	“Descobrir o corpo.”	“Conhecer os animais.”	“Brincar com os animais.”

Tabela 1 - Atividades dinamizadas na prática de ensino supervisionada em Creche

As planificações foram construídas através de duas formas: planificações semanais (em que indicávamos objetivos de acordo com quatro áreas – desenvolvimento motor, desenvolvimento cognitivo, desenvolvimento pessoal e social e desenvolvimento criativo - forma de planificação utilizada na instituição para a valência de creche - e ainda construíamos os nossos objetivos para as atividades) e planificações diárias (explicação das atividades realizadas). Salientando as atividades dinamizadas, visto que só existiu possibilidade de dinamizar duas atividades, explico as mesmas e destaco os pontos positivos e negativos:

- **“Os animais”**

Nesta atividade, utilizou-se um livro “Os animais”, em que a ideia seria ler e abordar conceitos como os nomes, os seus respetivos sons, o vocabulário “pequenos”/“grandes” e

realizar movimentos de animais, de forma a promover a motricidade das crianças - promoção do vocabulário dos animais, para as crianças aprenderem sobre os animais, os seus nomes, os seus sons e os seus movimentos.

Quando realizei a atividade, não li o livro (visto que as crianças não iriam compreender), sendo que mostrei as imagens presentes no livro de cada animal, dizendo os seus respetivos nomes, movimentos que os animais fazem e questionei os respetivos sons às crianças. As crianças mostravam interesse em observar o livro e em ouvir atentamente (algumas transmitiam os sons dos animais e outras mostravam-se mais focadas no que eu estaria a fazer). A educadora cooperante sugeriu algumas melhorias e soluções, que tive em conta e concordei com a mesma, visto que era fundamental para a minha aprendizagem e uma forma de melhorar os meus erros. Ao utilizar os livros, seria melhor ter uma/duas páginas completas com um animal só e com imagens grandes, visto que o livro tinha muitos pormenores e as crianças poderiam perder-se nos mesmos e não compreenderem quando falava dos diferentes animais. Contudo, considerei que deveria ter realizado mais movimentos de diferentes animais, como apontar para as imagens, observando se as crianças conseguiam identificá-los e poderia ter ido mais além do que planifiquei, como por exemplo, cantar algumas canções de alguns animais. Assim sendo, visto que foi a primeira atividade que dinamizei e utilizei um livro que não seria adequado para a idade, poderia ter utilizado um livro que a educadora cooperante teria (com imagens mais reais e com botões em que transmitia o respetivo som de cada animal ou até mesmo utilizar apenas imagens reais). Além disso, poderia também ter utilizado fantoches, construídos por mim e trabalhar os animais como também canções (não só ter feito um momento de exploração do livro, mas também um segundo momento com outras atividades).



Figura 1 - Gestor de elefante

Figura 2 - Gestor de sapo

Figura 3 - Estagiária mostra livro às crianças

- **“Vamos brincar com o corpo!”**

Com esta atividade, através do tablet, utilizou-se uma imagem do rato *Mickey*, em que a ideia seria questionar às crianças as diferentes partes do corpo, em que as mesmas tinham de identificar. Depois seria ditado uma lengalenga, abordado alguns membros do corpo e os

respetivos movimentos, para as crianças observarem e fazerem (promoção do vocabulário das partes do corpo e motricidade).

A atividade foi realizada em dois dias, uma vez que num dos dias, por falha minha, realizei-a sem a presença da educadora cooperante e o meu par de estágio não estava presente, sendo que não foi possível filmar, nem tirar fotografias, de modo que acabei por a repetir. No primeiro dia não utilizei o tablet, usando as partes do meu corpo para realizar questões às crianças, em que primeiro dialoguei com as mesmas sobre esta temática e de seguida questionei onde estariam as respetivas partes (sendo que as crianças respondiam apontando para estas mesmas partes). De seguida, dinamizei a lengalenga, em que exprimia oralmente para as crianças ouvirem e depois mexia o respetivo membro do corpo. As crianças mostraram-se atentas, no entanto apenas algumas participaram na lengalenga. Já no segundo dia, utilizei o tablet para apresentar a imagem e mostrar às crianças as respetivas partes do corpo, em que apontava na imagem onde as mesmas estariam e questionava às crianças onde estariam as suas partes do corpo, apontado (apenas algumas indicaram). Repeti novamente a lengalenga, sendo que algumas crianças fizeram os gestos, os movimentos corporais e conseguiram exprimir verbalmente. Comparando ambos os dias, no segundo dia consegui expressar mais e captar a atenção das crianças, sendo que as mesmas se mostraram mais atentas. Através do diálogo com a educadora cooperante e a minha colega de estágio, compreendi a importância da repetição, de forma as crianças observarem, adquirirem e transmitirem quando o conseguirem (através de gestos, expressão facial/corporal e verbalmente). No que toca às melhorias referentes a esta atividade, utilizaria imagens reais (de um animal ou do corpo de uma criança) e faria a lengalenga com as crianças todas em pé (uma vez que estavam todas sentadas), sendo que as mesmas teriam a oportunidade de explorar as partes do corpo através de variados movimentos e livremente pela sala. Além disso, optaria pela pesquisa de músicas infantis adequadas a esta idade, onde abordaria as diferentes partes do corpo.

As dificuldades que senti neste percurso de estágio, foi planear atividades relacionadas com linguagem oral destinadas a crianças de 1 ano de idade, tentando dinamizar atividades que não seriam complexas. Além disso, como dinamizávamos as atividades na hora de repouso (quando a auxiliar de ação educativa preparava as camas para a sesta), fazia com que as crianças não estivessem completamente atentas ao que estava a ser dinamizado. De facto, tinha a ideia de melhorar nestes aspetos e planifiquei atividades para dinamizar ao longo dos dias, contudo, devido à interrupção do estágio, já não foi possível, sentindo que iria aprender muito mais.

Em relação aos resultados deste projeto visto que ocorreu apenas em uma semana de intervenção, não foi possível observar o desenvolvimento na linguagem oral das crianças, mas foi possível observar que algumas crianças já começavam a exprimir verbalmente. Apesar de terem surgido falhas nas atividades realizadas, percebemos que as mesmas foram vantajosas para o desenvolvimento da linguagem oral das crianças, uma vez que ouviam repetidamente, adquirindo novos vocabulários, até conseguirem exprimir verbalmente (compreendemos que é fundamental a repetição para que as crianças ouçam até que um dia conseguem exprimir verbalmente).

Foram também promovidos alguns momentos de comunicação ao longo da rotina (nas brincadeiras, na muda das fraldas, nas refeições, entre outros), de forma a estimularmos as crianças a desenvolverem o seu vocabulário. Até mesmo as crianças que não conseguiam exprimir-se verbalmente, compreendemos que também é importante a comunicação não verbal, visto que ainda estão a aprender a falar e que nestas idades ao ouvirem tudo o que é dito à sua volta, irão adquirir e um dia conseguem comunicar. Devido à nossa intervenção ao longo da rotina, verificámos que uma criança começou a expressar-se verbalmente. Ao brincarmos com ela, repetíamos frequentemente uma expressão, até que, determinado dia conseguiu dizê-la (ouviu várias vezes a mesma expressão, durante os momentos de brincadeira, e expressou-a autonomamente, sem que a tivéssemos dito). De facto, a nossa estratégia de repetir os vocábulos e expressões resultou para que a criança expressasse verbalmente pela primeira vez, visto que utilizava apenas sons, gestos e expressões faciais para comunicar.

Como o estágio foi interrompido devido à situação pandémica, tanto eu como o meu par de estágio gostaríamos de ter tido mais oportunidade de melhorar as atividades e de fazer mais, contudo, demos o nosso melhor e pensamos ter contribuído para o desenvolvimento da linguagem oral de algumas crianças. De forma geral, o projeto promoveu o desenvolvimento da fala e a linguagem das crianças, sendo esse o principal objetivo.

B. Prática de Ensino Supervisionada – Jardim de Infância

• Caracterização do contexto

A Prática de Ensino Supervisionada em Jardim de Infância ocorreu numa Instituição Particular de Solidariedade Social, em Santarém, durante os meses de maio a junho de 2021.

Este estabelecimento é constituído por três valências: Creche, Jardim de Infância e 1.º CEB. O mesmo é constituído por dois edifícios diferentes: um dos edifícios era frequentado pelas crianças das valências de Creche, Jardim de Infância e 1.º CEB (apenas 1.º e 2.º ano de escolaridade) e o outro edifício, como era destinado a turmas do 2.º CEB e visto que já

não existiam, quem frequentava era o 4.º ano do 1.º CEB. No que toca ao espaço, era bastante grande e espaçoso, em que as crianças podiam circular livremente e de forma autónoma e as mesmas conheciam bem a instituição para irem buscar ou pedir determinada coisa (até as crianças da valência de Creche). Isso mostra que são bastante autónomas e confiantes ao frequentarem um espaço que conhecem muito bem, sem se perderem. Além disso, nesta instituição existiam espaços destinados para a brincadeira, por exemplo, um parque infantil (no exterior) em que as crianças divertiam imenso no recreio e era o momento em que se mostravam muito felizes a brincarem e a explorarem o espaço à sua volta.

Gostaria ainda de referir, que no interior da instituição, também existiam espaços destinados à brincadeira, em que por exemplo, existia um espaço com proteção, para as crianças brincarem caso estivesse a chover (devido à situação pandémica, cada turma ficava em determinado espaço, apesar de poderem interagir umas com as outras), com materiais como legos, trotinetes, peças de formas geométricas, entre outros – proporcionando diferentes formas de brincarem, o que era uma vantagem para o desenvolvimento e aprendizagem das crianças. Existia um espaço em que as crianças realizavam as atividades de educação física, em que o mesmo era bastante grande, com boas condições e tinha variados materiais para este domínio, o que não era frequente nas outras instituições em que tive oportunidade de estagiar (o que é positivo, uma vez que as crianças podiam participar em variadas atividades, não repetindo sempre as mesmas). O que ainda nos destacou nesta instituição, foi o facto de estar decorada com diversas fotografias de crianças que já frequentaram este estabelecimento, estarem escritas diversas frases, desenhos de bonecos, letras, números, entre outros, promovendo um ambiente acolhedor para as crianças. Outro aspeto vantajoso para a autonomia das crianças, eram as casas de banho que estavam adaptadas para as suas idades, em que os lavatórios e as sanitas estariam da sua altura, promovendo bastante a autonomia, sem necessitarem de ajuda (na turma onde tive a oportunidade de estagiar, as crianças iam sozinhas sem precisarem de ajuda, fazendo as necessidades sozinhas). Existia ainda um salão polivalente, destinado especificamente à turma com 4 anos, em que este salão estaria adequado para a idade, visto que brincavam com materiais como cozinhas de brincar, armários, micro-ondas, entre outros. De forma geral, materiais tecnológicos e ainda onde as crianças da turma de 4 anos e de 5 anos às vezes reuniam-se para verem filmes. Por fim, existia uma biblioteca com variados livros, em que as crianças normalmente frequentam para ouvirem histórias e em que tivemos oportunidade de realizar atividades do projeto de intervenção neste mesmo espaço.

Em relação à equipa da instituição, para além dos educadores e professores responsáveis por cada turma e dos auxiliares de ação educativa, existiam também professores dos domínios de música, inglês e físico-motor e uma assistente técnica em animação sociocultural. Foi possível observar uma relação de bem-estar entre todos os elementos, promovendo um ambiente harmonioso na instituição. Eram pessoas que se mostravam preocupados com a evolução escolar de cada criança e que construíam relações com todas as crianças das diferentes salas. Era uma relação positiva, em que interagiam entre si, trocando as informações necessárias, construindo uma relação de respeito e bem-estar, trabalhando em prol do futuro, da aprendizagem e do desenvolvimento das crianças, para que as mesmas cresçam felizes e aprendam num ambiente acolhedor e harmonioso.

Por fim, o projeto educativo da instituição tinha como tema “A Saúde”, em que pretendiam consciencializar a comunidade educativa para a saúde, visto que é um tema que é necessário terem conhecimento e que se destaca no mundo atual. Neste projeto, é dada a importância tanto à saúde física do indivíduo, como também à saúde mental. Posso exprimir que não surgiu a oportunidade de observar algo sobre esta temática, contudo, considereei uma temática fundamental, uma vez que estaríamos em tempo de pandemia e as crianças passaram muito tempo em casa. Desta forma, seria importante ter em atenção a aprendizagem e desenvolvimento de cada uma (dependendo de cada criança, se provocou prejuízo ou não), valorizando-as. Pretendo ainda destacar, que este projeto mostra a importância da educação pré-escolar, uma vez que é a primeira etapa do processo educativo, sendo necessário a atenção para o desenvolvimento e aprendizagem de cada criança, devido às suas características (meio familiar, social e físico). Destaca que a criança tem um papel ativo, tendo a oportunidade de conhecer diferentes contextos e desenvolver através de diferentes competências (motricidade, cognição, lingual, socialização, emocional, entre outros).

- **Caracterização do grupo e da sala**

Inicialmente, pretendo destacar, que nesta instituição, cada turma tinha um bibe de determinada cor, de forma a identificar as crianças de determinada turma. O grupo em que tive oportunidade de estagiar foi um grupo de 20 crianças com 5 anos de idade, em que 10 eram do sexo feminino e outras 10 do sexo masculino. Apesar de ser um grupo de 5 anos de idade, algumas crianças já tinham completado os 6 anos, uma vez que fizeram no início do ano. As crianças eram bastante curiosas e participativas, mostravam com frequência as suas questões, dúvidas e até comentários sobre variados assuntos. No que toca aos conteúdos, mostravam bastante curiosidade e interesse em aprenderem sobre diferentes temas, contudo, o conteúdo que destacava era o gosto por animais. Eram crianças que gostavam muito de cantar, que mostravam interesse em ouvirem histórias e se mostravam

felizes quando acertavam ou superavam alguma dificuldade. Além disso, conheciam diversos temas relativamente a diferentes conteúdos.

Apesar de serem crianças curiosas, participativas e que queriam aprender, por vezes mostravam dificuldade de concentração e atenção. Quando realizávamos determinada tarefa, mostravam-se conversadoras, o que foi um desafio para o meu papel, como para a minha aprendizagem visto que aprendi várias formas de chamar à atenção das crianças e sinto que o faziam por sermos professoras estagiárias, sendo que não éramos a figura que estaríamos todo o ano letivo com as mesmas. Era notório a autonomia por parte das crianças, em que muitas das vezes tomavam decisões sozinhas e já tinham a responsabilidade das suas ações (por exemplo, quando existiam situações de conflito, eram crianças que resolviam logo os seus problemas de forma autónoma – apesar de por vezes nós (professoras estagiárias), as educadoras e as auxiliares de ação educativa incentivarmos também à resolução do problema, só intervindo quando fosse necessário). Independentemente de serem crianças que necessitavam de desenvolver capacidades de trabalho colaborativo e de estimularem a sua criatividade, mostravam boa disposição, interação e tinham uma boa relação entre si. Existiram momentos em que foi possível observar os diferentes momentos de brincadeira em que as mesmas exploravam bastante o meio que as rodeava, principalmente os espaços exteriores, desenvolvendo a sua curiosidade.

No que toca à caracterização da sala, a organização da mesma encontrava-se de acordo com o método que é trabalhado nesta instituição. Assim sendo, a sala estava organizada semelhante a uma sala de 1.º Ciclo do Ensino Básico, com mesas e cadeiras para as crianças realizarem os seus trabalhos. Neste grupo de crianças, todas as semanas eram eleitos dois chefes da semana, sendo que estariam responsáveis por determinadas ações (por exemplo, distribuir os materiais aos seus colegas), em que existiam um espaço onde colocavam os nomes dos respetivos chefes, o que era crucial, visto que este papel promovia a responsabilidade das crianças. Nas paredes da sala, era possível observar uma decoração com os trabalhos das crianças (trabalhos realizados ao longo das semanas, que eram expostos, de acordo com as áreas de conteúdo de matemática, português, conhecimento do mundo e expressão plástica), dando a possibilidade de observarem os trabalhos umas das outras. A sala estava decorada com referências educativas (por exemplo, escadas crescente e decrescente do material Cuisenaire, quantidades correspondentes a meia dúzia ou meia dezena, alguns objetos legendados com os seus respetivos nomes, imagens de animais com legendas dos seus respetivos nomes, como também o abecedário/alfabeto), o que era uma vantagem, servindo como referência às crianças, para poderem observar estas mesmas decorações durante as atividades

dinamizadas, para lembrarem os conceitos, de forma a adquiri-los ao longo da sua aprendizagem.

Nesta mesma sala, ainda existia um material em que as crianças aprendiam a ler diferentes letras e palavras até o concluírem. De facto, posso referir que não seria uma organização de sala que conhecia de acordo com a valência de jardim de infância, contudo, como era de acordo com o método utilizado nesta instituição, era respeitável. Este método tinha algumas vantagens no que toca à aprendizagem das crianças, visto que as mesmas começam a aprender mais cedo as letras, a lerem e a escreverem. Apesar disso, a sala estaria bem organizada, adequada e com um bom ambiente de aprendizagem para cada criança.

- **Projeto de intervenção – “Descobrir a magia das histórias infantis!”**

Para a construção do projeto de intervenção, tanto eu como o meu par de estágio, tivemos a atenção e o cuidado de observar o interesse, as necessidades e as dificuldades das crianças, como ainda relacionámos o projeto com o nosso exercício investigativo, tentando não desviar ao que era necessário trabalhar. Inicialmente surgiu-nos a dificuldade de refletir que projeto criar, visto que era uma instituição com um método de ensino diferente do que tínhamos conhecimento, contudo, observámos um grande interesse das crianças. Assim sendo, como era um grupo que mostrava gosto em aprender, em explorar, de descobrir novos conteúdos e de questionar, surgiu-nos a ideia de um projeto de intervenção *“Descobrir a magia das histórias infantis!”*, a partir do interesse que as crianças tinham ao ouvir histórias contadas pela educadora cooperante, mostrando-se atentas. Assim que a educadora cooperante terminava de ler determinada história, as crianças queriam ouvir ainda mais. Além disso, nos intervalos de hora de almoço (quando não era possível lerem nos momentos das atividades do domínio da linguagem oral e abordagem à escrita), existia um pequeno momento em que as crianças liam alguns trechos de diferentes histórias. Com isso, considerámos fundamental trabalhar os diferentes livros infantis, visto que contribuem para a aprendizagem e desenvolvimento das crianças, em que a sua exploração promove a aquisição de diversos conhecimentos, valores e conhecimento do mundo que as rodeia. Por fim, conseguimos relacionar com o plano curricular de grupo, uma vez que a educadora cooperante, através do método da instituição, trabalhava as diferentes áreas de conteúdo (matemática, linguagem oral e abordagem à escrita, conhecimento do mundo, trabalhos manuais e artes visuais), sendo que interligávamos os conteúdos com as atividades dinamizadas no projeto de intervenção, pensando nas necessidades, interesses e dificuldades das crianças.

Com este projeto de intervenção pretendíamos que: as crianças desenvolvessem capacidades de trabalho colaborativo e em grupo (realizavam mais trabalhos individuais e tomavam decisões sozinhas); estimular a criatividade das crianças (existiam poucas atividades que estimulasse a criatividade e a exploração); e ler variadas histórias de acordo com as diversas áreas de conteúdo a trabalhar e até mesmo sobre diferentes assuntos; construir atividades através da leitura das histórias e exploração das mesmas. Os objetivos do projeto de intervenção são:

- **Objetivo geral:**
 - Promover o gosto pela leitura;
- **Objetivos específicos:**
 - Promover a escuta de diferentes histórias infantis;
 - Enriquecer a criatividade;
 - Promover o desenvolvimento de competências sociais emocionais;
 - Promover a articulação das diferentes áreas de conteúdo;
 - Estimular a cooperação entre o grupo;
 - Estimular o desenvolvimento da leitura e da escrita.

Assim sendo, tanto eu e a minha colega utilizámos diferentes livros e realizámos diversas atividades, sendo que as minhas foram as seguintes (Anexo II):

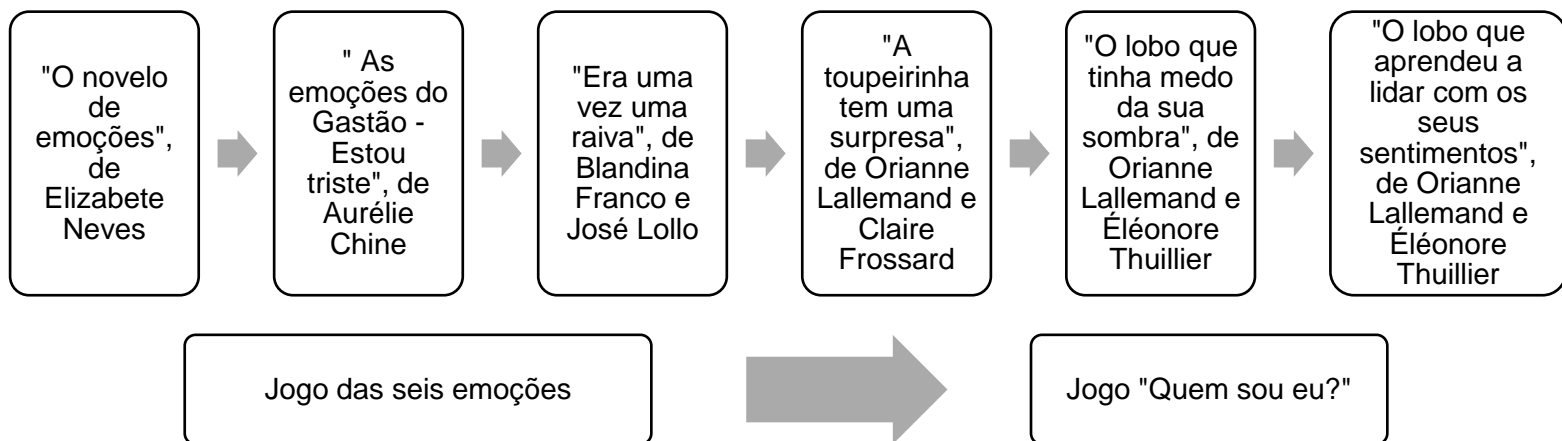


Figura 4 - Atividades dinâmizadas na prática de ensino supervisionada em Jardim de Infância

Em relação às atividades realizadas, no início do estágio apresentei-me muito focada em relação ao exercício investigativo (em que conseguia relacionar com o projeto de estágio), sendo que ao longo do tempo consegui desenvolver a capacidade de relacionar a minha temática com os conteúdos a trabalhar com as crianças. Assim sendo, das atividades realizadas acima, destaco duas:

- **Livro “Era uma vez uma raiva” e atividade da roleta das emoções**

Iniciou-se a atividade com a leitura do livro, em que as crianças aprenderam que a emoção da raiva, aumenta conforme a “guardamos” dentro de nós e que explodimos a determinado momento, quando estamos cheios de raiva. As crianças mostraram-se bastantes curiosas e entusiasmadas com a leitura e a observação das ilustrações que eram apelativas, surgindo algum ruído na sala, dialogando umas com as outras sobre a história, mostrando que estavam mesmo envolvidas e de facto, conseguiram responder às minhas questões sobre o que ouviram e o que tinham compreendido.

De forma a relacionar com a história, enchi um balão, rebentando-o no fim, sendo que voltei a encher outro balão e questionei às crianças se o deveria de rebentar, tendo as mesmas respondido de imediato que não (compreenderam a ideia da história). Em seguida, expliquei que, quando sentirmos esta emoção, devemos respirar fundo para não fazermos ou dizermos algo que não devemos (as crianças mostraram-se interessadas nesta ideia). De seguida, iniciou-se a atividade da roleta das emoções, onde todas as crianças tiveram oportunidade de participar. A ideia era as crianças rodarem a roleta, sendo que calhasse determinada emoção e depois através das cartas (retiravam uma) existiam ações para fazerem sobre determinada emoção (incluindo domínios de expressão plástica e de matemática). Por exemplo, uma das cartas foi “Canta uma música representando a emoção”, em que a criança tinha de cantar uma música com a emoção que calhasse na roleta (o que aconteceu, uma vez que uma criança cantou uma música como se estivesse a sentir-se triste). De forma geral, a atividade correu bem, uma vez que as crianças estavam bastante participativas, interessadas, atentas às ações que os colegas iam fazendo e exprimiram que gostaram da mesma. Apesar de todas terem participado, algumas crianças mostraram-se envergonhadas, sendo que eu, a educadora cooperante e os colegas tentávamos incentivar a participação das mesmas.

A única dificuldade que verifiquei nas crianças foi na expressão das suas emoções, tendo de facto compreendido a importância de trabalhar a forma como se estão a sentir, permitindo a existência de um espaço para essa partilha por parte da criança e acolhimento por parte dos demais (colegas e educadora). Em diálogo com a educadora cooperante, compreendi que deveria ter sido mais dinâmica (incentivar as crianças e reforçá-las pela positiva) e promover a participação das crianças (“puxar” pelo diálogo das mesmas), o que foi desenvolvido ao longo do tempo, sendo que atualmente já alcancei este aspeto. Além disso, como as crianças sabiam ler, poderia ter deixado as mesmas lerem as cartas, o que foi uma possibilidade que não me lembrei. De forma geral, as crianças participaram na atividade, mostrando interesse, sendo que senti que construí um bom trabalho, apesar de algumas falhas, a intenção era as crianças compreenderem e exprimirem os conhecimentos que eram transmitidos e mostrarem-se felizes na participação de diversas atividades.



Figura 5 - Leitura do livro

Figura 6 - Atividade do balão

Figura 7 - Jogo da roleta das emoções

- **Livro “O lobo que tinha medo da sua sombra” e atividade sobre animais**

A escolha da leitura deste livro foi para trabalhar a emoção do medo e articular com os interesses das crianças, uma vez que inclui animais. As crianças mostraram-se bastante interessadas na leitura da história, uma vez que comentavam umas com as outras sobre os animais que iam surgindo no livro. Através das questões realizadas, verifiquei que as crianças estiveram atentas, uma vez que conseguiram identificar os animais presentes na história e quais os medos da personagem principal, como também exprimiram as suas dúvidas e outras questões. Durante o conto da história, falhei na leitura de algumas palavras, sendo que fosse necessário repetir, onde compreendi a importância de praticar a leitura várias vezes (estava nervosa), apesar de já ter melhorado neste aspeto ao longo dos percursos de estágios. Após a leitura da história, seguiu-se para a atividade, em que as crianças tinham de classificar os animais através do seu modo de vida num quadro de giz (animal da quinta ou animal da selva). O quadro estava dividido ao meio, em que num lado tinham de colocar os animais que pertenciam à quinta e no outro os animais que pertenciam à selva. Antes desta divisão, as crianças eram chamadas uma a uma, em que escolhiam uma carta, que poderia conter adivinhas ou imagens de sombras, onde tinham de refletir qual o animal que estaria representado e depois colocar na divisão correspondente do seu modo de vida (fazendo o diálogo em grande grupo).

Ao mesmo tempo que decorria esta atividade, aproveitei para trabalhar outros conteúdos (do domínio da linguagem oral e escrita e do conhecimento do mundo) como por exemplo, o nome do animal, quantas letras poderia ter, quais as vogais e consoantes, as sílabas e as características dos animais. As crianças mostraram-se participativas, envolvidas e com interesse na atividade, também pelo facto de terem interesse em participarem em jogos, uma vez que esta atividade foi de entretenimento, mas também de aprendizagem para as mesmas (promovendo a reflexão mental através da decifração). Algumas crianças mostravam dificuldade em responderem inicialmente, sendo que depois realizada uma reflexão, conseguiam descobrir a resposta correta (tanto em grupo, como com o meu apoio e da professora cooperante) e verifiquei que as mesmas mostraram-se atentas, visto que no final da atividade, uma criança exprimiu que os animais da selva tinham ganho aos animais

da quinta, uma vez que a quantidade era maior e também ao longo da atividade discutiam entre si sobre os animais que iam surgindo. No fim, realizaram uma proposta de trabalho, em que tinham de escrever o nome de alguns animais, trabalhando em grande grupo (uma vez que algumas crianças mostravam dificuldade em fazerem individualmente), em que sugeri lerem os nomes um a um, que estariam na folha e depois escrevê-los nos respetivos animais.

Através destas atividades, compreendi cada vez mais a importância de dinamizar atividades impactantes para a aprendizagem das crianças, que sejam mais apelativas e interessantes, fazendo com que as mesmas participem e tenham curiosidade em aprenderem. É fundamental termos em conta os interesses que as crianças vão exprimindo e utilizá-los como ferramenta para planificação de atividades em que pretendemos ensinar variados conhecimentos, sendo que desta forma participam mais.

No que toca aos resultados e avaliação do projeto, pretendo destacar que foi um desafio, tanto para mim como para o meu par de estágio, visto que sentimos dificuldade em refletir que atividades planificar, até mesmo em relacioná-las com os conteúdos que as crianças estariam a trabalhar, contudo, conforme o desenvolvimento do projeto, existiu uma evolução da nossa parte. Além disso, senti que mostrámos sempre foco nas crianças, proporcionando atividades apelativas e de interesse das mesmas. Através da dinamização das diferentes atividades, as crianças ficaram a conhecer cada vez mais os conteúdos, em que os mesmos eram repetidos.

Em relação aos objetivos do projeto, sentimos que os mesmos foram alcançados, tendo o objetivo principal sido atingido, visto que as crianças queriam sempre ouvir as nossas histórias e mostravam-se curiosas antes da leitura das mesmas. Nos momentos de leitura na hora de almoço, as crianças começaram a ter mais gosto e iniciativa de quererem ler logo os livros quando ainda não os tinham e até lê-los na sala de aula, quando já não tinham propostas de trabalho para fazerem. Já os objetivos gerais, conseguimos ler diversas histórias infantis, relacionando com os conteúdos a trabalhar. Relativamente às atividades realizadas no âmbito dos exercícios de investigação (meu e do meu par de estágio), as crianças mostravam sempre interesse em aprender e em conhecer. Como foi referido anteriormente, tentámos promover atividades em grupo, sendo que as crianças se tornaram cada vez menos individualistas, partilhando a sua opinião em grupo e interagindo com os outros sendo que por vezes fora da sala falavam entre si sobre as atividades que eram dinamizadas. Por vezes mostravam-se agitadas, visto que seriam atividades que normalmente não eram frequentes no seu dia a dia. No que diz respeito à criatividade, as crianças mostravam-se cada vez mais criativas nas suas ideias e até nas atividades de

expressão plástica e desenhos (em que antes pintavam determinada coisa de determinada cor e depois deixavam-se fluir e misturavam as cores). As mesmas eram incentivadas a realizar algumas propostas de trabalho e até participarem em atividades que promovessem a leitura e a escrita, sendo que mostraram sempre interesse em participar e em realizar questões quando fosse necessário.

Dentro do projeto de intervenção, decidimos questionar às crianças sobre as atividades realizadas ao longo do projeto e quais foram as três preferidas de cada uma. De forma geral, as crianças exprimiram que gostaram das atividades, visto que eram divertidas, que gostavam de ouvir histórias e sentiam alegria no decorrer das atividades e dos conteúdos relacionados com os animais. Isso foi fundamental, uma vez que mostra que as atividades dinamizadas por nós foram pensadas nas crianças de acordo com os seus interesses, sentimos que as fizemos felizes e que se divertiram a aprender.

C. Prática de Ensino Supervisionada no 1.º CEB – 1.º e 2.º anos

• Caracterização do contexto

A Prática de Ensino Supervisionada no 1.º CEB – 1.º e 2.º anos ocorreu numa instituição pública, no concelho de Santarém, iniciado em novembro de 2021 e finalizado em janeiro de 2022.

Neste estabelecimento educativo estão integradas duas valências – Jardim de Infância e 1.º CEB. Esta escola é considerada como um Centro Escolar Sustentável. Além disso, é uma escola com um espaço bastante amplo, bem construída e adequada, promovendo a aprendizagem e desenvolvimento das crianças.

Visto que a maior parte do contacto foram com crianças do 1.º CEB, devido às medidas da Covid-19 (apesar de termos tido oportunidade de conhecer todo o estabelecimento), posso destacar, em termos de caracterização da escola, que as crianças frequentavam todo o espaço que uma escola possui (desde refeitório, campo de futebol, sala de computadores, biblioteca escolar, entre outros). Assim sendo, todo o espaço que as crianças frequentam, acabam por promover a sua aprendizagem e desenvolvimento (cognição, motricidade, linguagem, socialização e emocional), como por exemplo, a biblioteca escolar, que é um espaço fundamental no que toca a este aspeto, sendo que conseguem ter contacto com diferentes livros como também requisitá-los para levarem para casa (a turma onde estagiei mostrava bastante interesse em frequentar este espaço e a requisitarem livros). Além disso, como a sala dos computadores, também é crucial, pois, as crianças poderão explorar as tecnologias, aprendendo a manipular e trabalhar com um computador, como aprender diversos conhecimentos que os professores poderão proporcionar através de atividades.

Finalmente, o espaço do recreio, que proporciona o brincar, que é uma atividade bastante importante para as crianças, em que têm a oportunidade de explorar livremente o espaço (mas devido à Covid-19, as turmas só podiam frequentar determinado espaço, em que não podiam misturar). É fundamental que as crianças frequentem diferentes espaços na escola, visto que passam a maior parte do seu tempo ao longo dos dias e onde as mesmas deveriam sentir-se confortáveis. Por exemplo, no refeitório, é um espaço onde as crianças têm o direito de alimentar, em que o mesmo deve estar limpo e organizado, oferecendo condições adequadas para satisfazer as necessidades das mesmas. O recreio e o ginásio são importantes para o desenvolvimento e aprendizagem das crianças (desenvolvimento motor – necessitam de movimentar; desenvolvimento cognitivo – as crianças também aprendem a brincar; desenvolvimento social – as crianças relacionam-se e constroem laços com os seus pares e adultos; desenvolvimento emocional – as crianças ao brincarem sentem variadas emoções e através de situações que ocorrem nestes momentos).

No que toca à equipa educativa, foi desenvolvida uma relação de cordialidade, promovendo um ambiente acolhedor, em que todos os elementos interagiam uns com os outros e trabalhavam em conjunto de forma a resolverem algum problema ou alguma situação que surgia, tendo em atenção à aprendizagem e desenvolvimento de todas as crianças.

Relativamente ao projeto educativo da escola, não foi possível consultá-lo uma vez que ainda se encontrava em construção, tendo apenas observado o projeto do agrupamento. De modo geral, defendiam uma escola dinâmica, inovadora e inclusiva, promovendo uma cidadania responsável e ética, de acordo com o que surge na sociedade global, promovendo um pensamento crítico e o talento de cada indivíduo, englobando os respetivos saberes e competências, destacando o conhecimento, a aprendizagem, autonomia, a responsabilidade, espírito criativo, empreendedor e colaboração. Na minha perspetiva, é fundamental a promoção de cidadãos ativos, que tenham consciência do mundo que os rodeia, do meio ambiente e que participem na sociedade, desenvolvendo competências de respeito pelo outro, que exprimem a sua opinião de forma crítica, sem prejudicar outros indivíduos, que deem valor à equidade, que não discriminem indivíduos pelas suas diferenças, que sejam responsáveis, entre outros.

- **Caracterização do grupo e da sala**

Neste percurso de estágio surgiu-me a oportunidade de estagiar com uma turma do 1.º ano. A turma era composta por 24 crianças, 13 crianças do sexo feminino e 11 crianças do sexo masculino, com faixa etária dos 6 aos 7 anos. Neste grupo, não existiam crianças com Necessidades Educativas Especiais, apesar de algumas precisarem de apoio, como por

exemplo uma criança que tinha dificuldades na fala, outras com dificuldade de aprendizagem e algumas com problemas de visão. Eram alunos que mostravam muito interesse nas atividades que eram realizadas como na aprendizagem em diferentes áreas curriculares e até noutras temáticas diferentes, que gostavam muito de brincar, que tinham bastante curiosidade e eram muito questionadores. Além disso, participavam e cumpriam as regras da sala de aula, contribuindo assim, para o desenvolvimento de um bom ambiente. Naturalmente, as crianças tinham também características distintas, algumas eram tímidas, outras mais extrovertidas, outras pouco confiantes, necessitando por isso de aprovação do seu trabalho, e outras ainda que era necessário explicar as tarefas várias vezes. Ao longo das aulas, tivemos em atenção estas características na planificação das atividades.

De um modo geral, eram crianças autónomas, seja no que toca à realização das tarefas na sala, seja ao longo da rotina. Por vezes, surgiram situações de conflito, em que em alguns momentos foi necessária a nossa intervenção, de forma a promover o diálogo entre as crianças e a resolverem a situação, tendo sido sempre resolvido. Apesar disso, eram crianças que tinham uma boa relação entre si e que se ajudavam umas às outras quando necessário, e que se respeitavam. Por vezes, tinham dificuldade em determinados conteúdos, sendo isso evidente quando se sentiam chateadas por não conseguirem resolver determinada tarefa. Nesses momentos, pediam ajuda e, com o nosso apoio (eu, o meu par de estágio e a professora cooperante), conseguiram resolver e superar essas mesmas dificuldades. Se as atividades fossem do seu interesse, mostravam-se satisfeitas de imediato, apesar de por vezes, poderem-se distrair, conversando umas com as outras, sendo que era necessário chamar ou captar a atenção das mesmas. De forma geral, as crianças tinham uma relação de respeito e de afeto com a professora cooperante como também com outros elementos da escola e foi uma turma que se mostrou animada com a nossa presença e que nos acolheu harmoniosamente.

No que toca à caracterização da sala, devemos ter em conta que este é um espaço onde as crianças passam a maior parte do seu tempo durante a sua rotina escolar, sendo que o mesmo deve apresentar boas condições de acordo com as idades, visto que assim, as crianças se mostram mais felizes a aprender. Assim sendo, pretendo destacar em primeiro lugar que este espaço recebia bastante luz natural, dado que um dos lados era maioritariamente preenchido com janelas, o que era fundamental, em que nos dias de bom tempo não era necessário a utilização de luz elétrica (o que é uma vantagem, visto que mostra às crianças que não é necessário sempre a utilização de eletricidade). A sala estava constituída por diferentes armários, sendo que um deles tinha alguns materiais didáticos de matemática (colar de contas, ábaco, dominós, entre outros), o que foi crucial para trabalharmos nesta área, visto que era possível construir atividades mais dinâmicas com as

crianças, como também tinha um calendário, em que todos os dias era questionado às crianças a data, colocando-se o número e o dia da semana (é importante para as crianças terem a percepção do tempo, em que mês estaríamos, o respetivo dia e também o dia da semana).

Ao longo da sala, estavam expostos diferentes materiais como: cartazes com cada letra do abecedário, em minúscula e maiúscula e imagens que identifiquem determinada letra; cartazes com números de 1 até ao 20, representado de diferentes formas, em dominós, moldura de 10, reta numérica, quantidade dos dedos e figuras de linhas (por exemplo, n.º 3, representado em ///) e cartazes com as diferentes vogais. Quando as crianças aprendem determinada letra ou determinado número, era exposto uma folha de papel com a respetiva representação e quando aprendiam a adição e subtração, era exposto um papel a explicar o significado de cada operação e como as mesmas eram constituídas. De forma geral, estavam expostos materiais destinado às aprendizagens dos conteúdos e diferentes temáticas, sendo crucial para a aprendizagem das crianças, uma vez que as mesmas podem visualizar os materiais expostos para construírem, ao longo do seu percurso, os seus conhecimentos. A organização das mesas e das cadeiras, devido à COVID-19, estavam organizadas a pares e em filas, sendo que as mesmas eram adequadas para a aprendizagem das crianças. Posso referir, que tanto eu como o meu par de estágio, tínhamos em atenção se as crianças conseguiriam ouvir-nos, ver o que estaria exposto no quadro e se existiam condições necessárias para poderem participar. As crianças conseguiam interagir entre si como também ouvir. A única desvantagem que surgiu foi não ser possível a realização de trabalhos em pequenos grupos (que considerávamos fundamental para a aprendizagem das crianças e da sua socialização). Era uma sala acolhedora, com um bom ambiente, em que as crianças se mostravam confortáveis e interessadas em aprender.

No que toca ao projeto de sala, apenas tivemos contacto com documentos em que mostravam as características das crianças da turma e a uma articulação curricular horizontal que incluía as turmas de 1.º e 2.º anos. Este mesmo documento é baseado na área curricular de Cidadania e Desenvolvimento, em que ao longo do ano letivo, as crianças iriam trabalhar algumas temáticas como problemas ambientais, animais, plantas e rios. Através dos documentos observados, verificámos nas planificações da professora cooperante que incluía atividades desta área curricular. Durante o percurso de estágio não foi possível observar atividades desta área curricular, sendo que só foi possível planificar uma atividade interligando com o nosso projeto de intervenção, que irei explicitar no tópico seguinte.

- **Projeto de intervenção – “Exploradores de Histórias!”**

O projeto de intervenção foi construído através da observação da primeira semana e dos interesses, necessidades e dificuldades das crianças e o mesmo denominou-se de “*Exploradores de Histórias!*”. Os motivos para a criação deste projeto partiram da observação da professora cooperante, que utilizava lengalengas, sendo o contacto com livros e histórias menos frequentes. Em simultâneo, as crianças mostravam bastante interesse e entusiasmo em frequentarem a biblioteca e em requisitarem livros, mostrando-se felizes e atentas. No nosso ponto de vista, é crucial a promoção do gosto pela leitura e a exploração de diferentes livros, histórias e textos desde cedo, em particular quem frequenta o 1.º ano de escolaridade. Sentimos que devem contactar os livros antes de começarem a ler (mesmo não sabendo ler, as crianças tiveram a oportunidade de conhecer diferentes letras, dialogar e refletir sobre as histórias).

Tendo este ponto de partida, pensámos em atividades que promovessem a oportunidade de utilizarmos livros, conforme os temas a serem trabalhados através das várias áreas curriculares. Nomeadamente, quando lêssemos determinada história, antes de iniciarmos a leitura, observávamos as ideias prévias das crianças, e durante a leitura explicávamos algumas palavras incompreensíveis para as crianças e, no final, realizávamos questões para observarmos se compreenderam. Por fim, com o apoio da professora supervisora deste estágio, surgiu a ideia de criarmos uma biblioteca na sala de aula, com o objetivo de as crianças trazerem livros de casa, para depois poderem explorá-los de livre vontade (por exemplo, quando acabassem determinada tarefa e teriam que esperar pelos os outros) e seria uma vantagem, já que não podiam frequentar sempre a biblioteca da escola (cada turma tinha determinado dia para ir à biblioteca) e assim exploravam os diferentes livros que tinham na sala de aula. Desta forma, os objetivos deste projeto foram:

- **Objetivo gerais:**
 - Desenvolver a educação literária;
 - Construir uma biblioteca na sala de aula.
- **Objetivos específicos:**
 - Proporcionar o contacto com diferentes tipos de literatura;
 - Desenvolver competências na área da educação literária;
 - Expressar opiniões e sentimentos partilhando ideias;
 - Compreender e interpretar passagens textuais.

Através deste projeto, eu e o meu par de estágio trabalhámos diferentes livros, sendo que os que trabalhei foram os seguintes (Anexo III):

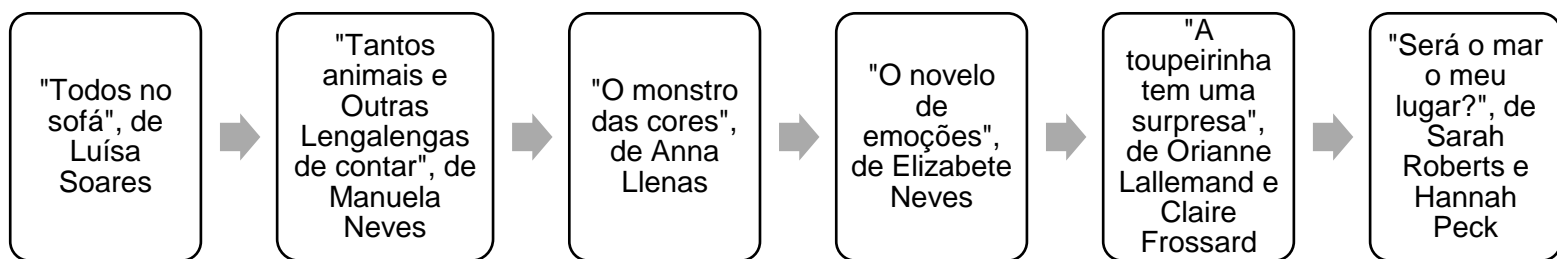


Figura 8 - Atividades dinamizadas na prática de ensino supervisionada em 1.º ano

Através das temáticas a trabalhar na articulação curricular horizontal (como referi anteriormente), relacionámos a mesma com uma atividade do projeto de intervenção, neste caso com a leitura do livro “Será o mar o meu lugar?”, em que a ideia seria dialogar com as crianças sobre a poluição marítima e realizar uma atividade de construção de esculturas com materiais reciclados (além disso, tínhamos de planificar uma atividade por base da unidade curricular de Educação para a Cidadania). Esta atividade foi planificada em conjunto com o meu par de estágio, sendo que o mesmo é que dinamizou a atividade.

Posso exprimir que utilizei alguns livros como ponto de partida para a realização de algumas atividades onde trabalhasse os conteúdos com as crianças e outros utilizei para transmitir alguns conhecimentos, sendo que em todas as leituras criava pequenos diálogos, de forma a observar as ideias das crianças. Assim sendo, destaco as seguintes atividades:

- **Leitura e diálogo do livro “A toupeirinha tem uma surpresa”**

Através da leitura deste livro, pretendia dialogar e trabalhar com as crianças sobre a emoção da surpresa, como também desenvolver a educação literária das mesmas. As crianças mostraram-se interessadas e muito concentradas na leitura da história e envolveram-se na mesma quando realizava questões antes, durante e depois da leitura. Houve um momento, durante as questões no final da história, em que as crianças dialogaram umas com as outras, causando algum barulho na sala (em que tentei sempre chamar à atenção de forma calma e assertiva, sendo que as mesmas respeitavam e ficavam novamente atentas). Algumas crianças foram respondendo às questões, sendo que nem todas conseguiram responder, tendo dado a liberdade de cada uma falar o que pretendia. Nalguns momentos respondiam todas ao mesmo tempo, noutros questionava diretamente algumas crianças, nomeadamente as que se mostravam menos participativas. Considero muito importante promover a participação de todas as crianças e assegurar que não existe problema se responderem erradamente, porque estão na escola para aprender e não precisam de ter vergonha. No diálogo inicial, as crianças exprimiram as suas ideias iniciais do que poderia ser a temática da história, através da visualização da capa e da leitura do título. Ao longo da leitura da história, verificaram e identificaram, através das ilustrações, as emoções representadas. No final da história, conseguiram responder quais seriam as

personagens presentes na história, o que foi acontecendo, exprimiram outras emoções além da surpresa que a personagem principal poderia estar a sentir ao longo da história (amor, tristeza, feliz e saudade), e conseguiram exprimir como a história terminou.

Quando dialogávamos sobre uma parte da história (a toupeirinha entrega um animal que estaria perdido à sua mãe, sendo que a mesma volta para casa com saudades), questionei às crianças o que a mesma poderia estar a sentir, em que referiram que podia estar a sentir amor, mas também tristeza. Com isso, perguntei às crianças, quando estão com saudades, se também se sentiam tristes, em que uma criança respondeu “Sim, quando uma pessoa vai embora”. Assim sendo, é muito importante também explicar às crianças que por vezes sentimos emoções ao mesmo tempo e que é importante saber diferenciá-las. Além disso, no que toca à emoção da surpresa, algumas crianças mostraram-se interessadas em exprimir acontecimentos ou situações que passaram quando sentiram esta emoção e perceberam que tanto pode ser positiva como também negativa. A maior parte das situações que as crianças exprimiram foi quando pensavam que não iria acontecer nada e depois eram surpreendidas – por exemplo, a maior parte referiu que tiveram uma festa surpresa, mesmo que os pais dissessem que não iriam ter; que receberam visitas de familiares que não estariam à espera; que iam a determinado sítio, questionando aos pais se iriam, em que os mesmos respondiam que não, onde adormeciam no carro e quando acordavam, afinal estavam no local em que pensavam que iam; uma criança referiu que no Natal pensava que não iria receber presentes, porque disseram que não ia receber e depois no dia do Natal recebe-os e uma criança referiu que às vezes a mãe assusta-a, sentindo-se surpreendida. As crianças exprimiram no final, que gostaram da história.

Por fim, em relação ao meu papel, sinto que consegui envolver todas as crianças na abordagem desta temática, no diálogo sobre o livro e mostrei-me atenta a ouvir as suas ideias, que é muito importante as mesmas sentirem-se ouvidas e que as suas opiniões e ideias são valorizadas. No que toca à educação literária, as crianças estiveram envolvidas na história, sendo isso evidente através das suas expressões faciais, como também o que poderiam estar a sentir, com curiosidade de descobrirem o que poderia acontecer e conseguiram responder às questões realizadas. De facto, é crucial um professor promover o contacto com diversos livros e histórias, para que as crianças possam conhecer diferentes temáticas, possam descobrir a forma como se sentem, observarem diferentes formatos de textos e ilustrações, explicar o que foi falado, exprimir o que aprenderam, conhecer as respetivas características dos livros, mas acima de tudo, exprimirem as suas ideias e opiniões.

- **Leitura e diálogo do livro “O novelo de emoções”**

A leitura deste livro foi dividida em duas partes, sendo lido durante dois dias, visto que a história era longa e como pretendia criar um diálogo com as crianças, não queria que as mesmas perdessem o interesse nem que se mostrassem aborrecidas. De forma geral, as crianças mostraram-se entusiasmadas com a leitura da história (como era um dos interesses, estavam concentradas a ouvir), com a aprendizagem das diferentes emoções, foram participativas, respondendo a todas as questões, explicitando as suas ideias e o que aprenderam sobre a história. Além disso, conseguiram identificar as emoções através das diferentes cores (cada emoção tinha uma cor), como também nas ilustrações, conheceram formas de como identificar as mesmas através dos sinais do nosso corpo e exprimiram situações ou acontecimentos que já lhes tinham ocorrido quando sentiram determinada emoção. No que toca ao meu papel, tentei sempre fazer com que as crianças se sentissem incluídas, que nenhuma ficasse de parte e mantive uma leitura calma para que as mesmas tivessem a oportunidade de acompanhar. Penso que consegui transmitir as ideias que pretendia, uma vez que as crianças mostraram os seus pontos de vista do que aprenderam sobre a história e exprimiram que gostaram da leitura.

- **1.ª Parte:**

Neste dia, trabalhou-se sobre a emoção do medo e da alegria. Inicialmente, foi questionado às crianças as suas ideias em relação à observação da capa, sobre o que poderia ser a temática, em que as mesmas transmitiram as suas ideias e chegaram à conclusão que seria sobre as emoções. Quando coloquei questões sobre a história, verifiquei que eram sempre as mesmas crianças a responderem, sendo que optei por questionar diretamente algumas crianças de forma a observar se estiveram atentas, como também promover a sua participação (algumas mostraram dificuldade em responderem logo por não recordarem, mas acabavam sempre por responderem corretamente). Através das questões realizadas, as crianças conseguiram exprimir quem seriam as personagens da história, como é que a personagem se sentia no início da história e o que são as duas emoções através da explicação do personagem. Por exemplo, na emoção do medo, as crianças exprimiram que sentimos medo quando sentimos sozinhos e não conhecemos as pessoas, que temos de ter atenção às coisas perigosas, que a personagem principal, quando sentiu esta emoção, tinha as mãos a tremer e suadas, o coração a bater rápido e que se sentia pequenina. Já na emoção da alegria referiram que o coração está feliz, que bate mais devagar e que o nosso corpo se sente bem. No que toca aos acontecimentos/situações que as crianças já passaram, através da emoção da alegria, as crianças exprimiram que sentem quando estão a brincar com os amigos, quando estão com os avós, quando estão a brincar e quando estão com a família. Na emoção do medo, as

crianças exprimiram que sentem quando ficam sozinhas, quando está escuro e quando têm medo de algum animal, referindo que já sofreram mordidas.

- **2.ª Parte:**

Neste dia, abordou-se as emoções da raiva, tristeza e aversão. Antes de continuar a leitura da história, foram realizadas algumas questões para as crianças recordarem, sendo que se lembravam das emoções trabalhadas no dia anterior. Ao longo da leitura da história, as crianças foram identificando as emoções através da visualização das ilustrações. No diálogo final, aconteceu como no dia anterior, em que as crianças se mostraram mais participativas e exprimiram as suas ideias (apesar de não recordarem especificamente de determinadas situações que aconteceram na história).

Através deste diálogo, surgiu a oportunidade de falar do filme “Divertidamente”, em que as personagens principais do filme são as emoções faladas na história lida, sendo que também as cores das emoções são iguais (uma das crianças tinha o livro sobre este filme na sala, sendo que aproveitei para pegar neste livro e questionar qual seria a emoção correspondente às personagens). Em relação às emoções, do que aprenderam na história, as crianças referiram que a emoção da raiva é uma forma de defendermos, que podemos magoar o outro e dizer coisas feias, que as nossas mãos tremem, ficam a suar e vermelhas por apertarmos com força, como também a nossa cara fica vermelha; na emoção da tristeza, as crianças referiram que surge quando tiram-nos/partem-nos/perdemos alguma coisa, que ficamos tristes e queremos ficar sozinhos, que choramos quando estamos tristes, que o corpo fica sem energia, sem força e os ombros ficam descaídos; na emoção da aversão, as crianças referiram que surge quando afastamos da comida e ficamos com cara de nojo, sendo que tentei transmitir que não ficamos com aversão apenas com alimentos. Os exemplos que apresentaram sobre acontecimentos e situações foram: na emoção da tristeza, surge quando não temos a família por perto; na emoção da raiva, quando alguém destrói algo que gostamos ou que nos chateiam; e na emoção da aversão as crianças mostraram que têm nojo a alguma comida e alguns animais. Assim sendo, as crianças referiram que as emoções funcionam melhor separadas, para não ficarmos confusos. Através da leitura da história, observei que as crianças mostravam cada vez mais conhecimento sobre esta temática, como também interesse em aprenderem e falarem sobre a mesma.

Em relação à avaliação do projeto de intervenção, tanto eu como o meu par de estágio, considerámos que atingimos os objetivos do mesmo, como também sentimos que fomos de encontro ao interesse das crianças, tornando-as participantes ativas. No que respeita aos objetivos, foi possível desenvolver a educação literária das crianças, como o seu gosto pela

leitura, visto que ao longo das atividades as crianças mostraram-se cada vez mais participativas, interessadas na audição das variadas histórias, respondiam às questões que eram colocadas, exprimindo o que aprenderam e os assuntos que estariam nas histórias (exprimindo as suas ideias) e curiosas quando líamos determinado livro. Através da utilização dos diferentes livros, foi possível trabalhar diversas temáticas e considerámos que é um ponto de partida positivo, visto que capta a atenção das crianças nas atividades a realizar. Na construção da biblioteca, as crianças mostraram-se logo entusiasmadas, interessadas em participar e sugeriram diversas ideias para a construção da mesma, sendo que se sentiram felizes por terem este pequeno espaço em que poderiam desfrutar as suas leituras. Assim sendo, foi possível compreender a importância de trabalhar as diferentes histórias, visto que beneficia a aprendizagem das crianças, seja a nível cognitivo, de linguagem, social e emocional.

D. Prática de Ensino Supervisionada no 1.º CEB – 3.º e 4.º anos

• Caracterização do contexto

A Prática de Ensino Supervisionada no 1.º CEB – 3.º e 4.º anos realizou-se numa instituição pública, no concelho de Santarém, iniciado em abril de 2022 e finalizado em junho de 2022.

Esta escola é constituída por duas valências: Jardim de Infância e 1.º CEB. No que toca às características da escola, posso exprimir que é uma escola pequena e acolhedora, visto que pertence a um espaço mais rural, o que é vantajoso, pois, promove uma relação de maior proximidade, em que é desenvolvida uma ligação entre os professores, os auxiliares e as crianças (interações entre diferentes turmas, como os professores entre si e com as crianças – apesar de cada professor estar responsável apenas por uma turma, conheciam e tinham interesse em interagir com outras crianças fora da sua turma e dão muito valor aos alunos, tendo em conta as suas aprendizagens e desenvolvimento). Além disso, senti que é uma escola inclusiva, visto que existem diferentes culturas e etnias, em que os elementos da equipa educativa promoviam a relação e o respeito entre todas as crianças, tentando, por exemplo, incluir os alunos das diferentes etnias e culturas nas atividades. Por exemplo, os professores procuravam métodos ou estratégias para que as mesmas compreendessem as diferentes temáticas a serem trabalhadas e faladas, como também nas atividades fora da escola ou outras que envolvia o agrupamento das diferentes turmas.

É um estabelecimento que tem as suas diferentes divisões e as suas características, sendo que era constituído por dois pisos, em que no rés de chão eram as salas do pré-escolar e no 1.º piso as salas do 1.º CEB. Além disso, tem um salão polivalente, em que foram realizadas atividades de convívio e por ser uma escola pequena, não tinham

exatamente um refeitório construído, mas sim, uma sala como se fosse o refeitório (era um espaço que as crianças se sentiam confortáveis e observei durante os momentos de almoço que as mesmas interagiam e divertiam-se umas com as outras). Através da sala de professores, tive a oportunidade de conhecer os diferentes educadores/professores, interagindo com os mesmos e nesta sala continha alguns materiais didáticos que poderia utilizar nas diferentes atividades a realizar. Existe uma divisão, que é a biblioteca escolar, apesar de ser um espaço pequeno, é um espaço confortável e tinham uma grande variedade de livros para as crianças requisitarem. Visto que eu e o meu par de estágio estivemos numa turma do 1.º CEB, frequentávamos o piso de cima, ou seja, o 1.º andar. No nosso período de estágio, verificámos que neste piso é possível ter as portas abertas das salas, uma vez que era um espaço calmo, silencioso e acolhedor (apesar de alguns dias ser necessário fechar a porta por causa de alguns ruídos). Neste mesmo piso, ainda existia um pequeno espaço, onde normalmente as crianças com Português Língua Não Materna (PLNM) tinham apoio. Foi possível observar que quem frequentava este piso, tinham construído uma relação respeitadora em que por vezes as crianças iam às outras salas pedir favores e ajuda no que necessitassem e também observei que a professora cooperante conhecia as outras crianças de diferentes turmas, tratando-as bem como as da sua turma (o mesmo acontecia com os outros professores).

Por fim, o espaço exterior da escola é bastante grande, em que as crianças são livres de brincar, de estarem com outras crianças de diferentes turmas, explorando o espaço de livre vontade, brincando ao que quiserem e estarem com quem quiserem (o que é uma vantagem, uma vez que interagem com crianças diferentes, o que era impedido nos anos anteriores devido à COVID-19). As crianças exploravam o espaço, uma vez que também existiam árvores, permitindo contactarem com a natureza, como tinham uma parte com cimento e outra parte com terra (além de terem um parque infantil) – isso permitia a criação de diferentes brincadeiras visto que tinham opções de diferentes espaços para explorarem.

No que toca à equipa educativa, tanto os educadores e professores, como as auxiliares construíram uma relação de cordialidade e de respeito, em que se ajudavam e dialogavam sempre que necessário, sendo uma relação que se baseava na atenção e no cuidado para com as crianças, pensado nas mesmas (sejam nas dificuldades, nas necessidades, entre outros). Foi-nos permitido experienciar momentos de reuniões em que tomavam decisões no que toca à escola e também fomos integradas em diálogos mais descontraídos, o que foi uma vantagem, de forma a compreendermos como poderá ser na nossa futura profissão.

Por fim, em relação ao projeto educativo da escola, não tivemos oportunidade de conhecê-lo, sendo que só foi possível contactar o projeto educativo do agrupamento. De

forma geral, dão importância aos valores, competências e conhecimentos que as crianças desenvolvem ao longo da sua aprendizagem. Ou seja, que as mesmas sejam indivíduos ativos, participando numa cidadania ativa e que prossigam com o que pretendem fazer na sua vida.

- **Caracterização do grupo e da sala**

Neste percurso de estágio surgiu-me a oportunidade de acompanhar uma turma do 4.º ano. A turma era composta por 21 crianças, 9 do sexo feminino e 12 do sexo masculino, com idades entre 9 aos 12 anos. Nesta turma, todas as crianças tinham nacionalidade portuguesa, exceto três, em que duas eram paquistanesas e uma era indiana (estas crianças não frequentam o 1.º Ciclo desde o início em Portugal, sendo integrados o Português Língua Não Materna). Além disso, existiam duas crianças com Necessidades Educativas Especiais, que tinham dificuldades de aprendizagem e outra criança diagnosticada com dislexia. Eram crianças bastante curiosas, que mostravam interesse em aprender, que mostravam entusiasmo em participar nas diferentes atividades e que tinham uma relação de respeito, proximidade, admiração e confiança com a professora cooperante (era a figura importante na sala, junto de quem as crianças procuravam ajuda e aprovação e com quem dialogavam sobre problemas ou situações que surgiam no dia-a-dia).

Apesar de por vezes alguns alunos terem dificuldade em respeitar as regras e os colegas, também eram crianças que tinham desenvolvido uma boa relação entre si e de respeito, como por exemplo, apoiarem as crianças com PLNM (era uma turma informada sobre a importância da inclusão, de ajudar e de se colocar no lugar do outro e de não construírem críticas negativas pela existência de diferenças). Ou seja, eram crianças que desenvolveram empatia e respeito pelas diferenças (deve-se também à professora cooperante, que promovia este aspeto) e algumas crianças ajudavam e apoiavam as crianças com PLNM nas atividades realizadas, explicando as vezes que eram necessárias, de forma que as mesmas compreendessem a informação. Eram crianças calmas (isso também se relacionava com o ambiente da sala e a forma como a professora cooperante agia com as crianças, pois, também era uma pessoa calma) e que era possível criar diálogos com as mesmas sobre variados assuntos. Tanto as crianças, como também a professora cooperante receberam-nos de braços abertos e construímos todos uma relação de respeito e afeto na sala de aula, em que nos apoiámos uns aos outros quando fosse necessário, em que tentámos sempre promover atividades do interesse das crianças, mas acima de tudo, de aprendizagem, visto que aprendemos todos uns com os outros.

Em relação à caracterização da sala, verificou-se que poderia ser considerada pequena para uma turma maior, contudo, era adequada e ampla. Foi possível dinamizar variadas

atividades, seja em grupo ou individual, como também atividades lúdicas. Um dos aspetos que foi destacado nesta sala foi a forma como as mesas das crianças estavam organizadas, uma vez que normalmente estão sentadas a pares e em diferentes filas, o que não acontece nesta sala, visto que estavam organizadas em forma de “U” horizontal, com outras mesas ao meio. Através desta organização, as crianças conseguiam ajudar-se e apoiarem entre si e a comunicação era mais acessível, como também foi fácil para a construção de atividades em trabalho de grupo, já que era possível trabalharem em conjunto sem ser necessário alterar as mesas. Apesar de por vezes as crianças não conseguirem ouvir ou visualizar o quadro, tínhamos em atenção este aspeto de forma a assegurar a transmissão dos conteúdos e a que nenhuma criança ficasse excluída, sendo que também era fácil para nós conseguirmos observar e comunicar com as crianças. Pretendo ainda destacar a presença de dois quadros (quadro de giz e quadro branco), o que foi vantajoso, uma vez que nos permitiu trabalhar de várias formas e organizar diferentes dinâmicas de aulas e atividades. Ao redor de toda a sala, conforme são realizadas atividades, os trabalhos das crianças são expostos, o que é interessante para que possam observar os trabalhos umas das outras. Nesta sala, era possível circular livremente para apoiarmos as crianças no que fosse necessário. Para finalizar, achámos crucial a presença de livros dentro da sala, já que as crianças quando não tinham algo para fazer e de forma a não se distraírem, podiam utilizar os livros para ler e praticar a sua leitura.

- **Projeto de intervenção – “Confia em ti!”**

O projeto desenvolvido neste percurso de estágio denomina-se “*Confia em ti!*” e a ideia do mesmo surgiu ao longo da primeira semana de observação. Esta ideia surgiu-nos porque observámos que: as crianças procuravam sempre aprovação da professora cooperante nos diferentes trabalhos realizados, sendo que por vezes, quando nos questionavam, mostravam uma crítica negativa do seu trabalho – as crianças não confiavam em si próprias e nas suas capacidades, desvalorizando-o; observámos que as crianças não se sentiam preparadas para apresentações orais, mostrando vergonha e insegurança em apresentarem algo à sua turma (que eram pessoas com quem interagem a maior parte do dia). Através de um questionário que realizámos, as crianças exprimiram que sentiam alguma ou muita insegurança e desconforto em momentos de apresentações orais, por motivos de vergonha, de insegurança e de medo de errar; por fim, apesar de a maior parte das crianças aceitarem-se e apoiarem-se umas às outras, existiam algumas crianças que não apoiavam e valorizavam o outro, por vezes fazendo críticas, não ajudando ou não querendo incluir os colegas de outras nacionalidades no seu grupo e por vezes “julgavam” as características dos outros (eram poucas as crianças que agiam dessa forma, mas era importante mostrar

às mesmas que devemos sempre colocar-nos no lugar do outro, como também apoiar e construir críticas construtivas sem magoar).

Visto que são crianças que no próximo ano irão frequentar o 2.º Ciclo do Ensino Básico, tanto eu como o meu par de estágio, sentimos que era crucial que estas crianças construíssem confiança em si próprias, que pensassem que eram capazes, que ajudassem o outro sem julgar (visto que podem prejudicar a autoconfiança do outro) e que não precisavam de ter vergonha ou desistir de algo que querem. As nossas atividades serviram forma de fazer os alunos compreenderem que devemos confiar nas nossas capacidades, de que é importante cuidar de nós próprios, respeitar o outro, de estarmos preparados para obstáculos que possam surgir, que vamos passar por momentos bons e maus, e que errar faz parte da nossa aprendizagem e que não devemos julgar. Assim sendo, promovemos atividades de apresentações orais (para nós é importante, uma vez que será uma atividade que os alunos irão fazer cada vez mais conforme o avanço do seu percurso escolar e também pode constituir uma vantagem para o seu futuro como indivíduo da sociedade) e atividades em que pensem em si próprios, assim como nos outros. Neste caso, criámos diálogos com as crianças sobre a importância da confiança e da autoestima, sendo que o julgamento pode tornar-nos e tornar os outros em pessoas inseguras. Procurando relacionar o projeto de intervenção com o projeto do agrupamento, que procura que as crianças sejam indivíduos ativos e que prossigam com a sua vida pessoal e profissional, é importante também desenvolver o aspeto da autoconfiança, para que sejam participativos na sociedade, para mostrarem que são capazes de se envolverem em qualquer profissão conforme as competências e conhecimentos que desenvolveram e preferências, como também na construção da relação com os outros. Os objetivos incluídos no projeto de intervenção foram:

- **Objetivo geral:**
 - Melhorar a autoconfiança;
- **Objetivos específicos:**
 - Praticar apresentações orais;
 - Compreender a importância da autoconfiança e da confiança nos outros;
 - Participar em momentos de partilha de ideias e justificação de opiniões em grupos.

As atividades deste projeto dinamizadas por mim foram as seguintes (Anexo IV):

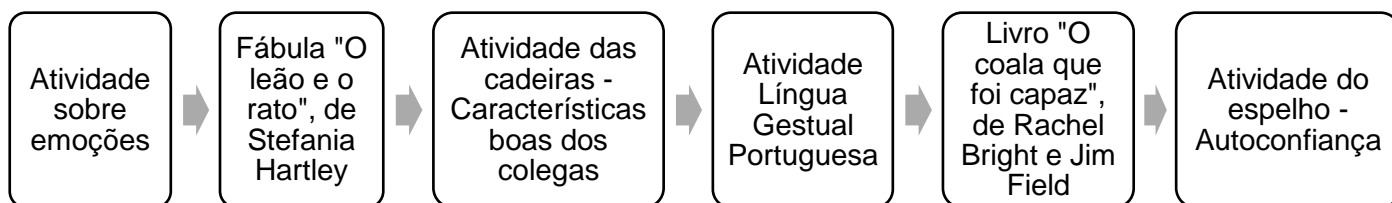


Figura 9 - Atividades dinamizadas na prática de ensino supervisionada em 4.º ano

De modo geral, todas as atividades que foram dinamizadas no âmbito do projeto de intervenção, sinto que não existiu alguma que tenha corrido mal, uma vez que fui desenvolvendo o meu papel ao longo do percurso de estágio e sentindo cada vez mais confortável, como também eram atividades em que as crianças mostravam o seu interesse e participavam. Desta forma, irei explicitar duas atividades e destacar alguns aspetos que ocorreram nas mesmas:

- **Leitura do livro “O coala que foi capaz” e atividade do espelho**

Com esta história, o objetivo seria trabalhar a autoconfiança com as crianças. A leitura da história foi iniciada por mim e depois realizada por algumas crianças, em que questionei palavras que não conhecessem, se conheciam a história, o que achariam que a história poderia constar. As crianças mostraram-se atentas, participativas e interessadas na leitura e na audição da história, visto que por vezes reagiam, comentavam situações que iam surgindo na história e respondiam às questões, apesar de algumas interromperem por vezes a leitura das outras (sendo que chamava à atenção, visto que os outros colegas não conseguiam ouvir). Quando questionei as ideias que retiraram ou aprenderam da história, a maioria respondeu que aprenderam de que temos de acreditar em nós próprios, de que somos capazes de fazer algo, que nunca devemos ter medo de fazermos coisas diferentes ou que não sejam confortáveis para nós e que podemos confiar nos nossos amigos que nos apoiam de verdade. Para dar continuidade à temática da autoconfiança, pedi às crianças que exprimissem situações em que sentiram menos ou mais confiantes, sendo que a maior parte exprimiu situações em que sentiram menos confiantes, referindo que não acreditavam em si próprios, que achavam que não iam conseguir e que depois conseguiram ultrapassar esta dificuldade e alcançar o que queriam (por exemplo, algumas referiram que quando aprenderam a andar de bicicleta ou de patins, achavam que não iam conseguir, que sentiam menos confiança, mas que depois aprenderam e conseguiram – uma das crianças exprimiu que teve a ajuda do pai, o que fiquei feliz, visto que acabava por ser semelhante à história, já que ter pessoas ao nosso lado a apoiar, também conseguimos fazer). A partilha de ideias foi interessante, visto que as crianças ouviram uma às outras, aprendendo e compreendendo que todos nós passamos por momentos mais e menos confiantes e que é crucial ouvir o outro.

Dando seguimento à história, foi realizada uma atividade, em que foi utilizado um espelho, onde as crianças tinham de olhar para o espelho e exprimirem algo de si próprio (“Eu sou...porque...” ou algo que querem e achavam que vão ser capazes de alcançar). Todas as crianças participaram e exprimiram algo que queriam ou alguma característica sua

(apenas uma criança sentiu dificuldades em exprimir algo, sendo que adaptou e disse, olhando para o espelho, que naquele momento pretendia sentar-se no seu lugar). Algumas crianças conseguiram olhar para o espelho, outras olhavam para o espelho e desviavam o olhar para as pessoas que estavam à sua frente, e outras não conseguiram olhar para o espelho (contudo, conseguiram exprimir algo e mostraram interesse em participarem e ouviram a apresentação dos outros). A maior parte das crianças optou por exprimir uma característica de si próprio (por exemplo, “Eu sou conquistadora porque nunca desisto dos meus sonhos”, “Eu sou divertida, porque gosto de fazer rir os meus amigos”, entre outros) e as restantes optaram por exprimirem algo que querem e que acham que vão ser capaz de alcançar (“Eu quero ser futebolista porque sei que vou conseguir ser.”; “Quero ser jogador de rugby e entrar na seleção.”, entre outros). Esta atividade foi crucial para as crianças exprimirem as suas ideias como também ouvirem as ideias dos colegas e compreenderem que todos nós temos sonhos que queremos alcançar, que é possível caracterizarmo-nos a nós próprios e que não devemos ter receio de exprimir as nossas ideias e desejos.

De modo geral, ao trabalharem esta temática, sinto que as crianças evoluíram e partilharam cada vez mais as suas ideias e pensamentos. As crianças exprimiram ainda, que aprenderam que devemos acreditar em nós próprios, que nunca devemos desistir do que queremos, que temos de seguir os nossos sonhos, ter confiança em nós próprios e nos outros e que devemos olharmos para nós ao espelho e dizer coisas boas sobre o que somos capazes de fazer. Isso comprova que é fundamental não só ensinar conteúdos e temáticas às crianças, como também trabalhar as competências sociais e emocionais das mesmas, como a autoestima, a autoconfiança, a empatia, a inclusão, entre outros. Além disso, comecei a compreender que as crianças já não evitavam apresentar à frente da turma e apesar de por vezes mostrarem-se tímidas ou envergonhadas, apresentam e participam de frente para o público. No que toca ao meu papel, sentia-me cada vez mais confortável e com vontade de dinamizar atividades/aulas e apresentava menos receio de falhar. Dei o meu melhor para que as crianças compreendessem a história e a atividade realizada, que participassem quando quisessem, que mostrassem as suas ideias, mas acima de tudo, que aprendessem com estas atividades.



Figura 10 - Momento de leitura



Figura 11 - Atividade do espelho criança 1



Figura 12 - Atividade do espelho criança 2

- **Atividade Língua Gestual Portuguesa**

Antes da realização desta atividade, as crianças já mostravam interesse, curiosidade e entusiasmo quando referi que um dia dinamizava uma atividade de Língua Gestual Portuguesa. Na minha perspetiva, foi uma das atividades bem concretizadas e que as crianças falaram nos dias seguintes. Pensei inicialmente que, nos dias seguintes, não iriam recordar determinados gestos, mas enganei-me, uma vez que continuavam a soletrar o seu nome utilizando os gestos do abecedário, a bater palmas, dizer obrigado e parabéns em Língua Gestual (noutras atividades em que as crianças apresentavam à frente da turma, faziam gestos como dar os parabéns e dizerem obrigado). De facto, mostraram-se curiosas, participativas e interessadas, realizando questões e quiseram aprender diversos gestos durante a aula.

No início comecei por falar sobre o meu percurso, sendo que as crianças começaram a questionar e eu respondia sempre que possível às mesmas. De forma geral, falei da minha evolução, as dificuldades e obstáculos que sinto ao longo do meu dia a dia (por exemplo, o facto de não existirem intérpretes de Língua Gestual em alguns serviços; quando assisto televisão, por vezes tenho dificuldade de compreender o que falam...) e algumas curiosidades (por exemplo, para acordar, tenho um relógio que vibra...). Não só isso, como também apresentei algumas particularidades desta língua. Neste momento, uma criança pediu se poderia ensinar alguns gestos, mostrando bastante interesse em aprender, sendo que as outras crianças também mostraram a mesma atitude, com curiosidade em aprender. Através desta atividade, as crianças aprenderam o abecedário e os números (ia fazendo e as crianças observavam e faziam ao mesmo tempo, em que trabalharam a motricidade fina, uma vez que é necessário uma concentração e um esforço para conseguirem mexerem os dedos para formarem letras e números), onde treinaram o seu nome próprio e chamei as crianças uma a uma, para apresentarem à frente e também ensinei a dizerem a idade e ainda outros gestos que pediam para aprenderem (ensinei como se bate palmas e quando alguma criança finalizava a apresentação do seu nome, as crianças que estariam a assistir questionaram logo como se dizia parabéns e a criança que apresentou respondia obrigado).

Posso exprimir que me senti muito feliz ao dinamizar esta aula, não só porque é a minha língua, mas também por as crianças se mostrarem curiosas, formularam muitas questões e mostravam interesse e bastante curiosidade em aprenderem. Além disso, não se mostraram envergonhadas ou com receio de apresentarem à frente da turma, fazendo com que o projeto de intervenção estivesse a ser alcançado pela positiva. Na minha perspetiva, enquanto futura educadora/professora, acho crucial abordar e trabalhar as diferenças e a inclusão com as crianças, de modo a compreenderem que é fundamental aceitarem estas

mesmas crianças, colocando no lugar do outro, de acolhê-las e aceitarem na turma e ajudarem quando for necessário, que apesar da diferença, todas são iguais e merecem ter as mesmas oportunidades (sejam crianças com dificuldades de aprendizagem, sejam crianças com necessidades educativas especiais, seja crianças com PLNM, crianças com outras culturas e etnias, entre outros).



Figura 13 - Criança a visualizar o abecedário e os números **Figura 14** - Criança a soletrar o seu nome

No que toca à avaliação e resultados do projeto de intervenção foi positivo e sentimos que atingimos os nossos objetivos, uma vez que as crianças evoluíram, por exemplo, as que eram mais tímidas, observámos que aumentaram a sua autoconfiança. Assim sendo, os resultados foram: as crianças, quando solicitado, faziam as apresentações orais sem recusarem; ao longo do tempo, foram-se mostrando cada vez mais confortáveis e apresentaram mais iniciativa em se expressarem à frente da turma; aumentaram o seu vocabulário, no que diz respeito às características, adjetivos, entre outros; as crianças desenvolveram determinadas ideias sobre a autoconfiança e a confiança nos outros e ao longo das diversas atividades apresentavam as ideias que pretendíamos transmitir (promovemos ideias de nunca desistirmos do que queremos, que somos capazes de algo, que devemos respeitar o outro, não inferiorizando, que devemos exprimir palavras bonitas e dizê-las de forma calma para não magoarmos os outros e até nós próprios, entre outros); foi visível que começaram por elogiar-se mais e de forma fundamentada (através de uma atividade de divulgação do projeto, em que a ideia seria as crianças exprimirem duas palavras que as caracterizassem, mostraram um aumento de uma autoimagem positiva, em que exprimiram variadas palavras diferentes e assim, um aumento do vocabulário, em comparação ao início do estágio, que exprimiam poucas palavras e repetitivas).

- **Autoavaliação do percurso de aprendizagem nas práticas de ensino supervisionadas**

Nas diferentes práticas de ensino supervisionadas experienciadas, como também nos estudos realizados, senti que evoluí no que toca ao meu papel enquanto futura educadora/professora, tendo construído diferentes conhecimentos e desenvolvido diversas competências. Posso exprimir que sempre mostrei interesse em aprender com as diferentes

idades, de ensinar e gostei de experienciar todos os percursos de estágio, apesar de algumas dificuldades, tendo sido as mesmas superadas. De modo geral, irei destacar algumas aprendizagens desenvolvidas ao longo do meu percurso.

Desde a prática de ensino supervisionada em Creche até ao 1.º CEB, desenvolvi a capacidade de comunicação interpessoal, uma vez que compreendi a importância da construção de uma relação de afeto, interação e bem estar entre o(a) educador(a)/professor(a) e as crianças. De facto, é crucial que a figura adulta da sala promova um bom ambiente, mostre sempre interesse em dialogar, respeitar, interagir e criar atividades/momentos de rotina que sejam benéficos para a aprendizagem e desenvolvimento das crianças. Isso fará com que as crianças mostrem curiosidade em explorar o ambiente que a rodeia, em experienciar e aprender através dos diferentes momentos/atividades que participará, que conheça o mundo que a rodeia, que construa a sua personalidade, que sinta confortável e acolhida no espaço que frequenta e construa diferentes relações, sendo promovido um bom percurso escolar e que as mesmas sejam preparadas para enfrentar o mundo enquanto futuros adultos. Destaco que:

“(...) cuidar e educar estão intimamente relacionados, pois ser responsável por um grupo de crianças exige competências profissionais (...) prestar atenção ao seu bem-estar emocional e físico e dar resposta às suas solicitações (...) criação de um ambiente securizante em que cada criança se sente bem e em que sabe que é escutada e valorizada.” (Silva et al., 2016, p. 24).

Neste sentido, desde as primeiras idades, desenvolvi a capacidade de cuidar, analisar e responder às necessidades emocionais, físicas, cognitivas e motoras das crianças, como também de ensinar diversos conhecimentos através do diálogo e escuta de opiniões das mesmas. Esta figura principal, não deve ter apenas em atenção a transmissão de conhecimentos, temáticas e conteúdos, mas também as necessidades emocionais e sociais das crianças, tornando-as ativas, participativas e interessadas na sua aprendizagem como também em conhecer o mundo à sua volta. Além disso, pretendo também destacar a importância da construção da relação cordial entre o(a) educador(a)/professor(a) com os encarregados de educação/familiares das crianças, tendo como base em atenção às necessidades e dificuldades das mesmas, procurando sempre como resolverem situações/problemas em conjunto, promovendo assim, uma aprendizagem e desenvolvimento benéfico, como sucesso escolar. Sem a construção desta relação, as crianças não teriam um positivo percurso escolar, nem sentiam apoiadas por ambas as partes, sentindo-se desvalorizadas, prejudicando as suas competências e conhecimentos a desenvolver.

Um dos aspetos mais cruciais que desenvolvi foi a competência de refletir e criar novas formas de ensinar os alunos. Com isso, atribui importância ao brincar como também à criação de atividades mais dinâmicas/lúdicas (incluindo todos os conteúdos e áreas curriculares). As crianças não aprendem apenas a realizarem fichas de trabalhos e até só trabalharem com manuais, mas desenvolverão ainda mais conhecimentos através de atividades lúdicas planeadas (seja através de jogos educativos, jogos digitais, experiências, entre outros) pelo/a educador(a)/professor(a). De facto, não devem apenas planificar só por entretenimento, mas com objetivo principal que as crianças aprendam e desenvolvam diferentes conhecimentos. Posso confirmar que através dos meus percursos de estágio, verifiquei que estas atividades despertam muito interesse por parte das crianças, em que as mesmas se mostravam cada vez mais participativas, quererem aprender mais e pediam mais atividades deste género, mostrando-se felizes. Até mesmo através do brincar, seja dentro da sala ou fora da mesma, as crianças irão desenvolver competências benéficas, conhecendo e explorando o mundo que a rodeia (cuidando não só das pessoas à sua volta, como do meio ambiente e do planeta), empenhando diferentes papéis, como desenvolver a cognição, motricidade, linguagem, emocionalmente e socialmente. Desta forma:

“O lúdico é um facilitador das aprendizagens que, para além da vertente cognitiva, ajuda ao desenvolvimento social, intelectual e afetivo. (...) Assim, o processo de ensino/aprendizagem que assenta no Lúdico contribui e influencia a formação da criança e do adolescente, possibilitando-lhe um crescimento sadio e um enriquecimento permanente, integrando-se numa prática pedagógica democrática e, simultaneamente, contribui para uma produção efetiva de conhecimento(s).” (Guerreiro & Sousa, 2016, p. 264).

Com a evolução da pandemia, compreendi a importância do trabalho colaborativo e em grupo, e até na interação e socialização com o outro, que era um aspeto que estava a ser prejudicado no percurso escolar das crianças, visto que as mesmas eram impedidas trabalharem em conjunto (dependia da instituição/escola) e até estarem distantes de outros grupos/turmas. Para o desenvolvimento e aprendizagem das crianças, é crucial a promoção do trabalho em grupo, a oportunidade de criarem e trocarem ideias em conjunto, de aprenderem a ouvir e conhecer o outro, aceitar as diferentes ideias e opiniões, criar diferentes diálogos, a colocar no lugar do outro e a desenvolver competências de socialização. Quando existiu a possibilidade de planificar atividades em grupo, era possível observar que algumas destas vantagens expressadas anteriormente, teriam sido prejudiciais, visto que por vezes as crianças não aceitavam as opiniões umas das outras, falavam ao mesmo tempo, não sabendo ouvir, entre outros. Apesar disso, surgiu a oportunidade de desenvolverem estas competências, o que foi vantajoso, visto que por fim trocavam ideias

entre si, dialogando entre si e construíam bons trabalhos em conjunto. Através disso “Os alunos envolvem-se em conversas, trabalhos e experiências formais e informais: debatem, negociam, acordam, colaboram. Aprendem a considerar diversas perspectivas e a construir consensos. (...) Os alunos resolvem problemas de natureza relacional de forma pacífica, com empatia e com sentido crítico.” (Martins et al., 2017, p. 25).

No desenvolvimento das crianças, um dos aspetos cruciais que comecei a valorizar foi a autonomia, não desvalorizando as outras competências. Efetivamente, é fundamental desde cedo a promoção da autonomia e através do que observei nos percursos de estágio, esta competência é vantajosa para os alunos enquanto futuros adultos. Através da autonomia, as crianças começam a ter confiança nas atividades que participam e a exprimirem as suas ideias, a serem mais reflexivas, a resolverem os problemas que surgem, a tomarem decisões individuais e em grupo, em arriscarem sem terem medo, conhecem e circulam no ambiente que as rodeia livremente, tornam-se responsáveis, aprendem a explorar e a descobrir o espaço à sua volta e a construir a sua personalidade. Através dos contextos que cada criança frequenta e nas relações que desenvolve, começa por:

“(...) tomar consciência da sua identidade e respeitar a dos outros, desenvolver a sua autonomia como pessoa e como aprendiz, compreender o que está certo e errado, o que pode e não pode fazer, os direitos e deveres para consigo e para com os outros, valorizar o património natural e social.” (Silva et al., 2016, p. 33).

Através dos projetos de intervenção aprendi que é fundamental termos em atenção as necessidades, dificuldades e interesses das crianças, de forma a construir um projeto que vá de encontro destes aspetos e promova diferentes atividades pensando sempre nas crianças. Além disso, comecei a valorizar os diálogos que eram criados com as crianças, de forma as mesmas exprimirem as suas ideias e aprendizagens, como também envolvê-las nas atividades, ouvindo sempre as suas opiniões, tornando-as ativas. Seja qual for a temática criada em cada projeto, no momento de avaliação do mesmo, compreendi a importância da criação de projetos, visto que as crianças aprendiam com os mesmos e desenvolviam os seus conhecimentos.

Além disso, compreendi cada vez mais a importância de preparar as crianças enquanto futuros cidadãos e adultos, como também para o mundo que a rodeia. É fundamental formar cidadãos ativos, participativos, autónomos, cooperativos, que tenham uma voz ativa, que aceitem as diferenças, que não discriminem, que sejam reflexivos e criativos, conscientes dos problemas que surgem à sua volta, sabendo resolvê-los, que sejam empáticas, solidárias, sociáveis, responsáveis, ouvintes, com diferentes conhecimentos, que defendam os seus valores e ideias, tornando o mundo num lugar melhor.

Para finalizar as aprendizagens desenvolvidas, compreendi a importância de valorizar as crianças com necessidades educativas especiais, como também crianças com dificuldades de aprendizagens, crianças com PLNM, crianças imigrantes, crianças de diferentes culturas, entre outras (tive a oportunidade de estagiar com algumas destas crianças). O meu papel é garantir que estas crianças não sejam excluídas, adotando métodos e estratégias para envolvê-las nas atividades com as outras crianças do grupo e ainda promover a ideia de empatia, diversidade, equidade, inclusão e aceitação das diferenças para com as outras crianças (de forma que as mesmas não discriminem e que interagem com as crianças que sejam “diferentes”, apesar de serem todas iguais). Isso de forma que todas as crianças cresçam harmoniosamente, que tenham as mesmas oportunidades, que aprendam, que desenvolvam conhecimentos e competências, que construam relações com todos os indivíduos, mas acima de tudo, que sejam felizes.

Ao longo deste percurso, senti algumas dificuldades, nomeadamente na gestão do tempo (na dinamização das atividades, por vezes, não era possível a realização de todas, sendo que tentei sempre planificá-las de acordo com o tempo), na comunicação com as crianças, às vezes não conseguia ouvir o que diziam (isso dependia de cada sala/turma, sendo superada depois de conhecer melhor as crianças e elas a mim, em que as mesmas compreenderam e quando era necessário, repetiam a informação para poder ouvir), na planificação de atividades/aulas no 1.º CEB (devido aos horários, estando programados para dar determinada aula/atividade, foi difícil incluir outras atividades que não estivessem programadas, no entanto tentava elaborar a planificação na mesma – visto não ser a minha turma, era normal sentir esta dificuldade. Futuramente, enquanto profissional, penso que conseguirei adotar novas estratégias para ultrapassar este obstáculo) e na avaliação de todas as crianças no 1.º CEB (visto que são muitas, sendo que ao dinamizar determinada atividade, não conseguia observá-las todas ao mesmo tempo, contudo, esta dificuldade foi superada com a ajuda do meu par de estágio, mas tentando também ser eu a avaliar – no futuro, terei de procurar outras formas de avaliar as crianças sozinha).

Em suma, é importante salientar que a minha surdez não impede de tornar-me numa profissional competente, como muitas pessoas refletem, apesar de ser uma barreira no que toca à comunicação, irei adaptar-me com os diferentes grupos/turmas que irei trabalhar futuramente, como também sei que estas mesmas crianças irão compreender as diferenças que existem na sociedade e que o importante é aceitá-las. Posso dizer que serei sempre uma educadora/professora que terá sempre em atenção em primeiro lugar ao desenvolvimento e aprendizagem das crianças e acima de tudo, confio que serei uma profissional competente.

Parte II – Exercício Investigativo

- **Enquadramento Teórico**

1. **Inteligência Emocional**

1.1. **O que é a inteligência emocional?**

A evolução da inteligência emocional constitui uma longa história, sendo que em finais dos anos 80 existiam poucos modelos no que toca à temática da inteligência (Queirós, 2014, p. 14). Moreira (2021) refere que este conceito surgiu através de Charles Darwin, onde escreveu um livro denominado “A expressão das Emoções no Homem e nos Animais”, em que apresenta “(...) ilustrações, teorias e inúmeras descrições, no qual comparava as expressões emocionais entre os homens e os animais.”. Anos mais tarde surgiram autores que destacaram este conceito, sendo que os grandes provenientes desta teoria foram os psicólogos John Mayer e Peter Salovey, como também Daniel Goleman, que mudou este conceito sendo conhecido atualmente (p. 27).

Um dos modelos, que pertencem a um vasto conjunto de modelos da inteligência emocional, é o modelo Bar-On, criado por Reuven Bar-On, que mede a inteligência emocional. Bar-On (2006) define a inteligência emocional-social como um conjunto de capacidades emocionais e sociais (sendo ambas interligadas), a competência de como nos expressamos, como compreendemos e nos relacionamos com o outro, e a habilidade de enfrentar os desafios no dia a dia (sendo que um indivíduo com estas competências, é inteligente emocionalmente e socialmente). Baseia-se na habilidade intrapessoal (ter consciência de si mesmo, verificar os seus pontos fortes e fracos, e mostrar o que sente e pensa sem prejudicar o outro) e interpessoal (ter consciência das emoções dos outros, construir relacionamentos em que exista respeito e cooperação, sem prejudicar o outro) de um indivíduo. Desta forma, designou o seu instrumento como EQ-i (este mesmo autor que criou o conceito de quociente emocional), em que avalia as respostas dos indivíduos, sendo que quanto mais alta é a pontuação, mais probabilidades tem o indivíduo de ser inteligente emocionalmente e de ser sucedido na sua vida pessoal, profissional e social. Se a pontuação for baixa é porque o indivíduo tem problemas emocionais e sociais ou de comportamento (p. 14).

O modelo de Peter Salovey e John Mayer é baseado no pensamento relacional, em que os mesmos caracterizam a inteligência emocional, segundo Queirós (2014) como um “(...) conjunto de mecanismos mentais necessários à resolução de problemas e à gestão de comportamento, isto é, a habilidade que o indivíduo tem para identificar, utilizar, compreender e regular as emoções em si próprio e nos outros.” (p.14). Além disso, é uma

forma de os indivíduos gerirem as suas emoções, ajudando também os outros, através da construção de pensamentos (p. 17), descobrirem as emoções que sentem, refletindo como as mesmas surgem e orientá-las no que toca à tomada de decisões (p. 20). Assim sendo, criaram quatro habilidades, que são (Queirós, 2014, p. 18-19/ Fernández-Berrocal, 2021, p. 25-28):

- **Perceção emocional:** Quando o indivíduo desenvolve a competência de classificar as diferentes emoções em si próprio (através do que sente dentro de si, do que apresenta fisicamente e no que surge através do seu pensamento), como nos outros (através da observação da expressão corporal das outras pessoas, até mesmo em situações do dia a dia, como pinturas, músicas, entre outros) e a expressar estas mesmas emoções – consciência das próprias emoções e das emoções nos outros;
- **Compreensão emocional:** Quando o indivíduo desenvolve o conhecimento das diferentes emoções, sabendo como nomeá-las, perceber como as mesmas surgem e que podem sofrer consequências (como por exemplo, as emoções que sejam mais fortes), que algumas emoções surgem ao mesmo tempo e o desenvolvimento dos estados emocionais – analisar as emoções e compreender o que as mesmas podem influenciar.
- **Facilitação emocional do pensamento:** Quando o indivíduo utiliza as emoções como forma de raciocinar, de forma a compreendê-las, a utilizá-las na tomada de decisões e na resolução de problemas, tornando o pensamento mais facilitador. Além disso, promove uma reflexão no que toca a pensamentos negativos, de forma a torná-los positivos – pensar sobre as emoções e como as mesmas podem influenciar o pensamento.
- **Gestão emocional:** Quando o indivíduo desenvolve a competência de gerir as suas próprias emoções, como também ajudar os outros a gerir as suas, tais como: aceitar todas as emoções, sejam elas negativas ou positivas, refletir sobre determinada emoção e reduzir os estados emocionais que sejam negativos – forma de gerir as emoções, sejam negativas ou positivas e manuseá-las para a tomada de decisões.

No modelo de Goleman (2022), a inteligência emocional está dividida em cinco competências (p. 55-56):

- **Conhecer as nossas próprias emoções (Autoconsciência)** – Habilidade de reconhecer o que estamos a sentir e de saber controlá-lo. Os indivíduos que reconhecem as suas emoções serão capazes de gerir a sua vida e têm confiança das decisões que toma. Moreira (2021), refere que também é uma forma de percebemos como as nossas emoções surgiram (p. 26).

- **Gerir as emoções** – Habilidade de compreender o que sentimos, de forma a geri-lo. É crucial afastar/gerir as emoções/estados emocionais negativos (por exemplo, ansiedade, tristeza, depressão, entre outros), para não nos prejudicarmos fisicamente, cognitivamente e emocionalmente, e quem nos rodeia. Moreira (2021), exprime que é a capacidade de conseguirmos ultrapassar determinado momento/situação (p. 26).
- **Motivarmo-nos a nós mesmos** – Habilidade de estimularmos as nossas emoções, como fonte de motivação, para alcançarmos os nossos objetivos (Goleman, 2022, p. 55; Moreira, 2021, p. 26).
- **Reconhecer as emoções dos outros** – Crucial a evolução da empatia, uma vez que os indivíduos terão a capacidade de colocar-se no lugar dos outros e também observar o que o outro sente para poder ajudar. Moreira (2021), salienta que também é a habilidade de observarmos, conhecermos e perceber as emoções nos outros (p. 27).
- **Gerir relacionamentos** – Habilidade de gerirmos as emoções, para evoluirmos nas relações com os outros.

Para além da inteligência emocional do indivíduo na sua vida pessoal e social, Goleman foca-se também na vida profissional. Fernández-Berrocal e Extremera (2006), destacam que Goleman, no seu segundo livro, criou um modelo de forma a observar os resultados dos indivíduos na sua vida profissional. Neste mesmo modelo, existem quatro competências: autoconsciência (inclui a autoconsciência emocional, autoavaliação e autoconfiança); consciência social (empatia, orientação e organização); autogestão (consciência, gestão, adaptação e iniciativa); gestão de relacionamentos (observar a evolução dos outros, gerir conflitos, evoluir comunicação, desenvolver liderança, construir relacionamentos e promover trabalho em grupo). Um indivíduo profissional que constrói estas mesmas competências está a efetuar um bom trabalho e a ser um bom exemplo para os seus colegas (p. 9).

Por fim, uma referência ao modelo de Rafael Bisquerra Alzina (2003, p. 23-26), que define cinco competências emocionais (mais aprofundado no tópico seguinte):

- **Consciência Emocional:** Habilidade de termos consciência das nossas próprias emoções e das emoções dos outros.
- **Regulação Emocional:** Habilidade de gerir as emoções e de compreender que as emoções influenciam o pensamento e o comportamento.
- **Autonomia emocional:** Nesta competência estão envolvidas habilidades como autogestão emocional, estando incluído a autoestima, a atitude positiva, a

responsabilidade, a capacidade de análise, a capacidade de pedir ajuda e a autoeficácia emocional.

- **Inteligência interpessoal (competência social):** Habilidade de construir relações positivas com os outros, desenvolvendo capacidades sociais, de comunicação, de respeito, entre outros.
- **Competências para a vida e bem-estar:** Habilidade de construir comportamentos benéficos e conscientes, de forma a resolver problemas, sejam pessoais, profissionais e sociais, beneficiando o seu bem-estar pessoal e social.

Pretendo destacar ainda o facto de Moreira (2021) considerar que não é só importante possuir um elevado quociente de inteligência, se o quociente emocional for menor. Os indivíduos com um quociente de inteligência elevado “(...) acabam por não sentir a necessidade de trabalhar a sua parte pessoal e emocional (...)” (p. 29). Goleman (2022, p. 18) destaca que muitas das vezes quando tomamos as nossas decisões, o que sentimos tem de ser valorizado tal como o que pensamos. Além disso, “Para o melhor e para o pior, a inteligência pode não ter o mínimo valor quando as emoções falam.” (p. 18). Isso significa que, caso um indivíduo não desenvolva capacidades emocionais e sociais, irá desenvolver sentimentos/estados emocionais que serão prejudiciais para a sua saúde emocional e física, irá passar e sofrer por situações negativas no quotidiano, seja a nível profissional ou familiar, acabando por se prejudicar a si próprio como também às pessoas que o rodeiam.

Em suma, de acordo com Walton (2022), ter inteligência emocional é quando temos consciência do que sentimos e dos sentimentos dos outros, sabendo gerir. Que é compreender a linguagem corporal, controlar os sentimentos/emoções (para que as mesmas não se tornem negativas e prejudique tanto mentalmente como fisicamente), gerir os sentimentos negativos, interagir com outras pessoas e desenvolver o nosso bem-estar (p. 13). De forma geral, a inteligência emocional é considerada como um “(...) conjunto de capacidades mentais e aptidões que o podem ajudar a lidar de forma bem-sucedida consigo próprio, bem como com os outros (...)” (Walton, 2022, p. 13-14).

1.2. Quais são as competências emocionais?

Bisquerra (2020) descreve as competências emocionais como um conjunto “(...) de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para tomar conciencia, comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales.”. Estas competências são vantajosas para proporcionar uma cidadania ativa e responsável, e os indivíduos ao adquiri-las terão facilidade em se integrarem em contextos sociais, em desenvolverem a sua aprendizagem e conhecimento, em evoluírem na sua vida profissional,

peçoal e social, em construir relações com outros como também consigo mesmo, em ultrapassar os problemas e desafios ao longo da vida, entre outros.

Alzina e Escoda (2007), em concordância com Bisquerra (2003), evidenciam as seguintes competências emocionais:

- **Consciência emocional**

A consciência emocional é quando um indivíduo, não só toma consciência das suas próprias emoções como também toma consciência das emoções nos outros. Continuando a linha de pensamento dos autores, na consciência emocional existem três habilidades que são: tomar consciência das suas próprias emoções (habilidade de compreender os seus próprios sentimentos e emoções, de forma a conhecê-los, a identificá-los e a classificá-los conforme as suas categorias), identificar os nomes das próprias emoções (é uma forma de saberem nomear as diferentes emoções, ou seja, construir um vocabulário sobre as mesmas, sabendo-as identificá-las em diferentes contextos) e compreender as emoções dos outros (habilidade de compreender as emoções nos outros, colocando no lugar dos outros, praticando a empatia – é possível identificar as emoções nos outros através da sua expressão corporal como também verbal e em diferentes contextos) (p. 70).

- **Regulação emocional**

A regulação emocional é quando gerimos as nossas emoções de forma adequada. O indivíduo deve ser capaz de: tomar consciência da relação entre a emoção, a cognição e o seu comportamento (compreender que o seu comportamento age conforme as emoções que está a sentir, em que é possível regular através do seu pensamento), expressar-se emocionalmente (é uma forma de exprimir as suas emoções de forma adequada), regular as emoções (por exemplo, saber gerir as emoções negativas para não prejudicar-se a si próprio), capacidade de enfrentar algo (utilizar estratégias como resposta para as emoções negativas, regulando-as) e habilidade de reproduzir emoções positivas (utilizar as emoções positivas de forma a fomentar o seu bem-estar) (p. 71).

- **Autonomia emocional**

A autonomia emocional está relacionada com a personalidade de cada indivíduo, em que a mesma deve ser gerida, para uma construção de um indivíduo autoconfiante, com autoestima que seja capaz de algo, entre outros. Desta forma, a autonomia emocional inclui: autoestima (quando o indivíduo deve olhar para si próprio e pensar se sente bem consigo mesmo), automotivação (quando se motiva a si próprio para fazer algo em prol do seu bem-estar), atitude positiva (manter uma atitude positiva perante as diversas situações que acontecem na vida), responsabilidade (ter a responsabilidade de assumir algo, seja nas

suas escolhas, nas suas decisões, nos seus comportamentos e atitudes, de modo a enfrentar tanto as situações positivas como as negativas), autoeficácia emocional (ter a habilidade de alcançar algo que deseja, de forma a assumir as suas experiências, através das suas crenças e dos seus valores morais), análise crítica das normas sociais (ter a habilidade de criticar, de forma construtiva – com respeito - tudo o que acontece na sociedade e à sua volta) e resiliência (quando confronta e ultrapassa as suas batalhas, desafios e dificuldades que surgem ao longo da sua vida) (p. 71-72).

- **Competência social**

A competência social é quando construímos relações com outros indivíduos e empenhamo-nos para que as mesmas não sejam prejudiciais, mas sim, benéficas e saudáveis em que podemos partilhar os nossos momentos com os outros (seja a nível pessoal ou profissional). Através desta competência, o ser humano deve: dominar as capacidades sociais básicas (assumir atitudes de respeito, de diálogo positivo/crítico e de agradecimento – por exemplo, ouvir o outro, agradecer, pedir desculpa, entre outros), respeito pelos outros (não optar por atitudes discriminatórias, aceitando e respeitando a diferença de cada indivíduo e das diferentes culturas), desenvolver uma comunicação recetiva (competência em ouvir os outros, interagindo de forma verbal e não verbal, transmitindo as mensagens de forma correta), desenvolver uma comunicação expressiva (apresentar o que sente e o que pensa aos outros, desenvolvendo diálogos e compreendendo o outro), partilhar as emoções com os outros (compreender que as relações são construídas se optar por atitudes de sinceridade, reciprocidade e respeito), cooperar (respeitar sempre a vez do outro, assumindo uma atitude de partilha de diálogo sobre diversas temáticas), assertividade (apesar de respeitar o outro, deve assumir também uma atitude de defesa de si próprio, não deixando o outro “assumir” a nossa vida), prevenir e solucionar os conflitos (perceber quando existe algum conflito, de modo a resolvê-lo e em criar um diálogo de bem-estar com o outro) e habilidade de regular situações emocionais (incentivar o outro a gerir as suas emoções) (p. 72-73).

- **Competências para a vida e bem-estar**

Para os indivíduos desenvolverem competências para a vida e bem-estar, devem optar por atitudes positivas de modo a enfrentarem os desafios que surgem ao longo da vida. Assim sendo, as pessoas devem: determinar objetivos adaptáveis, tomar decisões em diferentes situações que surgem ao longo da sua vida (ter responsabilidade no que toca ao tomar as decisões), procurar ajuda e recursos (observar quando precisa de ajuda e procurar os recursos adequados), ter em conta uma cidadania ativa, cívica, responsável, crítica e comprometida (por exemplo, participar em ações de solidariedade, respeitar as normas,

valores e regras das diferentes culturas, promover para a diversidade e equidade, entre outros), bem estar subjetivo (incentivar o bem estar às pessoas e ambientes que as rodeia) e fluir (habilidade de criar vivências positivas na sua vida pessoal, profissional e social) (p. 73-74).

1.3. Importância de inteligência emocional nas crianças.

Macías (2010) exprime que a inteligência emocional não é uma inteligência que interiorizamos de imediato, mas que vamos desenvolvendo ao longo da vida, através do que é aprendido em casa como também na escola (sendo o trabalho colaborativo fundamental). Isso é crucial para as crianças como futuros adultos, pois as competências que vão adquirindo irá influenciar o desenvolvimento da inteligência emocional. A criança, através da promoção da sua inteligência emocional, não desenvolve apenas a sua cognição, mas também social, emocional, motora e moral, sendo que irá influenciar a construção da sua personalidade (p. 1).

Camacho e Ceja (2022) destacam que os pais/familiares e os profissionais de educação devem ter em consciência de se formarem acerca das suas competências socio-emocionais, de forma a terem a possibilidade de as transmitirem, bem como, ensinarem diversos conhecimentos sobre a inteligência emocional às crianças, tendo a ideia de que esta deve ser envolvida no processo educacional e que é uma forma de promover uma mudança (p. 1). Através disso, as crianças precisam de ter contacto com outros indivíduos, como os pais/familiares, os profissionais de educação e outros, para poderem desenvolver diversas competências, de forma a construírem a sua personalidade e tornarem-se autónomas. Isso para conseguirem ultrapassar os problemas que surgem ao longo do seu dia a dia, para terem consciência dos seus comportamentos e de passarem por novos desafios e experiências fora do seu contexto habitual (Landa et al., 2016, p. 975).

Walton (2022) salienta que ao evoluirmos a nossa inteligência emocional, conhecemos cada vez melhor e conseguimos gerir melhor as nossas emoções, desenvolver a empatia para com os outros, como também aptidões sociais para podermos interagir com os outros de forma positiva (p. 14). Neste sentido, é fundamental ensinar às crianças desde muito cedo, para que as mesmas possam desenvolver o seu bem-estar mental, físico, emotivo e social, sentido bem consigo mesmas, como também com os outros, desenvolvendo sentimentos de solidariedade, empatia, respeito, compreensão, cooperação, entre outros. Realça ainda alguns benefícios na prática da inteligência emocional que são: ultrapassar momentos complicados; conseguir expressar; desenvolver relacionamentos positivos; gerir as emoções; desenvolver e mostrar respeito pelos outros; afastar dos pensamentos negativos; exprimir de forma correta na altura certa; estimar e receber o

compromisso de outros; desenvolver resiliência e superar momentos difíceis; ter e mostrar os nossos valores importantes; desenvolver o bem-estar (p. 17). Ao ensinarmos e incentivarmos isso às crianças, iremos torná-las em futuros adultos responsáveis, que consigam superar todas as dificuldades, que nunca desistam quando cometerem falhas ou passarem por batalhas difíceis, que irão construir relações saudáveis com os outros e que sintam bem consigo mesmas.

Moreira (2021) reforça a importância do cérebro racional, no que toca à gestão emocional, é desenvolvido até aos 25 anos, sendo que “(...) a prática da inteligência emocional mostra-se de grande importância, pois irá ajudar a enraizar atitudes, comportamentos e hábitos de sucesso para a vida.” (p. 47). De facto, é necessário ensinar bases às crianças para saberem gerir as suas emoções, de forma a controlarem as emoções negativas para não prejudicarem a si próprias ou aos outros, como também construir atitudes positivas, sabendo gerir as emoções que sejam menos boas e tomarem decisões através da reflexão, para não agirem através de impulsos e de tomadas de decisões prejudiciais. O autor destaca ainda que a inteligência emocional “(...) pode ajudar na forma como um estudante lida com a frustração (...) a uma nota menos simpática. (...) o maior impulso é desistir, mas a prática da inteligência emocional pode ajudar o estudante a adotar estratégias para atingir melhores resultados.” (p. 47).

Camacho e Ceja (2022), evidenciam que a falta de inteligência emocional nas crianças “(...) repercute en el ámbito personal, educativo, de salud y de interacción social.” (p. 3). Walton (2022) exprime que uma criança que apresenta emoções/sentimentos negativos (como por exemplo depressão, raiva, ansiedade, stress, entre outros), pode ser prejudicada na sua aprendizagem e desenvolvimento, uma vez que não está suficientemente concentrada e não tem formas de conseguir adquirir as informações que estão a ser transmitidas, fazendo com que as suas capacidades, competências e conhecimentos não sejam desenvolvidos (p. 162). Desta forma, Goleman (2022) reúne alguns riscos, de iliteracia emocional, em que as crianças podem evoluir, caso não sejam incentivadas a desenvolverem competências emocionais, tais como: desenvolvem problemas sociais, ansiedade, depressão, distúrbios alimentares, consumo de bebidas alcoólicas ou drogas, falta de concentração e tornam-se em indivíduos agressivos. De acordo com Murcia e Jiménez (2012), ao desenvolvermos estados emocionais negativos, temos o risco de construir comportamentos violentos e agressivos (seja violência física ou verbal) (p.59). Pacheco e Fernández-Berrocal (2013) indicam que indivíduos que não tenham as suas competências emocionais desenvolvidas, constroem uma imagem negativa sobre a escola e os profissionais de educação, criando inseguranças em si mesmo. Quando um indivíduo é inteligente emocionalmente e tem as suas competências socio-emocionais desenvolvidas,

menos atitudes agressivas irá ter, como também menos sentimentos/emoções negativas irá desenvolver. (p.37)

Neste sentido, UNICEF (2020) destaca que as crianças que sejam inteligentes emocionalmente, têm consciência das suas emoções, falando facilmente e exprimindo as mesmas, compreendendo e detetando as emoções nos outros, controla e gere os sentimentos negativos, tendo uma atitude positiva quando algo não corre como esperavam e não desistem de desafios difíceis. Desta forma, é essencial desde cedo ter em atenção e promover a inteligência emocional das crianças, tanto em casa como nas escolas e em outros contextos, visto que “A inteligência emocional conquista-se através da educação e do desenvolvimento de competências emocionais que contribuem para um melhor bem-estar pessoal e social.” (Queirós, 2014, p. 26). Assim sendo, as crianças têm de ser motivadas por adultos responsáveis por si, que serão um modelo para as mesmas, a desenvolverem diversas competências, capacidades e conhecimentos socio-emocionais e proporcionar estratégias para as crianças “fugirem” de situações que provocam mau estar emocional, social e cognitivo.

2. Consciência emocional

2.1. O que é a consciência emocional?

No que se refere à competência da consciência emocional, como descrito no ponto anterior (1.2), podemos compreender que é a capacidade de um indivíduo ter consciência das suas próprias emoções, sabendo-as identificar e nomear, como também compreender as emoções dos outros, colocando-se no seu lugar. A consciência emocional é a primeira competência emocional que deve ser desenvolvida, para ser possível evoluir as seguintes competências emocionais do modelo de Bisquerra (2020) (referidas no ponto 1.2).

Por outro lado, López et al. (2014) descreve que a consciência emocional está relacionada com a capacidade de cada indivíduo estar consciente do seu desenvolvimento emocional (cada um tem as suas diferenças, fazendo com que nem todos tenham a mesma consciência do seu estado emocional) (p. 229). O desenvolvimento das capacidades socio-emocionais diferem de indivíduo para indivíduo e as mesmas irão influenciar diretamente os seus comportamentos.

A consciência emocional é a capacidade de um indivíduo conseguir diferenciar as emoções, os pensamentos e os comportamentos, verificando como surgiram e quais as consequências que podem ter originado, avaliando a sua intensidade, como também observar nos outros a sua linguagem verbal e não verbal, e utilizá-la (Bisquerra et al., 2012, p. 26). A emoção, a cognição e comportamento mantêm uma relação, uma vez que os estados emocionais influenciam o comportamento e este influencia as emoções. Desta

forma, podem ser geridos através da cognição, ou seja, a consciência de que determinado estado está a influenciar-nos negativamente e que é possível desenvolver para estados emocionais positivos (Bisquerra, 2020).

Goleman (2022) refere a autoconsciência, no que toca à inteligência emocional, como “(...) a consciência dos nossos próprios sentimentos no instante em que eles ocorrem.”, e ainda como “(...) uma atenção continuada dada aos nossos estados íntimos. Nessa consciência autorreflexiva, a mente observa e investiga ela própria as experiências, incluindo as emoções.” (p. 58). Considera que a competência principal em relação às outras competências, é a consciência das emoções (p. 59).

2.2. Importância da consciência emocional nas crianças.

As crianças devem ser incentivadas desde muito cedo a conhecerem as emoções que estão dentro de si, evoluírem o vocabulário das mesmas, de forma a saberem diferenciá-las, a reconhecê-las quando as sentem, a geri-las, como também terem consciência das emoções que os outros sentem (através da voz, das expressões corporais e dos sinais que o corpo apresenta quando sentimos determinada emoção). Moreira (2021) refere que ao evoluir a sua autoconsciência:

“(...) aprendi a gerir melhor as minhas emoções, melhorei a minha capacidade de reconhecer as emoções das pessoas à minha volta, de forma que entendesse como é que se estavam a sentir e o que era preciso fazer, e aprendi a melhorar os meus relacionamentos pessoais.” (p. 20).

De facto, é fundamental as crianças terem consciência do que sentem e regularem as emoções/sentimentos que sejam prejudiciais para a sua vida, como também na relação com os outros, até mesmo controlar os seus pensamentos (para não desenvolverem negatividade) e os seus comportamentos (não se magoando a si próprio ou aos outros). Através disso, Goleman (2022) salienta que as emoções que sentimos influenciam as decisões que tomamos ao longo da nossa vida, que os sentimentos fortes podem influenciar os nossos pensamentos e se não existir consciência dos mesmos, pode ser prejudicial para a nossa vida. Ainda refere que as decisões não devem ser influenciadas apenas pelo nosso raciocínio, mas também pelo nosso lado emocional (p. 65). Para isso, as crianças devem conhecer técnicas/métodos/formas de saberem enfrentar ou mudar a emoção/sentimento negativo através do raciocínio, equilibrando a balança entre o racional e o emocional (seja através do diálogo com os adultos, na participação de atividades, entre outros).

3. Emoções

3.1. O que são emoções?

Queirós (2014) refere algumas definições de emoções, entre as quais: no ocidente são consideradas como algo que pode ser determinada ou como uma ação que ocorre no nosso corpo conforme às situações que surgem à nossa volta (p. 33); podem ser identificadas através da nossa mente e do corpo nas expressões faciais e corporais (p. 33); surgem através de estímulos que ocorrem ao nosso redor sejam através de “(...) objetos e situações (estímulos externos) ou pensamentos (estímulos internos) (...)” (p. 34), fazendo com que o nosso cérebro origine determinada emoção, transmitindo para o corpo, em que é possível depois ser observada por outras pessoas ou mesmo nós próprios identificarmos, sendo que podem ser positivos (agradáveis) ou negativos (desagradáveis).

Como Alzina (2003) indica, as emoções podem ser consideradas como um estado em que o indivíduo se mostra excitado ou perturbado, em que as mesmas surgem através de respostas internas ou externas (p. 21). No nosso cérebro, quando a emoção surge, a consciência da mesma é realizada automaticamente. A maior parte das emoções surgem inconscientemente (p.13). Goleman (2022) compreende a emoção “(...) como referindo-se a um sentimento e aos raciocínios daí derivados, estados psicológicos e biológicos, e o leque de propensões para a ação.” (p. 302). Minsberg e Morales (2018) apresentam um exemplo para mostrar que as emoções provocam alterações fisiológicas, psicológicas e comportamentais, de que um aluno ao receber uma nota de um exame, pode comer por sentir-se ansioso, em que as suas mãos começam a ficar suadas (fisiológico), os pensamentos tornam-se intensos (psicológico) e começa por realizar movimentos inquietos, como roer as unhas, voz nervosa, entre outros (comportamental) (p.34).

As emoções têm variadas funcionalidades, sendo que Bisquerra et al. (2012) reúnem sete funções, designadamente (como citado em Mora, 2008):

- As emoções ajudam-nos a proteger de situações/acontecimentos desagradáveis, como podem proporcionar-nos situações/acontecimentos agradáveis. Desta forma, as emoções podem incentivar-nos a fazer determinada coisa que nos satisfaz, como também podem ajudar-nos a evitar algo que seja prejudicial (p. 17);
- As emoções ajudam-nos a agir sobre determinadas situações ou acontecimentos, influenciando o nosso comportamento. Pode ser uma reação de alerta sobre algo, de forma a procurarmos um comportamento ou refletirmos como podemos agir perante esta alerta (p. 17);

- Como as emoções nos alertam sobre determinada situação ou acontecimento, até algo que observamos, estimula diversos sistemas do nosso corpo (por exemplo, sistema cerebral, sistema motor, sistema respiratório, entre outros) (p. 17);
- As emoções estimulam à curiosidade, fazendo-nos querer descobrir coisas novas (por exemplo, alimentos novos, aprendizagem, entre outros) (p. 18);
- As emoções são consideradas como uma linguagem para promover a relação entre diferentes espécies, sendo uma linguagem básica para membros da família como também membros das sociedades. A construção desta relação promove variadas capacidades socio-emocionais, sendo uma delas a evolução de laços afetivos (p. 18);
- As emoções permitem-nos evoluir a nossa memória, guardando diversos acontecimentos/situações em que sentimos determinada situação, seja ela desagradável ou agradável (p. 18);
- Tanto as emoções como os sentimentos exercem um papel no raciocínio, sendo que muitas das vezes conseguimos refletir através do que sentimos. Isso é fundamental, pois, mostra que a emoção está relacionada com a cognição e ajuda-nos a construir respostas sobre determinado problema ou quando necessitamos de tomar alguma decisão (p. 18).

Alzina (2003, p. 13), caracteriza as emoções através de três partes que são: a) neurofisiológico: a parte neurofisiológica é quando sentimos as emoções através de sensações, surgem sem nos darmos conta e que não é possível controlar, em que podem ser prejudiciais para a saúde (por exemplo, surgem através da respiração, dos músculos, entre outros). Apesar de não conseguirmos controlar, podemos aprender técnicas/métodos para relaxar estas mesmas sensações (por exemplo, se sentirmos que estamos a respirar demasiado rápido, podemos aprender técnicas de respiração para controlar); b) comportamental: é quando exprimimos as emoções através dos nossos movimentos corporais e estas mesmas expressões podem ser observadas pelos outros, sendo que é possível verificar o que a pessoa poderá estar a sentir (por exemplo, expressões faciais, linguagem não verbal, tom de voz, entre outros); c) cognitiva: a parte da cognição permite-nos refletir o que poderemos estar a sentir, em que damos conta do estado emocional que estamos a passar, de forma a conseguir geri-lo (sendo fundamental a aprendizagem das emoções como também um amplo vocabulário emocional, de forma a conseguirmos identificar o que estamos a sentir).

É fundamental que um indivíduo aprenda sobre as diferentes emoções e encontrar formas de saber detetá-las. Ao aprender, será capaz de identificar as emoções em si mesmo e nos outros, como também saber observá-las de diferentes formas (expressões

faciais, corporais e voz). Walton (2022) exprime que a comunicação não verbal é uma forma de mostrarmos o que estamos a sentir, como também compreender e o que pretendemos fazer. Além disso, assim que interagimos com outras pessoas, é possível comunicar verbalmente, como também não verbalmente, em que mostramos movimentos mesmo que não estejamos a comunicar com a voz e transmitimos uma mensagem que pretendemos (p. 102).

Existem emoções agradáveis e desagradáveis, sendo que Fernández-Abascal (s.d) explica que emoções desagradáveis surgem através da ameaça ou de uma perda, em que é fundamental desenvolver as capacidades cognitivas, fisiológicas e comportamentais, de forma a ter consciência de encontrar soluções para as situações/acontecimentos negativos ou até mesmo consciência de gerir estas emoções, para não ser prejudicial. Já as emoções agradáveis surgem quando conquistamos algo que desejamos e que nos promove estados emocionais positivos (p. 5). De facto, ambos os tipos de emoções têm diferentes significados, mas nenhuma pode ser evitado, pois são fundamentais (p. 19).

As emoções podem ser classificadas como primárias e secundárias. Bericat (2012) refere que as emoções primárias são reações universais, fisiológicas, biológicas e neurológicas. Já as emoções secundárias surgem através da associação de emoções primárias, uma vez que são resultado das mesmas e dependem do meio cultural e social. (p. 2). Christensen (2010) destaca que as emoções primárias são fáceis de compreender, visto que são respostas a situações/acontecimentos externos. Salicru (s.d) salienta que as emoções secundárias são reações emocionais que procedem das emoções primárias, sendo consideradas defensivas (por exemplo, é possível sentirmos culpa quando sentimos raiva, tentando gerir esta mesma emoção). Desta forma, não são consideradas universais, sendo que são formadas socialmente, dependendo de cada cultura – aprendemos estas mesmas reações/respostas através da nossa família e da nossa cultura, de como sentir e agir perante as emoções primárias (p. 3).

Existem algumas perspetivas na classificação das emoções primárias, sendo que, de forma geral, as seis emoções primárias são: alegria, tristeza, medo, raiva, surpresa e aversão. Como cita Queirós (2014, págs. 44 e 45), as finalidades das emoções primárias são:

- **Alegria:** Surge quando apreciamos algo de positivo e que nos dá satisfação. Queremos repetir estes momentos, como forma de encorajar-nos a conquistar o que mais desejamos. A sua função é reproduzir;
- **Tristeza:** Surge quando sentimos que perdemos algo e apresentamos sinais de pedido de ajuda. A sua função é reintegrar;

- **Medo:** Surge quando sentimos que estamos em perigo, em que ao mesmo tempo, surge-nos a intenção de proteger às ameaças. A sua função é proteger;
- **Raiva:** Surge quando sentimos que algo nos prejudicou ou quando assistimos a alguma injustiça, podendo tornar-nos mais agressivos, se esta emoção não for bem gerida. A sua função é destruir;
- **Aversão:** Surge quando são ativados os nossos cinco sentidos e os mesmos evitam algo que não são do nosso agrado. A aversão faz com que evitemos as pessoas e o nojo evitam-nos a outras coisas, por exemplo, comida. A sua função é rejeitar;
- **Surpresa:** Surge quando observamos algo que não estaríamos à espera e é uma forma de observarmos o que está a passar naquele momento e sabermos como agir. A sua função é orientar.

Moreira (2016), destaca que o ser humano ao sentir diferentes emoções, age da seguinte forma corporal:

- **Alegria:** O corpo sente-se com mais energia, em que surgem sentimentos agradáveis, com mais vontade em se movimentar e estará descontraído. Através desta emoção desenvolve-se os pensamentos positivos e a capacidade de participar em diferentes momentos que fazem as pessoas felizes (p. 45 e 51);
- **Tristeza:** Acontece o contrário da alegria, uma vez que o corpo terá menos energia, tornando-se fraco para participar em diferentes momentos (como atividades), sentindo-se cansado, sem fome, tendo a vontade de isolar-se e de chorar. Assim sendo, são desenvolvidos pensamentos negativos e repetitivos (p. 195 e 221);
- **Medo:** O corpo começa por distanciar-se do que provoca medo, tornando os indivíduos mais atentos ao que aconteceu, de forma a controlar o que provocou esta emoção e torna-se cada vez mais difícil controlar o pensamento. É possível surgir sensações de tonturas, dores corporais, suor, entre outros (p. 119);
- **Raiva:** O corpo sente-se com uma energia maior do que quando se sente alegre, uma vez que age de forma a ir contra o que o ameaçou. A temperatura corporal sobe, podemos ver as coisas desfocadas, os maxilares e os músculos ficam tensos. Surge a dificuldade em raciocinar, em que é possível perder o controlo e dirigir palavras desagradáveis. (p. 153 e 169);
- **Aversão:** O corpo torna-se desconfortável, afastando-se e mostrando nojo ao que provocou a sensação desagradável (p.131);
- **Surpresa:** O corpo sente-se com energia, focado no que aconteceu e é possível demorar a adquirir e a reagir ao que foi observado. A resposta desta emoção é vista como forma de "observar, analisar e admirar o que aconteceu" (p. 179 e 193).

Continuando com Queirós (2007, págs. 64 – 66), como citado em Darwin (2012) e Ekman (2012), apresenta sinais que podemos observar nas expressões corporais que são:

Linguagem Corporal	Alegria	Tristeza	Medo	Raiva	Aversão	Surpresa
Postura	<ul style="list-style-type: none"> - Corpo relaxado; - Postura das costas correta, com cabeça e peito levantados; - Ao sorrir, o corpo automaticamente projeta-se para trás; - Cabeça e rosto corados; - Os músculos retraem; - Braços e pernas estremeceados. 	<ul style="list-style-type: none"> - Corpo com sensação de cair, visto que está pesado, em que a sua postura está curva; - A cabeça está inclinada em relação ao peito; - Ombros e braços sem força e caídos. 	<ul style="list-style-type: none"> - Corpo retraído e inclinado; - Cara e corpo têm a intenção de afastar do que provoca medo; - Braços cruzados contra o peito, significando proteção; - Pernas estremeceadas. 	<ul style="list-style-type: none"> - Todo o corpo bem controlado, com uma postura de força; - Ombros elevados e o peito projetado para a frente; - Braços firmes, em que são dobrados pelos cotovelos ou estendidos para baixo; - Pés rígidos e sustentados pelo chão. 	<ul style="list-style-type: none"> - Corpo com expressão de rejeição, afastando da pessoa ou de algo; - Ombros elevados; - Braços esticados, em que as mãos estão abertas de modo a rejeitar a pessoa ou algo que provocou aversão. 	<ul style="list-style-type: none"> - Braços elevados para cima da cabeça ou esticados ao lado do corpo; - Mãos abertas e dedos estendidos, indicando o que provocou a surpresa.
Gestos	<ul style="list-style-type: none"> - Ação de sorrir; - Andar com entusiasmo e energia positiva; - Movimentos de bater com as mãos e pés; - Surgimento de expressões faciais disparatadas; - Entusiasmo em dançar e cantar. 	<ul style="list-style-type: none"> - Movimentos pesados e lentos. 	<ul style="list-style-type: none"> - Mãos estremeceadas; - Ombros elevados, com os braços a tremer, como estivesse frio; - Braços esticados como proteção ao corpo ou agitados para proteger a cabeça. 	<ul style="list-style-type: none"> - Gestos de intimidação, como se fosse atacar, sendo que a ação seja rápida e violenta; - Mãos com punhos, com movimentos de abrir e fechar ou a baterem uma na outra; - Pés e braços agitados; - Voz áspera; - Movimentos de gritos e de ataque. 	<ul style="list-style-type: none"> - Ações que transmitem repulsa, como por exemplo, deitar a língua fora ou desviar os olhos; - Ação de olhar para cima e para baixo a pessoa que provocou a aversão, como forma de rejeitá-la. 	<ul style="list-style-type: none"> - Mãos na boca ou na cabeça; - O espanto e a admiração provocam uma surpresa com prazer, sendo que a mesma seja aprovada; - Olhos cintilantes e aumento de um sorriso.

Tabela 2 - Sinais de expressões corporais que são observáveis nas emoções primárias

De forma a deciframos as emoções através das expressões faciais, Moreira (2021) sugere que podemos identificá-las da seguinte forma:

- **Alegria** – Quando sentimos alegria, o nosso sorriso será verdadeiro. Deste modo, é possível diferenciar um sorriso verdadeiro a um sorriso falso. Um sorriso verdadeiro observa-se através dos olhos dos indivíduos, sendo que os mesmos estão

contraídos e com rugas. Caso os músculos dos olhos não estiverem contraídos, então o sorriso é considerado falso (p. 281);

- **Tristeza** – Através desta emoção, é possível observar que: o indivíduo terá os cantos dos lábios descaídos; o lábio inferior destaca-se do que o lábio superior, formando o chamado “beicinho”; os lábios estão comprimidos contra um ao outro (p. 282);
- **Medo** – Quando alguém sente medo, é possível observar que: as sobrancelhas erguem-se e unem-se, apresentando rigidez na testa; as pálpebras superiores erguem-se (movimento longo); os lábios mostram-se ampliados e a boca está aberta (p. 282 e 283);
- **Raiva** – Nesta emoção pode observar-se que as pálpebras estão retraídas, as sobrancelhas descem e as pálpebras superiores elevam-se e os lábios estão comprimidos contra um ao outro (p. 281 e 282);
- **Aversão** – Quando uma pessoa sente esta emoção, é possível observar através do seu nariz o surgimento de rugas, como também o lábio superior erguer-se (p. 281);
- **Surpresa** – Como esta emoção é de pouca duração, as pálpebras superiores erguem-se (movimento rápido), as sobrancelhas sobem (não existe rigidez na testa) e a boca abre-se (p. 283).

3.2. Importância das emoções nas crianças.

Cassà (2005) exprime que a educação emocional deve ser incluída na aprendizagem escolar, como um conteúdo, de forma a promover o desenvolvimento dos indivíduos. É crucial não só educar emocionalmente as crianças, como também as pessoas que as rodeiam (profissionais de educação, familiares, entre outros), uma vez que têm a responsabilidade no desenvolvimento e aprendizagem dos alunos (p. 155). Na atualidade, é cada vez mais importante as crianças serem incentivadas a falarem sobre a temática das emoções. Além disso, também os profissionais de educação e familiares devem ter cada vez mais consciência da importância da abordagem desta temática, para que as crianças consigam aprender sobre as emoções que têm dentro de si, exprimirem o que sentem e saberem geri-las. Goleman (2002) destaca que “Uma visão da natureza humana que ignore o poder das emoções é tristemente míope.” (p. 19).

Danciu (2010) salienta que as emoções que não sejam geridas, influenciarão negativamente a mente e o corpo, sendo que as que são geridas, tornarão os indivíduos mais ativos, felizes com as atividades e experiências do dia a dia, que construirão relações positivas com os outros, desenvolvendo a competência da responsabilidade, do autocontrolo, entre outros (p. 2227). É importante reforçar às crianças, que apesar da

existência de emoções positivas e de emoções negativas, nenhuma deve ser desvalorizada, pois, ambas promovem a aprendizagem e o desenvolvimento de diversas competências, como também promovem o nosso bem-estar. Que através das emoções negativas (desagradáveis), é possível encontrar estratégias para as controlar, transformando-as em sensações positivas. Segundo Estrada e Martínez (2014), apesar dos indivíduos terem a facilidade de identificar as emoções/eventos negativos, também é possível procurar estratégias que proporcionam a evolução da capacidade de identificar e de investir no desenvolvimento das emoções positivas, influenciando o bem-estar psicológico (p. 114).

Alzina (2003) evidencia que a educação emocional deve estar presente ao longo de todos os anos de escolaridade, ou seja, durante o percurso escolar dos alunos até finalizar, como também ao longo da vida. A educação emocional é uma forma de potenciar o desenvolvimento humano, no que toca à sua parte pessoal e social, influenciando assim a construção da personalidade dos indivíduos (p. 27). Assim sendo, os objetivos e vantagens da educação emocional são: desenvolver o conhecimento sobre as emoções; observar e compreender as emoções nos outros; evoluir a capacidade de regular as emoções; evitar deixar “consumir-se” pelas emoções negativas; ter a capacidade de desenvolver emoções positivas; evoluir a capacidade de motivar-se a si próprio; construir comportamentos/attitudes positivas ao longo da vida; desenvolver capacidades sociais e emocionais; desenvolver uma comunicação ativa e afetiva; desenvolver a habilidade de resolver problemas, conflitos e tomar decisões; desenvolver a consciência de não optar por sentimentos negativos ou de situações prejudiciais (por exemplo, não transformar-se num indivíduo violento, não consumir determinadas substâncias, não desenvolver estados emocionais de stress, depressão ansiedade, entre outros). De forma geral, é incentivar uma vida de bem-estar às crianças, seja pessoal, profissional e social (p. 29-31).

De acordo com Walton (2022), a maior parte dos psicológicos destaca a importância que as emoções constituem no que diz respeito à nossa compreensão, à forma como refletimos e pensamos sobre determinada situação, à nossa tomada de decisões e aos nossos comportamentos (p.36). De facto, o que nós sentimos, influencia o nosso comportamento e forma como reagimos a determinadas situações que vão surgindo ao longo da vida e ao mesmo tempo cabe a nós próprios saber gerir o que estamos a sentir, de forma a não reagirmos apressadamente, até mesmo a não prejudicar-nos a nós próprios e aos outros. É fundamental refletirmos sobre o que estamos a sentir, antes de cometermos algum erro, apesar de por vezes isso não ser possível, o que depois devemos ter consciência do que fizemos e alterar/refletir numa próxima vez que voltar a repetir. Por isso, é que desde cedo deve ser ensinado às crianças as diferentes emoções que existem, conhecendo diferentes formas de as reconhecer (expressão facial, corporal e o significado das mesmas),

compreender que existem formas de geri-las (para não prejudicarmos a nós próprios e aos outros) e até mesmo reconhecer as emoções dos outros, para poder compreendê-los e ajudar no que for necessário.

Salguero (2011) apresenta duas vantagens na aprendizagem emoções que são: auxilia a memória, uma vez que quando sentimos determinada emoção e a mesma tenha causado impacto, é possível recordar quando a mesma aconteceu; percepção imediata de quando surgem as ameaças, sendo que é possível detetar, por exemplo, quando sentimos nervosos, como forma de aviso, de forma a resolvermos determinado acontecimento/momento (p.183). Isso é crucial, para as crianças recordarem as emoções, sejam em momentos que tenham sido agradáveis ou desagradáveis, para poder futuramente, no que toca aos desagradáveis, adotar formas de como geri-los, e os agradáveis, para recordar momentos que proporcionam emoções positivas. Já no que toca às ameaças, é fundamental a criança desenvolver a consciência de detetar ameaças para que não deixe que as mesmas a prejudique.

Nos dias de hoje, é fundamental promovermos diferentes aspetos nas crianças: cognição, motricidade, linguagem, construção da personalidade, construção da pessoa para a sociedade, na construção do seu lado emocional, entre outros. Como explicita Amaral e Vaz (2020, p. 25), os adultos que rodeiam as crianças, não só devem satisfazer as suas necessidades básicas, como também devem satisfazer as suas necessidades emocionais em conjunto. É fundamental “Estar atento, compreender e dar respostas que ofereçam suporte emocional aos sentimentos que surgem na criança é de grande importância para o seu desenvolvimento psíquico e afetivo.” (Amaral & Vaz, 2020, p. 25). Os autores exprimem ainda que é muito importante deixarmos as crianças resolverem algumas situações sozinhas, promovendo a sua autonomia, independência, como também o reforço positivo, escolhendo as palavras certas (dizendo o que é certo e errado, sem inferiorizar as crianças), criando pequenos diálogos, motivando as mesmas a evoluírem as suas competências.

4. Quais as vantagens das atividades que promovam o desenvolvimento de competências emocionais nas crianças?

Ao longo do enquadramento teórico, é possível compreender a importância do desenvolvimento da inteligência emocional e das competências emocionais, do conhecimento das emoções e o impacto que as mesmas têm na vida dos indivíduos. Assim sendo, as crianças desde muito cedo devem ser promovidas neste domínio, seja na educação em casa como também na escola. Por isso, a escola desempenha um papel crucial, não só na formação de diferentes conteúdos e temáticas, como também na formação emocional e social das crianças como futuros adultos.

É importante referir, quando queremos motivar ao desenvolvimento da inteligência emocional nas crianças (sendo que dentro desta incluem o trabalho das emoções), é crucial que o profissional de educação desenvolva também a sua inteligência emocional, ou seja, a forma como o educador/professor ensina, está relacionado também com a sua personalidade. Também é importante que o profissional de educação construa uma comunicação afetiva para com os seus alunos, criando um ambiente de bem-estar dentro da sala, promovendo assim a aprendizagem das capacidades emocionais (Salguero, 2011, p. 180). De facto, a educação emocional é fundamental para a aprendizagem e desenvolvimento infantil, mas é necessário não só ter a consciência de que é importante, como também colocar em ação, promovendo assim a construção de um trabalho de colaboração e de equipa (profissionais de educação, alunos, familiares e comunidade) para melhorar situações que sejam menos positivas, promovendo um bem-estar dentro do contexto escolar (Rueda, 2021, p. 10). Desta forma, a existência de um ambiente de bem-estar e propício de aprendizagens, tendo também em conta a promoção de capacidades socio-emocionais, fará com que as crianças adquiram conhecimentos e desenvolvam estas mesmas competências.

Uma das atividades que proporciona as emoções positivas nas crianças é a atividade física. D'Amico et al. (2015) refere que, apesar de ser um aspeto difícil, seria vantajoso mostrar às crianças que ao praticarem exercício físico, irão sentir emoções positivas (p. 460). De facto, através do exercício físico, as crianças ao sentirem as emoções positivas, irão controlar as emoções negativas, de forma a sentirem-se confortáveis emocionalmente e fisicamente (p. 455). Além disso, ao trabalharmos as emoções com as crianças, também surge a oportunidade de ensinar as mesmas a controlá-las. Quando os indivíduos sentem determinado estado emocional negativo, ou que passem por injustiças, por vezes partindo para a violência, é importante desenvolverem o controle destas mesmas emoções de forma a não prejudicarem a si ou aos outros. Com isso, as crianças conseguem ter consciência de controlar as suas próprias reações e de refletir antes de reagir (Murcia & Jiménez, 2012, p. 59). Isso é benéfico, para as mesmas compreenderem que é possível gerirmos as nossas emoções por mais negativas que sejam. Isso surge através do brincar, visto que as crianças quando sentem medo ou percorrem riscos, aprendem a controlá-los. Além disso, aprendem a resolverem os seus problemas, a enfrentarem desafios no mundo que a rodeia, a conhecerem as suas emoções, a geri-las e reconhecê-las nos outros, a ter autoconfiança, a socializar com os outros e a refletir de como agir perante os outros, a construir relações com diferentes pessoas, entre outros (Neto, sd).

Rodríguez et al. (2012), destacam algumas vantagens (como citadas em Goleman, 1996) ao promover-se a educação emocional, que são (p. 15): a) autoconsciência emocional

– os indivíduos constroem conhecimentos e aprendem a nomear as emoções, começam por compreender o porquê de sentirem determinada emoção e como surgem os sentimentos e as suas respetivas causas e evolui a habilidade de diferenciar os sentimentos e as ações; **b) gerir as emoções** – as crianças ao desenvolverem a capacidade de gerirem as emoções, começarão por assumir um comportamento de bem-estar dentro da sala de aula, sem se envolver em conflitos, evitando interromper as aulas, desenvolverão a competência de gerir a emoção da raiva, sem partir para discussões (envolvendo violência), não terão um comportamento agressivo como também autodestrutivo, desenvolverão a capacidade de experienciar mais sentimentos positivos e conseguirão gerir o stress, evitando isolar-se ou até mesmo evoluir ansiedade social; **c) utilizar produtivamente as emoções** – as crianças desenvolverão competências como: responsabilidade, prestar atenção à aula ou à tarefa a realizar, controlar a si mesmo, melhor desempenho nas provas escolares, tornarem-se em indivíduos empáticos, respeitar e compreender o ponto de vista do outro, compreender os sentimentos dos outros (empatia e sensibilidade) e saber ouvir; **d) desenvolvimento de relacionamentos pessoais** – as crianças desenvolvem a capacidade de resolverem os conflitos, de construir uma comunicação benéfica, desenvolver a capacidade de mostrar-se preocupada, de cooperar, apoiar e partilhar.

Em suma, é possível verificar a importância como também algumas vantagens do desenvolvimento da inteligência emocional, incluindo a evolução de diversas competências emocionais, citadas por diferentes autores ao longo do enquadramento teórico, na aprendizagem e desenvolvimento das crianças. A promoção da inteligência emocional é crucial no processo escolar dos alunos, de forma a serem bem sucedidos ao longo da sua vida pessoal, social e profissional, não importando apenas o quociente de inteligência, mas também o quociente emocional. Se ambos forem promovidos, as crianças desenvolverão competências emocionais e sociais, não se prejudicando a si mesmas, nem aos outros.

- **Opções Metodológicas**

O exercício investigativo enquadra-se num paradigma de Investigação-Ação. No que toca à investigação-ação utilizada na educação, Tripp refere que é “(...) principalmente uma estratégia para o desenvolvimento de professores e pesquisadores de modo que eles possam utilizar suas pesquisas para aprimorar seu ensino e, em decorrência, o aprendizado de seus alunos (...)” (2005, p. 445). Coutinho et al. (2009) sugerem três tipos de modalidades da investigação ação (p. 356):

- Investigação ação técnica: quando alguém investiga os resultados de outros estudos, colocando apenas em prática;

- Investigação ação prática: os profissionais de educação são quem produzem o desenvolvimento da investigação, tendo um papel independente e ativo, em que observam o problema existente, planejando formas de como o resolver - promovendo uma mudança - e refletindo como o podem alterar para evoluírem. Apenas não intervêm;
- Investigação ação crítica: o objetivo é promover uma mudança na prática, procurando resultados para melhorar a ação.

Desta forma, é uma metodologia em que os profissionais de educação podem utilizar para melhorarem as suas práticas, verificando se é necessário mudar determinado assunto para o bem-estar e aprendizagem dos seus alunos, através dos resultados que obtêm através da sua pesquisa teórica e intervenção nas aulas/atividades (fazendo a diferença não só dentro da sua respetiva turma, mas também da educação em si). No presente exercício investigativo, posso enquadrá-lo numa investigação-ação crítica, uma vez que reflito o que coloquei em prática. Sinto que assumi um papel de promover a importância de trabalhar as necessidades socio-emocionais das crianças na educação escolar, além de que selecionei uma problemática, realizei pesquisas teóricas, planejei um instrumento de avaliação para poder refletir e responder às minhas questões e apresento as conclusões retiradas (para aprender enquanto futura profissional sobre como posso utilizar este conhecimento para mudar a minha prática profissional – pensando sempre na aprendizagem e desenvolvimento das crianças), interligando os resultados obtidos com a teoria que foi pesquisada.

Segundo Oliveira e Cardoso (2009, p. 90), a investigação-ação inclui quatro etapas: planificação, ação, observação e reflexão. Consideram que esta metodologia é constituída como uma espiral e constante, sendo que as quatro etapas indicadas anteriormente, se repetem sucessivamente. Indicam ainda que “(...) implica a realização de tantos ciclos quantos aqueles que sejam necessários para alcançar as mudanças pretendidas ou a melhorias dos resultados.” (2009, p.90). Este exercício investigativo não percorreu variados ciclos, uma vez que decorreu num curto espaço de tempo, sendo que não foi possível trabalhar novamente esta temática após a primeira reflexão. Desse modo, considero que passou apenas por um ciclo mas cumpriu todas as fases referidas (contudo, nada impede seguir este mesmo ciclo enquanto futura educadora/professora).

Nesta metodologia é possível utilizar diferentes instrumentos de recolha e análise de dados, dependendo do que cada investigador pretende analisar e quais as técnicas de dados mais adequadas. Coutinho et al. (2009, p. 373), apresentam-nos um conjunto de técnicas e instrumentos de investigação-ação, tais como: instrumentos (questionários, escalas, testes e observação sistemática), estratégias (entrevista, observação participante e

análise documental) e meios audiovisuais (vídeo, fotografia, gravação áudio e diapositivos). No presente exercício investigativo, foram incluídos instrumentos, como a utilização de escalas, uma vez que registei as respostas das crianças em relação às atividades do instrumento de avaliação e foram utilizados alguns meios audiovisuais, como fotografias e vídeos das atividades realizadas.

Para evidenciar o papel do educador/professor enquanto investigador utilizando esta metodologia, ao passarem pelos ciclos de ação e reflexão, faz com que “(...) os resultados da reflexão sejam transformados em praxis e esta, por sua vez, dê origem a novos objectos de reflexão que integram, não apenas a informação recolhida, mas também o sistema apreciativo do professor em formação.” (Moreira 2001, como citado em Sanches, 2005, p. 129). Destaca-se assim, a importância da reflexão por parte do professor, uma vez que ao entrar em ação, irá recolher e analisar os dados observados ou registados, sendo que será uma vantagem na sua intervenção pedagógica, de forma a construir o seu percurso e a sua ação pedagógica (sabendo sempre procurar saber de como deve agir enquanto adulto exemplar para as crianças e a forma como trabalha na sua sala). Além disso, os resultados que obtêm na sua investigação irá influenciar a sua ação, construindo novas estratégias/métodos a melhorar na sua prática profissional.

- **Técnicas e instrumentos de recolha de dados**

Em âmbito da pesquisa realizada, construí um instrumento de avaliação, onde organizei seis atividades diferentes para realizar com as crianças. Este instrumento foi aplicado em dois momentos distintos de modo a permitir uma avaliação prévia e final da consciência emocional das crianças (Anexo V). Quanto à sua estrutura, encontra-se dividido em três partes:

- a) tomar consciência das próprias emoções (duas atividades – atividade em que têm de exprimir as emoções corporalmente e de seguida identificar situações em que surgiram estas emoções; atividade de exprimirem como se sentem e explicarem o porquê durante cinco dias);
- b) identificar o nome das próprias emoções (duas atividades – atividade dividida em duas partes: na primeira parte as crianças indicam as emoções ditas pela professora estagiária nas imagens e a segunda parte a professora estagiária aponta para as imagens e as crianças exprimem o nome da respetiva emoção; atividade em que dizem os nomes das emoções através da visualização de “caras”);
- c) compreender as emoções nos outros (duas atividades – atividade realizada a pares, onde uma criança exprime três emoções corporalmente e a outra adivinha qual a emoção e vice-versa; atividade em que são exprimidas diferentes situações pela

professora estagiária e as crianças têm de identificar qual a emoção que ocorre nas mesmas).

Ao longo das diferentes práticas de ensino supervisionadas, quando era realizada a avaliação prévia com as crianças, decorria um período de intervalo entre 2/3 semanas (dependendo de cada contexto) até à realização da avaliação final, durante os quais foram dinamizadas diferentes atividades relacionadas com as emoções. Quando planificava e dinamizava as atividades, existia a atividade principal, em que depois eram realizadas pequenas tarefas de consolidação, de forma a verificar as aprendizagens das crianças e do que as mesmas retiraram. Sendo assim, as atividades, que se encontram descritas nos Anexos II, III e IV foram:

- **Jardim de Infância (Anexo II):**
 - **Leitura do livro “O novelo de emoções” de Elisabete Neves (leitura dividida em três partes) (p. 92)** – proposta de trabalho para corresponderem as emoções às respetivas cores através de fios de lãs; desenho dos medos das crianças; realização de três jogos (descobrir quais das imagens correspondem à emoção da alegria e da raiva; construção de dois puzzles da emoção da alegria e da raiva; corresponder as frases que indicam diferentes situações às respetivas emoções); proposta de trabalho com construção e desenho de duas histórias da emoção da alegria e da raiva; desenho das expressões faciais da emoção da tristeza e da aversão; atividade com novelos de lãs.
 - **Leitura do livro “As emoções do Gastão – Estou triste”, de Aurélie Chien Chow Chine (p. 93)** – atividade das flores; classificação das palavras por sílabas das seis emoções; colocação de frases pela ordem correta e correção de erros ortográficos; proposta de trabalho colando apenas as imagens da emoção da tristeza.
 - **Leitura do livro “Era uma vez uma raiva”, de Blandina Franco (p. 94)** – atividade do balão; jogo da roleta com desafios sobre as emoções.
 - **“A toupeirinha tem uma surpresa”, de Orianne Lallemand e Claire Frossard (p. 95)** – leitura de uma carta com pedido de ajuda da “toupeirinha”; construção de um mapa/carta de resposta à “toupeirinha”.
 - **Leitura do livro “O lobo que tinha medo da sua sombra”, de Orianne Lallemand (p. 96)** – classificação dos animais em animais selvagens ou animais domésticos; proposta de trabalho para escrever os nomes dos animais.

- **Leitura do livro “O lobo que aprendeu a lidar com os seus sentimentos”, de Orianne Lallemand (p. 97)** – atividade de identificação de quantidade de animais (matemática) e os respetivos nomes dos animais e identificação do meio em que vive; proposta de trabalho pintando os desenhos de acordo com o resultado (matemática).
- **Realização do jogo das emoções (p. 98)** – identificação das emoções através de desenhos de expressões faciais de um animal.
- **1.º ano de escolaridade (Anexo III/IX):**
 - **Leitura do livro “O monstro das cores”, de Anna Llenas (p. 100/166)** – diálogo sobre o livro; pintura do monstro (com as cores das emoções faladas) de acordo com o que a criança está a sentir.
 - **Leitura do livro “O novelo de emoções” de Elisabete Neves (leitura dividida em duas partes) (p. 101/166)** – diálogo sobre o livro.
 - **“A toupeirinha tem uma surpresa”, de de Orianne Lallemand e Claire Frossard (p. 101/167)** – diálogo sobre o livro.
- **4.º ano de escolaridade (Anexo IV):**
 - **Atividade sobre emoções (p. 102)** – diálogo sobre as emoções; cartas com desafios de acordo com a emoção que calhou.
 - **Leitura do livro “O novelo de emoções” de Elisabete Neves (p. 105)** – pequeno diálogo sobre o livro; pintura através da técnica de pontilhismo do desenho das personagens principais da história.
- **Participantes**

Os participantes deste exercício investigativo são as crianças e os alunos dos diferentes contextos de estágio, designadamente:

- Prática de Ensino Supervisionada – Jardim de Infância: crianças com idades compreendidas entre os 5 e 6 anos – num total de 16 crianças;
- Prática de Ensino Supervisionada – 1.º e 2.º anos: crianças com idades compreendidas entre os 6 e 7 anos (1.º ano) – num total de 12 crianças;
- Prática de Ensino Supervisionada – 3.º e 4.º anos: crianças com idades compreendidas entre os 9 e 10 anos – num total de 12 crianças.

Na Prática de Ensino Supervisionada de Jardim de Infância incluí a maior parte das crianças (os encarregados de educação autorizaram na participação das mesmas, sendo que algumas não estão incluídas em algumas atividades na avaliação final por terem faltado e não ter sido possível avaliar) e nas Práticas de Ensino Supervisionadas do 1.º CEB, de

cada turma, apenas fiz com 12 crianças, devido à gestão do tempo, visto que não era possível utilizar o instrumento de avaliação com todas as crianças.

- **Problemática, questões orientadoras e objetivos**

A escolha desta temática surgiu através do meu interesse pelo desenvolvimento infantil, especialmente no que se refere às emoções. A gestão de conflitos, empatia, compreensão pelo outro, construção de relacionamentos, gestão de emoções negativas, entre outros, devem ser trabalhadas nas escolas (interligando com outras áreas curriculares ou à parte como atividades direcionadas a este tema). Na minha perspetiva, é crucial a promoção do desenvolvimento emocional das crianças desde muito cedo, até finalizarem os seus estudos (levando estas mesmas aprendizagens e conhecimentos adquiridos para a sua vida adulta e independente). As crianças devem aprender e conhecer as emoções que afluem dentro de si, de forma a compreendê-las, saber geri-las e até observar, ajudando também os outros, colocando-se no seu lugar. Além disso, ao longo dos meus cinco anos de estudo e nos percursos de estágios, sinto que as instituições/estabelecimentos se encontram demasiado focados na promoção de áreas de conteúdos, que se tornam demasiado exigentes para os anos de escolaridade, não dando a devida atenção às competências/necessidades emocionais das crianças. Sinto que as crianças à medida que crescem, sentem cada vez mais dificuldade em gerirem as suas emoções, em explicarem o que sentem e por vezes não compreendem o que as suas ações negativas podem provocar no outro. Assim sendo, crianças que não conheçam as emoções e não consigam geri-las, serão crianças que poderão ter sentimentos, atitudes, ações e até experiências negativas. Fonseca (2016) destaca que:

“As emoções fazem parte da evolução da espécie humana e, obviamente, do desenvolvimento da criança e do adolescente, constituindo parte fundamental da aprendizagem humana. Sem dispor de funções de auto-regulação emocional, a história da Humanidade seria um caos, e a aprendizagem da criança e do adolescente, um drama indescritível, as emoções tomariam conta das funções cognitivas e os seres humanos só saberiam agir de forma impulsiva, excitável, eufórica, episódica e desplanificada.” (p. 366).

Assim sendo, através da pesquisa realizada, optei por investigar a temática da Consciência Emocional, uma vez que vai de encontro ao que pretendia trabalhar com as crianças, designadamente conhecerem os nomes das emoções, sabendo identificá-las em si próprias e nos outros (compreendendo-as) e, tendo consciência das mesmas.

Desta forma, a minha questão de investigação é a seguinte: “Qual a importância da Consciência Emocional no Pré-Escolar e no 1.º Ciclo do Ensino Básico?”. Através desta questão principal, surgiram ainda questões orientadoras como:

- Como podemos promover o desenvolvimento da inteligência emocional em contexto de Jardim de Infância e 1.º CEB?;
- Que importância atribuem os profissionais de educação ao desenvolvimento emocional das crianças/alunos?.

Os objetivos definidos para o presente exercício investigativo são:

- Compreender a importância que os profissionais de educação atribuem à consciência emocional na aprendizagem e desenvolvimento das crianças;
- Comparar os níveis de consciência emocional das crianças, antes e após a implementação de um projeto de investigação-ação;
- Promover, junto das crianças, a consciência e identificação das suas próprias emoções;
- Promover, junto das crianças, a compreensão das emoções dos outros.

- **Análise e discussão dos dados**

1. Análise dos dados do contexto de Jardim de Infância

O grupo de participantes do contexto de Jardim de Infância foram crianças com idades compreendidas entre os 5 e 6 anos. Inicialmente, pretendo explicitar que reações as crianças exprimiram à integração desta temática e depois analisar especificamente os dados do instrumento de avaliação.

As crianças, conforme dinamizava as diferentes atividades das emoções e até quando era a minha semana de intervenção, mostravam sempre interesse em participar e curiosidade em saberem qual seria a emoção a trabalhar e a respetiva história que seria lida (visto que o projeto de intervenção incluía leitura de diversos livros), através de diálogos, exprimindo os seus pontos de vista.

Ao longo dos diferentes dias, foi visível a alteração de diferentes emoções nas crianças (visto que passam por diferentes situações ao longo de um dia), sendo que nas atividades realizadas exprimi que algumas emoções poderiam ser positivas ou negativas, mas que faziam parte de nós e que devíamos de aceitá-las (apresentando, por exemplo, algumas técnicas de como gerirem determinada emoção). Com a leitura de alguns livros utilizados, tentei mostrar que é possível identificar as emoções através da observação do que sentimos

no nosso corpo e até sinais que o mesmo pode apresentar. Além disso, numa atividade específica, observei que algumas crianças mostravam dificuldade em expressarem as suas emoções, o que não é errado, visto que as mesmas devem ser promovidas para cada vez mais conseguirem exprimirem o que sentem.

No que toca às atividades do instrumento de avaliação, mostravam sempre interesse em participarem, nunca recusando e mostravam-se felizes mesmo que acertassem ou não nas respostas. O único aspeto menos positivo que observei foi o facto de algumas quererem responder rapidamente não pensando qual seria a resposta correta, sendo que por vezes davam respostas erradas, apesar de ter a perceção que as crianças sabiam a resposta certa, visto que, quando questionava novamente, pedindo para refletirem um pouco mais, respondiam acertadamente (contudo, mantive sempre a resposta inicial da criança na avaliação).

- **Instrumento de avaliação (resultados obtidos no Anexo VI)**

- **“Tomar consciência das próprias emoções” (p. 113-119)**

- a. **(Análise específica no Anexo VII, p. 152):** É visível a evolução das crianças entre a avaliação inicial e a avaliação final, sendo que ao conhecerem as diferentes emoções ao longo das atividades dinamizadas, conseguiam ter perceção das mesmas e exprimi-las corporalmente. Além disso, as crianças conseguiram exprimir situações diferentes em ambas as avaliações (por exemplo, na avaliação prévia, na emoção da alegria, uma criança exprimiu que sente esta emoção *“Quando me dão presentes”* e na avaliação final exprimiu que sente *“Quando estou a brincar”*; ou na emoção da aversão, outra criança exprimiu, na avaliação prévia, que *“Não gosto da baba do caracol”* e na avaliação final que não gosta da *“Sopa da escola”*).
- b. **(Análise específica no Anexo VII, p. 152):** De modo geral, no que toca da avaliação prévia para a avaliação final, as crianças conseguiram evoluir ao identificarem o que sentiam e em explicarem o porquê (apesar de por vezes não o conseguirem), conseguindo ter cada vez mais perceção da importância em se exprimirem. De facto, algumas crianças podiam algumas vezes dar a mesma explicação do que estão a sentir nos diferentes dias, mas também conseguiram exprimir situações diferentes (visto que era o que as mesmas sentiam no momento).

- **“Identificar o nome das próprias emoções” (p. 120-122)**

- a. **(Análise específica no Anexo VII, p. 153):** Algumas crianças evoluíram da avaliação prévia para a avaliação final, mostrando que conseguem identificar e nomear as diferentes emoções. Quero destacar que as duas crianças que desceram de nível na avaliação final, sinto que foi o reponderem rapidamente sem refletirem primeiro (visto que depois

questionava novamente e respondiam corretamente). No que toca à avaliação final, em nomearem as emoções, na avaliação prévia a maior parte das crianças, nomeavam a emoção da alegria como “Feliz” e algumas a emoção da raiva como “Zangado/Chateado”. Contudo, existiu evolução na avaliação final, sendo que apenas três nomearam a emoção da alegria como “Feliz”.

- b. (Análise específica no Anexo VII, p. 153):** No que toca a esta avaliação, sinto que não existiu evolução por parte das crianças visto que subiram mais crianças para o nível 2, mesmo que algumas tenham evoluído para o nível 3. Já o nomear as emoções, foi semelhante ao “a.”, em que evoluíram no vocabulário, já não exprimindo maiormente a palavra “Feliz” e o “Zangado”.

▪ **“Compreender as emoções nos outros” (p. 123-125)**

- a. (Análise específica no Anexo VII, p. 154):** Neste tópico é visível que as crianças evoluíram para os níveis seguintes, sem acontecer casos de recuo de níveis. Assim sendo, a maior parte das crianças conseguem identificar o nome das emoções e ao ouvir este nome, exprimi-lo corporalmente e facialmente, como também conseguem identificar o nome da emoção só ao observar o outro.
- b. (Análise específica no Anexo VII, p. 154):** Através deste tópico, posso exprimir que algumas crianças na avaliação prévia confundiam as emoções da tristeza com a raiva (vice versa) e a alegria com surpresa (vice versa), fazendo com que errassem na identificação das emoções. Contudo, verificou-se uma evolução neste sentido, visto que ao longo das atividades dinamizadas as crianças aprenderam a distinguir as emoções. Além disso, quero destacar que as crianças evoluíram em nomear as emoções, nomeando-as como era pretendido.

2. Análise dos dados do contexto de 1.º Ciclo do Ensino Básico

2.1. Turma do 1.º ano de escolaridade

Este grupo de alunos, com idades compreendidas entre os 6 e os 7 anos, mostraram bastante interesse e curiosidade em participarem, seja nas atividades da avaliação como também nas atividades realizadas na sala sobre esta temática. No que toca às atividades do instrumento de avaliação, os alunos mostravam-se sempre contentes quando conseguiam acertar nas respostas e quando erravam, não se mostravam tristes nem chateados, visto que exprimia que não existia problema em errarem, porque ao longo do tempo, mesmo que conhecessem as emoções, iriam arranjar formas de conhecerem ainda mais.

Apesar de metade da turma não ter sido avaliada, não significa que tenha excluído as crianças, uma vez que fiz com que as mesmas se sentissem envolvidas e participassem tanto na avaliação (realizando as atividades quando tivesse tempo) como também nas atividades realizadas na sala de aula. Nestas crianças era visível como se exprimiam ao longo do dia (no instrumento de avaliação, quando questionava o que sentiam no momento e o porquê, a maior parte das crianças conseguiram responder) através de diferentes situações que iam ocorrendo, seja verbalmente como também através da expressão facial/corporal. A título de exemplo, algumas crianças, quando acontecia alguma situação, chegavam perto de mim e explicavam o que sentiam – se estivessem tristes, questionava o porquê de sentirem assim e que é importante falarem, não guardando o que sentem; além disso, no último dia, quando entreguei as prendas de despedida, uma das crianças exprimiu o que sentia: *“Sabes o que me aconteceu quando entregaste as prendas? Fiquei triste e quase chorei, porque vocês vão embora.”*

Com este grupo, devido ao projeto de intervenção dinamizado “Exploradores de histórias!”, utilizei três livros que trabalhassem esta temática, em que foquei mais no diálogo com as crianças, envolvendo-as nas leituras das histórias e realizando questões (antes, durante e no fim da leitura da história) – ideias iniciais do que poderiam pensar qual seria o tema e o que podia tratar-se da história, questões finais sobre as personagens, as emoções faladas e alguns momentos que surgiam ao longo das histórias, através das ilustrações, questionava qual poderia ser a emoção a falar e pedia que as crianças esprimissem situações em que já sentiram determinada emoção. Concluindo, apesar de terem errado algumas questões nas atividades do instrumento de avaliação, observei que as crianças mostraram sempre interesse em participarem, questionado qual seria o tema a trabalhar, ouvindo atentamente as histórias, como também conseguiam responder às questões colocadas por mim (exprimindo por vezes que tinham gostado, mesmo sem eu ter questionado, mostrando que desenvolveram interesse na temática).

- **Instrumento de avaliação (resultados obtidos no Anexo VI)**

- **“Tomar consciência das próprias emoções” (p. 126-133)**

- a. **(Análise específica no Anexo VII, p. 155):** Nesta alínea, foi possível observar uma evolução por parte das crianças, visto que na avaliação final, todas as crianças conseguiram exprimir corporalmente todas as emoções e identificar diferentes situações em que sentiram determinada emoção. De facto, destaca-se assim, a importância em falar sobre as emoções e como as mesmas estão a sentir, explicando o porquê ou até mesmo explicarem momentos que tenham passado. O mesmo acontece como na avaliação do grupo do Jardim de Infância, em que estas crianças, nas duas avaliações, conseguiram exprimir momentos diferentes na mesma emoção. Por exemplo, uma criança na avaliação prévia, na emoção do

medo exprimiu que tinha medo *“Do escuro”* e na avaliação final exprimiu que tinha *“Medo de aranhas”*. Já na emoção da raiva, na avaliação prévia, uma criança exprimiu que sente raiva *“Quando alguém me magoa”* e na avaliação final exprimiu que sente *“Quando os meus amigos me chateiam”*.

- b. (Análise específica no Anexo VII, p. 155):** Neste grupo, as crianças expressaram outras emoções para além das primárias. A criança que desceu para o nível 2, começou por exprimir que não conseguia explicar o porquê de sentir determinada emoção (não consigo explicar o porquê, apenas senti que a criança não conseguia mesmo identificar o porquê, em que percebi que é importante trabalhar com as crianças diariamente este aspeto, de questionar como sentem e de explicarem o porquê, para que as mesmas compreendam que é importante desabafarem quando for necessário, não guardando as coisas só para si, mas respeitando o seu espaço).

▪ **“Identificar o nome das próprias emoções” (p. 133-135)**

- a. (Análise específica no Anexo VII, p. 156):** Na avaliação prévia, foi possível perceber, que na primeira parte, a maior parte das crianças conseguiu identificar as emoções ao ouvirem os nomes através de mim, mostrando que já conheciam as emoções e conseguiam identificar através de imagens (apesar de apenas uma criança ter errado). Já na segunda parte, sentiram mais dificuldade em nomear as imagens que continham a emoção da surpresa e da aversão (penso que sejam as emoções que as crianças não tinham ainda um conhecimento evoluído), sendo que na avaliação final, já todas as crianças conseguiam nomear todas as emoções (uma vez mais, destaca-se a importância da abordagem das emoções). Apesar de algumas crianças utilizarem o vocabulário *“Feliz”* e *“Zangado”*, não exprimindo logo a emoção primária, considereei correta visto que são vocabulários semelhantes.
- b. (Análise específica no Anexo VII, p. 156):** Nesta atividade foi notório a evolução das crianças, visto que inicialmente algumas não identificaram corretamente algumas emoções e na avaliação final todas conseguiram identificar todas as emoções. Quero destacar, que ao nomearem as emoções, no que toca à emoção da aversão, as crianças normalmente nomearam como *“Nojo”*, contudo, na avaliação final duas crianças nomearam como *“Aversão”* (isso para mostrar que se trabalharmos o vocabulário no dia a dia com as crianças, as mesmas irão ouvir e começarão por exprimir estas mesmas palavras, adquirindo novos vocábulos).

▪ **“Compreender as emoções nos outros” (p. 136-138)**

- a. (Análise específica no Anexo VII, p. 156):** De facto, posso exprimir que não existiu evolução dos resultados entre ambas as avaliações, sendo que as crianças mantiveram-se

no mesmo nível. Apesar disso, é fundamental destacar o conhecimento que as crianças já tinham desta temática, em relação à avaliação prévia, uma vez que as mesmas conseguiram exprimir as emoções corporalmente (que eu dizia para as mesmas expressarem) e as que estariam a observar, conseguiam nomear (apesar de por vezes não identificarem logo e terem de refletir por breves momentos).

- b. (Análise específica no Anexo VII, p. 157):** Nesta atividade, repetiu-se o mesmo como no grupo do Jardim de Infância, em que as crianças confundiam a emoção da surpresa com a emoção da alegria e a emoção da raiva com a emoção da tristeza (destacando a importância de trabalharmos com as crianças, ensinando-as formas e características para distinguirem as emoções, de modo que as mesmas consigam identificar qual a emoção que ela ou o outro poderá estar a sentir). Quero destacar que as crianças por vezes respondiam rapidamente, sem refletirem antes, que foi o que aconteceu com uma destas crianças, que desceu para o nível 2 na avaliação final, porque quando questionava novamente, respondia corretamente. Apesar disso, é visível a evolução de algumas crianças, visto que conseguiram diferenciar e identificar as respetivas emoções através das situações.

2.2. Turma do 4.º ano de escolaridade

Neste percurso de estágio senti que aprofundi pouco a temática de investigação devido a diferentes fatores que se prenderam com a gestão de tempo, atividades dentro e fora da escola, projetos, entre outros. Apesar disso, transmiti a informação que pretendia às crianças e as mesmas foram adquiridas, visto que na avaliação final do instrumento de avaliação, a maior parte das crianças acertaram corretamente nas respostas das atividades (sendo que a atividade mais difícil foi exprimirem o que estavam a sentir e explicarem o porquê). Assim sendo, foi possível realizar avaliações às crianças (utilizei a mesma estratégia que no estágio anterior e avalei 12 crianças, incluindo as restantes para não se sentirem de parte) e dinamizar duas atividades (sendo que planifiquei três, mas uma delas não foi possível dinamizar).

No que toca ao instrumento de avaliação, as crianças mostraram sempre interesse em participarem nas mesmas (até as crianças que não foi possível avaliar, tinham a iniciativa de questionar se também podiam participar), com curiosidade de descobrirem e desenvolverem o seu conhecimento sobre as emoções. Já havíamos verificado que, nas atividades realizadas nas aulas, era um tema em que mostravam interesse, curiosidade em dialogarem sobre esta temática, exprimindo os conhecimentos que tinham sobre a mesma e participando sempre que pudessem. Além disso, tiveram oportunidade de representarem as emoções através de diversas ações, onde quem estaria a assistir, teria de adivinhar qual a emoção que estaria a ser representada. Nesta atividade, ao observarem as representações, conseguiam logo identificar a emoção, o que mostrou que as mesmas conseguem observar

e identificar as emoções nos outros e até as crianças que representaram, mostravam que tinham conhecimento e conseguiam representar as emoções.

Através da leitura de um livro, as crianças tiveram a oportunidade de conhecerem cinco emoções primárias (medo, alegria, tristeza, raiva e aversão), em que as personagens da história transmitiam os nomes destas mesmas emoções, formas de identificar cada emoção, quando é que cada emoção surge e formas de saberem geri-las. Ao longo da leitura, mostraram-se atentas à história e iam respondendo a questões que ia realizando. Mesmo nos momentos de observação das ilustrações, as crianças conseguiam identificar as emoções. Nalgumas alturas, sugeri às crianças para descreverem momentos em que tinham sentido determinada emoção, onde exprimiram adequadamente as suas ideias. Com isso, as crianças exprimiram que aprenderam a identificar cada emoção através das suas respetivas cores (sabendo separá-las) e geri-las, como também aprenderam características sobre como o nosso corpo reage a cada emoção.

- **Instrumento de avaliação (resultados obtidos no Anexo VI)**

- **“Tomar consciência das próprias emoções” (p. 139-146)**

- a. **(Análise específica no Anexo VII, p. 157):** De facto, gostaria de destacar inexistência de diferenças entre ambas as avaliações (prévia e final), visto que a maior parte das crianças já demonstravam um nível 4 de conhecimento sobre diferentes emoções e conseguiram identificar momentos que sentiram as mesmas, sendo que apenas uma das crianças evoluiu de nível por não ter conseguido expressar uma emoção na avaliação prévia. No que toca ao exprimirem situações em que sentiram determinada emoção, a maior parte das crianças exprimiram diferentes situações em ambas as avaliações (por exemplo, na emoção da tristeza, uma criança na avaliação prévia exprimiu que sentiu triste *“Quando apanhei covid”* e na avaliação final *“Quando o meu periquito morreu”*; na emoção da surpresa, na avaliação prévia, uma criança exprimiu que sentiu surpreendida *“Quando os meus pais deram-me um telemóvel”* e na avaliação final *“Quando ia para dizer uma coisa e esqueci-me”*), sendo que apenas uma criança exprimiu situações iguais em ambas as avaliações (não consigo explicar porquê, mas sinto que foram mesmo momentos que a criança deu muito destaque e importância).
- b. **(Análise específica no Anexo VII, p. 158):** Começo por realçar que esta atividade foi a que senti como mais complicada e difícil para as crianças. Apesar de onze crianças na avaliação final estarem classificadas em nível 3, por vezes sentiam dificuldade em exprimirem o que sentiam e em explicarem o porquê (sendo que as justificações são semelhantes ao longos dos dias, por exemplo, exprimirem sempre que sentiam felizes por estarem com os amigos). Existiram momentos em que não queriam mesmo exprimir o que sentiam nem explicarem porquê, sendo que era a atividade que consideravam mais complicada e era notório nas

expressões faciais de algumas crianças que não gostavam muito, sendo que nunca desisti das mesmas (tentava muitas das vezes, de forma calma e com o seu tempo, fazer as crianças refletirem um pouco e “puxar” pelas mesmas). Apesar disso, existiram crianças que mostravam interesse em exprimir o que sentiam e explicarem o porquê, sem dificuldades. Além disso, algumas crianças conseguiam exprimir o que sentiam, mas depois para explicarem, consideravam uma tarefa difícil. Isso fez-me compreender que as crianças cada vez que crescem e atingem determinada idade, é visível que fica cada vez mais difícil em mostrarem o que sentem e em exprimi-lo aos outros. Já a criança classificada em nível 1, conseguia identificar a emoção que sentia mas não conseguia explicar o porquê de sentir esta emoção. Por fim, pretendo destacar que tal como o grupo de participantes do 1.º ano de escolaridade, as crianças conseguiram exprimir outras emoções sem ser as primárias, tais como: “cansado”, “preguiçoso”, “preocupada”, “indecisa”, entre outros.

▪ **“Identificar o nome das próprias emoções” (p. 146-148)**

- a. **(Análise específica no Anexo VII, p. 158):** Gostaria de salientar que não verifiquei diferenças entre ambos os momentos de avaliação, visto que as crianças mostraram que tinham conhecimento sobre as diferentes emoções, sabendo-as identificar quando nomeava oralmente e depois conseguiam as mesmas exprimir oralmente os nomes das emoções. Além disso, comparando com os grupos de participantes anteriores, estas crianças nomeavam as emoções primárias, utilizando pouco vocabulário de emoções/sentimentos semelhantes, como “feliz”, “chateado”, entre outros.
- b. **(Análise específica no Anexo VII, p. 158):** Nesta atividade é visível a evolução de algumas crianças, sendo que na avaliação final evoluíram de nível (apesar de não existir muita diferença, uma vez que falharam apenas em nomear uma emoção na avaliação prévia), mostrando que conseguiam nomear e identificar as emoções através da observação. A única diferença que observo refere-se ao facto de na avaliação prévia as crianças utilizaram mais vocabulário como “feliz”, “espantado” e “assutado”, em que foi diminuído na avaliação final, visto que nomearam as emoções como era pretendido.

▪ **“Compreender as emoções nos outros” (p.149-151)**

- a. **(Análise específica no Anexo VII, p. 159):** Nesta atividade existiu evolução por parte de duas crianças, sendo que subiram de nível na avaliação final e as restantes crianças mantiveram-se no nível máximo em ambas as avaliações, mostrando que conseguem exprimir as emoções através da expressão corporal/facial e que conseguem observar e identificar as emoções nos outros. O único aspeto que quero destacar é que na avaliação prévia algumas crianças tiveram de repetir o que expressou corporalmente, visto que os colegas que estariam a observar, não conseguiam identificar a emoção. Além disso,

algumas das vezes, as crianças que observavam, ficariam a refletir algum tempo qual seria a emoção que o seu colega estaria a representar. Contudo, isso não prejudicou as avaliações, visto que as crianças conseguiam ultrapassar estas “dificuldades” na avaliação final e já se mostravam mais motivadas e sem vergonha de representarem as emoções.

- b. **(Análise específica no Anexo VII, p. 159):** Em comparação com os grupos de participantes anteriores, na avaliação prévia, este grupo apenas confundiu a emoção da raiva com a emoção da tristeza (sendo que depois compreenderam as diferenças entre ambas e na avaliação final já identificaram como raiva). De modo geral, a maior parte das crianças conseguiram identificar logo qual era a emoção que incluía em cada situação dita por mim, não mostrando dificuldades, sendo que conseguem refletir e colocar no lugar do outro, interpretando o que o mesmo poderia estar a sentir.

3. Reflexão conjunta da análise dos dados das Práticas de Ensino Supervisionadas

Neste tópico destaco algumas conclusões que retirei através da análise realizada anteriormente dos resultados de cada contexto de estágio.

Uma das conclusões que retirei foi que as crianças, conforme vão crescendo e amadurecendo, sentem cada vez mais dificuldade em explicarem o que sentem. Ou seja, muitas das vezes conseguem identificar a emoção que sentem, mas não conseguem explicar as suas razões, o porquê. É possível verificar, através da análise dos dados do Jardim de Infância até à análise dos dados do 4.º ano de escolaridade, que esta dificuldade torna-se mais visível. Isso pode ser colmatado, se desde cedo o educador/professor promover o questionamento de como as suas crianças se estão a sentir, nomeadamente ao longo do dia ou em situações negativas (conflitos, stress, entre outros) e promover o recurso a estratégias de gestão emocional. Lopo e Almeida (2018) salientam que “Se as crianças aprenderem a expressar e a gerir as suas emoções na infância, vão inequivocamente crescer mais capazes e emocionalmente saudáveis.”. Uma criança que esconde o que está a sentir, que não consiga controlar o que sente e que não saiba identificar as suas emoções, pode tornar-se num adulto que desenvolva um estado emocional em, que não reflita sobre o que pode provocar no outro e em si mesmo, podendo interferir e prejudicar a sua vida pessoal, social, escolar e profissional.

Outro aspeto que foi possível observar, é que as crianças, conforme vão progredindo na sua escolaridade, vão adquirindo diferentes vocabulários, desenvolvendo formas de identificação de diferentes emoções, de como nomeá-las e aprendendo formas de identificar as emoções nos outros. Isso verifica-se no grupo de crianças do 4.º ano de escolaridade, visto que as mesmas já se encontravam numa idade mais madura e apresentavam um

melhor conhecimento sobre esta temática. A abordagem das emoções, é um aspeto fundamental, uma vez que contribui para o desenvolvimento social e emocional das crianças.

Identifiquei, através da utilização do instrumento de avaliação e das atividades realizadas, que as crianças conseguiram exprimir outras emoções para além das que eram pretendidas trabalhar no exercício investigativo, mostrando um desenvolvimento no que toca ao seu vocabulário emocional. É possível verificar a vantagem da implementação de atividades diferentes sobre esta temática, uma vez que, em decorrência das mesmas, as crianças desenvolveram conhecimentos e capacidades emocionais, para além das que demonstravam inicialmente.

Ao longo das atividades foi possível observar como as crianças aprendiam as diferentes emoções, a forma como as mesmas surgem no nosso corpo (seja através de sensações ou da linguagem corporal), como as podemos identificar em nós e nos outros, e como saber diferenciar determinadas emoções, entre outros aspetos. Esta observação foi evidente na avaliação final e nos diálogos das crianças ao longo das atividades realizadas, nomeadamente verificou-se uma evolução no conhecimento das emoções, na expressão das suas ideias/opiniões, na utilização de vocabulário emocional, na expressão das diferentes emoções e consciência a sua nomeação, assim como nas formas de identificação, em si mesmas e nos outros. Sendo assim, foi visível as vantagens da planificação de atividades, visto que através do instrumento foi possível obter resultados positivos, mostrando uma vez mais a importância de abordar esta temática no ensino escolar. Além disso, foi uma temática onde as crianças mostraram bastante interesse, disponibilidade para dialogar e para participar nas diferentes atividades.

De um modo geral, as crianças conseguiam exprimir diferentes situações sobre determinada emoção, mostrando capacidade de identificarem acontecimentos que passaram quando sentiram determinada emoção. Conforme foram participando nas atividades dinamizadas, desenvolveram a capacidade de nomear as emoções primárias (não utilizando outro vocabulário semelhante, apesar de ser também crucial um vasto vocabulário emocional). A maior parte das crianças apresentaram facilidade em exprimir as emoções corporalmente, como também desenvolveram a capacidade de identificar as emoções através da observação corporal de outro colega. Por fim, desenvolveram a competência de distinguirem as emoções, uma vez que foram aprendendo as respetivas características das emoções ao longo das atividades.

Através do planeamento das atividades, para posteriormente avaliar a consciência emocional das crianças, compreendi que é possível construir atividades lúdicas (recorrendo

à expressão plástica e jogos emocionais, entre outros) e abordar a temática das emoções através da leitura de livros, visto que são recursos fundamentais com bastante potencial para promover o desenvolvimento do conhecimento emocional das crianças.

- **Considerações finais**

Ao longo das diferentes práticas de ensino supervisionadas, como foi possível constatar ao longo deste relatório, realizei várias aprendizagens e evoluí nos meus conhecimentos, enquanto futura profissional de educação. No que se refere ao exercício investigativo, foi uma etapa em que me confrontei com muitos desafios e barreiras, contudo, sinto que aprendi com esta temática e compreendi a importância que a mesma tem na aprendizagem e desenvolvimento das crianças (cognitivo, emocional, social, linguístico, entre outros), devendo ser abordado na educação escolar.

Posso exprimir que mantive constante o meu interesse em investigar este tema, em ensiná-lo às crianças, em ouvir as suas opiniões/ideias, tendo o cuidado de planificar o que queria transmitir e as atividades que pretendia dinamizar. Não senti dificuldade na construção do instrumento de avaliação, na intervenção do mesmo e nas atividades planificadas, sendo que o mais difícil foi organizar e construir este relatório. Não obstante, a dificuldade foi ultrapassada e sinto que construí um trabalho positivo e que aprendi com o mesmo. Desse modo, também foi interessante perceber como as crianças aceitaram trabalhar este tema, como se mostraram animadas, tanto com as atividades do instrumento da avaliação, como também nas atividades dinamizadas, e como se mostraram participativas, exprimindo o que aprenderam ao longo do tempo.

Neste exercício investigativo desenvolvi uma enorme compreensão sobre a importância de trabalhar a consciência emocional com as crianças desde cedo, para que as mesmas consigam desenvolver algumas competências, tais como: aprenderem a nomear as emoções, ter consciência das emoções em si mesmo e ter consciência das emoções nos outros. Estas competências promovem a aprendizagem de formas de gestão emocional, sejam positivas ou negativas, sabendo identificar através de diferentes formas, tendo consciência do que podemos provocar nos outros, aprendendo que as emoções influenciam o que pensamos e como comportamos, entre outros. Relembrando Moreira (2021, p.18):

“(...) tudo gira à volta das nossas emoções (...) elas são afetadas pelos nossos pensamentos (e vice-versa), que, por sua vez, influenciam as nossas ações e determinam os nossos resultados. Então, se são as nossas emoções que determinam os nossos resultados, temos de aprender a conhecê-las e a geri-las.”.

Começando por identificar as minhas dificuldades, uma delas refere-se à dificuldade em integrar as planificações das minhas atividades num horário previamente definido, conforme frequentava as diferentes práticas de ensino supervisionadas, uma vez que a partir do 1.º CEB os horários estão definidos, como as áreas curriculares estão programadas e as temáticas devem ser cumpridas como está proposto (adaptando a cada turma). De facto, tornou-se cada vez mais complicado identificar momentos nos horários em que fosse possível dinamizar atividades sobre a temática das emoções. Isso fez-me refletir sobre a importância de ir mais além do que está estipulado para ensinar às crianças, como também dinamizar atividades que sejam mais lúdicas, mas que promovam a aprendizagem.

Outra dificuldade que senti, encontra-se relacionada com o instrumento de avaliação, em que uma das atividades era questionar as crianças sobre como se sentiam e explicarem o porquê. Tinha planeado questionar em dois momentos diferentes em cada dia, para perceber se as crianças referiam emoções diferentes num mesmo dia, mas não foi possível visto que existe uma rotina que é seguida e depois houve pouco tempo para fazer outras coisas que não estivessem programadas. Apesar disso, através da observação foi possível verificar que as emoções e os estados emocionais das crianças se alteravam ao longo do dia, mas teria sido mais interessante se tivesse a oportunidade de ter questionado às crianças, mais do que uma vez em cada dia, para compreender o que as mesmas exprimiam e se tinham consciência da sua alteração emocional.

Através das pesquisas realizadas e das conclusões retiradas ao longo da análise de dados, pude observar uma evolução por parte das crianças, ao nível da sua consciência emocional. Como destaca Walton (2022, p. 164) “A inteligência emocional é um fator-chave para ajudar as crianças a aprender de forma eficaz e para fazer das suas salas de aula um lugar de aprendizagem calmo e otimista.”. Além disso, ensinar os diferentes conteúdos incluídos na temática da inteligência emocional (seja através de atividades, seja interligando com outras áreas curriculares ou até mesmo ao longo da rotina escolar), podemos educar no sentido de formar crianças empáticas, conscientes do que sentem e do que os outros sentem, que saibam ultrapassar situações negativas e prejudiciais para si mesmas, que construam relações positivas e construtivas com os outros, que tenham competências sociais e emocionais mais apuradas, que sejam responsáveis e autónomas, que coloquem o seu bem estar como prioridade, acima de tudo, crianças com capacidades socio-emocionais desenvolvidas.

Respondendo à minha problemática “Qual a importância da Consciência Emocional no Pré-Escolar e no 1.º Ciclo do Ensino Básico?”, considero crucial a abordagem desta temática desde cedo, de forma a que as crianças desenvolvam capacidades emocionais e

sociais, para poderem tornarem-se em futuros adultos conscientes de si mesmo e dos outros. De facto, através do instrumento de avaliação e da abordagem das emoções, verificou-se a vantagem de as crianças conhecerem as diferentes emoções que têm dentro de si, de saberem nomeá-las, de encontrarem formas de identificá-las em si e nos outros.

Em relação às questões orientadoras, nomeadamente “Como podemos promover o desenvolvimento da inteligência emocional em contexto de Jardim de Infância e 1.º CEB?” - foi possível abordar esta temática através da planificação de diferentes atividades que trabalhassem os conteúdos, como também através da leitura de diferentes livros, uma vez que os mesmos transmitem muitas informações que as crianças podem aprender sobre as emoções. Além disso, também é importante criar diálogos com as crianças sobre esta temática, fazendo-as sentir que são ouvidas e que podem exprimir tudo o que sentem como também o que pensam, e mostrar a consciência de como elas devem pensar nos outros, sem os prejudicar. Relativamente à questão “Que importância atribuem os profissionais de educação ao desenvolvimento emocional das crianças?” - sendo figuras fundamentais, consideradas como um adulto exemplar para as crianças, têm tanta importância na transmissão dos conteúdos das diferentes áreas curriculares, como também no desenvolvimento da capacidade de trabalharem os conteúdos da inteligência emocional e colocá-los em prática. De facto, temos de ter consciência de que estamos a preparar as crianças para o seu futuro, tudo o que a criança virá a ser um dia é fruto do que aprendeu em casa, como também na escola. Desta forma, os profissionais de educação devem ter a consciência de que as crianças, para terem sucesso na sua vida pessoal como também profissional, têm de desenvolver as suas capacidades sociais e emocionais. Mesmo que se sintam um pouco reticentes em abordarem esta temática, podem começar por investigar e realizar algumas pesquisas, porque é possível quando nos esforçamos para isso.

No que toca aos objetivos propostos, sinto que foram alcançados, visto que destaco a importância que o profissional de educação atribui à consciência emocional na aprendizagem e desenvolvimento das crianças, pois, as crianças para crescerem saudáveis e serem bem sucedidas na vida pessoal, profissional e social, devem ser emocionalmente inteligentes. De igual forma, apresento os resultados da comparação dos níveis da consciência emocional nas crianças, que são positivos e, por fim, promovi ao longo das atividades planificadas, a consciência e identificação das emoções como também a compreensão das emoções nos outros, visto que a maioria das crianças, na avaliação final, já mostravam mais conhecimento sobre este aspeto do que apresentavam na avaliação inicial.

Enquanto futura profissional de educação, seria interessante continuar estas aprendizagens que interiorizei e trabalhar esta temática com as crianças, da seguinte forma:

- Poderia ensinar e trabalhar com as crianças outras emoções para além das emoções primárias que utilizei. É importante que conheçam outras emoções e que aprendam a identificá-las, seja em si mesma como nos outros;
- Apostar em mais atividades criativas em que envolvam arte, pois, senti que foi umas das atividades que não apostei aprofundadamente neste exercício investigativo, uma vez que as crianças também conseguem transmitir as suas emoções e o que sentem através da arte, pois, as mesmas não são apenas expressas verbalmente, mas também através da linguagem não verbal;
- Se fosse possível, se poder utilizar novamente o instrumento de avaliação, seria interessante estender o intervalo entre a avaliação prévia e final, dando a oportunidade de poder planificar variadas atividades, uma vez que os percursos de estágios que passei eram de pouca duração, sendo que foram poucas as atividades planificadas. Além disso, se tivesse a oportunidade de trabalhar com uma turma ao longo de quatro anos, ou seja ao longo dos quatro anos de escolaridade do 1.º CEB, teria o interesse de utilizar este mesmo instrumento ou construir outro instrumento/projeto que pudesse avaliar ao longo destes diferentes anos e comparar a evolução do 1.º ano até ao 4.º ano de escolaridade e observar as competências e capacidades emocionais e sociais, como também os conhecimentos, ideias e comportamentos dos alunos. De forma geral, apostava mais na promoção da inteligência emocional e das competências emocionais e sociais das crianças, transmitindo ideias incluídas nesta temática e promovendo as necessidades das mesmas. Isso porque as crianças não precisam apenas de ser inteligentes cognitivamente, mas também necessitam de serem inteligentes emocionalmente e socialmente, porque assim é que irão aprender, disfrutar do mundo que as rodeia e tornarem-se adultos conscientes. De forma a destacar a minha ideia, apresento a seguinte frase:

“Podemos ser os melhores tecnicamente, uns verdadeiros génios na nossa área, se não tivermos a capacidade de reconhecer e gerir as nossas emoções, de nos motivarmos continuamente, de reconhecer as emoções das pessoas à nossa volta e de nos relacionarmos, a vida irá tornar-se muito mais difícil.” (Moreira, 2021, p. 33).

Em suma, como futura educadora/professora, compreendi a importância do meu papel na transmissão de diferentes conhecimentos, procurando incluir conteúdos que respondam às necessidades emocionais e sociais das crianças e promovam o desenvolvimento da sua

consciência emocional. Através dos estudos realizados durante o meu percurso académico, tenho a ideia de querer fazer “diferente” do que é trabalhado atualmente nas escolas, não me focando apenas em transmitir os conteúdos/temáticas que fazem parte do currículo, que estão programados, mas também trabalhar outras temáticas que as crianças mostrem interesse e que sejam benéficas para si enquanto futuros adultos. Os profissionais de educação têm um papel tão importante, que devem começar por refletir não apenas em transmitir os conteúdos/temáticas estipulados, mas também ir além disso. De facto, o educador/professor tem um papel crucial na aprendizagem e desenvolvimento das crianças, sendo que o mesmo deve estar atento às mudanças que ocorrem no mundo, atualmente e futuramente, de modo a procurar novas formas de ensino nas escolas, indo de encontro aos interesses e necessidades das mesmas.

Conclusão

Quero começar por destacar a importância de ter percorrido as diferentes práticas de ensino supervisionadas, uma vez que me preparou como futura educadora/professora, onde tive a possibilidade de realizar diversas aprendizagens. Achei fundamental a oportunidade de experienciar as diferentes rotinas escolares, de conhecer as diferentes instituições/estabelecimentos, de criar projetos de intervenção e planificar atividades como também aulas, aprender com os educadores/professores cooperantes, mas principalmente com as crianças, de forma a verificar como devo trabalhar com cada idade (visto que em cada valência as crianças estão em idades diferentes) e o que devemos ter em atenção na sua aprendizagem e desenvolvimento. O aspeto fundamental para as crianças evoluírem as suas aprendizagens, é a sua relação com o educador/professor, se o mesmo se esforçar para isso e procurar criar um ambiente de bem estar na sala.

Saliento a importância da construção e implementação do exercício investigativo na minha aprendizagem, uma vez que foi, na minha perspetiva, uma preparação para a minha futura profissão como profissional de educação. Refiro isso, porque sempre aprendi a relevância de realizarmos pesquisas, de forma a verificar o que é necessário mudar nas escolas ou até mesmo na prática profissional, de modo a beneficiar a aprendizagem das crianças, o desenvolvimento das suas capacidades/competências, a promoção de diversos conhecimentos e temáticas, e o seu desenvolvimento global (cognição, motricidade, linguístico, emocional, social, entre outros). É necessário recolher informação teórica, de forma a refletir sobre a nossa prática profissional e procurar as mudanças que são necessárias, modificando a nossa ação. O mundo atual está em constante mudança, sendo fundamental um profissional de educação acompanhar estas mesmas mudanças (seja social, como tecnológico, profissional, entre outros), de modo a preparar as crianças como futuros adultos. Pinheiro et al. (2018) salientam que:

“A sociedade está mudando e a escola também deve acompanhar esse processo. Na formação do professor é essencial a pesquisa, porque por meio dela o professor avalia o local pesquisado, bem como métodos para realizar o trabalho. E é a combinação entre teoria e prática que se faz um professor pesquisador reflexivo capaz de investigar a sua prática e criar novas maneiras pedagógicas.” (p. 105).

No que toca ao exercício investigativo, compreendi a importância de incluir a temática da inteligência emocional no percurso escolar dos alunos, especialmente a consciência emocional, que é uma das competências cruciais para o desenvolvimento emocional das crianças. É fundamental que os alunos aprendam sobre as diferentes emoções,

compreendendo as suas funções e formas de as identificar, de diferenciar as emoções agradáveis e desagradáveis (que ambas são importantes, sendo crucial a gestão emocional), identificarem as emoções que têm dentro de si, como também nos outros. Isso para que as crianças saibam o impacto que as emoções têm dentro de si e como podem influenciar as pessoas que as rodeia. Os profissionais de educação devem apostar cada vez mais na promoção de temáticas socio-emocionais, através da planificação de diferentes atividades ou até mesmo na construção de um projeto, visto que constitui vantagens nas crianças, não só na sua aprendizagem e desenvolvimento, como também enquanto futuros adultos, no que toca à sua vida pessoal, profissional, emocional e social. Goleman (2022), refere que:

“(...) todas as crianças frequentam a escola (...), ela constitui um lugar onde podem ser-lhes ministradas lições básicas na arte de viver que de outro modo nunca receberiam. A literacia emocional implica para as escolas um mandato acrescido, assumindo o papel que as famílias não cumprem na socialização das crianças. Esta tarefa enorme exige duas grandes modificações: que os professores vão mais além da sua missão tradicional, e que os membros da comunidade se envolvam mais na vida das escolas.” (p. 293).

Em suma, irei levar comigo todas as aprendizagens e conhecimentos adquiridos ao longo dos meus cinco anos de estudo, tanto na licenciatura como no mestrado. Como futura profissional de educação, procuro sempre por mais, de modo a educar crianças ativas e conscientes, preparando-as para o mundo que irão enfrentar. Serei uma profissional de educação que terá sempre em atenção as características de cada criança, promovendo a inclusão, a relação entre as crianças (trabalho colaborativo, respeito, cooperação, que não excluem/discriminem outras crianças, entre outros), o ensinamento de diversas temáticas e conhecimentos (mesmo as que estejam fora do currículo e que considero ser crucial ensinar), o pensamento e reflexão por parte das crianças sobre determinados assuntos (como também a crítica construtiva), empatia, autonomia e independência, resiliência em enfrentarem as experiências do dia a dia e o respeito pelo outro e pelo o mundo. De forma geral, terei em atenção não só ao desenvolvimento cognitivo, de motricidade e linguístico, mas também ao desenvolvimento emocional e social (entre outras competências). Vou fazer com que seja uma futura profissional de educação que não só ensine as crianças, mas que aprenda com as mesmas, procurando sempre por desenvolver mais conhecimentos e competências.

Referências Bibliográficas

- Amaral, C. & Vaz, T. (2020). *Conta-me o que estás a sentir* (1 ed.). Manuscrito.
- Alzina, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 21(1), 7-43. <https://revistas.um.es/rie/article/view/99071/94661>.
- Alzina, R. & Escoda, N. (2007). LAS COMPETENCIAS EMOCIONALES Educación XXI, 10, 61-82. <http://espacio.uned.es/fez/eserv/bibliuned:EducacionXXI-2007numero10-823/Documento.pdf>.
- Bar-On, R. (2006). The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). *Psychothema*, 18, 13-25. <https://www.psychothema.com/pdf/3271.pdf>.
- Bericat, E. (2012). Emociones. *Sociopedia.isa*. <https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/47752/DOIEmociones.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
- Bisquerra, R., Punset, E., Mora, F., Navarro, E., Cassà, È., Pérez-González, J., Lantieri, L., Nambiar, M., Aguilera, P., Segovia, N. & Planells, O. (2012). *¿Cómo educar las emociones? La inteligencia emocional en la infancia y la adolescência*. Esplugues de Llobregat (Barcelona): Hospital Sant Joan de Déu. https://faros.hsjdbcn.org/sites/default/files/faros_6_cast.pdf.
- Bisquerra, R. (2020). Definición conciencia emocional. Rafael Bisquerra – Educación Emocional. <https://www.rafaelbisquerra.com/competencias-emocionales/conciencia-emocional/>.
- Bisquerra, R. (2020). Un modelo de competencias emocionales. Rafael Bisquerra – Educación Emocional. <https://www.rafaelbisquerra.com/competencias-emocionales/un-modelo-de-competencias-emocionales/>.
- Camacho, A. & Ceja, M. (2022). La Importancia de la Inteligencia Emocional en Educación Primaria - The Importance of Emotional Intelligence in Elementary Education. *Revista Formación Estratégica*, 1-16. <https://formacionestrategica.com/index.php/foes/article/view/88/57>.
- Cassà, È. (2005). La educación emocional en la educación infantil. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19(3), 153-167. <https://www.redalyc.org/pdf/274/27411927009.pdf>.
- Christensen, D. (2010). *Primary and Secondary Emotions*. <https://cornercanyoncounseling.com/wp-content/uploads/2015/05/Primary-and-Secondary-Emotions.pdf>.
- Coutinho, C., Sousa, A., Dias, A., Bessa, F., Ferreira, M. & Vieira, S. (2009). Investigação-Acção: Metodologia Preferencial nas Práticas Educativas. *Psicologia Educação e Cultura*, XIII(2), 355-380. http://repositorium.sdum.uminho.pt/bitstream/1822/10148/1/Investiga%C3%A7%C3%A3o_Ac%C3%A7%C3%A3o_Metodologias.PDF.
- D'Amico, V., Damiani, P., & Paloma, F. (2015). The emotional benefits of the motor activity in developmental age. *Journal of human sport & exercise*, 10, 455-461.
- Danciu, E. (2010). Methods of developing children's emotional intelligence. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 2227-2233.
- Estrada, A. & Martínez, C. (2014). Psicología de las emociones positivas: generalidades y beneficios. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 19(1), 103-118. <https://www.redalyc.org/pdf/292/29232614006.pdf>.
- Fernández-Abascal (s.d). Emociones positivas, psicología positiva y bienestar, *Facultad de Psicología*, 1-20. <https://www.educacion.navarra.es/documents/27590/677323/Emociones+positivas%2C%20psicolog%C3%ADa+positiva+y+bienestar.+Enrique+G++Fern%C3%A1ndez-Abascal.pdf>.
- Fernández-Berrocal, P. & Extremera, N. (2006). Emotional intelligence: A theoretical and empirical review of its first 15 years of history. *Psychothema*, 18, 7-12. <https://www.redalyc.org/pdf/727/72709502.pdf>.
- Fernández-Berrocal (2021). *Inteligência Emocional. Aprender a gerir as emoções*. Biblioteca de Psicologia.
- Fonseca, V. (2016). Importância das emoções na aprendizagem: uma abordagem neuropsicopedagógica. *Revista Psicopedagogia*, 33(102), 365-384. <https://cdn.publisher.gn1.link/revistapsicopedagogia.com.br/pdf/v33n102a14.pdf>.
- Goleman, D. (2022). *Inteligência emocional* (29 ed.). Temas e Debates – Bertrand.
- Gomes, I. & Vasconcelos, A. (2017). Metodologia do ensino da educação física (1 ed.). <https://md.uninta.edu.br/geral/curso-educacao-fisica/metodologia-do-ensino-da-educacao-fisica/mobile/index.html#p=1>.

- Guerreiro, C. & Sousa, M. (2016). As atividades lúdicas e sua importância no processo de ensino-aprendizagem. *Didática e Formação de Educadores e Professores – 1.º Encontro Internacional de Formação na Docência*, 263-270. https://bibliotecadigital.ipb.pt/bitstream/10198/13899/3/incte16_atas-1.pdf.
- Landa, C., Barradas, R. & Hernández, E. (2016). La Inteligencia Emocional en edad preescolar. *Congreso Internacional de Educación Evaluación 2016*, 2, 975-984. <https://posgradoeducacionuatx.org/pdf2016/A144.pdf>.
- López, A., Barrón, R., Castilla, I. & Schoeps, K. (2014). Consciencia emocional, estados de ánimo y rendimiento académico. *INFAD - Revista de Psicología*, 1(6), 229-236. <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349851790027.pdf>.
- Macías, M. (2010). La inteligencia emocional en la infancia. *Revista digital para profesionales de la enseñanza*, 9, 1-10. <https://feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd7369.pdf>.
- Machado, A. (2012). *O conhecimento emocional e o desenvolvimento sócio-emocional em crianças em idade pré-escolar* [Dissertação de Doutoramento, Instituto Universitário]. Repositório do ISPA. <https://core.ac.uk/download/pdf/70651475.pdf>.
- Martins, G., Gomes, C., Brocardo, J., Pedroso, J., Carrilo, J., Silva, L., Encarnação, M., Horta, M., Calçada, M., Nery, R. & Rodrigues, S. (2017). Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória. http://dge.mec.pt/sites/default/files/Curriculo/Projeto_Autonomia_e_Flexibilidade/perfil_dos_alunos.pdf.
- Minsberg, L. & Morales, E. (2018). *Autoconocimiento: una mirada hacia nuestro universo interno*. <https://biblat.unam.mx/hevila/Didac/2018/no72/6.pdf>.
- Moreira, P. (2016). *Emoções e sentimentos ilustrados – Para trabalhar com crianças entre os 4 e os 10 anos* (1 ed.). Porto editora.
- Moreira, P. (2021). *Inteligência Emocional – uma abordagem prática* (5 ed.). Idioteque.
- Murcia, S. & Jiménez, M. (2012). Manejar las emociones, factor importante en el mejoramiento de la calidad de vida. *Revista Logos, Ciencia & Tecnología*, 4(1), p.58-67. <https://www.redalyc.org/pdf/5177/517751763003.pdf>.
- Neto, C. (sd). Carlos Neto. *Cascais*. <https://www.cascais.pt/pessoa/carlos-neto>.
- Oliveira, S. & Cardoso, E. (2009). Novas Perspectivas no Ensino da Língua Inglesa: Blogues e Podcasts. *Educação, Formação & Tecnologias*, 2(1), 87-101.
- Pacheco, N. & Fernández-Berrocal, P. (2013). Inteligencia emocional en adolescentes. *PADRES Y MAESTROS*, 352, 34-39. <https://revistas.comillas.edu/index.php/padresymaestros/article/view/1170/993>.
- Pinheiro, M., Passos, M. & Nobre, I. (2018). Importância da pesquisa na formação docente para a prática pedagógica reflexiva. *Revista Eletrônica DECT*, 8(1), 104-127.
- Queirós, M. (2014). *Inteligência Emocional – Aprenda a ser Feliz* (1 ed.). Porto Editora.
- Rodriguez, M., Mora, G., Segnini, P. & Madrigal, S. (2012). *Aprendiendo sobre las emociones* (1 ed.). <https://ceccsica.info/sites/default/files/docs/Aprendiendo-emociones-manual.pdf>.
- Romão, A. (2016). *Avaliação da Capacidade de Perceber, Expressar e Valorizar Emoções nas Crianças em Idade Pré-Escolar* [Dissertação de Mestrado, Faculdade de Arte e Humanidades]. DigitUMA – Universidade da Madeira. <https://digituma.uma.pt/bitstream/10400.13/1253/1/MestradoSofiaRom%C3%A3o.pdf>.
- Rueda, M. (2021). La Inteligencia Emocional en la formación del profesorado de Educación Infantil. *Investigación en la Escuela*, 104, p. 1-12. <https://institucional.us.es/revistas/Investigacion/104/1.pdf>.
- Saber Viver (2018, novembro 7). Porque é que é tão importante ensinarmos os nossos filhos a sentir?. *Saber viver*. <https://www.saberviver.pt/bem-estar/relacoes-e-familia/importancia-inteligencia-emocional-criancas/>.
- Salicru, S. (s.d). Primary vs Secondary Emotions: The Distinction That Could Positively Change Your Life Forever!. *PTS Psychology*, 1-9. https://ptspsychology.com/wp-content/uploads/2021/08/Primary-vs-Secondary-Emotions_SSalicru.pdf.
- Salguero, M. (2011). Importancia de la inteligencia emocional como contribución al desarrollo integral de los niño/as de educación infantil. *Pedagogía Magna*, 11, 178-188.
- Sanches, I. (2005). Compreender, Agir, Mudar, Incluir. Da investigação-acção à educação inclusiva. *Revista Lusófona de Educação*, 5, 127-142.

- Santos, A. (2019). *Refletindo sobre a importância das emoções no Jardim de Infância* [Dissertação de Mestrado, Instituto Politécnico de Escola Superior de Educação e Ciências Sociais]. IC-Online – Instituto Politécnico de Leiria. <https://iconline.ipleiria.pt/bitstream/10400.8/4624/1/Relat%C3%B3rio%20de%20Mestrado%20-%20Adriana%20Carolina%20Silva%20Santos.pdf>.
- Silva, I., Marques, L., Mata, L. & Rosa, M. (2016). *Orientações Curriculares para a Educação Pré-Escolar*. https://www.dge.mec.pt/ocepe/sites/default/files/Orientacoes_Curriculares.pdf.
- Silva, S. (2019). *Emoções em crianças em idade escolar: intervenção de Enfermagem de Saúde Mental e Psiquiátrica* [Dissertação de Mestrado]. Repositório do IPBeja. https://repositorio.ipbeja.pt/bitstream/20.500.12207/4878/1/S%C3%B3nia%20Silva_PDF_A.pdf.
- Tripp, D. (2005). Pesquisa-ação: uma introdução metodológica. *Educação e Pesquisa*, 31(3), p. 443-466. <https://www.scielo.br/ep/a/3DkbXnqBQyq5bV4TCL9NSH/?format=pdf&lang=pt>.
- UNICEF (2020, julho 2). *How to cultivate the Emotional Intelligence in Children*. UNICEF – for every child. <https://www.unicef.org/romania/stories/how-cultivate-emotional-intelligence-children>.
- Walton, D. (2022). *Inteligência emocional: Um guia prático para cultivar a empatia, ultrapassar conflitos e melhorar as suas relações* (1 ed.). Alma dos Livros.

Anexos

Anexo I – Planificações das atividades na Prática de Ensino Supervisionada em Creche

• **1.ª Semana de Intervenção**

Planificação semanal (em conjunto com a minha colega de estágio)

Desenvolvimento Pessoal e Social	Desenvolvimento Cognitivo	Desenvolvimento Motor	Pensamento Criativo	Objetivos	Recursos				
<ul style="list-style-type: none"> - Estimular a autonomia das crianças na participação das atividades; - Mostrar que as estagiárias estão presentes para apoiar e incentivar a participação das crianças nas atividades; - Incentivar a interação das crianças em grupo, de forma a que trabalhem em conjunto; 	<ul style="list-style-type: none"> - Canções; - História contada (livro); - Diálogos. 	<ul style="list-style-type: none"> - Estimular o movimento corporal; - Incentivar a realização de expressões faciais. 	<ul style="list-style-type: none"> - Estimulação de cores nas imagens do livro e nas imagens das outras atividades; - Uso de canções; - História contada (livro). 	<ul style="list-style-type: none"> • Desenvolver a linguagem oral; • Desenvolver o vocabulário de animais, partes do corpo e números; • Desenvolver a motricidade da criança; • Identificar as partes do corpo; • Identificar animais e reproduzir os sons que emitem. 	<ul style="list-style-type: none"> - Óculos de sol - Livro - Tablet ou imagens impressas - Dado de animais 				
					Avaliação				
					<ul style="list-style-type: none"> - Observação direta - Registos fotográficos e vídeos (só às estagiárias e material, até termos as autorizações) - Reflexão de cada atividade e avaliação da mesma 				
Retificação									

Planificação diária

- **Nome da atividade:** “Os animais”
- **Material:** Livro

Nesta atividade, a estagiária terá um livro denominado “Os animais” em que através da leitura, abordará alguns conceitos como “pequenos”, “grandes”, tornando compreensível para as crianças. Ao mesmo tempo dirá os nomes dos animais, como também os sons que estes transmitem. Se possível, tentará imitar alguns movimentos de animais, tentando incentivar a parte motora das crianças.

- **Nome da atividade:** “Vamos brincar com o corpo!”
- **Material:** Tablet

Nesta atividade, a estagiária apresentará uma imagem do rato Mickey, no tablet, e irá perguntar às crianças as diferentes partes do corpo. Ao mesmo tempo, estará a interagir com as crianças e também perguntará às crianças onde estão as suas partes do corpo. De seguida, irá ditar uma lengalenga, onde aborda alguns membros do corpo e movimentar, para as crianças

Com isso, é promovido o vocabulário dos animais, de forma a que as crianças saibam quais são os animais, os sons que estes transmitem e os seus movimentos.

observarem primeiro e depois repetirá, para as crianças fazerem.

Aqui é promovido o vocabulário de algumas partes do corpo, como também é incentivada a motricidade das crianças.

• **2.ª Semana de Intervenção** (As atividades não foram dinamizadas)

Planificação semanal (em conjunto com a minha colega de estágio)

Desenvolvimento Pessoal e Social	Desenvolvimento Cognitivo	Desenvolvimento Motor	Pensamento Criativo	Objetivos	Recursos
<ul style="list-style-type: none"> - Estimular a autonomia das crianças na participação das atividades; - Incentivar a participação das crianças nas atividades, adaptando estratégias de forma a captar a sua atenção; - Incentivar a interação das crianças em grupo, de forma a que trabalhem em conjunto; - Transmitir segurança e afetividade às crianças, mostrando-lhes que os adultos estão presentes para as ajudar; 	<ul style="list-style-type: none"> - Canções - Diálogos 	<ul style="list-style-type: none"> - Desenvolvimento da motricidade fina e grossa; - Danças; - Promover a autonomia das crianças no momento da marcha; - Incentivar a realização de expressões faciais. 	<ul style="list-style-type: none"> - Canções; - Carimbagem de animais, com esponja; - Jogo de identificação de animais; - Fantoques. 	<ul style="list-style-type: none"> • Desenvolvimento da linguagem oral das crianças; • Desenvolvimento do vocabulário referente aos animais e às partes do corpo; • Proporcionar o conhecimento de palavras novas; • Desenvolver a capacidade de resolução de problemas; • Promover a interação do grupo; • Incentivar a exploração da sala, através da movimentação do corpo pela mesma; • Desenvolver a motricidade das crianças; 	<ul style="list-style-type: none"> - Caixa de plástico; - Areia mágica; - Animais de plástico; - Tapete; - Rádio e CD's; - Papel autocolante - Velcro; - Partes do corpo construídas em cartolina; - Elásticos; - Imagens reais de animais; - Caixa de papelão; - Fitas de cores diferentes; - Fantoques de animais; - Tinta acrílica; - Cola quente; - Esponja; - Folhas de papel. <p style="text-align: center;">Avaliação</p> <ul style="list-style-type: none"> - Observação direta - Registos fotográficos

				<ul style="list-style-type: none"> Incentivar a manipulação de diferentes materiais; Desenvolver a coordenação visual-motora. 	e vídeos (só às estagiárias e material, até termos as autorizações) - Reflexão de cada atividade e avaliação
Retificação					

Planificação Diária

- **Nome da atividade:** “Explorar na areia”
- **Material:** Caixa de plástico, areia mágica e animais de plástico.

Nesta atividade, no início sentaríamos no chão e colocaríamos as crianças de forma que todas conseguissem ver. De seguida, apresenta-se uma caixa com areia mágica e os animais de plástico, escondidos. A ideia é chamar as crianças uma a uma para que explorem a areia e encontrem um animal. Mesmo que a criança não compreenda o que é para fazer, esta automaticamente irá explorar a areia e encontrará um animal. Assim que encontrasse o animal, a estagiária desenvolveria o assunto. Perguntando que animal é, de forma a verificar se as outras crianças do grupo conseguiam identificar o nome do animal ou o som que este transmite. Ao mesmo tempo também poderia estar a dar sons de diversos animais, no telemóvel ou tablet, através da plataforma de Youtube, para promover o suspense, já que os animais estão escondidos. Mas só tocaria, quando as crianças estivessem a explorar a areia, depois quando falávamos do animal, pararia os sons.

Com esta atividade estaríamos a trabalhar a motricidade fina da criança, como também a promover

- **Nome da atividade:** “Descobrir o corpo”
- **Material:** Papel autocolante, velcro e partes do corpo construídas em cartolina (apenas da cara)

Esta atividade será realizada em dois momentos:

1º momento: Manhã

Nesta atividade, as crianças podem estar posicionadas da forma que quiserem, em pé ou sentadas, mas estariam perto de mim. A estagiária trabalharia primeiro as suas partes do corpo, realizando depois questões às crianças, como por exemplo, onde estão os pés, as mãos, as orelhas, entre outros. Acabaria por repetir uma atividade semelhante à semana passada, mas acho que é importante repetir para as crianças ouvirem várias vezes. De seguida, cantaria uma música designada “Eu mexo um dedo.”, na qual são trabalhadas algumas partes do corpo. Mas como não trabalham todas as partes, como por exemplo, os olhos, a boca, entre outros, tentaria incluir estas partes na música, acabando por ser inventadas. As crianças exploraram os movimentos de forma livre na sala.

A ideia é trabalhar o vocabulário das diferentes

- **Nome da atividade:** “Conhecer os animais”
- **Material:** Caixa de papelão, fitas de cores diferentes, animais em plástico, esponja, tinta acrílica cola quente, e papéis em branco.

Esta atividade será realizada em dois momentos:

1º momento: Manhã

Nesta atividade, é apresentada às crianças uma caixa de papelão, com fitas de diversas cores, a tapar a parte dentro da caixa. Esta caixa teria a parte de trás aberta para a estagiária inserir as mãos, com o animal. A ideia é no início, criar um ambiente de suspense, de quem será o animal que está escondido e assim que se abrir as “cortinas”, verificar as reações das crianças e se estas dizem o nome, pode ser através da fala ou de outra forma. Se não, a estagiária pergunta “Quem é?” e, se possível, finge que não sabe qual é o animal. Também cantaria canções correspondentes ao animal em questão.

a sua linguagem oral através dos nomes dos animais e os sons que transmitem. Além disso, também trabalharíamos a audição, mesmo que a criança não consiga exprimir o nome do animal, estará sempre a ouvir repetidamente até conseguir um dia dizer.

partes do corpo, como também perguntar às crianças, por exemplo, onde estaria a sua mão e as crianças responderem da forma que quisessem (mexendo a parte ou por gestos, apontando para a parte designada).

2º momento: Tarde

Nesta atividade, estaria um corpo de uma criança feito em cartolina, em tamanho igual à criança, colado à parede, com papel autocolante (em que o autocolante está colado à parede). As partes do corpo (boca, olhos, nariz, orelhas, cabelo, mãos e pés) estariam à disposição das crianças. As pernas e os braços estariam já construídos em cartolina, uma vez que depois seria muita informação para as crianças, estarem a colocar as diferentes partes do corpo. Primeiro, a estagiária colocava as partes da cara no seu espaço correspondente (através de velcro, para ser mais fácil de retirar e colocar), para as crianças assistirem e verificarem onde fica. Ao mesmo tempo, trabalharia o vocabulário destas partes, perguntando também às crianças e se possível, dizer um nome que não correspondia à parte do corpo. Por exemplo, diria que era um nariz enquanto que é a boca, de forma a verificar uma reação nas crianças. De seguida, as crianças exploravam de forma livre, contudo, a estagiária estaria atenta às reações das crianças e trabalharia com estas. Para ser mais fácil, e para as outras crianças não se cansarem a assistir, existirá sempre um corpo de criança em cartolina e partes do corpo extras e disponíveis para as crianças. Contudo, para a criança que ainda não anda, existirá um corpo de criança em cartolina, no chão, para esta conseguir explorar.

2º momento: Tarde

Nesta atividade, a ideia é a criança carimbar, os animais que quiser, nos papéis em branco. Contudo, nesta esponja terá forma de um animal com uma imagem real deste colado com cola quente. Isso porque, a criança pode não identificar o animal só através dos contornos da esponja. Ao mesmo tempo, trabalha-se também o vocabulário dos animais, como também a motricidade das crianças.

A ideia desta atividade é trabalhar o vocabulário das partes do corpo, como também a audição e a motricidade fina das crianças

• **3.ª Semana de Intervenção (As atividades não foram dinamizadas)**

Planificação semanal (em conjunto com a minha colega de estágio)

Desenvolvimento Pessoal e Social	Desenvolvimento Cognitivo	Desenvolvimento Motor	Pensamento Criativo	Objetivos	Recursos
<ul style="list-style-type: none"> - Estimular a autonomia das crianças na participação das atividades; - Incentivar a participação das crianças nas atividades, adaptando estratégias de forma a captar a sua atenção; -Incentivar a interação das crianças em grupo, de forma a que trabalhem em conjunto; -Transmitir segurança e afetividade às crianças, mostrando-lhes que os adultos estão presentes para as ajudar; 	<ul style="list-style-type: none"> - Canções; - Canção mimada “Se estás contente bate as palmas”; -Diálogos. 	<ul style="list-style-type: none"> - Desenvolver a motricidade fina e grossa; - Incentivar a movimentação corporal. 	<ul style="list-style-type: none"> - Canções; - Execução das marcas da mão com tinta. 	<ul style="list-style-type: none"> • Desenvolver a linguagem oral, juntamente com a linguagem corporal; • Desenvolver a motricidade das crianças; • Reforçar o desenvolvimento do vocabulário dos animais; • Incentivar a movimentação do corpo; • Permitir o conhecimento de palavras novas; • Promover a capacidade de resolução de problemas. 	- Cartolinas A4 e tinta de várias cores
					Avaliação
					<ul style="list-style-type: none"> -Observação direta -Registos fotográficos e vídeos (só às estagiárias e material, até termos as autorizações) -Reflexão de cada atividade e avaliação da mesma
					Retificação

Planificação diária

- **Nome da atividade:** “Brincar com os animais”

- **Material:** Cartolinas A4 e tinta de várias cores.

Nesta atividade, a ideia é as crianças, com a marca da sua mão, construir um animal. Por exemplo, uma criança quer fazer um macaco, pintamos a sua mão de cor castanha e fazemos a marca no papel (que será o corpo do macaco). De seguida, com as caras dos animais, construídas pela estagiária, em cartolina (com os olhos colados e as restantes partes da cara desenhadas), colava-se na marca da mão que a criança fez, que corresponde ao corpo. Para a atividade ser relaxante e para existir um bom ambiente, é colocada música com volume baixo, promovendo a participação das crianças. As crianças escolhem o animal, ou seja, eu apresento alguns animais, em imagens reais e estas escolheriam. Aqui trabalha-se o vocabulário dos animais.

Anexo II – Planificações das atividades na Prática de Ensino Supervisionada em Jardim de Infância

- **“O novelo de emoções”**

Áreas de Conteúdo	Objetivos	Estratégias/Atividades	Recursos	Avaliação
<p>Área de Expressão e Comunicação - Domínio da Linguagem Oral e Abordagem à Escrita</p> <p>Área de Formação Pessoal e Social</p> <p>Área de Expressão e Comunicação - Domínio Expressão Artística – Subdomínio das Artes Visuais</p>	<p>- Promover o raciocínio e a linguagem oral das crianças através de perguntas;</p> <p>- Desenvolver o gosto pela leitura, através da audição da história contada;</p> <p>- Conhecer a emoção do medo;</p> <p>- Aprender a exprimir a emoção do medo;</p> <p>- Representar, através de desenho, o seu maior medo.</p>	<p>A estagiária começa por pedir às crianças que se sentem no chão e esperará pelo momento certo para começar a leitura da história “O novelo de emoções”, de Elisabete Neves. Inicialmente questionará às crianças se sabem qual a história que irá ler, mostrando apenas a capa, tapando o título. Depois da discussão em grande grupo, a estagiária lê o título e de seguida questiona “Sabem o que são emoções?”, ouvindo as perspetivas das crianças. Parte para a leitura da história. Neste dia lerá a história até à emoção do medo (abordando apenas esta emoção).</p> <p>Assim que terminar a leitura da história, pedirá às crianças que se dirijam à sala e se sentem nos respetivos lugares. Antes de começar a atividade, começa por questionar às crianças “A Marta (personagem principal da história) tinha medo do quê?”; e “Quando temos medo, o que acontece ao nosso corpo?”. De forma a articular as questões realizadas, irá atribuir uma ficha de trabalho, que tem todas as emoções e distribuirá cinco fios de novelos a cada criança (das cinco cores das emoções faladas na história – Medo, roxo; Alegria, amarelo; Raiva, vermelho; Tristeza, azul; e Aversão, verde), em que, neste dia, as crianças colarão o fio de lã roxo na emoção que surge na ficha (medo).</p> <p>De seguida, começa por questionar a cada criança quais os seus medos. A ideia é as crianças depois desenharem qual o seu maior medo, numa folha distribuída. Assim que desenharem, a estagiária transmite que nem sempre é preciso sentir medo e que podemos sempre “fazê-lo desaparecer”, pedindo às crianças que encontrem soluções para os seus medos. Assim encontrada a solução, pedirá às crianças que guardem o seu desenho dentro de um envelope, para que o medo fique guardado.</p>	<p>Recurso Material:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Livro “O novelo das emoções”, de Elisabete Neves; - Fios de lã; - Folhas para o desenho; - Lápis/canetas de cor; - Caneta esferográfica; - Envelopes. <p>Recurso Humano:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grupo de crianças; - Estagiárias; - Educadora. 	<ul style="list-style-type: none"> - Observação direta e reflexão da atividade; - Análise dos desenhos elaborados.

• **“As emoções do Gastão – Estou triste”**

Áreas de Conteúdo	Objetivos	Estratégias/Atividades	Recursos	Avaliação
<p>Área de Expressão e Comunicação - Domínio da Linguagem Oral e Abordagem à Escrita</p> <p>Área de Formação Pessoal e Social</p>	<p>- Promover o raciocínio e a linguagem oral das crianças através de perguntas;</p> <p>- Desenvolver o gosto pela leitura, através da audição da história contada;</p> <p>- Identificar o número de sílabas nas palavras;</p> <p>- Identificar as frases que estão escritas incorretamente;</p> <p>- Identificar o erro na frase, corrigindo-o;</p> <p>- Conhecer a emoção da tristeza;</p> <p>- Aprender a exprimir a emoção da tristeza.</p>	<p>Neste dia, a estagiária irá ler um livro “As emoções do Gastão – Estou Triste”, de Aurélie Chien Chow Chine. Inicialmente começa por organizar as crianças, na biblioteca (ou noutro espaço), de modo a que consigam ver o livro e ainda, verificar a altura certa para começar a leitura. No fim da leitura, irá realizar algumas questões como: “Qual é a personagem principal da história?”; “O Gastão sentia-se alegre? (esperando que as crianças respondem) Não? Então como se sentia?”; “O que aconteceu para o Gastão ficar triste?”; “Aprenderam alguma técnica no livro, que ajudou o Gastão a “mandar embora” a tristeza?”, “Depois, viram como o Gastão ficou, ao fazer esta técnica?”. Durante a leitura do livro, a estagiária fará a técnica, com as crianças, que nos ajuda quando estamos tristes, de forma a ficarmos calmos. Isso para que as crianças quando se sentirem tristes, realizarem esta técnica.</p> <p>De seguida, seguirá com as crianças para a sala, onde apresentará duas flores. Explicará às crianças que irão tratar de uma flor (regando e expondo-a à luz do sol) e de outra não (não dando água nem luz do sol), durante três dias. A ideia, é na sexta-feira, dia 4 de junho, explicar que a tal flor que não foi tratada significa a forma como nos sentimos dentro do nosso corpo quando estamos tristes, de modo a mostrar que é importante chorar, desabafar, dizer o que se sente, entre outros, pois ajudamos a acalmar e a não ficarmos magoados.</p> <p>Depois trabalhará com as crianças, numa cartolina, as palavras das seis emoções (alegria, tristeza, raiva, medo, aversão e surpresa), para que classifiquem as palavras por sílabas (também quantas vogais ou consoantes tem cada palavra, se existem palavras com ditongos e quantas letras tem cada palavra). Ainda dará seis frases em que devem de colocar por ordem correta, como também corrigirem erros ortográficos existentes. Para</p>	<p>Recurso Material:</p> <p>- Livro “As emoções do Gastão – Estou Triste”, de Aurélie Chien Chow Chine;</p> <p>- Flores;</p> <p>- Água;</p> <p>- Cartolina;</p> <p>- Frases escritas;</p> <p>- Cola;</p> <p>- Proposta de trabalho.</p> <p>Recurso Humano:</p> <p>- Grupo de crianças;</p> <p>- Estagiárias;</p> <p>- Educadora.</p>	<p>- Observação direta e reflexão da atividade;</p> <p>- Grelha de avaliação da atividade.</p>

finalizar, dará uma proposta de trabalho em que as crianças têm de colar as imagens correspondentes apenas à emoção da tristeza (estarão misturadas com outras imagens de diferentes emoções).

• **“Era uma vez uma raiva”**

Áreas de Conteúdo	Objetivos	Estratégias/Atividades	Recursos	Avaliação
<p>Área de Expressão e Comunicação - Domínio da Linguagem Oral e Abordagem à Escrita</p> <p>Área de Formação Pessoal e Social</p>	<p>- Promover o raciocínio e a linguagem oral das crianças através de perguntas;</p> <p>- Desenvolver o gosto pela leitura, através da audição da história contada;</p> <p>- Expressar verbalmente sobre as emoções trabalhadas;</p> <p>- Conhecer a emoção da raiva e, ainda, outras emoções (alegria, tristeza, medo, aversão e surpresa);</p> <p>- Aprender a exprimir as diferentes emoções;</p>	<p>Neste dia, a estagiária irá ler um livro “Era uma vez uma raiva”, de Blandina Franco. Esperará pelo momento certo para começar a leitura da história. De seguida, questionará às crianças sobre o que tinham compreendido na história. Assim, conciliando com a mensagem da história, a estagiária começará por encher um balão. Dirá às crianças que o balão a encher, é como se fosse a raiva a crescer, até que determinada altura, o balão rebentará. Isso para mostrar que o balão ao rebentar é quando nós fazemos ou dizemos algo que não devemos.</p> <p>De seguida, fará um jogo de roleta, sobre as seis emoções que as crianças aprenderam e trabalharam até ao momento. A roleta terá as seis emoções, representadas através de emojis e também por escrito. Para este jogo, ainda existirão cartas, com frases como “O que esta emoção te faz sentir?”; “Diz-me um momento em que sentiste esta emoção?”; “Exprime esta emoção facialmente ou corporalmente”; “Canta uma música representado a emoção”; entre outros. A ideia é chamar a criança uma a uma, em que a criança rodará a roleta e quando esta parar de movimentar, selecionará uma emoção. A criança tira uma carta e responde ao que está escrito, falando da emoção que calhou na roleta.</p> <p>Para finalizar, a estagiária falará das flores que foram cuidando ao longo destes dias.</p>	<p>Recurso Material:</p> <p>- Livro “Era uma vez uma raiva” de Blandina Franco;</p> <p>- Balão;</p> <p>- Roleta das emoções;</p> <p>- Cartas;</p> <p>- Flores.</p> <p>Recurso Humano:</p> <p>- Grupo de crianças;</p> <p>- Estagiárias;</p> <p>- Educadora.</p>	<p>- Observação direta e reflexão da atividade;</p> <p>- Grelha de avaliação da atividade.</p>

Área de Expressão e Comunicação - Domínio da Expressão Artística	- Representar e trabalhar as emoções através do jogo.			
--	---	--	--	--

• **“A toupeirinha tem uma surpresa”**

Áreas de Conteúdo	Objetivos	Estratégias/Atividades	Recursos	Avaliação
<p>Área de Expressão e Comunicação - Domínio da Linguagem Oral e Abordagem à Escrita</p> <p>Área de Formação Pessoal e Social</p> <p>Área de Expressão e Comunicação – Domínio da Matemática - Geometria</p>	<p>- Promover o raciocínio e a linguagem oral das crianças através de perguntas;</p> <p>- Desenvolver o gosto pela leitura, através da audição da história contada;</p> <p>- Desenvolver verbalmente determinadas palavras para a orientação do caminho;</p> <p>- Conhecer a emoção da surpresa;</p> <p>- Indicar um caminho a percorrer na escola;</p> <p>- Desenvolver o sentido de orientação dos espaços da instituição;</p>	<p>Neste dia, a estagiária irá ler um livro “A Toupeirinha tem uma surpresa”, de Orianne Lallemand e Claire Frossard. Antes de iniciar a leitura, começa por definir algumas regras com as crianças, para que todos consigam ouvir atentamente a história. Começa por contar a história e no fim questionará às crianças: “Qual foi a emoção que falámos hoje?”; “Como acham que a toupeirinha se sentiu quando percebeu que os amigos tinham preparado uma festa de aniversário?”, e ainda questões sobre a história. Isso para observar se as crianças ouviram e compreenderam a história.</p> <p>Assim terminada a discussão em grande grupo, segue com as crianças para a sala, onde dirá que encontrou uma carta e que foi escrita pela “toupeirinha”. Esta carta será um pedido de ajuda da “toupeirinha”, em que está perdida pela escola e que sabia que os meninos da sala do bibe azul (sala da turma de 5 anos) poderiam ajudá-la a encontrar a mãe do panda que tem consigo (relacionado a atividade com a história). Contudo, está perdida na escola, e que gostaria que lhe enviassem indicações do caminho para chegar à sala do bibe azul, dizendo o local exato em que está. A ideia é, em grande grupo, construir um mapa ou uma carta de resposta, dando indicações do caminho à toupeirinha. Com isso, as crianças trabalham a localização de determinados espaços, traçando um caminho para a “toupeirinha” seguir, tentando identificar objetos que surgem no caminho ou até indicações “virar à direita”/“virar à esquerda”, “em cima”/“em baixo”; “subir as escadas”, entre outros, promovendo o sentido de orientação.</p>	<p>Recurso Material:</p> <p>- Livro “A toupeirinha tem uma surpresa”, de Orianne Lallemand e Claire Frossard;</p> <p>- Carta da “toupeirinha”;</p> <p>- Papéis de folha branca;</p> <p>- Envelope;</p> <p>Recurso Humano:</p> <p>- Grupo de crianças;</p> <p>- Estagiárias;</p> <p>- Educadora.</p>	<p>- Observação direta e reflexão da atividade;</p> <p>- Grelha de avaliação da atividade.</p>

- Promover o vocabulário de sentido de orientação;
- Identificar diferentes lugares da instituição.

• **“O lobo que tinha medo da sua sombra”**

Áreas de Conteúdo	Objetivos	Estratégias/Atividades	Recursos	Avaliação
<p>Área de Expressão e Comunicação - Domínio da Linguagem Oral e Abordagem à Escrita</p> <p>Área do Conhecimento do Mundo – Conhecimento do mundo físico e natural</p> <p>Área de Formação Pessoal e Social</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Promover o raciocínio e a linguagem oral das crianças através de perguntas; - Desenvolver o gosto pela leitura, através da audição da história contada; - Identificar e escrever os nomes dos animais na proposta de trabalho; - Identificar quais são os animais e os seus modos de vida (animais selvagens ou animais domésticos); - Conhecer a emoção do medo; 	<p>A estagiária começa por preparar as crianças para a leitura da história. A história denomina-se “O lobo que tinha medo da sua sombra.”, de Orianne Lallemand, abordando assim, a emoção do medo. Fará algumas perguntas como: “Que medos é que o lobo tinha?”; “Quais são os animais presentes na história?”; e “Estes animais são animais da selva (selvagens) ou animais da quinta (domésticos)?”, de modo a introduzir os animais, já que será o que iremos trabalhar.</p> <p>De seguida, a estagiária terá algumas imagens de diferentes animais, para as crianças poderem classificá-los através de animais selvagens ou animais domésticos. Colocará e dividirá o quadro escolar, em que no lado esquerdo será para os animais da quinta e o lado direito para os animais da selva. Mas ao mesmo tempo trabalhará algumas adivinhas, como também algumas imagens de sombra, para decifrarem qual é o animal. Assim que decifrarem, classificam depois o animal pelo seu modo de vida.</p> <p>Para finalizar, dará às crianças uma proposta de trabalho, em que os animais já estarão classificados pelo seu modo de vida, mas irão escrever os nomes dos animais.</p>	<p>Recurso Material:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Livro “O lobo que tinha medo da sua sombra”, de Orianne Lallemand; - Imagens dos animais; - Proposta de trabalho. <p>Recurso Humano:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grupo de crianças; - Estagiárias; - Educadora. 	<ul style="list-style-type: none"> - Observação direta e reflexão da atividade; - Análise da proposta de trabalho.

- Aprender a exprimir a emoção do medo.

• **“O lobo que aprendeu a lidar com os seus sentimentos”**

Áreas de Conteúdo	Objetivos	Estratégias/Atividades	Recursos	Avaliação
<p>Área de Expressão e Comunicação - Domínio da Linguagem Oral e Abordagem à Escrita</p> <p>Área de Expressão e Comunicação – Domínio da Matemática – Número e Operações</p> <p>Área do Conhecimento do Mundo – Conhecimento do mundo físico e natural</p> <p>Área de Formação Pessoal e Social</p>	<p>- Promover o raciocínio e a linguagem oral das crianças através de perguntas;</p> <p>- Desenvolver o gosto pela leitura, através da audição da história contada;</p> <p>- Identificar a quantidade dos animais representada;</p> <p>- Resolver as indicações de adição e subtração;</p> <p>- Identificar e conhecer características de animais selvagens e da quinta;</p> <p>- Conhecer as</p>	<p>A estagiária irá ler o livro “O lobo que aprendeu a lidar com os seus sentimentos”, trabalhando diversas emoções. Depois fará questões sobre a história, falando das emoções trabalhadas e quais os animais que surgem na história.</p> <p>Continuará a falar dos animais, trabalhando o domínio da matemática. Em primeiro lugar, colocará animais no quadro escolar, para as crianças identificarem a quantidade de animais (matemática) e qual o seu nome, como também o meio em que vive. De seguida, a estagiária escolherá alguns animais e cada animal terá um numeral e a estagiária criará algumas indicações, colocando os animais, para as crianças descobrirem o numeral. Por exemplo, o leão será o 5 e a galinha será o 2 – leão (5) + galinha (2) = 7. Nesta atividade utilizarão também os numerais móveis.</p> <p>De seguida, farão uma proposta de trabalho em que os desenhos dos animais terão uma indicação e a criança terá de pintar de acordo com o resultado da indicação. Por exemplo, o cão poderá ter a indicação de 4+5, em que o resultado será 9 e nas legendas terá o 9 com a cor castanha e a ideia é pintar o cão de cor castanha.</p>	<p>Recurso Material:</p> <p>- Livro “O lobo que aprendeu a lidar com os seus sentimentos”, de Orianne Lallemand;</p> <p>- Imagens de animais;</p> <p>- Numerais móveis;</p> <p>- Proposta de trabalho.</p> <p>Recurso Humano:</p> <p>- Grupo de crianças;</p> <p>- Estagiárias;</p> <p>- Educadora.</p>	<p>- Observação direta e reflexão da atividade;</p> <p>- Análise da proposta de trabalho.</p>

emoções abordadas na história.

• **Jogo das seis emoções e Jogo “Quem sou eu?”**

Áreas de Conteúdo	Objetivos	Estratégias/Atividades	Recursos	Avaliação
<p>Área de Expressão e Comunicação - Domínio da Linguagem Oral e Abordagem à Escrita</p> <p>Área do Conhecimento do Mundo – Conhecimento do mundo físico e natural</p> <p>Área de Formação Pessoal e Social</p>	<p>- Promover o raciocínio e a linguagem oral das crianças através do jogo;</p> <p>- Identificar o animal no jogo “Quem sou eu?”;</p> <p>- Identificar o animal através do seu modo de vida;</p> <p>- Identificar as seis emoções trabalhadas.</p>	<p>A estagiária neste dia fará dois jogos com as crianças.</p> <p>O primeiro jogo que irão realizar será o jogo das emoções, em que cada par de crianças terá seis expressões faciais de um animal, representando as emoções (Alegria, Tristeza, Raiva, Medo, Aversão e Surpresa), que trabalharam ao longo das três semanas, em que questionará como as crianças se estão a sentir no momento. De seguida, questionará as emoções uma a uma, de modo a que as crianças identifiquem qual o animal que está a representar determinada emoção.</p> <p>Para finalizar, fará um jogo “Quem sou eu?”, com animais selvagens e domésticos. Cada criança terá um animal na sua testa e a ideia é cada uma ir questionando, até descobrir qual é o animal que é. Para compreenderem melhor o jogo, a estagiária irá explicar as regras e também participará no jogo, se for necessário. Também questionará, quando a criança descobrir, se é um animal que vive na selva ou se é um animal que vive na quinta.</p>	<p>Recurso Material:</p> <p>- Imagens das emoções do animal;</p> <p>- Imagens dos animais com fita.</p> <p>Recurso Humano:</p> <p>- Grupo de crianças;</p> <p>- Estagiárias;</p> <p>- Educadora.</p>	<p>- Observação direta e reflexão da atividade;</p> <p>- Grelha de avaliação das atividades.</p>

Anexo III – Planificações das atividades na Prática de Ensino Supervisionada em 1.º e 2.º anos

- **“Todos no sofá”**

Tema/Domínio	Objetivos	Recursos	Avaliação
Apoio ao estudo/ Matemática – Números e Operações	Objetivo geral: - Desenvolver o sentido de operação da subtração. Objetivos específicos: - Interpretar e compreender a história lida; - Identificar os números para a indicação de subtração, através dos exercícios; - Desenvolver o cálculo de subtração e os conceitos de aditivo, subtrativo e diferença.	- Livro “Todos no Sofá”, de Luísa Soares; - Ficha de trabalho e guião dos problemas.	- Grelha de avaliação – observação geral da turma; - Grelha de avaliação das fichas de trabalho.

Estratégias/Atividade

A professora estagiária irá iniciar a leitura do livro “Todos no Sofá”, de Luísa Soares (formato digital, projetando no quadro interativo), durante o intervalo¹. A história consiste em nove animais e um menino onde estão sentados no sofá e como sentem-se apertados, cada um vai sempre saindo do sofá até sobrar o menino. Ao mesmo tempo, irá utilizar material manipulável de um sofá e as personagens (animais e menino), colocando no quadro e conforme que vai lendo a história, tirará os animais através da ordem que é abordada. Após a leitura do livro será pedido às crianças que recontem a história, em que ao longo do diálogo, poderá questionar-se às crianças: “São quantos animais presentes no sofá? Conseguem dizer quais foram os animais?”, “Quem foi o primeiro a sair? E o último?”, “Ao longo da história, no sofá, ficam cada vez mais animais ou cada vez menos?”.

De seguida, será atribuída uma ficha de trabalho, em que a professora estagiária terá no quadro os materiais (sofá, animais e menino) expostos, onde a ideia é exprimir oralmente as indicações de subtração e as crianças registarem na ficha (por exemplo: O menino chamou a girafa, o burro, o gato e o elefante para irem dormir consigo no sofá. Mas como o elefante e a girafa estavam a sentir tão apertados, decidiram sair do sofá. Quantos ficaram no sofá? – onde as crianças devem registar na ficha de trabalho “5-2”, escrevendo também o resultado). A professora estagiária fará as indicações possíveis (só fará subtrações com resultados até 8, uma vez que as crianças só aprenderam até ao número 8). Antes disso, questionará às crianças se recordam como se calcula a subtração.

Após isso, na mesma ficha de trabalho, irão realizar outro exercício, com indicações de subtração, mas em vez de número, será com os personagens da história (por exemplo: menino cão gato – cão), em que por baixo as crianças escreverão os respetivos números e o resultado. Por fim, irão resolver dois exercícios de problemas, em que a estagiária irá ler e as crianças resolverem o resultado.

- **“Tantos animais e Outras Lengalengas de contar”**

Tema/Domínio	Objetivos	Recursos	Avaliação
--------------	-----------	----------	-----------

¹ As crianças têm meia hora de intervalo – durante 15 minutos ficam na sala a comer (que é quando será lida a história) e no restante tempo brincam no exterior.

<p>Matemática – Números e Operações</p>	<p>Objetivo geral: - Desenvolver o sentido de operação da subtração.</p> <p>Objetivos específicos: - Aprender a calcular subtrações através de diferentes exercícios; - Desenvolver o conceito de aditivo, subtrativo e diferença.</p>	<p>- Lengalenga “A minha galinha”, de Manuela Castro Neves; - Ficha de trabalho.</p>	<p>- Grelha de avaliação da ficha de trabalho.</p>
--	--	--	--

Estratégias/Atividade

A professora estagiária iniciará com a leitura de uma lengalenga “A minha galinha”, do livro “Tantos animais e outras lengalengas de contar”, de Manuela Neves (projetará no quadro interativo a imagem da lengalenga, que se encontra na online no google), durante o intervalo. A lengalenga consiste numa galinha que tem 10 penas, e ao longo da história vai perdendo as penas até não restar nenhuma. De seguida, irá realizar questões às crianças, de modo a reverem a lengalenga, como “A galinha vai ganhando ou perdendo as penas? Fica com menos ou mais penas?”, “Quantas penas a galinha perdeu?”, “Conseguem dar algum exemplo de quando a galinha perdeu uma pena?”.

Após a leitura da lengalenga, a estagiária irá distribuir fichas de trabalho com exercícios de subtração, para as crianças resolverem. Nestes exercícios, usará imagens de galinhas, como também de objetos que surgem ao longo da lengalenga. A professora estagiária fará, de cada exercício, a primeira resolução, em que nas seguintes as crianças farão de forma autónoma e depois no fim corrigimos em grande grupo. O primeiro exercício será para corresponder determinada indicação de subtração ao seu resultado de imagens (por exemplo: 5-3, a criança tem de corresponder à imagem de duas penas que é o resultado da indicação). De seguida, farão um exercício, em que estão ordenados determinados elementos da mesma imagem (aditivo), onde algumas imagens terão traços (subtrativo), de forma as crianças descobrirem qual o resultado da diferença, fazendo também a indicação (por exemplo: imagens de 6 camiões, onde 3 deles têm traços – $6-3=3$). Ainda, irão realizar um exercício em que será apresentado um resultado (diferença), onde devem pintar a indicação deste mesmo resultado (por exemplo: resultado 6 – indicações: 8-4; 5-2; 7-1 – em que as crianças devem pintar o 7-1). Por fim, irão realizar o último exercício, onde será necessário o material denominado ábaco (será a estagiária a utilizar). As crianças irão realizar indicações com a ajuda deste material. Em cada questão estarão dois ábacos desenhados, em que um deles será para realizar o aditivo e o subtrativo (com o apoio da indicação – estará já feito o aditivo e depois as crianças irão fazer um risco do subtrativo) e noutra irão desenhar a diferença, que é o resultado (por exemplo: 8-4, no ábaco do aditivo e subtrativo, estará representado o 8, onde a ideia é as crianças fazerem um risco em 4 bolinhas; no ábaco da diferença, as crianças irão desenhar 4 bolinhas). A professora estagiária estará sempre presente para esclarecer dúvidas, para explicar e apoiar as crianças quando for necessário.

• **“O monstro das cores”**

Tema/Domínio	Objetivos	Recursos	Avaliação
<p>Oficina de Projeto Educação Artística</p>	<p>Objetivo geral: - Conhecer as diferentes emoções (alegria, tristeza, raiva, medo e calma).</p>	<p>- Livro “O monstro das cores”, de Anna Llenas; - Guião da atividade da história “O monstro das cores”;</p>	<p>- Grelha de avaliação – observação geral da turma; - Reflexão da dinamização da aula.</p>

Português – Educação Literária	Objetivos específicos: - Promover o gosto pela leitura; - Expressar as ideias que desenvolveram sobre a história; - Expressar a/as emoção/ões que sente no momento.	- Desenho do monstro das cores.	
Estratégias/Atividade			
<p>No primeiro momento, a estagiária irá ler o livro “O monstro das cores”, de Anna Llenas. Antes da leitura, irá questionar às crianças se conhecem o livro e se sabem sobre o que o livro fala. Ainda questionará sobre o título e o nome da autora. Se as crianças conseguirem descobrir que é sobre as emoções, a estagiária pedirá às crianças que expliquem o que sabem sobre as emoções. De seguida, lê o livro. Após o fim da leitura, poderá questionar: “O que estava a acontecer ao monstro no início da história?”; “Quais foram as emoções que ouviram durante a leitura da história?”; “Acham que o monstro das cores continuava confuso no fim da história? O que a menina fez para o monstro não continuar confuso?”; “Qual é a cor de cada emoção?”; “Conseguem dizer-me um exemplo de como são referidas as emoções na história?”; “Conseguem dizer-me algum exemplo vosso de quando já sentiram algumas destas emoções?”. Poderão ainda surgir outras questões durante diálogo com as crianças.</p> <p>De seguida, a estagiária irá distribuir uma folha com o desenho do monstro das cores, a preto e branco, onde as crianças irão pintar o monstro com as cores das emoções que sentirem no momento (por exemplo: se a criança sentir alegre, irá pintar o monstro de amarelo. Se sentir triste e com medo, irá pintar de azul e preto). Se for necessário, a estagiária colocará no quadro as respetivas cores com os emojis das emoções, para as crianças conseguirem identificar qual a cor que corresponde a determinada emoção. A estagiária estará presente para o que for necessário.</p>			

- **“O novelo de emoções” e “A toupeirinha tem uma surpresa”**

Não foi realizada planificação, mas durante 3 dias, no momento dos 15 minutos de intervalo (quando as crianças estiveram a comer), foram lidos dois livros: “O novelo de emoções”, de Elizabete Neves (lido durante dois dias, já que o livro é extenso) e “A toupeirinha tem uma surpresa”, de Oriane Lallemand. Estes dois momentos de leitura, para além de estarem relacionados com o nosso projeto de intervenção, também são cruciais para a promoção da educação literária. Na leitura de cada livro, os objetivos foram: as crianças descobrirem quais os temas a trabalhar antes da leitura; exprimem o que sentiram ao longo da leitura; que participem durante as leituras das histórias, antecipando o que poderá acontecer; e que respondam a questões realizadas pela professora estagiária, de modo mostrarem que compreenderam a história.

Anexo IV – Planificações das atividades na Prática de Ensino Supervisionada em 3.º e 4.º anos

- **Atividade sobre emoções**

Tema/Domínio	Objetivos	Recursos	Avaliação
Educação Artística	Objetivo geral: - Conhecer as emoções primárias; Objetivos específicos: - Apresentar as ideias prévias sobre as emoções; - Representar as emoções de diversas formas (corporalmente, através de desenho, entre outros).	- Cartas.	- Grelha de avaliação: Participação das crianças; - Reflexão através de observação direta da atividade.

Estratégias/Atividade

Será introduzido um pequeno diálogo com as crianças do que conhecem sobre as emoções. A professora estagiária poderá colocar questões quais as emoções que as crianças conhecem, quando já sentiram determinada emoção, se conhecem as emoções que serão trabalhadas, se conseguem reconhecer as emoções nos outros, entre outros. De seguida, a professora estagiária irá explicar qual será o jogo a realizar, em que as crianças terão dois baralhos de cartas (um baralho com as emoções e outro baralho com as ações que as crianças irão realizar), em que irão representar determinada emoção, por exemplo, a cantar, a desenhar, a representar corporalmente, entre outros. A ideia é as crianças começarem a conhecer as emoções e ainda reconhecê-las nos outros.

Se ainda sobrar tempo, a professora estagiária pedirá às crianças que realizem um desenho sobre o que estão a sentir naquele momento.

- **Fábula “O leão e o rato” e atividade das cadeiras**

Tema/Domínio	Objetivos	Recursos	Avaliação
Português – Escrita/Gramática/ Leitura	Objetivo geral: - Rever os conteúdos trabalhados (função sintática, adjetivos, verbos, entre outros); Objetivos específicos: - Construir palavras de acordo com determinado tema (verbo, adjetivo, nomes, entre outros); - Construir frases de acordo com as palavras realizadas; - Consolidar a temática do grupo nominal e verbal, como a função sintática.	- Papel com quadrados; - Dado; - Ficha para a escrita das frases. - Livro “As mais belas fábulas de La Fontaine”, de Stefania Hartley.	- Grelha de avaliação da atividade; - Reflexão através de observação direta da atividade.

Estratégias/Atividade

A atividade será realizada a pares, em que as crianças irão construir palavras e frases. Será atribuído uma folha com quadrados onde as crianças lançarão o dado e conforme o tema que sair na face de cima do dado irão construir uma palavra (por exemplo: nome próprio – António; verbo: dançar, entre outros). O primeiro elemento do grupo que lançar constrói uma palavra e o outro utiliza uma das letras da palavra construída anteriormente para construir a sua palavra. Após preencherem a folha com várias palavras, irão construir frases selecionando algumas palavras, em que numa frase irão identificar o sujeito e predicado e na outra irão identificar o grupo nominal e grupo verbal. Esta atividade está prevista durar pelo menos 1 hora.

No restante tempo a estagiária irá ler uma fábula “O leão e o rato”, que consiste numa história em que o leão desvaloriza o rato por ser pequeno e quando é colocado em perigo, é o rato quem o salva. O objetivo desta história é trabalhar a confiança nas crianças, de forma a compreenderem que não devemos julgar os outros, pois, todos podemos ser diferentes, mas temos capacidades para fazermos as mesmas coisas. Além disso, mostrar que não devemos criticar os outros ou maltratá-los, visto que poderá influenciar a autoestima e a autoconfiança de determinada pessoa e poderá sentir-se mal. Que devemos tratar bem as pessoas para que todos sejamos fortes e corajosos. Mostrar ainda que o rato teve a coragem e a confiança, de apesar ser pequeno, de salvar um animal grande. Assim sendo, será criado um diálogo com as crianças. A história é uma introdução para a atividade que irá decorrer na parte da tarde.

Tema/Domínio	Objetivos	Recursos	Avaliação
Educação Física	Objetivo geral: - Desenvolver a autoconfiança nas crianças; Objetivos específicos: - Expressar características positivas de outro colega; - Reconhecer e expressar as emoções, identificando em si próprio e no outro.	- Livro “As mais belas fábulas de La Fontaine”, de Stefania Hartley.	- Grelha de avaliação da atividade; - Reflexão através de observação direta da atividade.

Estratégias/Atividade

No primeiro momento, será desenvolvida uma atividade que faz parte do nosso projeto - promoção da autoconfiança das crianças. Esta atividade será realizada durante os primeiros 45/50 minutos. Assim sendo, se a fábula prevista não for lida de manhã, a professora estagiária irá lê-la. De seguida, será realizada uma atividade em que serão escolhidas 4 crianças, onde ficarão sentadas numa cadeira. As restantes crianças estarão em fila, em cada cadeira e de cara a cara com a criança que está sentada. A ideia é as crianças em fila exprimirem uma palavra positiva sobre a que está sentada. Ou seja, transmitir às crianças que ao dizermos palavras bonitas a outras pessoas estaremos a reforçar a sua autoestima e autoconfiança. Além disso, as crianças irão falar uma de cada vez de forma a exprimirem palavras diferentes.

Após isso, será realizada a aula de educação física, no restante tempo, envolvendo a temática das emoções. A ideia é a estagiária sugerir algumas ações físicas/corporais, conforme a emoção expressada. Por exemplo “dá quatro saltos com pé coxinho quem já recebeu algum presente, sentindo surpreendido.”; “dá duas cambalhotas quem já sentiu triste por ter sido maltratado por alguém”; “dá três saltos para trás, com as pernas juntas, quem já sentiu raiva por algo não ter corrido bem como esperava”, “Quem já sentiu alegria por estar com as pessoas que mais gosta dá um passo à frente, dois à esquerda e um à direita”; entre outros. A ideia é depois as crianças também exprimirem algumas ações para os seus colegas fazerem. Se existir algum tempo, será criado um pequeno diálogo pela professora estagiária, como é que identificam e observam as emoções em si próprios e nos outros.

- **Atividade Língua Gestual Portuguesa**

Tema/Domínio	Objetivos	Recursos	Avaliação
---	Objetivo geral: - Aprender e conhecer a Língua Gestual Portuguesa; Objetivos específicos: - Aprender o abecedário e os números em Língua Gestual Portuguesa;	- Abecedário e números em Língua Gestual Portuguesa.	- Reflexão através de observação direta da atividade.
Estratégias/Atividade			
<p>A professora estagiária, antes de iniciar a aula de Educação Física, irá dar uma pequena sessão sobre a Língua Gestual Portuguesa. A ideia é apenas as crianças ficarem a conhecer esta língua, a sua importância e aprender alguns gestos. Inicialmente, a professora estagiária irá por começar a explicar de como ficou surda e como lida com a surdez no seu quotidiano (para as crianças compreenderem que apesar disso não é nenhum obstáculo e que vive uma vida normal). Após isso, falará de alguns aspetos importantes sobre esta língua (como por exemplo que a Língua Gestual não é universal, tal como a língua portuguesa) e irá ensinar o abecedário e os números, através desta língua. Se as crianças quiserem aprender mais alguns gestos, a professora estagiária poderá ensinar.</p>			

- **Livro “O coala que foi capaz” e atividade do espelho**

Tema/Domínio	Objetivos	Recursos	Avaliação
Português – Leitura e Educação Literária	Objetivo geral: - Desenvolver a autoconfiança nas crianças; Objetivos específicos: - Desenvolver a leitura; - Expressar ideias sobre a história ouvida; - Expressar situações onde sentiram menos ou mais autoconfiança.	- Livro “O Coala que foi capaz”, de Rachel Bright e Jim Field.	- Grelha de avaliação da atividade; - Reflexão através de observação direta da atividade.
Estratégias/Atividade			
<p>A professora estagiária iniciará a aula com a leitura da história “O Coala que foi capaz”, de Rachel Bright e Jim Field, com objetivo de trabalhar a autoconfiança com as crianças. A história é sobre um Coala que nunca queria descer da sua árvore, apesar dos outros animais incentivarem e pedi-lo para descer. Isso mostra que o Coala tem medo de fazer coisas novas, até que determinado dia a sua árvore começa a cair e o animal acaba por descer, percebendo que não existe problema em fazer coisas novas e que a partir deste dia mostrou que foi capaz. Com isso, pretende-se mostrar às crianças que é muito importante a forma como olhamos para nós próprios, de acreditarmos em nós próprios, que somos capazes e corajosos. Além disso, perceberem que os amigos também são fundamentais para apoiar em qualquer decisão que nós tomamos ao longo da vida e que nos encorajam a fazer o que queremos. Será a professora estagiária a iniciar a leitura e depois serão as crianças a ler. Poderá inicialmente questionar sobre o que pensam da história (o que poderá ser a história ao observarem a capa), até ao longo da leitura questionar o</p>			

significado de algumas palavras e as ações que acontecem na história.

Se ainda existir tempo, a professora estagiária irá questionar às crianças para exprimirem um momento em que sentiram menos ou mais autoconfiantes (para observar se conseguem exprimir situações em que não acreditaram em si próprios ou situações de que pensaram positivo e conseguiram alcançar o que queriam, de que foram capaz de o fazer). Se não, será realizado na parte da tarde, juntamente com outra atividade proposta.

A professora estagiária irá propor uma atividade para desenvolver a autoconfiança. Irá atribuir um espelho, em que a ideia é cada criança olhar para si própria e exprimir uma palavra/característica positiva de si própria. A estagiária irá propor a seguinte frase oralmente “Eu sou... porque...”, de forma as crianças utilizarem esta frase quando olharem para si próprias ao espelho. Se as crianças não compreenderem, a professora estagiária poderá começar por fazer, por exemplo “Eu sou lutadora, porque luto todos os dias pelo que eu sonho/pelo que eu mais gosto”. Isso para que as crianças compreendem que ao falarmos palavras bonitas para nós próprios que também desenvolvemos a nossa autoconfiança como também a nossa autoestima. Além disso, se existir tempo, a professora estagiária poderá propor que as crianças digam algum defeito ou algo que pensa que não seja capaz de fazer, mas que quer, para incentivar as mesmas a acreditarem que poderão ser capazes se lutarem para isso.

• **Livro “O novelo de emoções”**

Tema/Domínio	Objetivos	Recursos	Avaliação
<p>Português – Leitura e Educação Literária</p> <p>Educação Artística</p>	<p>Objetivo geral:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aprender e conhecer o pintor Georges-Pierre e a técnica de pintura pontilhismo; <p>Objetivos específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conhecer as emoções representadas na história; - Expressar as ideias que desenvolveram ao ouvirem a história. 	<ul style="list-style-type: none"> - “O novelo de emoções”, de Elizabete Neves; - Biografia do pintor Georges-Pierre; - Esquema para registo da biografia de Georges- Pierre; - Desenho das personagens. 	<ul style="list-style-type: none"> - Grelha de avaliação da atividade; - Reflexão através de observação direta da atividade.

Estratégias/Atividade

A professora estagiária iniciará a aula de Português com a leitura do livro “O novelo de emoções”, de Elizabete Neves. A história é sobre uma menina chamada Marta que se mostra confusa e que não sabe o que sente, nem consegue explicar. Assim sendo, surge um pássaro chamado Sukha que irá explicar cinco emoções (medo, alegria, raiva, tristeza e aversão) e algumas informações fundamentais para a identificação de cada emoção. Inicialmente, a estagiária apresentará o livro às crianças e questionará se conhecem ou que mostrem as suas ideias iniciais sobre o que poderá ser a história através da observação da capa. Após isso, será iniciada a leitura da história (será a estagiária a ler e se for possível, algumas crianças também irão ler, promovendo a leitura). Ao longo da leitura a estagiária poderá realizar algumas questões, sobre o que vai acontecendo na história, as emoções que vão surgindo e até significados de algumas palavras que as crianças possam não conhecer. Após a leitura, a professora estagiária desenvolverá um pequeno diálogo com as crianças sobre o que aprenderam da história e realizar algumas questões, como: quais são os personagens da história, as emoções que surgiram, quais as características que observamos em nós próprios e nos outros sobre determinada emoção, entre outros.

De seguida, a professora estagiária passará para a aula de Educação Artística. O objetivo desta aula é apresentar um pintor famoso e uma das suas técnicas de pintura (ou seja uma técnica que o pintor utilizou). Assim sendo, será apresentado às crianças uma pequena biografia do pintor Georges-Pierre Seurat e ainda a técnica de pintura denominada pontilhismo. De forma geral, a ideia é a professora estagiária falar um pouco sobre a vida de Georges Seurat e alguns quadros desenhados por si, especificando o pontilhismo. Para finalizar, as crianças irão preencher um desenho (das personagens da história lida anteriormente) com a técnica de pintura pontilhismo.

Anexo V – Instrumento de avaliação da Consciência Emocional

Instrumento de Avaliação Prévia e Final da Consciência Emocional da Criança

Introdução/Contextualização: O presente instrumento tem como finalidade proceder a uma avaliação inicial do nível de consciência emocional de cada criança, prévia à realização de um conjunto de atividades planificadas, assim como proceder a uma avaliação final. Ao longo do estágio, serão planificadas algumas atividades que procuram promover a consciência emocional, sendo que no final, será feita uma comparação entre os dois momentos avaliativos (antes e após a implementação das atividades). Partiu-se do pressuposto que a consciência emocional possui as três seguintes competências específicas: tomar consciência das próprias emoções; identificar o nome das próprias emoções; e compreender as emoções dos outros (Alzina & Escoda, 2007, p. 70)².

São várias as emoções primárias identificadas por diferentes autores, contudo, para a presente avaliação terei como base as seguintes: Alegria, Tristeza, Medo, Raiva, Surpresa e Aversão (Nojo). Antes de iniciar a avaliação das crianças, irei apresentar os nomes das seis emoções, de modo a que as crianças tenham em mente as mesmas (isto porque na avaliação inicial, vou observar se as crianças conseguem identificar ou nomear estas emoções e assim, promovê-las ao longo das atividades, de forma a observar se existem algumas mudanças na avaliação final).

1. Tomar consciência das próprias emoções

- a. Irei nomear as emoções primárias às crianças e pedir para interpretar a emoção corporalmente. Será realizada de forma individual. De seguida, questionarei o porquê de sentir aquela emoção, ou seja, o que acontece para sentirmos determinada emoção. Por exemplo:
 - i. **Alegria:** “Imagina agora que estás muito alegre. Faz com o teu corpo ou com a tua cara como fazias se estivesses alegre.”; “O que acontece para nos sentirmos alegres?” (se a criança não compreender, eu posso dizer “Sabes quando é que sei que estou alegre? Quando estou com a minha família, estou muito feliz”;
 - Tristeza:** “Agora vamos mudar de emoção. Como farias com o teu corpo ou com a cara, se estivesses muito triste.”; “O que acontece quando nos sentimos tristes?” (se a criança não compreender, eu posso dizer “Sabes quando é que sei que estou triste? Quando algum amigo é mau para mim.”. E assim sucessivamente, até falar de todas as emoções.

Sugestão de avaliação dos níveis:

Avaliar as crianças através dos seguintes níveis:

- **Nível 1** – Não conseguiu expressar a maior parte das emoções (através da expressão facial ou corporal), nem conseguiu dizer o motivo por sentirmos determinada emoção;

² Alzina, R. & Escoda, N. (2007). LAS COMPETENCIAS EMOCIONALES Educación XXI, 10, 61-82. <http://espacio.uned.es/fez/eserv/bibliuned:EducacionXXI-2007numero10-823/Documento.pdf>.

- **Nível 2** – Não conseguiu expressar a maior parte das emoções (através da expressão facial ou corporal), mas conseguiu dizer o motivo por sentirmos determinada emoção. / Conseguiu expressar a maior parte das emoções, mas não conseguiu dizer o motivo por sentirmos determinada emoção;
 - **Nível 3** – Apenas conseguiu expressar algumas emoções (através da expressão facial ou corporal), pelo menos três delas. Conseguiu dizer um motivo por sentirmos alguma emoção, pelo menos três delas;
 - **Nível 4** – Conseguiu expressar todas as emoções (através da expressão facial ou corporal) e dizer o motivo por sentirmos determinada emoção.
- b. Na primeira semana de avaliação (ou durante o meu percurso de estágio – mas terei em conta a avaliação da primeira e da última semana), irei colocar na parede da sala um *placard* com o nome das crianças e as emoções primárias (com emojis), mas também outro emoji em branco, para o caso de a criança sentir outra emoção. A ideia é no acolhimento (de manhã), e se possível, ao longo do dia (uma vez que as emoções podem alterar) questionar às crianças como estão a sentir e o porquê de sentir assim.

Sugestão de avaliação dos níveis:

- **Nível 1** – Não conseguiu exprimir a maior parte das emoções que sente, nem explicar o porquê;
- **Nível 2** – Conseguiu exprimir a emoção que sente, mas não conseguiu explicar o porquê, pelo menos durante três dias (uma semana são cinco dias);
- **Nível 3** – Conseguiu exprimir a emoção que sente e explicar o porquê.

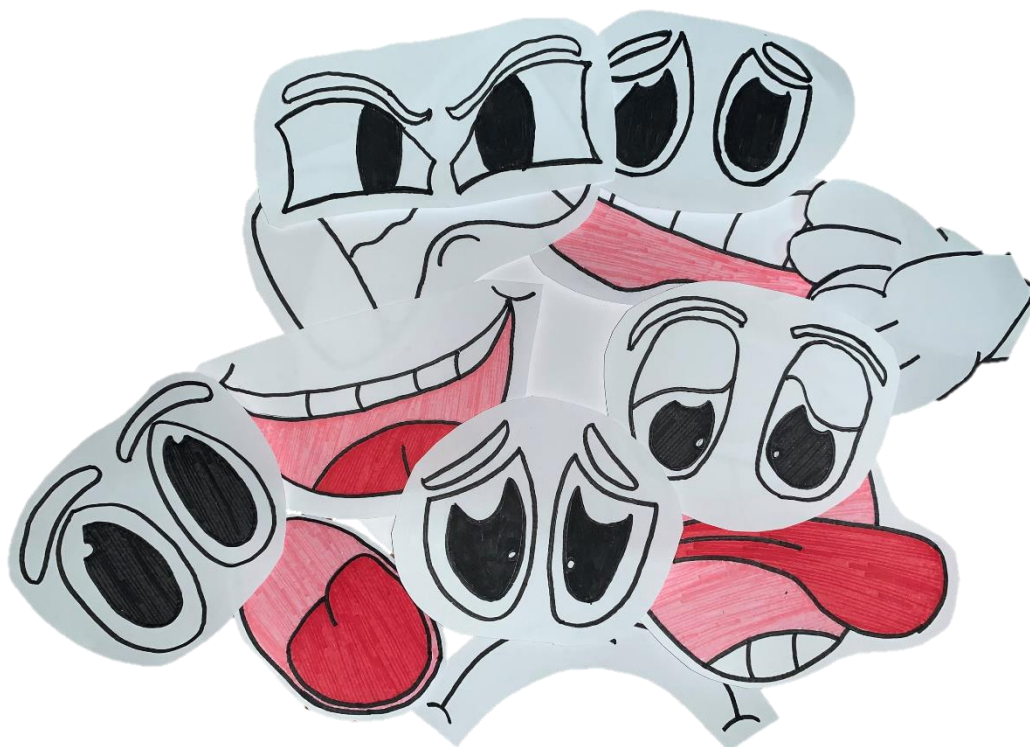
2. Identificar o nome das próprias emoções

- a. **Parte 1:** Apresentarei às crianças, individualmente, seis imagens de crianças com as diferentes emoções. Inicialmente começo por questionar “Destas imagens que vês, qual das crianças está triste? E a que está alegre? Agora a que está com muito medo? E a que está a sentir aversão, que é nojo? E a que está surpresa?”. A ideia é as crianças identificarem qual é a emoção que corresponde à imagem. **Parte 2:** De seguida, apresentarei outras seis imagens, mas desta vez, pegarei em cada uma e perguntarei “Estás a ver esta imagem? Como achas que a criança está a sentir?”, de modo a que a criança nomeie as emoções.

Sugestão de avaliação dos níveis:

- **Parte 1:**
 - **Nível 1** – Sentiu dificuldade em identificar a maior parte das emoções;
 - **Nível 2** – Conseguiu identificar algumas emoções, pelo menos três delas;
 - **Nível 3** – Conseguiu identificar todas as emoções.
- **Parte 2:**
 - **Nível 1** – Sentiu dificuldade em nomear a maior parte das emoções;
 - **Nível 2** – Conseguiu nomear algumas emoções, pelo menos três delas;
 - **Nível 3** – Conseguiu nomear todas as emoções.

- b. Esta avaliação será realizada através da utilização de um recurso material. Este recurso será uma cartolina redonda (fazendo de cara), que eu completaria a “cara” com os restantes elementos (olhos, boca, nariz, sobrancelhas, entre outros – diferentes consoante as diferentes emoções), questionando cada criança: “Ao veres este boneco, que emoção achas que ele está a sentir?” e esta nomearia a emoção. Exemplo:



Sugestão de avaliação dos níveis:

- **Nível 1** – Sentiu dificuldade em nomear a maior parte das emoções;
- **Nível 2** – Conseguiu nomear algumas emoções, pelo menos três delas;
- **Nível 3** – Conseguiu nomear todas as emoções

3. Compreender as emoções dos outros

- a. Este exercício será realizado a pares. Pedirei a duas crianças que fiquem sentadas frente a frente, e a uma delas (ao ouvido) que expresse uma emoção (não verbal – através de expressão facial e corporal), pedindo ao seu par que observe e descubra qual a emoção que o seu colega está a representar. De seguida, continuando com o mesmo par, direi à outra criança (a que anteriormente descobriu a emoção), para expressar outra emoção para o colega (que anteriormente interpretou) descobrir. Cada criança representará três das seis emoções. Sugestão extra: Para finalizar, pedirei às duas crianças para expressarem uma emoção que ainda não tenha sido mencionada (para verificar se as crianças conhecem ou se lembram de outras emoções).

Sugestão de avaliação dos níveis:

- **Quem expressa a emoção através da expressão facial e corporal:**

- **Nível 1** – Sentiu dificuldade em identificar a maior parte das emoções e em exprimi-la ao seu colega;
 - **Nível 2** – Conseguiu identificar e exprimir algumas emoções ao seu colega, pelo menos duas delas;
 - **Nível 3** – Conseguiu identificar e exprimir todas as emoções ao seu colega.
 - **Quem observa e identifica a emoção:**
 - **Nível 1** – Sentiu dificuldade em identificar a maior parte das emoções exprimida pelo colega;
 - **Nível 2** – Conseguiu identificar algumas emoções, pelo menos duas delas;
 - **Nível 3** – Conseguiu identificar todas as emoções.
- b. Chamarei as crianças uma a uma e terão à sua disposição imagens de expressões faciais de seis emoções. Começarei por apresentar seis situações verbalmente (que estão referidas em baixo). Conforme que explico cada situação verbalmente, é-lhes solicitado que identifiquem qual a emoção que a personagem poderá estar a sentir, através das imagens, sendo pedido à criança que aponte para a emoção que considera acertada em cada situação. Poderei também questionar o nome da emoção. As situações são as seguintes:
- i. **O Eduardo e a Madalena estão a brincar, porque são melhores amigos e adoram aquele jogo. Como achas que se estão a sentir?** - É esperado que a criança responda que o Simão e a Madalena estão alegres (apontando para a imagem da expressão facial da alegria);
 - ii. **A Clara estava a correr com o seu boneco favorito na mala. Quando chega a casa, ao ver a mala, percebeu que perdeu o boneco. Como achas que ela se está a sentir?** - É esperado que a criança responda que a Clara está triste (apontando para a imagem da expressão facial da tristeza);
 - iii. **O Tiago sempre quis ter um cão como prenda de anos, mas os pais nunca deixaram. No dia dos seus anos, o pai e a mãe ofereceram-lhe um cão. Como achas que ele se está a sentir?** - É esperado que a criança responda que o Tiago está surpreendido (apontando para a imagem da expressão facial da surpresa);
 - iv. **A Teresa está no quarto a fazer os trabalhos de casa e de repente a luz apaga-se e fica escuro. Como achas que a Teresa se está a sentir?** - É esperado que a criança responda que a Teresa está com medo (apontando para a imagem da expressão facial do medo);
 - v. **O Daniel está na mesa pronto para almoçar e a mãe coloca legumes no prato do Daniel. Só que existe um problema. É que este menino não gosta de legumes. Como achas que ele se está a sentir?** - É esperado que a criança responda que o Daniel está a sentir aversão ou nojo (apontando para a imagem da expressão facial da aversão ou nojo);
 - vi. **A Constança fez um desenho bonito e emprestou à irmã, para ela ver. Mas a irmã, de repente, rasga a folha. Como achas que ela se está a sentir?** - É esperado que a criança responda que a Constança está a sentir raiva ou zanga (apontando para a imagem da expressão facial da raiva).

Sugestão: Caso a criança não responda ao esperado, podendo confundir algumas emoções, poderei tentar que a criança chegue à emoção prevista, através do

questionamento (Por exemplo: se no *exemplo vi*, a criança exprimir que a Constança ficou triste, poderia questionar: “*Mas imagina, quando uma pessoa faz uma coisa que tu não gostas, para além de triste, podes ficar como? Podes sentir outra emoção?*”), de forma, a verificar se a criança consegue identificar a emoção pretendida.

Sugestão de avaliação dos níveis:

- **Nível 1** – Sentiu dificuldade em identificar todas as emoções apresentadas nas diferentes situações;
- **Nível 2** – Conseguiu identificar algumas emoções apresentadas nas diferentes situações, pelo menos três delas;
- **Nível 3** – Conseguiu nomear todas as emoções apresentadas nas diferentes situações.

No final de cada atividade, será dinamizada uma pequena conversa em grande grupo, de modo a observar se as crianças compreenderam as emoções faladas, e verificar se têm em conta as diferentes competências específicas (terem consciência das suas próprias emoções, nomear as emoções e reconhecerem as emoções nos outros). Além disso, também terei em conta se abordam ou nomeiam outras emoções sem ser as que foram mencionadas.

Fontes que baseei em alguns aspetos de avaliação:

- **Tomar consciência das próprias emoções**

- **b.**

Baseado na leitura de uma dissertação, uma vez que nas atividades realizadas por Adriana Santos destaca-se o que as crianças estão a sentir. Através disso, achei crucial questionar à criança como ela sente, verificando se consegue exprimir as emoções.

Santos, A. (2019). *Refletindo sobre a importância das emoções no Jardim de Infância* [Dissertação de Mestrado, Instituto Politécnico de Escola Superior de Educação e Ciências Sociais]. IC-Online – Instituto Politécnico de Leiria. <https://iconline.ipleiria.pt/bitstream/10400.8/4624/1/Relat%C3%B3rio%20de%20Mestrado%20-%20Adriana%20Carolina%20Silva%20Santos.pdf>.

- **Identificação dos nomes das próprias emoções**

- **a.**

Baseado na Escala de Avaliação do Conhecimento Emocional, especificamente nas Expressões Faciais (p. 76).

Silva, S. (2019). *Emoções em crianças em idade escolar: intervenção de Enfermagem de Saúde Mental e Psiquiátrica* [Dissertação de Mestrado]. Repositório do IPBeja. https://repositorio.ipbeja.pt/bitstream/20.500.12207/4878/1/S%C3%B3nia%20Silva_P_DFA.pdf.

- **Compreensão das emoções dos outros**

- **a.**

Baseado nas Técnicas Sociométricas (p.85).

Machado, A. (2012). *O conhecimento emocional e o desenvolvimento sócio-emocional em crianças em idade pré-escolar* [Dissertação de Doutoramento, Instituto Universitário]. Repositório do ISPA. <https://core.ac.uk/download/pdf/70651475.pdf>.

- **b.**

Baseado no instrumento PERCEVAL-v. 2.0 (p.47).

Romão, A. (2016). *Avaliação da Capacidade de Perceber, Expressar e Valorizar Emoções nas Crianças em Idade Pré-Escolar* [Dissertação de Mestrado, Faculdade de Arte e Humanidades]. DigitUMA – Universidade da Madeira. <https://digituma.uma.pt/bitstream/10400.13/1253/1/MestradoSofiaRom%C3%A3o.pdf>.

Anexo VI – Respostas das crianças através do instrumento de avaliação

- **Avaliação Prévia e Final da Consciência Emocional – Jardim de Infância (5 anos)**

1. Tomar consciência das próprias emoções

a.

Avaliação Prévia

Nº das Crianças	Conseguiu expressar as emoções? ³						Conseguiu expressar o porquê?						Observações
	Alegria	Tristeza	Medo	Raiva	Aversão	Surpresa	Alegria	Tristeza	Medo	Raiva	Aversão	Surpresa	
2							Sim – “Quando vou ao parque.”	Sim – “Quando alguém não me deixa fazer alguma coisa.”	Sim – “Dormir no escuro.”	Sim – “Quando alguém diz alguma coisa de mal.”	Sim – “Ketchup.”	Sim – “Quando esqueço-me de alguma coisa.”	Nível: Nível 3
3							Sim – “Quando estou com os meus tios.”	Sim – “Quando não tenho o brinquedo que queria.”	Sim – “Quando estou sozinha no quarto.”	Sim – “Quando alguém me bate.”	Sim – “Quando vejo uma lagartixa.”	Sim – “Quando os meus pais dão prendas de aniversário.”	Nível: Nível 4
4							Sim – “Quando dou abraços à minha mãe.”	Sim – “Quando alguém me magoa.”	Sim – “Quando ouço alguma coisa, assusto-me.”	Não	Sim – “Quando como atum.”	Não	Nível: Nível 3
5							Sim – “Quando a minha mãe dá um doce.”	Sim – “Quando a minha mãe não dá um doce.”	Sim – “Quando a minha mãe não está. Dormir sozinha.”	Sim – “Quando me batem.”	Sim – “Não gosto da baba do caracol.”	Sim – “Quando abro um presente.”	Nível: Nível 4
6							Sim – “Quando vou passear.”	Sim – “Quando não me param de chatear.”	Sim – “Quando ouço alguma coisa. Quando vejo televisão, assusto-me com alguma coisa.”	Sim – “Quando a minha irmã não para de chatear.”	Sim – “Quando vejo feijão verde e cenoura.”	Não	Nível: Nível 3
7							Sim – “Quando vou	Sim – “Quando o pai	Sim – “Medo à noite.”	Sim – “Quando querem lutar	Sim – “Quando como brócolos.”	Sim – “Quando estou	Nível: Nível 4

³ **Legenda:** Cor verde: Sim; Cor vermelha: Não.

							a casa da avó.”	ralha.”		contra mim.”		surpreendido com presentes.”	
8							Sim – “Quando estou em casa da minha avó.”	Sim – “Quando tenho saudades de algumas pessoas.”	Sim – “Quando estou fora à noite.”	Não	Sim – “Quando como ervilhas.”	Não – “Quando tenho uma surpresa.”	Nível: Nível 3
9							Sim – “Quando me dão presentes.”	Sim – “Quando alguém faz alguma coisa à minha mãe.”	Sim – “Medo de morrer.”	Sim – “Quando gozam comigo.”	Sim – “Quando como brócolos.”	Sim – “Quando recebo uma prenda.”	Nível: Nível 4
10							Sim – “Quando estou na escola.”	Sim – “Quando não venho à escola.”	Sim – “Escuro no quarto.”	Sim – “Quando a mãe está zangada.”	Sim – “Às vezes da comida da escola.”	Sim – “Quando está uma surpresa à minha frente.”	Nível: Nível 4
11							Sim – “Quando estou com a família.”	Sim – “Quando o mano não está na escola.”	Sim – “Quando ninguém está comigo.”	Sim – “Quando o mano está furioso.”	Sim – “Quando não há nada do que eu goste.”	Não	Nível: Nível 3
12							Não	Sim – “Quando estou sozinha.”	Sim – “Medo do escuro.”	Não	Sim – “Quando não gosto do comer, peço ao pai ou à mãe para trocar.”	Não	Nível: Nível 3
15							Sim – “Quando vou à casa da minha avó.”	Sim – “Quando não podemos ir à casa da avó.”	Sim – “Quando vejo uma cobra.”	Sim – “Quando alguém me bate.”	Sim – “Quando não quero comer.”	Sim – “Quando abro as surpresas.”	Nível: Nível 4
16							Não	Sim – “Quando eu perco uma coisa.”	Sim – “Quando me aparece alguma coisa que tenho medo.”	Sim – “Quando alguém me bate.”	Sim – “Quando como pizza.”	Sim – “Quando esqueço de alguma coisa.”	Nível: Nível 3
17							Sim – “Quando é hora de ir para a escola.”	Sim – “Quando os pais tinham esquecido de mim, quase em casa.”	Sim – “Estar no escuro.”	Sim – “Quando os meninos estão a atacar as meninas.”	Sim – “Quando como salada.”	Sim – “Quando a mamã faz surpresas.”	Nível: Nível 4
18							Sim – “Quando dou estou a brincar com os cães.”	Sim – “Quando não posso ir a algum lado.”	Sim – “Quando espreito na janela do meu prédio.” (alturas)	Sim – “Quando fazem alguma coisa que não gosto.”	Sim – “Quando como ameijoas.”	Sim – “Quando me dão prendas nos anos.”	Nível: Nível 4

20							Sim – “Quando venho à escola.”	– à	Sim – “Quando o pai ralha.”	–	Sim – “Quando fico sozinha na cama.”	Sim – “Frustrada, quando não consigo algo.”	Sim – “Quando como salada.”	Sim – “A minha festa de anos.”	Nível: Nível 4
----	--	--	--	--	--	--	--------------------------------	-----	-----------------------------	---	--------------------------------------	---	-----------------------------	--------------------------------	-----------------------

Avaliação Final

Nº das Crianças	Conseguiu expressar as emoções?						Conseguiu expressar o porquê?						Observações		
	Alegria	Tristeza	Medo	Raiva	Aversão	Surpresa	Alegria	Tristeza	Medo	Raiva	Aversão	Surpresa			
2							Sim – “Quando vou ao parque.”	–	Sim – “Quando quis comer um gelado e não pôde.”	–	Sim – “Quando saio à rua.”	Sim – “Quando a minha mãe ralha, eu fico com raiva.”	Sim – “Quando a mãe faz uma comida que não gosto.”	Sim – “Quando ganho um presente.”	Nível: Nível 4
3							Sim – “Quando abraço o peluche.”	–	Sim – “Quando vou para a cama sem os pais.”	–	Sim – “Histórias sobre bruxas.”	Sim – “Quando me arranham.”	Sim – “Quando vejo uma minhoca.”	Sim – “Quando os meus pais dão-me um presente caro.”	Nível: Nível 4
4							Sim – “Quando abraço a mãe.”	–	Sim – “Quando os meus pais chateiam-se comigo.”	–	Sim – “Quando durmo sem a mãe.”	Sim – “Quando alguém me bate.”	Sim – “Quando como atum.”	Sim – “Quando recebo algum presente.”	Nível: Nível 4
5							Sim – “Quando estou ao pé da mãe.”	–	Sim – “Quando estou sozinha.”	–	Sim – “Quando se apaga a luz.”	Sim – “Quando o meu irmão destrói as coisas.”	Sim – “Sopa da escola.”	Sim – “Quando abro um presente.”	Nível: Nível 4
6							Sim – “Quando vou para Évora.”	–	Sim – “Quando os amigos não deixam brincar.”	–	Sim – “Dar mergulho na piscina.”	Sim – “Quando ninguém deixa brincar.”	Sim – “Quando não gosto da comida.”	Sim – “Quando tenho uma surpresa.”	Nível: Nível 4
7							Sim – “Quando tenho festas.”	–	Sim – “Quando alguém não deixa brincar.”	–	Sim – “Abelhas.”	Sim – “Quando alguém está a gozar comigo.”	Sim – “Quando não gosto da sopa.”	Sim – “Quando vou para Vilamoura.”	Nível: Nível 4
8							Sim – “Quando vou à casa da avó.”	–	Sim – “Quando me magoou.”	–	Sim – “Quando está muito escuro.”	Não	Sim – “Quando cai uma mosca na sopa.”	Sim – “Quando é o meu dia de anos.”	Nível: Nível 3
9							Sim – “Quando estou a brincar.”	–	Sim – “Quando estou de castigo.”	–	Sim – “Quando os pais desaparecem.”	Sim – “Quando me aleijam.”	Sim – “Quando tenho de comer brócolos.”	Sim – “Quando dão uma prenda que quero há	Nível: Nível 4

10							Sim – “Quando o pai está em casa.”	Sim – “Quando estou sozinho.”	Sim – “Quando estou no quarto ao escuro.”	Sim – “Quando atiram-me as peças.”	Sim – “Quando uma mosca está na minha sopa.”	Sim – “Quando recebo um presente.”	um ano.”	Nível: Nível 4
11							Sim – “Quando brincam comigo.”	Sim – “Quando vejo alguém a chorar.”	Sim – “Quando vejo uma pessoa no escuro.”	Sim – “Quando a mãe está com raiva.”	Sim – “Não gosto de ervilhas e feijão.”	Sim – “Quando o pai natal vem a casa e eu recebo os presentes, fico surpreendido.”		Nível: Nível 4
12							Não	Sim – “Quando perdi um brinquedo.”	Sim – “Escuro.”	Não	Sim – “Brócolos.”	Sim – “Quando a mãe me dar um gato.”		Nível: Nível 3
15							Sim – “Quando a mãe dá um presente.”	Sim – “Quando o mano está triste.”	Sim – “Medo do escuro e de touros.”	Sim – “Quando o mano mente.”	Sim – “Não gosto de ovo cozido.”	Sim – “Quando a mãe dá uma prenda.”		Nível: Nível 4
16							Sim – “Quando o almoço é bom.”	Sim – “Quando alguém me bate.”	Sim – “Escuro.”	Sim – “Quando alguém está a magoar.”	Sim – “Comida com brócolos.”	Sim – “Quando recebo um presente.”		Nível: Nível 4
17							Sim – “Quando encontro as coisas que gosto.”	Sim – “Quando os pais foram levar a vacina.”	Sim – “Ficar sozinha.”	Sim – “Quando não querem brincadeiras divertidas.”	Sim – “Quando entra uma mosca para a minha sopa.”	Sim – “Quando é a festa de natal na minha casa.”		Nível: Nível 4
18							Sim – “Quando recebo uma prenda.”	Sim – “Quando alguém se comigo.”	Sim – “Medo do escuro.”	Sim – “Quando alguém diz mentiras a mim.”	Sim – “Quando como alguma coisa de que não gosto.”	Sim – “Quando fazem uma surpresa a mim.”		Nível: Nível 4
20							Sim – “Quando venho à escola.”	Sim – “Quando fizeram-me uma coisa má.”	Sim – “Ficar sozinha em casa.”	Sim – “Quando alguém está a irritar-me.”	Sim – “Quando há brócolos.”	Sim – “Quando ganhei um presente.”		Nível: Nível 4

b.

Avaliação Prévia

Nº das Crianças	2	3	4	6	7	8	10	11	12	15	16	17	18	20
Conseguiu expressar como se sente?														
1.º Dia	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Surpresa)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Aversão)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)
2.º Dia	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	---	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Não	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)
3.º Dia	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Não	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)
4.º Dia	Sim (Alegria)	---	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Outra)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Não	Sim (Alegria)	Sim (Outra)	Sim (Alegria)
5.º Dia	Sim (Alegria)	---	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Não	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)
Conseguiu explicar o porquê?														
1.º Dia	Não – “Não Sei.”	Sim – “Porque gostei de vir de viagem com o meu pai até aqui.”	Não – “Porque estou.”	Sim – “Sábado vou ver andarem de mota. Vou ter uma surpresa.”	Sim – “Porque esqueci-me do iogurte.”	Sim – “Porque gosto muito da escola.”	Sim – “Porque gosto da escola.”	Sim – “Porque estou a brincar com o mano, muito feliz.”	Sim – “Porque estou a brincar.”	Sim – “Porque vamos ter uma máquina de lavar nova.”	Sim – “Porque não sei o que vai ser a comida do almoço.”	Sim – “Porque vou brincar.”	Sim – “Porque não estou magoado com os meus amigos.”	Sim – “Porque fiz um avião de papel.”
2.º Dia	Sim – “Porque vim à escola.”	Sim – “Porque gosto da escola e vim à escola.”	Sim – “Porque dormi bem.”	Sim – “Amanhã vou ver o meu primo andar de mota.”	---	“Sim – Porque vim quase à hora do meu amigo para a escola.”	“Sim – Porque gosto de vir à escola.”	“Sim – Porque gosto do meu irmão.”	“Sim – Porque vim à escola.”	“Sim – Porque vi um animal morto.”	Não – “Mais ou menos.”	“Sim – Porque acordei bem.”	“Sim – Porque vi um animal na rampa.”	“Sim – Porque fiz um avião de papel e um desenho.”
3.º Dia	Sim – “Porque estou sempre feliz.”	Sim – “Porque vim com o pai.”	Sim – “Porque dormi bem.”	Sim – “Porque andei de mota com o Miguel.”	Sim – “Porque fui ao Porto e nunca tinha ido.”	Sim – “Porque vou de férias.” (fim de semana)	Sim – “Gosto muito da escola.”	Sim – “Porque hoje nos despachamos mais rápido.”	Sim – “Porque estou a brincar.”	Sim – “Fui ao caça pernes.” (jogo)	Não	Sim – “Porque vim à escola.”	Não	Sim – “Os meus tios e os primos foram a casa e tenho uma bracelete de unicórnio.”
4.º Dia	Sim –		Não –	Não –	Sim –	Sim –	Sim –	Não –	Sim –	Sim – “Li	Não	Sim –	Sim –	Sim –

4 “ --- “ – Porque faltou

	“Porque vim à escola.”	---	“Porque me sinto feliz.”	“Não sei.”	“Porque vamos ter viola.”	“Porque gosto muito da escola.”	“Porque gosto de brincar com os amigos na escola.”	“Porque estou bem.”	“Porque fiz um desenho bonito.”	hoje de manhã.”		“Porque vou às piscinas hoje, fazer natação.”	“Acordei cedo.”	“Porque venho escola.”
5.º Dia	Sim – “Porque vim à escola.”	---	Não – “Porque sim.”	Sim – “Faltam dois dias para ir andar de motocross.”	Sim – “Porque tenho um relógio.”	Sim – “Porque gosto de vir à escola.”	Sim – “Gosto muito de vir à escola.”	Não – “Porque estou bem.”	Sim – “Porque já consigo andar de bicicleta sem rodinhas.”	Sim – “Porque a mãe ontem comprou um chocolate com surpresas.”	Não	Sim – “Faltam dois meses para os meus anos.”	Sim – “Porque vamos ter ginástica.”	Sim – “Tenho uma bracelete nova.”
Observações	Nível: Nível 3	Nível: Nível 3	Nível: Nível 2	Nível: Nível 3	Nota: No 4.º dia, a criança referiu que sentia-se nervosa. Nível: Nível 3	Nível: Nível 3	Nível: Nível 3	Nível: Nível 3	Nível: Nível 3	Nível: Nível 3	Nível: Nível 2	Nível: Nível 3	Nota: No 4.º dia, a criança referiu que sentia cansada. Nível: Nível 3	Nível: Nível 3

Avaliação Final

Nº das Crianças	2	3	4	6	7	8	10	11	12	15	16	17	18	20
Conseguiu expressar como se sente?														
1.º Dia	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)
2.º Dia	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Não	Sim (Alegria)
3.º Dia	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	---	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Tristeza)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Não	Sim (Alegria)	---	Sim (Alegria)
4.º Dia	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Raiva)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)
5.º Dia	Sim (Alegria)	---	Sim (Tristeza)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)
Conseguiu explicar o porquê?														
1.º Dia	Sim – “Porque vim à escola.”	Sim – “Porque vim à escola.”	Sim – “Porque dormi bem.”	Sim – “Porque dei muitos mergulhos.”	Sim – “Porque tinha saudades dos meus amigos.”	Sim – “Porque gosto muito da escola.”	Sim – “Porque gosto sempre de vir à escola.”	Sim – “Porque me despachei mais rápido.”	Não	Sim – “Porque fui à piscina 10 vezes.”	Sim – “Porque estou a gostar do dia.”	Sim – “Porque fui à piscinal e também ao quartel dos bombeiros.”	Sim – “Porque hoje temos ginástica.”	Sim – “Porque pus batom.”
2.º Dia	Sim –	Sim –	Sim –	Sim –	Não	Sim –	Sim –	Sim –	Sim –	Sim –	Sim –	Sim –	Não	Sim –

	"Porque vim à escola."	"Porque dormi bem."	"Porque me sinto bem."	"Porque gosto de vir à escola."		"Porque gosto muito da escola."	"Porque acabei de ler e gosto muito de vir à escola."	"Porque ganhei o caça pernes." (jogo)	"Porque tenho a camisola da barriga à mostra."	"Porque na próxima sexta-feira vamos a uma visita de estudo."	"Porque Portugal vai jogar hoje."	"Porque vou à piscina."		"Porque pus o batom de novo."
3.º Dia	Sim – "Porque vim à escola."	Sim – "Porque venho à escola e vim com a minha mãe."	Sim – "Porque dormi bem."	---	Não	Sim – "Porque gosto de vir à escola todos os dias."	Sim – "Porque gosto muito de vir à escola."	Sim – "Porque o mano hoje não esperou por mim."	Não	Sim – "Porque venho todos os dias à escola."	Não	Sim – "Porque ontem fui à piscina e já sei boiar."	---	Sim – "Porque vim à escola."
4.º Dia	Sim – "Porque vim à escola."	Sim – "Porque vim à escola e eu gosto da escola."	Sim – "Porque vim à escola."	Não	Sim – "Porque todos estavam a falar do meu amigo."	Sim – "Por causa da festa."	Sim – "Consegui vir para a escola."	Sim – "Porque vamos brincar na festa."	Sim – "Porque vim à festa."	Sim – "Porque vim à escola e é a festa."	Sim – "Porque sei o que é o almoço."	Sim – "Porque hoje é a festa."	Sim – "Porque hoje é dia de ginástica."	Sim – "Porque é a festa."
5.º Dia	Sim – "Porque vim à escola."	---	Sim – "Porque a mãe foi trabalhar longe e tenho saudades dela."	Sim – "Porque vou para casa do pai."	Não	Sim – "Por causa do almoço."	Sim – "Porque gosto de vir À escola todos os dias."	Sim – "Porque tenho uma folha."	Sim – "Porque faço anos."	Sim – "Porque vi um gato perto da escola."	Sim – "Porque estou com o meu amigo."	Sim – "Porque as estagiárias vão ficar na escola hoje."	Sim – "Porque estou com o meu amigo."	Sim – "Porque trouxe a minha camisola nova."
Observações	Nível: Nível 3	Nível: Nível 3	Nível: Nível 3	Nível: Nível 3	Nível: Nível 2	Nível: Nível 3	Nível: Nível 3	Nível: Nível 3	Nível: Nível 3	Nível: Nível 3	Nível: Nível 3	Nível: Nível 3	Nível: Nível 3	Nível: Nível 3

2. Identificar o nome das próprias emoções

a.

Avaliação Prévia

Nº das Crianças	Parte 1: Identificou a emoção na imagem?						Parte 2: Conseguiu expressar o nome da emoção através da imagem?						Observações	
	Alegria	Tristeza	Medo	Raiva	Aversão	Surpresa	Alegria	Tristeza	Medo	Raiva	Aversão	Surpresa		
2							(feliz)					(nojo)		Nível – Parte 1: N2 Nível – Parte 2: N2
3												(nojo)		Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3
4							(feliz)							Nível – Parte 1: N2 Nível – Parte 2: N2
5												(nojo)		Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3
6							(feliz)					(nojo)		Nível – Parte 1: N2 Nível – Parte 2: N3
7							(feliz)				(zangado)	(nojo)		Nível – Parte 1: N2 Nível – Parte 2: N2
8							(feliz)					(nojo)		Nível – Parte 1: N2 Nível – Parte 2: N3
9							(feliz)					(nojo)		Nível – Parte 1: N2 Nível – Parte 2: N3
10							(feliz)					(nojo)		Nível – Parte 1: N2 Nível – Parte 2: N3
11												(nojo)		Nível – Parte 1: N2 Nível – Parte 2: N2
12							(feliz)					(nojo)		Nível – Parte 1: N2 Nível – Parte 2: N2
15												(nojo)		Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3
16												(nojo)		Nível – Parte 1: N2 Nível – Parte 2: N2
17												(nojo)		Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3
18							(feliz)				(chateado)	(nojo)		Nível – Parte 1: N2 Nível – Parte 2: N2
20														Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N2

Avaliação Final

Nº das Crianças	Parte 1: Identificou a emoção na imagem?						Parte 2: Conseguiu expressar o nome da emoção através da imagem?						Observações
	Alegria	Tristeza	Medo	Raiva	Aversão	Surpresa	Alegria	Tristeza	Medo	Raiva	Aversão	Surpresa	
2											(nojo)		Nível – Parte 1: N2 Nível – Parte 2: N3
3							(feliz)				(nojo)		Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3
4											(nojo)		Nível – Parte 1: N2 Nível – Parte 2: N3
5											(nojo)		Nível – Parte 1: N2 Nível – Parte 2: N3
6											(nojo)		Nível – Parte 1: N2 Nível – Parte 2: N3
7											(nojo)		Nível – Parte 1: N2 Nível – Parte 2: N3
8											(nojo)		Nível – Parte 1: N2 Nível – Parte 2: N3
9											(nojo)		Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3
10											(nojo)		Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3
11											(nojo)		Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3
12											(nojo)		Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3
15											(nojo)		Nível – Parte 1: N2 Nível – Parte 2: N3
16											(nojo)		Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3
17							(feliz)				(nojo)		Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3
18											(nojo)		Nível – Parte 1: N2 Nível – Parte 2: N3
20							(feliz)				(nojo)		Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3

b.

Avaliação Prévia

Nº das Crianças	Nomeou as emoções através do recurso material?						Observações
	Alegria	Tristeza	Medo	Raiva	Aversão	Surpresa	
2	(feliz)				(nojo)		Nível: Nível 2
3	(feliz)			(furioso)	(nojo)		Nível: Nível 2
4	(feliz)				(nojo)		Nível: Nível 2
5					(nojo)		Nível: Nível 2
6					(nojo)		Nível: Nível 3
7	(feliz)				(nojo)		Nível: Nível 2
8					(nojo)		Nível: Nível 3
9	(feliz)			(zangado)	(nojo)		Nível: Nível 3
10	(feliz)				(nojo)		Nível: Nível 3
11					(nojo)		Nível: Nível 2
12	(feliz)				(nojo)		Nível: Nível 3
15	(feliz)			(zangado)	(nojo)		Nível: Nível 3
16					(nojo)		Nível: Nível 3
17	(feliz)				(nojo)		Nível: Nível 3
18	(feliz)				(nojo)		Nível: Nível 2
20	(feliz)				(nojo)		Nível: Nível 3

Avaliação Final

Nº das Crianças	Nomeou as emoções através do recurso material?						Observações
	Alegria	Tristeza	Medo	Raiva	Aversão	Surpresa	
2					(nojo)		Nível: Nível 3
3	(feliz)				(nojo)		Nível: Nível 2
4	(feliz)			(zangado)	(nojo)		Nível: Nível 2
5					(nojo)		Nível: Nível 2
6					(nojo)		Nível: Nível 2
7					(nojo)		Nível: Nível 2
8					(nojo)		Nível: Nível 3
9					(nojo)		Nível: Nível 3
10	(feliz)				(nojo)		Nível: Nível 3
11					(nojo)		Nível: Nível 3
12	(feliz)				(nojo)		Nível: Nível 3
15					(nojo)		Nível: Nível 3
16					(nojo)		Nível: Nível 3
17	(feliz)				(nojo)		Nível: Nível 2
18	(feliz)				(nojo)		Nível: Nível 2
20					(nojo)		Nível: Nível 2

3. Compreender as emoções dos outros

a.

Avaliação Prévia

Pares de crianças	Momento	Conseguiu identificar e exprimir as emoções ao seu colega?	Conseguiu identificar a emoção exprimida pelo colega?	Observações
Par 1 (Crianças nº 11 e 15)	Parte 1	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº15)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº11)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
	Parte 2	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº11)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº15)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
Par 2 (Crianças nº 12 e 20)	Parte 1	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº12)	Conseguiu identificar apenas 2 emoções (Nº20)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 2
	Parte 2	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº20)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº12)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
Par 3 (Criança nº 10)	Parte 1	Conseguiu identificar e exprimir apenas 2 emoções		Quem expressa a emoção: Nível 2
	Parte 2	5	Conseguiu identificar as 3 emoções	Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
Par 4 (Criança nº 17)	Parte 1		Conseguiu identificar as 3 emoções	Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
	Parte 2	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções		Quem expressa a emoção: Nível 3
Par 5 (Criança nº 6)	Parte 1	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções		Quem expressa a emoção: Nível 3
	Parte 2		Conseguiu identificar apenas 2 emoções	Quem observa e identifica a emoção: Nível 2
Par 6 (Crianças nº 7 e 8)	Parte 1	Conseguiu identificar e exprimir apenas 1 emoção (Nº8)	Conseguiu identificar apenas 1 emoção (Nº7)	Quem expressa a emoção: Nível 1 Quem observa e identifica a emoção: Nível 1
	Parte 2	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº7)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº8)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
Par 7 (Crianças nº 3 e 4)	Parte 1	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº3)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº4)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
	Parte 2	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº4)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº3)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
Par 8 (Crianças nº 2 e 16)	Parte 1	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº2)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº16)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
	Parte 2	Conseguiu identificar e exprimir apenas 2 emoções (Nº16)	Conseguiu identificar apenas 2 emoções (Nº2)	Quem expressa a emoção: Nível 2 Quem observa e identifica a emoção: Nível 2
Par 9 (Criança nº 5)	Parte 1	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções		Quem expressa a emoção: Nível 3
	Parte 2		Conseguiu identificar as 3 emoções	Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
Par 10 (Crianças nº 9 e 18)	Parte 1	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº18)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº9)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
	Parte 2	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº9)	Conseguiu identificar apenas 2 emoções (Nº18)	Quem expressa a emoção: Nível 3

⁵ Nos espaços em branco, não coloquei os dados das crianças, uma vez que não tenho autorização dos encarregados de educação.

Avaliação Final

Pares de crianças	Momento	Conseguiu identificar e exprimir as emoções ao seu colega?	Conseguiu identificar a emoção exprimida pelo colega?	Observações
Par 1 (Crianças nº 11 e 15)	Parte 1	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº15)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº11)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
	Parte 2	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº11)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº15)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
Par 2 (Crianças nº 12 e 20)	Parte 1	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº12)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº20)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
	Parte 2	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº20)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº12)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
Par 3 (Criança nº 10)	Parte 1	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções		Quem expressa a emoção: Nível 3
	Parte 2		Conseguiu identificar as 3 emoções	Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
Par 4 (Criança nº 17)	Parte 1	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções		Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
	Parte 2		Conseguiu identificar as 3 emoções	Quem identificou a emoção: Nível 3
Par 5 (Criança nº 6)	Parte 1	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções		Quem expressa a emoção: Nível 3
	Parte 2		Conseguiu identificar as 3 emoções	Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
Par 6 (Crianças nº 7 e 8)	Parte 1	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº8)	Conseguiu identificar apenas 2 emoções (Nº7)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 2
	Parte 2	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº7)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº8)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
Par 7 (Crianças nº 4 e 5)	Parte 1	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº5)	Conseguiu identificar apenas 2 emoções (Nº4)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 2
	Parte 2	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº4)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº5)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
Par 8 (Crianças nº 2 e 16)	Parte 1	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº2)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº16)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
	Parte 2	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº16)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº2)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
Par 9 (Criança nº 9 e 18)	Parte 1	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº18)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº9)	Quem expressa a emoção: Nível 3
	Parte 2	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº9)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº18)	Quem observa e identifica a emoção: Nível 3

b.

Avaliação Prévia

Nº das Crianças	Nomeou as emoções através das diferentes situações?						Observações
	Alegria	Tristeza	Medo	Raiva	Aversão	Surpresa	
2	(felizes)				(nojo)		Nível: Nível 2
4	(felizes)				(nojo)		Nível: Nível 2
5					(nojo)		Nível: Nível 2
6	(felizes)			(zangada)	(nojo)		Nível: Nível 2
7	(felizes)				(nojo)		Nível: Nível 2
8					(nojo)		Nível: Nível 3
9	(felizes)			(zangada)			Nível: Nível 2
10	(felizes)				(nojo)		Nível: Nível 3
11					(nojo)		Nível: Nível 2
12	(felizes)				(nojo)		Nível: Nível 2
15	(felizes)			(zangada)	(nojo)		Nível: Nível 3
16					(nojo)		Nível: Nível 3
17	(felizes)			(zangada)	(nojo)		Nível: Nível 3
18	(felizes)				(nojo)		Nível: Nível 2
20	(felizes)				(nojo)		Nível: Nível 2

Avaliação Final

Nº das Crianças	Nomeou as emoções através das diferentes situações?						Observações
	Alegria	Tristeza	Medo	Raiva	Aversão	Surpresa	
2	(felizes)				(nojo)		Nível: Nível 3
4	(felizes)				(nojo)		Nível: Nível 3
5					(nojo)		Nível: Nível 3
6	(felizes)				(nojo)		Nível: Nível 2
7	(felizes)				(nojo)		Nível: Nível 2
8					(nojo)		Nível: Nível 3
9	(felizes)				(nojo)		Nível: Nível 3
10	(felizes)						Nível: Nível 3
11					(nojo)		Nível: Nível 3
12	(felizes)				(nojo)		Nível: Nível 3
15					(nojo)		Nível: Nível 2
16					(nojo)		Nível: Nível 3
17	(felizes)				(nojo)		Nível: Nível 3
18	(felizes)				(nojo)		Nível: Nível 2
20	(felizes)				(nojo)		Nível: Nível 3

- **Avaliação Prévia e Final da Consciência Emocional – 1.º Ciclo (1.º ano)**

1. **Tomar consciência das próprias emoções**

- a.

Avaliação Prévia

Nº das Crianças	Conseguiu expressar as emoções?						Conseguiu expressar o porquê?						Observações
	Alegria	Tristeza	Medo	Raiva	Aversão	Surpresa	Alegria	Tristeza	Medo	Raiva	Aversão	Surpresa	
1							Sim – “A jogar futebol e quando estou com o meu irmão.”	Sim – “Quando não estou com a minha avó.”	Sim – “Medo do escuro.”	Sim – “Quando pegam na bola.”	Sim – “Quando como vegetais.”	Sim – “Quando vejo um animal.”	Nível: Nível 4
2							Sim – “Quando estou a brincar com os meus amigos.”	Sim – “Quando os meus amigos não deixam brincar e estou sozinha.”	Sim – “Do escuro.”	Sim – “Quando um amigo me magoou.”	Sim – “Quando não gosto da comida.”	Sim – “Quando os meus amigos dão prendas e não sei o que é.”	Nível: Nível 4
3							Sim – “Na rua a brincar com os amigos.”	Sim – “Quando perco alguma coisa.”	Sim – “Medo do escuro, quando a porta está fechada.”	Sim – “Quando alguém faz mal à gente.”	Sim – “Cenoura e tomate.”	Sim – “Quando vejo um gato na minha casa, à janela.”	Nível: Nível 4
4							Sim – “Quando estou com os meus amigos e a minha família.”	Sim – “Quando perco alguma coisa e quando me magoo.”	Sim – “Quando estou sozinha no escuro.”	Sim – “Quando alguém me magoa.”	Sim – “Quando como alguma coisa que não gosto.”	Sim – “Quando a minha mãe dá alguma coisa, carinho e beijinhos.”	Nível: Nível 4
5							Sim – “Quando uma auxiliar nos vem buscar para almoçar.”	Sim – “Quando a minha equipa perde a jogar futebol.”	Sim – “Medo de morrer.”	Sim – “Quando o mano me bate.”	Sim – “Brócolos.”	Sim – “Quando alguém me faz uma surpresa secreta.”	Nível: Nível 4
6							Sim – “Quando estou a jogar roblox.”	Não	Sim – “A minha irmã tem medo do escuro.”	Sim – “Os meus pais quando estão zangados.”	Sim – “A minha irmã não gosta de puré de batata.”	Sim – “Quando a minha família dá as surpresas que gosto.”	Nível: Nível 3

7							Sim – “Quando estou no recreio.”	Sim – “Quando vou para a cama, não gosto de dormir.”	Sim – “Quando fica de noite.”	Sim – “Quando o meu pai e a minha mãe ralham comigo por uma coisa que não fiz.”	Sim – “Quando estou a comer legumes.”	Sim – “Quando acontece alguma coisa que não sabia.”	Nível: Nível 4
8							Sim – “Quando estou em casa a brincar.”	Sim – “Quando ninguém quer brincar comigo.”	Sim – “Quando estou a dormir, tenho medo do escuro.”	Sim – “Quando a minha mãe ou o meu pai chateia-se.”	Sim – “Nojo de aranhas.”	Sim – “Quando a mãe me deu um peluche.”	Nível: Nível 4
9							Sim – “Quando estou com os meus amigos.”	Sim – “Quando alguém não quer brincar comigo.”	Sim – “Quando a minha mana faz a cara de monstro.”	Sim – “Quando a minha mana me irrita.”	Sim – “Quando como queijo amarelo.”	Sim – “Quando a minha mãe deu-me um vestido e uma pulseira.”	Nível: Nível 4
10							Sim – “Quando estou a brincar com os amigos.”	Sim – “Quando o mano fica com as coisas que faço.”	Sim – “Medo de aranhas.”	Sim – “Quando o meu irmão me chateia.”	Sim – “Couve roxa.”	Sim – “Quando alguém me traz alguma coisa.”	Nível: Nível 4
11							Não	Sim – “Triste porque não fiquei na equipa de um amigo.”	Sim – “De aranha.”	Sim – “Quando invadem o meu espaço.”	Sim – “Cenoura crua.”	Sim – “Receber presentes no natal.”	Nível: Nível 3
12							Sim – “Quando faço alguma coisa que gosto.”	Sim – “Quando ia brincar com um amigo e já não posso.”	Sim – “Quando vou a algum sítio escuro e não estou com ninguém.”	Sim – “Quando os meninos do 4º ano não deixam estar no nosso lugar.”	Sim – “Quando como laranja e não gosto.”	Sim – “Quando recebo alguma coisa que não estava à espera.”	Nível: Nível 4

Avaliação Final

Nº das Crianças	Conseguiu expressar as emoções?						Conseguiu expressar o porquê?						Observações
	Alegria	Tristeza	Medo	Raiva	Aversão	Surpresa	Alegria	Tristeza	Medo	Raiva	Aversão	Surpresa	
1							Sim - "Quando estou a brincar com os meus amigos."	Sim - "Quando roubam a bola."	Sim - "Quando aparecem bichos à minha frente."	Sim - "Quando roubam coisas."	Sim - "Quando como coisas nojentas, que não gosto."	Sim - "Quando recebi umas sapatilhas."	Nível: Nível 4
2							Sim - "Quando ando a brincar com os meus amigos."	Sim - "Quando os meus amigos não brincam comigo."	Sim - "Medo de aranhas."	Sim - "Quando os meus amigos me chateiam."	Sim - "Quando não gosto de algum comer."	Sim - "Quando recebi uma surpresa de que não estava à espera."	Nível: Nível 4
3							Sim - "Quando fiquei sete dias com a minha mãe."	Sim - "Quando passa os dias que já estive com a minha mãe."	Sim - "Quando fecham a porta e fica tudo escuro."	Sim - "Quando a minha irmã rasga uma folha."	Sim - "Quando como legumes, que nojo!"	Sim - "Quando a minha avó comprou um cão."	Nível: Nível 4
4							Sim - "Quando fui patinar."	Sim - "Quando me aleijei na mão."	Sim - "Medo de aranhas."	Sim - "Quando os meus amigos me chateiam."	Sim - "Como legumes, ou como a massa que comi ontem ⁶ ."	Sim - "Quando a minha avó recebeu uma cadela."	Nível: Nível 4
5							Sim - "Sinto alegria no meu dia de aniversário."	Sim - "Quando de manhã estava com dores de barriga."	Sim - "Quando me chateio com alguém."	Sim - "Quando acordo a meio da noite e está escuro."	Sim - "Quando comi brócolos no refeitório."	Sim - "No meu dia de anos, quando veem muitas pessoas."	Nível: Nível 4
6							Sim - "Quando estou a brincar com os meus amigos."	Sim - "Quando não tenho televisão."	Sim - "A minha mana tem medo do escuro e eu às vezes quando estou sozinho."	Sim - "Quando eu irrito a mana, ela fica com raiva."	Sim - "Brócolos."	Sim - "No natal, quando deram uma prenda que eu gostei."	Nível: Nível 4
7							Sim - "Quando fui à patinagem do gelo."	Sim - "Quando vou para a cama, o dia acaba."	Sim - "Medo de ficar sozinha e as luzes apagadas."	Sim - "Quando não posso fazer nada que eu goste."	Sim - "Quando uma coisa cai ao chão, que é nojento."	Sim - "Quando acontecem coisas muito divertidas que não estava à espera."	Nível: Nível 4
8							Sim - "Quando não deixam ir"	Sim - "Quando não deixam ir"	Sim - "Quando estou ao"	Sim - "Quando alguém não faz"	Sim - "Quando como algo que"	Sim - "Quando a mãe deu um"	Nível: Nível 4

⁶ Algumas crianças referiram esta massa como "empapada", que não gostaram.

							estou a brincar com os meus amigos.”	buscar uma coisa.”	escuro.”	uma coisa que eu queria.”	não gosto.”	peluche.”	
9							Sim - “Quando brinco com os meus amigos.”	Sim - “Quando alguém já não é meu amigo.”	Sim - “Quando as luzes da casa da minha avó apagaram.”	Sim - “Quando a minha mana irrita-me.”	Sim - “Quando alguém mete coisas em cima da mesa que estavam no chão.”	Sim - “Quando os meus pais deram um bolo que pensava que era normal.”	Nível: Nível 4
10							Sim - “Quando faço estes jogos agora, porque estou a brincar contigo.”	Sim - “Quando o meu mano destruiu uma coisa minha.”	Sim - “Medo de aranhas.”	Sim - “Quando o meu irmão me bateu.”	Sim - “Não gosto de alface roxa.”	Sim - “Quando me deram um mealheiro para pôr dinheiro.”	Nível: Nível 4
11							Sim - “Quando estava a brincar com um amigo.”	Sim - “Quando a outra turma invadiu o nosso espaço.”	Sim - “Quando eu tive um pesadelo.”	Sim - “Quando a minha irmã destrói coisas que estava a fazer.”	Sim - “Quando como marisco.”	Sim - “Quando recebi um dinossauro.”	Nível: Nível 4
12							Sim - “Quando saí de casa do isolamento.”	Sim - “Quando nos últimos dois dias tu não vieste.”	Sim - “Quando vi uma aranha no meu quintal.”	Sim - “Quando uma amiga minha me ignorou.”	Sim - “Quando como laranja.”	Sim - “Quando tu vieste hoje.”	Nível: Nível 4

b.

Avaliação Prévia⁷

Nº das Crianças	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Conseguiu expressar como se sente?												
1.º Dia	Não	Sim (Alegria)	---	Sim (Alegria)	Sim (Raiva)	Sim (Surpresa)	Sim (Triste)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)
2.º Dia	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Tristeza)	Sim (Surpresa)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)
3.º Dia	Sim (Outra)	Sim (Alegria)	Sim (Triste/Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Outra)	Sim (Outra)	Sim (Surpresa)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)
4.º Dia	Sim (Alegria)	---	Sim (Alegria/Outra)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria/Tristeza)	Sim (Outra)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)
5.º Dia	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Outra)	Sim (Alegria)	Sim (Outro)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	---
Conseguiu explicar o porquê?												
1.º Dia	Não	Sim – “Porque ando a brincar com os meus amigos.”	---	Sim – “Porque estou na escola.”	Sim – “O intervalo está a ser uma seca.”	Sim – “A minha vizinha deu-me uma prenda.”	Sim – “Estou com uma doença que está a chatear-me.” (dores de cabeça)	Sim – “Porque estou a brincar com os meninos.”	Sim – “Estou a brincar com os meus amigos.”	Sim – “Porque estou a brincar.”	Sim – “Joguei futebol.”	Sim – “Porque vou almoçar a casa.”
2.º Dia	Sim – “Estou a jogar.”	Sim – “Porque estou a divertir-me a brincar com os meus amigos.”	Sim – “Porque no fim de semana vou estar com a minha mãe 3 dias.”	Sim – “Porque estou a brincar com as minhas amigas.”	Sim – “O dia está a correr mal, mas estou um pouco feliz.”	Sim – “Porque a vizinha deu-me uma prenda.”	Sim – “Porque estou a brincar com os meus amigos.”	Sim – “Estou a brincar com os meus amigos.”	Sim – “Porque estou a brincar com os meus amigos.”	Sim – “Estou a brincar com alguns meus amigos.”	Sim – “Estou a jogar à bola com os amigos.”	Sim – “Porque é sexta-feira.”
3.º Dia	Sim – “Bem, porque estou a jogar futebol.”	Sim – “Porque estou a brincar com os meus amigos e a divertir-me.”	Sim – “Porque ainda falta para ver a minha mãe. Mas também estou alegre porque faltam dois dias para a escola.”	Sim – “Porque estou na escola e a brincar com as minhas amigas.”	Sim – “Porque o recreio está a ser aborrecido.”	Sim – “Porque estou a brincar com os meus amigos.”	Sim – “Porque não sabia que vínhamos para o ginásio e está a ser divertido.”	Sim – “Porque estou a brincar com os meus amigos.”	Sim – “Porque estou a brincar com os meus amigos e estou a divertir-me muito.”	Sim – “Porque estou a construir um percurso com os meus amigos.”	Sim – “Porque estou a brincar com os meus amigos.”	Sim – “Porque gosto de brincar no ginásio.”

⁷ A avaliação não foi realizada numa só semana, uma vez que frequentava o contexto, em cada semana, durante 4 dias.

			acabar e vou aos anos da amiga e ver a minha mãe.”									
4.º Dia	Sim – “Porque estou ao pé do meu irmão no recreio.”	---	Sim – “Calma, porque adoro a natureza e o vento. E feliz, porque estou a brincar com os meus amigos.”	Sim – “Porque estou na escola e estou a brincar.”	Sim – “Estou a sentir alegria e tristeza, porque fui almoçar a casa, mas fiquei triste por não ter jogado no campo.”	Sim – “Calmo, ainda não brinquei e estou calmo.”	Sim – “Porque adoro a hora do recreio.”	Sim – “Porque estou a brincar com os meus amigos.”	Sim – “Porque estou com os meus amigos.”	Sim – “Porque estou a brincar com alguns amigos.”	Sim – “Porque agora vou brincar.”	Sim – “Porque fui almoçar a casa e fiz uma surpresa aos meus avós.”
5.º Dia	Sim – “Porque estou a jogar à bola.”	Sim – “Porque estou a brincar com os meus amigos e encontrei uma coisa especial (caracol).”	Sim – “Porque comi muito ou comi algo que fazia mal, não sei.”	Sim – “Porque estou com os meus amigos.”	Sim – “Desci as escadas e caí para o chão, dói as costas.”	Sim – “Porque estou a brincar com os meus amigos.”	Sim – “Porque estou a brincar com as minhas amigas.”	Sim – “Porque estou a brincar com uma amiga.”	Sim – “Porque caiu-me os dentes e porque tinha saudades das professoras.”	Sim – “Porque estou a brincar.”	Sim – “Porque estou a brincar na escola.”	---
Observações	Nota: No 3.º dia, a criança referiu que sentia bem, não definindo nenhuma emoção para o que estaria a sentir. Nível: Nível 3	Nível: Nível 3	Nota: No 4.º dia, a criança referiu que sentia-se calma. No 5.º dia, a criança referiu que sentia-se enjoada. Nível: Nível 3	Nível: Nível 3	Nota: No 3.º dia, a criança referiu que sentia-se aborrecida. Já no 5.º dia, a criança referiu que sentia com dores – “aleijado”. Nível: Nível 3	Nota: No 3.º dia, a criança referiu que sentia-se divertida. Já no 4.º dia sentia-se calma. Nível: Nível 3	Nível: Nível 3	Nível: Nível 3	Nível: Nível 3	Nível: Nível 3	Nível: Nível 3	Nível: Nível 3

Avaliação Final

Nº das Crianças	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12 ⁸
Conseguiu expressar como se sente?												
1.º Dia	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	---
2.º Dia	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	---	Sim (Surpresa)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Raiva)	Sim (Alegria)	Sim (Raiva)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	---
3.º Dia	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	---	Sim (Triste)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	---	Sim (Triste)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	---
4.º Dia	Sim (Alegria)	Sim (Aversão - Nojo)	Sim (Triste)	Sim (Triste)	Sim (Alegria)	Não – “Não sinto nada.”	Sim (Alegria)	Sim (Aversão - nojo)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)
5.º Dia	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Outra)	Sim (Alegria/Raiva)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)
Conseguiu explicar o porquê?												
1.º Dia	Não – “É uma resposta difícil.”	Sim – “Porque ando na escola a brincar com os meus amigos.”	Sim – “Porque estou a fazer tiktoks e a brincar com os meus amigos.”	Sim – “Porque estou na escola.”	Sim – “Porque estou a jogar futebol com os meus amigos.”	Sim – “Porque estou a brincar com os meus amigos.”	Sim – “Porque adoro as professoras.”	Sim – “Porque estou a brincar com os meus amigos.”	Sim – “Porque estou com os meus amigos e com vocês.”	Sim – “Porque estou a brincar com uma amiga.”	Sim – “Porque estou a brincar.”	---
2.º Dia	Sim – “Porque estou na equipa futebol dele.” (colega)	Sim – “Porque ando a brincar com os meus amigos.”	---	Sim – “Porque estamos a trabalhar um novo livro.”	Sim – “Porque estou a jogar com os meus amigos.”	Sim – “Porque estou a brincar com os meus amigos.”	Sim – “Porque acho que estou a perder a voz.”	Sim – “Porque estou a brincar com os meus amigos.”	Sim – “Porque estou a zangada com ela.” (colega)	Sim – “Porque estou a brincar com os meus amigos.”	Sim – “Porque estou a brincar.”	---
3.º Dia	Não – “Não sei porquê.”	Sim – “Porque ando a divertir-me muito.”	---	Sim – “Porque nunca mais nos livramos do COVID.”	Sim – “Porque estou com os meus amigos.”	Sim – “Porque estou a brincar com os meus amigos.”	Sim – “Porque estou a brincar com os meus amigos.”	---	Sim – “Porque temos que usar máscara.”	Sim – “Porque estou a brincar.”	Sim – “Porque estou a brincar com os meus amigos.”	---
4.º Dia	Sim – “Porque estive a jogar futebol com o meu primo.”	Sim – “Por causa da massa do almoço.”	Sim – “Porque de manhã senti saudades da escola.”	Sim – “Porque aleijei-me a mão.”	Sim – “Estou feliz porque brinquei com os meus amigos, mas também zangado	Não	Sim – “Porque nas AE fui à teia de aranha (cordas).”	Sim – “Porque o almoço enjoou-me.”	Sim – “Porque brinquei com as minhas amigas.”	Sim – “Porque estive com os meus amigos.”	Sim – “Porque estive a brincar.”	Sim – “Porque estive a brincar com as minhas amigas.”

⁸ Apesar de a criança ter faltado nos primeiros três dias que avalei, considerei a mesma como no nível 3, já que conseguiu identificar a emoção que estaria a sentir e a explicar porquê.

					porque os amigos não deixavam às vezes brincar.”							
5.º Dia	Não – “Não sei.”	Sim – “Porque estou na escola.”	Sim – “Porque faço anos.”	Sim – “Porque a ferida já me passou.”	Sim – “Porque a mãe fez o lanche que eu gosto.”	Sim – “Porque estou a fazer os trabalhos.”	Sim – “Porque não estou sozinha no lugar da mesa.”	Sim – “Porque vou brincar com os meus amigos.”	Sim – “Porque estou com as minhas amigas e contigo.”	Sim – “Porque joguei ping-pong.”	Sim – “Porque vou brincar.”	Sim – “Porque hoje estás cá.”
Observações	Nível: Nível 2	Nível: Nível 3	Nível: Nível 3	Nota: No 5.º dia, a criança referiu que sentia-se calma. Nível: Nível 3	Nível: Nível 3	Nível: Nível 3	Nível: Nível 3	Nível: Nível 3	Nível: Nível 3	Nível: Nível 3	Nível: Nível 3	Nível: Nível 3

2. Identificar o nome das próprias emoções

a.

Avaliação Prévia

Nº das Crianças	Parte 1: Identificou a emoção na imagem?						Parte 2: Conseguiu expressar o nome da emoção através da imagem?						Observações
	Alegria	Tristeza	Medo	Raiva	Aversão	Surpresa	Alegria	Tristeza	Medo	Raiva	Aversão	Surpresa	
1							(feliz)			(bravo)	(nojo)		Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3
2							(feliz)				(nojo)		Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N2
3											(nojo)		Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3
4							(feliz)			(zangado)	(nojo)		Nível – Parte 1: N2 Nível – Parte 2: N2
5											(nojo)		Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N2
6													Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N2
7													Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N2
8													Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N2
9											(nojo)		Nível – Parte 1: N3

10												(nojo)		Nível – Parte 2: N3 Nível – Parte 1: N3
11							(feliz)							Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N2
12												(nojo)		Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3

Avaliação Final

Nº das Crianças	Parte 1: Identificou a emoção na imagem?						Parte 2: Conseguiu expressar o nome da emoção através da imagem?						Observações	
	Alegria	Tristeza	Medo	Raiva	Aversão	Surpresa	Alegria	Tristeza	Medo	Raiva	Aversão	Surpresa		
1							(feliz)					(zangado)		Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3
2							(felicidade)					(nojo)		Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3
3												(nojo)		Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3
4							(feliz)							Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3
5							(felicidade)					(zangado)	(nojo)	Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3
6													(nojo)	Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3
7													(nojo)	Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3
8													(nojo)	Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3
9							(feliz)					(zangado)	(nojo)	Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3
10													(nojo)	Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3
11							(feliz)						(nojo)	Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3
12													(nojo)	Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3

b.

Avaliação Prévia

Nº das Crianças	Nomeou as emoções através do recurso material?						Observações
	Alegria	Tristeza	Medo	Raiva	Aversão	Surpresa	
1	(feliz)			(bravo)	(nojo)		Nível: Nível 2
2	(feliz)						Nível: Nível 2
3				(zangado)	(nojo)		Nível: Nível 3
4	(feliz)			(zangado)	(nojo)		Nível: Nível 2
5				(zangado)	(nojo)		Nível: Nível 2
6					(nojo)		Nível: Nível 2
7	(feliz)				(nojo)		Nível: Nível 3
8	(feliz)				(nojo)		Nível: Nível 2
9	(feliz)						Nível: Nível 2
10	(feliz)			(chateado)			Nível: Nível 2
11	(feliz)						Nível: Nível 2
12					(nojo)		Nível: Nível 3

Avaliação Final

Nº das Crianças	Nomeou as emoções através do recurso material?						Observações
	Alegria	Tristeza	Medo	Raiva	Aversão	Surpresa	
1	(feliz)						Nível: Nível 3
2	(felicidade)				(nojo)		Nível: Nível 3
3	(feliz)						Nível: Nível 3
4	(feliz)			(zangado)	(nojo)		Nível: Nível 3
5				(zangado)	(nojo)		Nível: Nível 3
6					(nojo)		Nível: Nível 3
7					(nojo)		Nível: Nível 3
8					(nojo)		Nível: Nível 3
9				(zangado)	(nojo)		Nível: Nível 3
10					(nojo)		Nível: Nível 3
11	(feliz)			(raivoso)	(nojo)		Nível: Nível 3
12					(nojo)		Nível: Nível 3

3. Compreender as emoções dos outros

a.

Avaliação Prévia

Pares de crianças	Momento	Conseguiu identificar e exprimir as emoções ao seu colega?	Conseguiu identificar a emoção exprimida pelo colega?	Observações
Par 1 (Crianças nº 1 e 12)	Parte 1	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº12)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº 1)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
	Parte 2	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº1)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº12)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
Par 2 (Crianças nº 2 e 7)	Parte 1	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº2)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº7)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
	Parte 2	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº7)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº2)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
Par 3 (Crianças nº 3 e 10)	Parte 1	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº 3)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº10)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
	Parte 2	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº10)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº3)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
Par 4 (Crianças nº 5 e 11)	Parte 1	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº5)	Conseguiu identificar apenas 2 emoções (Nº11)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 2
	Parte 2	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº11)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº5)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
Par 5 (Crianças nº 8 e 6)	Parte 1	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº6)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº8)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
	Parte 2	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº8)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº6)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
Par 6 (Crianças nº 4 e 9)	Parte 1	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº9)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº4)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
	Parte 2	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº4)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº9)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3

Avaliação Final

Pares de crianças	Momento	Conseguiu identificar e exprimir as emoções ao seu colega?	Conseguiu identificar a emoção exprimida pelo colega?	Observações
Par 1 (Crianças nº 1 e 12)	Parte 1	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº12)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº 1)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
	Parte 2	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº1)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº12)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
Par 2 (Crianças nº 2 e 7)	Parte 1	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº2)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº7)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
	Parte 2	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº7)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº2)	Quem expressa a emoção: Nível Quem observa e identifica a emoção: Nível
Par 3 (Crianças nº 3 e 10)	Parte 1	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº 3)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº10)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
	Parte 2	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº10)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº3)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
Par 4 (Crianças nº 5 e 11)	Parte 1	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº5)	Conseguiu identificar apenas 2 emoções (Nº11)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 2
	Parte 2	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº11)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº5)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
Par 5 (Crianças nº 8 e 6)	Parte 1	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº6)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº8)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
	Parte 2	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº8)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº6)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
Par 6 (Crianças nº 4 e 9)	Parte 1	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº9)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº4)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
	Parte 2	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº4)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº9)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3

b.

Avaliação Prévia

Nº das Crianças	Nomeou as emoções através das diferentes situações?						Observações
	Alegria	Tristeza	Medo	Raiva	Aversão	Surpresa	
1	(feliz)				(nojo)		Nível: Nível 3
2	(feliz)				(nojo)		Nível: Nível 2
3					(nojo)		Nível: Nível 2
4	(feliz)				(nojo)		Nível: Nível 2
5	(feliz)			(zangada)	(nojo)		Nível: Nível 3
6	(feliz)				(nojo)		Nível: Nível 2
7	(feliz)				(nojo)		Nível: Nível 3
8	(feliz)				(nojo)		Nível: Nível 2
9	(feliz)				(nojo)		Nível: Nível 2
10	(feliz)				(nojo)		Nível: Nível 2
11	(feliz)				(nojo)		Nível: Nível 2
12					(aversão)		Nível: Nível 3

Avaliação Final

Nº das Crianças	Nomeou as emoções através das diferentes situações?						Observações
	Alegria	Tristeza	Medo	Raiva	Aversão	Surpresa	
1	(felizes)				(aversão)		Nível: Nível 2
2	(felizes)			(zangada)	(nojo)		Nível: Nível 3
3	(felizes)				(nojo)		Nível: Nível 3
4	(felizes)			(zangada)	(nojo)		Nível: Nível 3
5	(felizes)				(aversão)		Nível: Nível 3
6					(nojo)		Nível: Nível 2
7	(felizes)				(nojo)		Nível: Nível 3
8	(felizes)				(nojo)		Nível: Nível 2
9	(felizes)				(nojo)		Nível: Nível 2
10					(nojo)		Nível: Nível 3
11	(felizes)				(nojo)		Nível: Nível 2
12	(felizes)				(nojo)		Nível: Nível 3

• **Avaliação Prévia e Final da Consciência Emocional – 1.º Ciclo (4.º ano)**

1. Tomar consciência das próprias emoções

a.

Avaliação Prévia

Nº das Crianças	Conseguiu expressar as emoções?						Conseguiu expressar o porquê?						Observações
	Alegria	Tristeza	Medo	Raiva	Aversão	Surpresa	Alegria	Tristeza	Medo	Raiva	Aversão	Surpresa	
1							Sim – “No dia dos meus anos.”	Sim – “Quando eu brigo com os amigos.”	Sim – “Quando era pequena e não conseguia dormir por causa do escuro.”	Sim – “Quando o meu pai acusa-me de alguma coisa.”	Sim – “Quando a pizza está estragada.”	Sim – “Quando tenho um animal novo.”	Nível: Nível 4
2							Sim – “Quando estou com os meus amigos.”	Sim – “Quando as minhas amigas não vão para a minha casa.”	Sim – “Quando levo trabalhos de casa.”	Sim – “Quando o meu irmão irrita-me.”	Sim – “Quando a ementa da escola é má.”	Sim – “Quando vou a casa de uma amiga.”	Nível: Nível 4
3							Sim – “Quando estou com os meus amigos.”	Sim – “Quando descobro que os meus amigos falam mal de mim.”	Sim – “Quando estou muito tempo sozinha em casa à noite.”	Sim – “Quando alguém começa a gozar comigo.”	Sim – “Tenho nojo de pessoas falsas.”	Sim – “Quando os meus pais deram-me um telemóvel.”	Nível: Nível 4
4							Sim – “Quando estou com os meus amigos.”	Sim – “Quando fico de castigo.”	Sim – “Quando aparecem aranhas.”	Sim – “Quando falam por cima de mim.”	Sim – “Alho francês.”	Sim – “Quando me dão algum presente.”	Nível: Nível 4
5							Sim – “Quando estou com os meus pais.”	Sim – “Quando apanhei covid.”	Sim – “Quando vi um filme de terror.”	Sim – “Quando gritam comigo.”	Sim – “Quando a minha mãe faz iscas.”	Sim – “Quando recebo um presente no dia de aniversário.”	Nível: Nível 4
6							Não	Sim – “Quando tive covid.”	Sim – “Quando entrei no 1.º ano.”	Sim – “Quando me chatee com uma amiga.”	Sim – “Caracóis.”	Sim – “Quando recebi uma prenda.”	Nível: Nível 3
7							Sim – “Quando	Sim – “Quando não	Sim – “Tubarões.”	Sim – “Quando o meu irmão	Sim – “Peixe.”	Sim – “A minha festa de	Nível: Nível 4

							entrei no "Estrela" (clube de futebol)."	posso fazer desporto."		bagunça o meu quarto todo."		anos."	
8							Sim – "Na minha festa de anos."	Sim – "Quando já não vou a casa de um amigo."	Sim – "Questões de aula."	Sim – "Quando o meu irmão atinge as minhas costas."	Sim – "Sujidade da loiça."	Sim – "Quando um amigo mostrou a sua PS4."	Nível: Nível 4
9							Sim – "Quando ganhei uma bola."	Sim – "Quando deixei cair o telemóvel e partiu."	Sim – "Escuro."	Sim – "Quando me tiram a bola."	Sim – "Quando não gosto da comida."	Sim – "Quando ganho prendas boas."	Nível: Nível 4
10							Sim – "Quando ganhei a minha primeira Nintendo Switch."	Sim – "Quando tomava banho no mar e a nintendo caiu na água."	Sim – "Monstros nos jogos."	Sim – "Quando perdi os níveis de um jogo."	Sim – "Quando não gostei de um comer."	Sim – "Quando recebi um jogo."	Nível: Nível 4
11							Sim – "Quando é sexta-feira."	Sim – "Quando não vou a um treino."	Sim – "De levar tarefa."	Sim – "Quando me chamam nomes."	Sim – "Lesma."	Sim – "Quando não tenho trabalhos."	Nível: Nível 4
12							Sim – "Quando recebi a minha mota."	Sim – "Quando o meu cavalo se foi embora."	Sim – "Quando a minha mãe saiu de casa e fiquei sozinho na primeira vez."	Sim – "Quando pego uma coisa do meu pai e ele não deixa."	Sim – "Quando como brócolos."	Sim – "Quando a minha mãe deu o meu primeiro equipamento de futebol."	Nível: Nível 4

Avaliação Final

Nº das Crianças	Conseguiu expressar as emoções?						Conseguiu expressar o porquê?						Observações
	Alegria	Tristeza	Medo	Raiva	Aversão	Surpresa	Alegria	Tristeza	Medo	Raiva	Aversão	Surpresa	
1							Sim – “Quando ganhei a minha coelha.”	Sim – “Quando a coelha morreu.”	Sim – “Quando estou às escuras no meu quarto.”	Sim – “Quando estava a brigar com o meu pai por causa de uma coisa.”	Sim – “Quando vejo carraças.”	Sim – “Quando no natal ganhei um presente que sempre quis.”	Nível: Nível 4
2							Sim – “Quando estou na escola, no recreio.”	Sim – “Quando levamos trabalhos de casa.”	Sim – “Quando saio no quarto e não vejo o meu irmão com medo de levar um susto.”	Sim – “Quando o meu irmão irrita-me.”	Sim – “Quando a comida da escola é má.”	Sim – “Quando ganhei o meu gato, fiquei surpreendida.”	Nível: Nível 4
3							Sim – “Quando recebi o meu telemóvel.”	Sim – “Quando alguém culpa-me por alguma coisa que não fiz.”	Sim – “Quando estava no carro e um homem desconhecido bateu no vidro.”	Sim – “Quando as minhas amigas deixam-me de parte.”	Sim – “Quando me obrigaram a comer ervilhas.”	Sim – “Quando ia para dizer uma coisa e esqueci-me.”	Nível: Nível 4
4							Sim – “Quando ganhei o meu cão.”	Sim – “Quando fico de castigo.”	Sim – “Medo do escuro.”	Sim – “Quando alguém fala por cima de mim.”	Sim – “Nojo de legumes.”	Sim – “Quando me fazem alguma coisa que não estou a imaginar que pode ser.”	Nível: Nível 4
5							Sim – “Quando fiz anos.”	Sim – “Quando o meu periquito morreu.”	Sim – “Quando fiquei sozinha em casa.”	Sim – “Quando o meu primo destruiu a minha barbie.”	Sim – “Quando provei iscas.”	Sim – “Quando a minha mãe fez uma festa surpresa.”	Nível: Nível 4
6							Sim – “Quando recebi o meu cão.”	Sim – “Quando foi o aniversário da minha avó que já morreu.”	Sim – “Quando fiquei sozinha em casa.”	Sim – “Quando a minha irmã chateia-me.”	Sim – “Quando experimentei um legume que não gostei.”	Sim – “Quando recebi o meu cão.”	Nível: Nível 4
7							Sim – “Quando entrei no futebol.”	Sim – “Quando a minha gata fugiu.”	Sim – “Primeira vez que fiquei sozinho em casa.”	Sim – “Quando o meu irmão desarruma o meu quarto.”	Sim – “Nojo de brócolos.”	Sim – “Quando uma amiga deu-me umas chuteiras.”	Nível: Nível 4
8							Sim – “Quando recebi a	Sim – “Quando perdi uma carta do	Sim – “Se tiver uma má nota.”	Sim – “Quando gozam com alguém.”	Sim – “Quando como peixe com batatas.”	Sim – “Quando recebo	Nível: Nível 4

							minha carta de Pokémon.”	Pokémon.”				presentes.”	
9							Sim – “Quando ganhei um porquinho-da-índia.”	Sim – “Quando o porquinho-da-índia morreu.”	Sim – “Quando estou na casa de banho às escuras.”	Sim – “Quando a minha prima destrói os puzzles.”	Sim – “Quando provei brócolos.”	Sim – “Quando o meu primo favorito veio a casa sem eu saber.”	Nível: Nível 4
10							Sim – “Quando joguei um jogo.”	Sim – “Quando não passei um nível.”	Sim – “Quando um personagem transformou em algo assustador.”	Sim – “Quando não consegui apanhar uma coisa no jogo.”	Sim – “Quando vi a minha gata a comer uma mosca.”	Sim – “Quando descobri que a minha consola é um “DS”, muito rara.”	Nível: Nível 4
11							Sim – “Quando ganhei umas chuteiras do Messi.”	Sim – “Quando levei trabalhos de casa nas férias do inverno.”	Sim – “Quando o meu pai pede para cortar a madeira.”	Sim – “Quando chuto para a baliza e chuto mal.”	Sim – “Tenho nojo quando alguém vomita.”	Sim – “Quando ganhei a bateria.”	Nível: Nível 4
12							Sim – “Quando recebi a minha mota.”	Sim – “Quando o meu cavalo foi embora.”	Sim – “Quando fiquei sozinho na primeira vez em casa.”	Sim – “Quando peço uma coisa ao meu pai e ele não deixa.”	Sim – “Não gosto de brócolos.”	Sim – “Quando ganhei o primeiro equipamento.”	Nível: Nível 4

b.

Avaliação Prévia

Nº das Crianças	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Conseguiu expressar como se sente?												
1.º Dia	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Não	Sim (Alegria)	---
2.º Dia	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Triste)	Sim (Alegria)	Não	Sim (Outra)	Não	Sim (Outro)
3.º Dia	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Não	Sim (Alegria)	Sim (Triste)	Não	Sim (Alegria)	Sim (Outra)	Não	Sim (Alegria)
4.º Dia	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Não	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Outra)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)
5.º Dia	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Triste)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	---	Sim (Alegria)	Sim (Surpresa)
Conseguiu explicar o porquê?												
1.º Dia	Sim – “Porque estou com as minhas amigas.”	Sim – “Porque estou a divertir-me.”	Sim – “Porque estou com os meus amigos.”	Sim – “Porque depois das aulas vou brincar com umas amigas.”	Sim – “Porque gosto de estar na escola.”	Sim – “Porque raramente estou triste.”	Sim – “Porque amanhã um amigo vem à minha casa.”	Sim – “Porque estou ao pé do meu amigo.”	Sim – “Porque amanhã vou ter festa de aniversário e comer doces.”	Sim – “Não está a acontecer nada de especial, é um dia normal, feliz, a brincar.”	Sim – “Porque é sexta-feira.”	---
2.º Dia	Sim – “Porque estou a brincar com as minhas amigas.”	Sim – “Porque estou com os meus amigos.”	Sim – “Porque estou com os meus amigos.”	Sim – “Porque estou com os meus amigos.”	Sim – “Porque sou feliz.”	Não – “Simplesmente estou feliz”	Sim – “Porque não posso fazer algumas coisas físicas.”	Sim – “Porque estive a jogar com o meu melhor amigo.”	Não	Sim – “Porque andei a correr muito atrás de um amigo.”	Sim – “Sinto-me bem quando estou a jogar basquete.”	Sim – “Porque eu queria ir andar de bicicleta e se calhar não vai dar.”
3.º Dia	Sim – “Porque estou a brincar com a minha primeira amiga.”	Sim – “Porque estou com as minhas amigas.”	Não – “Sinto feliz.”	Sim – “Porque estou a brincar no recreio com os meus amigos.”	Sim – “Porque estou com as minhas amigas.”	Não	Sim – “Porque não posso brincar como queria.”	Sim – “Porque o dia está a correr bem.”	Sim – “Porque comi gelatina.”	Sim – “Porque já só falta uma aula para ir para casa.”	Sim – “Porque hoje vou ao treino de futebol.”	Sim – “Porque hoje vou ao rãguebi.”
4.º Dia	Sim – “Porque estou a brincar com as minhas amigas.”	Sim – “Porque estou com as minhas amigas.”	Sim – “Porque estou a divertir-me com os meus amigos.”	Sim – “Porque estou a ver o jogo e é giro.”	Sim – “Porque está um dia bom.”	Não – “Eu nunca sei.”	Sim – “Porque estou a jogar basquete.”	Sim – “Porque finalmente consigo estar sossegado com o meu amigo.”	Sim – “Porque comi gelatina.”	Sim – “Porque estou com preguiça e não me apetece fazer nada.”	Sim – “Porque hoje vou ao treino.”	Não

5.º Dia	Sim – “Porque estou com a minha amiga.”	Sim – “Porque estou com as minhas amigas.”	Sim – “Porque uma amiga minha vai à minha casa.”	Sim – “Porque estou com as minhas amigas.”	Sim – “Porque vou pedir À minha mãe para ir a um concerto.”	Não	Sim – “Porque não fui convocado para um jogo de sábado.”	Sim – “Porque estive a fazer trabalhos manuais.”	Sim – “Porque comi laranja.”	---	Sim – “Porque não comi o último prato.”	Sim – “Porque vou ter um jogo e uma festa de anos e não sei se posso ir às duas ou se ir a alguma.”
Observações	Nível: Nível 3	Nível: Nível 3	Nível: Nível 3	Nível: Nível 3	Nota: No 3.º e 4.º dias, a criança refere apenas que sente-se bem, não identificando nenhuma emoção. Nível: Nível 3	Nível: Nível 1	Nível: Nível 3	Nota: No 3.º dia, a criança refere apenas que sente-se normal, não identificando nenhuma emoção. Nível: Nível 3	Nota: No 2.º dia, a criança refere apenas que sente-se bem, não identificando nenhuma emoção. Nível: Nível 3	Nota: No 1.º dia, a criança apesar de não identificar o que sente, consegue explicar o porquê de não sentir nada. No 2.º dia, a criança referiu que sentia-se cansada. No 3.º dia, a criança referiu que sentia-se agitada. No 4.º dia, a criança referiu que sentia-se preguiçoso. Nível: Nível 3	Nota: No 2.º e 3.º dias, a criança refere apenas que sente-se bem, não identificando nenhuma emoção. Nível: Nível 3	Nota: No 2.º dia, a criança refere que sente-se preocupada. Nível: Nível 3

Avaliação Final

Nº das Crianças	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Conseguiu expressar como se sente?												
1.º Dia	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	---	---	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Outra)	Sim (Alegria)	---
2.º Dia	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Outra)	Sim (Outra)	Sim (Outra)	Sim (Outra)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)
3.º Dia	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Não	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Outra)	Sim (Alegria)	Não	Sim (Alegria)	Sim (Triste)
4.º Dia	Sim	Sim	Sim	Não	Sim	Sim	Sim	Sim	Sim	Sim	Sim	Sim

	(Alegria)	(Alegria)	(Alegria)		(Alegria/Outra)	(Alegria)	(Alegria)	(Outra)	(Alegria)	(Outra)	(Alegria)	(Alegria)
5.º Dia	Sim (Alegria)	Sim (Outra)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)	Sim (Outra)	Sim (Alegria)	Sim (Outra)	Sim (Alegria)	Sim (Alegria)
Conseguir explicar o porquê?												
1.º Dia	Sim – “Porque estou com uma amiga.”	Sim – “Porque estou com a minha amiga.”	---	---	Sim – “Porque está quase a chegar o baile.”	Não – “Estou feliz, mas não sei porquê.”	Sim – “Porque vou jogar futebol.”	Sim – “Porque já defendi 10 remates.”	Sim – “Porque comi almôndegas.”	Sim – “Porque estava a descansar e vocês chatearam-me.”	Sim – “Porque vou ao treino.”	---
2.º Dia	Sim – “Porque estou com as minhas duas amigas.”	Sim – “Porque estou com as minhas amigas.”	Sim – “Porque estou com as minhas amigas.”	Sim – “Porque estou com as minhas amigas.”	Sim – “Porque não tenho nada triste hoje.”	Não – “Não sei porquê.”	Sim – “Quero ir jogar futebol.”	Sim – “Por causa do sol, estive a brincar.”	Sim – “De jogar à bola.”	Sim – “Porque dei a volta, bebi água e vocês chatearam-me.”	Sim – “Porque amanhã é o dia da criança.”	Sim – “Porque amanhã vou ao râguebi.”
3.º Dia	Sim – “Porque ganhei prendas no dia da criança.”	Sim – “Porque estava com as minhas amigas.”	Sim – “Porque estava com os meus amigos.”	Sim – “Porque brinquei com os meus amigos.”	Sim – “Porque fui à feira.”	Não – “Não sei porquê.”	Sim – “Porque estive nos insufláveis.”	Sim – “Porque me magoei.”	Sim – “Porque havia insuflável.”	Não	Sim – “Porque fui ao treino.”	Não – “Porque sim.”
4.º Dia	Sim – “Porque estou com as minhas amigas.”	Sim – “Porque estou com as minhas amigas.”	Sim – “Porque estou com os meus amigos.”	Sim – “Porque me magoei.”	Sim – “Porque estou a correr e a brincar com os meus amigos.”	Não – “Não sei porquê.”	Sim – “Porque estou a jogar à bola.”	Sim – “Porque sinto que estou normal, feliz e zangado.”	Sim – “Porque sempre quis conhecer o meu bisavô, mas ele morreu.”	Sim – “Porque estive a jogar à apanhada.”	Sim – “Porque estou a receber uma massagem.”	Sim – “Porque vou jogar à bola.”
5.º Dia	Sim – “Porque estou com vocês.” (professoras estagiárias)	Sim – “Porque não vou ao pé de uma amiga minha no Zoológico.”	Sim – “Porque estou a jogar à bola.”	Sim – “Porque vou ver a minha irmã mais velha.”	Sim – “Porque vou passar o dia com as minhas amigas.”	Não – “Não sei porquê.”	Sim – “Porque estou a jogar à bola.”	Sim – “Porque vou para a cama e adormeço tarde.”	Sim – “Porque estou com o meu melhor amigo.”	Sim – “Porque não queria estar a responder a esta pergunta.”	Não	Sim – “Porque vou ter um treino de râguebi.”
Observações	Nível: Nível 3	Nota: No 5.º dia, a criança referiu que sentia-se chateada. Nível: Nível 3	Nível: Nível 3	Nota: No 3.º dia, a criança refere apenas que sente-se bem, não identificando nenhuma emoção. No 4.º dia, a criança refere apenas que sente-se mal,	Nota: No 4.º dia, a criança refere que para além de sentir alegria, também sente cansada. Nível: Nível 3	Nível: Nível 1	Nota: No 2.º dia, a criança referiu que sentia-se entusiasmada. Nível: Nível 3	Nota: No 2.º e 5.º dias, a criança referiu que sentia-se cansada. No 3.º dia, a criança referiu que sentia-se chateada. No 4.º dia, a	Nota: No 2.º dia, a criança referiu que sentia-se cansada. Nível: Nível 3	Nota: No 1.º e 2.º dias, a criança referiu que sentia-se chateada. No 4.º dia, a criança referiu que sentia-se cansada. No 5.º dia, a criança referiu que sentia-se	Nota: Nível: Nível 3	Nota: Nível: Nível 3

				não identificando nenhuma emoção. Nível: Nível 3				criança referiu que sentia-se indecisa. Nível: Nível 3		estressado. Nível: Nível 3		
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--------------------------------------	--	--

2. Identificar o nome das próprias emoções

a.

Avaliação Prévia

Nº das Crianças	Parte 1: Identificou a emoção na imagem?						Parte 2: Conseguiu expressar o nome da emoção através da imagem?						Observações
	Alegria	Tristeza	Medo	Raiva	Aversão	Surpresa	Alegria	Tristeza	Medo	Raiva	Aversão	Surpresa	
1							(feliz)			(chateada)	(nojo)	(espantado)	Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3
2										(nojo)			Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3
3										(nojo)			Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3
4										(nojo)			Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3
5										(nojo)			Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3
6										(nojo)			Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3
7										(nojo)			Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3
8							(feliz)			(nojo)			Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3
9							(feliz)			(nojo)			Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3
10										(nojo)			Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3
11										(nojo)			Nível – Parte 1: N2 Nível – Parte 2: N3
12										(nojo)			Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3

Avaliação Final

Nº das Crianças	Parte 1: Identificou a emoção na imagem?						Parte 2: Conseguiu expressar o nome da emoção através da imagem?						Observações		
	Alegria	Tristeza	Medo	Raiva	Aversão	Surpresa	Alegria	Tristeza	Medo	Raiva	Aversão	Surpresa			
1							(feliz)						(nojo)		Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3
2													(nojo)		Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3
3													(nojo)		Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3
4													(nojo)		Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3
5													(nojo)		Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3
6													(nojo)		Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3
7							(feliz)						(nojo)		Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3
8							(feliz)						(nojo)		Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3
9													(nojo)		Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3
10													(nojo)		Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3
11													(nojo)		Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3
12													(nojo)		Nível – Parte 1: N3 Nível – Parte 2: N3

b.

Avaliação Prévia

Nº das Crianças	Nomeou as emoções através do recurso material?						Observações
	Alegria	Tristeza	Medo	Raiva	Aversão	Surpresa	
1	(feliz)					(espantado)	Nível: Nível 2
2					(nojo)		Nível: Nível 2
3					(nojo)		Nível: Nível 2
4					(nojo)		Nível: Nível 3
5					(nojo)		Nível: Nível 3
6	(feliz)				(nojo)		Nível: Nível 3
7					(nojo)		Nível: Nível 3
8	(feliz)				(nojo)		Nível: Nível 3
9	(feliz)				(nojo)		Nível: Nível 3
10	(feliz)						Nível: Nível 2
11	(feliz)		(assustado)				Nível: Nível 2
12					(nojo)	(espantado)	Nível: Nível 3

Avaliação Final

Nº das Crianças	Nomeou as emoções através do recurso material?						Observações
	Alegria	Tristeza	Medo	Raiva	Aversão	Surpresa	
1					(nojo)	(espantado)	Nível: Nível 3
2					(nojo)		Nível: Nível 3
3					(nojo)		Nível: Nível 2
4					(nojo)		Nível: Nível 3
5					(nojo)		Nível: Nível 3
6					(nojo)		Nível: Nível 3
7	(feliz)				(nojo)		Nível: Nível 3
8	(feliz)				(nojo)		Nível: Nível 3
9	(feliz)				(nojo)		Nível: Nível 3
10					(nojo)		Nível: Nível 3
11					(nojo)		Nível: Nível 3
12					(nojo)		Nível: Nível 3

3. Compreender as emoções dos outros

a.

Avaliação Prévia

Pares de crianças	Momento	Conseguiu identificar e exprimir as emoções ao seu colega?	Conseguiu identificar a emoção exprimida pelo colega?	Observações
Par 1 (Crianças nº 1 e 6)	Parte 1	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº6)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº 1)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
	Parte 2	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº1)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº6)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
Par 2 (Crianças nº 5 e 11)	Parte 1	Conseguiu identificar e exprimir apenas 2 emoções (Nº11)	Conseguiu identificar apenas 2 emoções (Nº5)	Quem expressa a emoção: Nível 2 Quem observa e identifica a emoção: Nível 2
	Parte 2	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº5)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº11)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
Par 3 (Crianças nº 2 e 9)	Parte 1	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº 2)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº9)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
	Parte 2	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº9)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº2)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
Par 4 (Crianças nº 3 e 4)	Parte 1	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº4)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº3)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
	Parte 2	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº3)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº4)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
Par 5 (Crianças nº 8 e 12)	Parte 1	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº8)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº12)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
	Parte 2	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº12)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº8)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
Par 6 (Crianças nº 7 e 10)	Parte 1	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº7)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº10)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
	Parte 2	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº10)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº7)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3

Avaliação Final

Pares de crianças	Momento	Conseguiu identificar e exprimir as emoções ao seu colega?	Conseguiu identificar a emoção exprimida pelo colega?	Observações
Par 1 (Crianças nº 1 e 6)	Parte 1	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº1)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº6)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
	Parte 2	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº6)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº1)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
Par 2 (Crianças nº 5 e 11)	Parte 1	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº5)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº11)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
	Parte 2	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº11)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº5)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
Par 3 (Crianças nº 2 e 9)	Parte 1	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº2)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº9)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
	Parte 2	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº9)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº2)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
Par 4 (Crianças nº 3 e 4)	Parte 1	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº4)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº3)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
	Parte 2	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº3)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº4)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
Par 5 (Crianças nº 8 e 12)	Parte 1	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº12)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº8)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
	Parte 2	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº8)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº12)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
Par 6 (Crianças nº 7 e 10)	Parte 1	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº7)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº10)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3
	Parte 2	Conseguiu identificar e exprimir as 3 emoções (Nº10)	Conseguiu identificar as 3 emoções (Nº7)	Quem expressa a emoção: Nível 3 Quem observa e identifica a emoção: Nível 3

b.

Avaliação Prévia

Nº das Crianças	Nomeou as emoções através das diferentes situações?						Observações
	Alegria	Tristeza	Medo	Raiva	Aversão	Surpresa	
1	(feliz)				(nojo)		Nível: Nível 2
2					(nojo)		Nível: Nível 3
3					(nojo)		Nível: Nível 3
4							Nível: Nível 2
5					(nojo)		Nível: Nível 3
6	(feliz)				(nojo)		Nível: Nível 3
7	(feliz)				(nojo)		Nível: Nível 3
8	(feliz)			(irritada)	(nojo)		Nível: Nível 3
9	(feliz)				(nojo)		Nível: Nível 3
10	(feliz)		(assustada)		(nojo)		Nível: Nível 2
11					(nojo)		Nível: Nível 3
12					(nojo)	(espantado)	Nível: Nível 3

Avaliação Final

Nº das Crianças	Nomeou as emoções através das diferentes situações?						Observações
	Alegria	Tristeza	Medo	Raiva	Aversão	Surpresa	
1					(nojo)		Nível: Nível 3
2	(feliz)				(nojo)		Nível: Nível 3
3	(feliz)				(nojo)		Nível: Nível 3
4	(feliz)				(nojo)		Nível: Nível 3
5					(nojo)		Nível: Nível 3
6	(feliz)				(nojo)		Nível: Nível 3
7	(feliz)				(nojo)		Nível: Nível 3
8					(nojo)		Nível: Nível 3
9	(feliz)				(nojo)		Nível: Nível 3
10					(nojo)		Nível: Nível 3
11					(nojo)		Nível: Nível 3
12					(nojo)		Nível: Nível 3

Anexo VII – Análise de dados das avaliações finais e prévias através do instrumento

- **Análise dos dados – Jardim de Infância**

- “Tomar consciência das próprias emoções”

- a. (Anexo VI, p. 113-116)

Avaliação Prévia	Avaliação Final
<ul style="list-style-type: none"> - Seis crianças não conseguiram exprimir corporalmente uma emoção (cada uma falhou emoções distintas), sendo que dez crianças conseguiram exprimir; - Apenas seis crianças não conseguiram apresentar um exemplo de quando sentiu determinada emoção (1 não conseguiu expressar duas situações, outra não conseguiu expressar três situações e as restantes não conseguiram expressar uma situação); - Sete crianças estariam no nível 3 (conseguiu expressar ou dizer um motivo de sentir, pelo menos três emoções) e nove crianças estariam no nível 4 (conseguiu expressar todas as emoções e explicar os motivos). 	<ul style="list-style-type: none"> - Apenas uma criança não conseguiu exprimir corporalmente três emoções; - Uma criança não conseguiu apresentar um exemplo de quando sentiu determinada emoção e outra não conseguiu apresentar dois exemplos; - Sendo assim, as crianças exprimidadas anteriormente, mantiveram-se no nível 3 e as restantes evoluíram para o nível 4; - Apenas duas crianças foram classificadas, segundo a avaliação, em nível 3 e as outras catorze crianças classificadas em nível 4.

- b. (Anexo VI, p. 117-119)

Avaliação Prévia	Avaliação Final
<ul style="list-style-type: none"> - Apenas uma criança não conseguiu exprimir a emoção que sentia durante quatro dias. Já treze crianças conseguiram exprimir a emoção que sentiam; - Cinco crianças não conseguiram explicar o porquê de sentirem determinada emoção (3 não explicaram em um dia; 1 não explicou durante dois dias; 1 não explicou durante 3 dias e 1 não explicou durante 4 dias); - Doze crianças foram classificadas em nível 3 (conseguiu exprimir e explicar porquê) e duas foram classificadas em nível 2 (conseguiu exprimir o que sente mas não explicar o porquê pelo menos três dias). 	<ul style="list-style-type: none"> - Catorze crianças conseguiram exprimir a emoção que sentia (apesar de duas crianças não terem exprimido a emoção que sentia durante um dia); - Cinco crianças não conseguiram explicar o porquê de sentirem determinada emoção (2 não explicaram em um dia; 2 não explicaram em dois dias e 1 não explicou em 3 dias); - Treze crianças foram classificadas em nível 3 e uma foi classificada em nível 2.

○ “Identificar o nome das próprias emoções”

a. (Anexo VI, p. 120-121)

Avaliação Prévia	Avaliação Final
<p>- <u>Parte 1:</u> onze crianças não identificaram corretamente as imagens das emoções expressas (4 não identificaram uma emoção; 5 não identificaram duas emoções; 2 não identificaram três emoções). Apenas cinco crianças conseguiram identificar corretamente todas as imagens das emoções expressas;</p> <p>- <u>Parte 2:</u> oito crianças não conseguiram exprimir os nomes das emoções (6 não conseguiram exprimir uma emoção; 2 não conseguiram exprimir duas emoções). Apenas oito crianças conseguiram exprimir todas as emoções;</p> <p>- Na primeira parte, onze crianças estariam no nível 2 (conseguiu identificar pelo menos 3 emoções) e cinco crianças estariam no nível 3 (conseguiu identificar todas as emoções). Na segunda parte, oito crianças estariam no nível 2 (nomeou pelo menos três emoções) e as restantes no nível 3 (nomeou todas as emoções).</p>	<p>- <u>Parte 1:</u> oito crianças não identificaram as emoções (6 não identificaram uma emoção; 2 não identificaram duas emoções);</p> <p>- <u>Parte 2:</u> Todas as crianças exprimiram todas as emoções através das imagens;</p> <p>- Na primeira parte, das onze crianças, apenas seis mantiveram no nível 2 e oito crianças estão no nível 3. Já duas crianças, que na avaliação prévia estariam no nível 3, desceram para o nível 2. Na segunda parte, todas as crianças estão no nível 3, sendo que oito subiram de nível.</p>

b. (Anexo VI, p. 122)

Avaliação Prévia	Avaliação Final
<p>- Apenas sete crianças não nomearam as emoções através da visualização de “caras” (não nomearam as emoções uma vez), sendo que nove crianças nomearam todas as emoções;</p> <p>- Posto isto, sete crianças foram classificadas em nível 2 (nomeou pelo menos três emoções) e nove crianças em nível 3 (nomeou todas as emoções).</p>	<p>- Oito crianças não nomearam corretamente as emoções (não nomearam as emoções uma vez).</p> <p>- Das sete crianças que não nomearam corretamente as emoções, na avaliação prévia, apenas duas subiram para o nível 3. Já outras três crianças que responderam corretamente na avaliação prévia, desceram para o nível 2 na avaliação final. Apenas oito crianças foram classificadas em nível 3.</p>

○ “Compreender as emoções nos outros”

a. (Anexo VI, p. 123-124)

Avaliação Prévia	Avaliação Final
<p>- Treze crianças conseguiram identificar e exprimir corporalmente as emoções ao seu par. Sendo que apenas duas crianças conseguiram identificar e exprimir duas emoções e uma criança conseguiu apenas identificar e exprimir uma emoção.</p> <p>- Onze crianças conseguiram observar e nomear a emoção do seu par. Sendo que quatro crianças apenas observaram e nomearam duas emoções e uma criança observou e nomeou uma emoção;</p> <p>- <u>Quem expressou as emoções:</u> treze crianças classificadas em nível 3 (identificou e exprimiu todas as emoções), duas crianças classificadas em nível 2 (identificou e exprimiu pelo menos duas emoções) e uma criança classificada em nível 1 (dificuldade em identificar e exprimir todas as emoções);</p> <p>- <u>Quem observou e identificou as emoções:</u> onze crianças classificadas em nível 3 (identificou todas as emoções), quatro crianças classificadas em nível 2 (identificou menos duas emoções) e uma criança classificada em nível 1 (dificuldade em identificar todas as emoções).</p>	<p>- Quinze crianças conseguiram identificar e exprimir corporal as emoções ao seu colega (uma das crianças, em avaliação prévia, não foi possível avaliar na final por ter faltado);</p> <p>- Doze crianças conseguiram observar e nomear as emoções ao seu par. Sendo que duas observaram e nomearam duas emoções;</p> <p>- <u>Quem expressou a emoção:</u> Quinze crianças classificadas em nível 3 (sendo que duas subiram de nível);</p> <p>- <u>Quem observa e identifica a emoção:</u> treze crianças classificadas em nível 3 e crianças classificadas em nível 2 (sendo que duas subiram para o nível 3).</p>

b. (Anexo VI, p. 125)

Avaliação Prévia	Avaliação Final
<p>- Dez crianças não conseguiram identificar as emoções nas diferentes situações (6 crianças não identificaram uma emoção, 3 crianças não identificaram duas emoções e 1 criança não identificou três emoções), sendo que cinco conseguiram identificar as emoções.</p> <p>- Dez crianças foram classificadas em nível 2 (conseguiu identificar pelo menos 3 emoções) e cinco crianças classificadas em nível 3 (conseguiu identificar todas as emoções).</p>	<p>- Quatro crianças não conseguiram identificar as emoções nas diferentes situações (sendo que 7 subiram para o nível seguinte) e onze crianças conseguiram identificar as emoções.</p> <p>- Quatro crianças foram classificadas em nível 2 e onze crianças classificadas em nível 3. Uma das crianças que estaria em nível 3 na avaliação prévia, desceu para nível 2 na avaliação final.</p>

- **Análise dos dados – 1.º ano do 1.º Ciclo do Ensino Básico**

- “Tomar consciência das próprias emoções”

- a. (Anexo VI, p. 126-129)

Avaliação Prévia	Avaliação Final
<ul style="list-style-type: none"> - Onze crianças conseguiram exprimir corporalmente todas as emoções, sendo que apenas uma criança não conseguiu exprimir corporalmente uma emoção; - Dez crianças conseguiram exprimir situações em que sentiram determinada emoção, sendo que duas crianças não conseguiram exprimir situações de uma emoção; - Assim sendo, dez crianças estariam no nível 4 (conseguiu expressar todas as emoções e apresentar exemplos) e duas crianças estariam no nível 3 (apenas conseguiu expressar algumas situações e apresentar alguns exemplos, pelo menos três). 	<ul style="list-style-type: none"> - Doze crianças conseguiram exprimir corporalmente todas as emoções; - Doze crianças conseguiram exprimir situações em que sentiram determinada emoção; - Doze crianças foram classificadas em nível 4, sendo que as duas crianças que estariam no nível 3 na avaliação prévia, evoluíssem para o nível 4, na avaliação final.

- b. (Anexo VI, p. 130-133)

Avaliação Prévia	Avaliação Final
<ul style="list-style-type: none"> - Onze crianças conseguiram exprimir a emoção que estariam a sentir nos diferentes dias, sendo que uma criança não conseguiu exprimir em um dia; - Uma criança não conseguiu explicar o porquê de sentir a emoção num dia (é a mesma que não conseguiu expressar a emoção); - Doze crianças estariam no nível 3 (exprimiuiu a emoção e explicou o porquê). 	<ul style="list-style-type: none"> - Onze crianças conseguiram exprimir a emoção que estariam a sentir nos diferentes dias, sendo que uma criança não conseguiu exprimir em um dia; - Duas crianças, apesar de terem exprimido a emoção que sentia, não conseguiram explicar o porquê (1 criança não explicou durante 3 dias e 1 criança não explicou 1 dia); - Onze crianças foram classificadas em nível 3, sendo que uma criança desceu para o nível 2 (conseguiu exprimir a emoção, mas não conseguiu explicar pelo menos durante três dias).

- “Identificar o nome das próprias emoções”

a. (Anexo VI, p. 133-134)

Avaliação Prévia	Avaliação Final
<p>- <u>Parte 1:</u> Onze crianças identificaram todas as emoções através das imagens, em que apenas uma criança não conseguiu identificar uma emoção;</p> <p>- <u>Parte 2:</u> Cinco crianças exprimiram os nomes de todas as emoções, sendo que sete crianças não conseguiram exprimir os nomes de algumas emoções (5 crianças não conseguiram exprimir uma emoção e duas crianças não conseguiram exprimir duas emoções);</p> <p>- Na primeira parte, onze crianças estariam no nível 3 (identificou todas as emoções) e uma criança no nível 2 (identificou algumas emoções, pelo menos três). Já na segunda parte, cinco crianças estariam no nível 3 (conseguiu nomear todas as emoções) e sete crianças no nível 2 (conseguiu nomear algumas emoções, pelo menos três).</p>	<p>- <u>Parte 1:</u> Doze crianças identificaram todas as emoções através das imagens;</p> <p>- <u>Parte 2:</u> Doze crianças exprimiram os nomes de todas as emoções;</p> <p>- Na primeira parte, doze crianças foram classificadas em nível 3 (sendo que a criança, na avaliação prévia, que estaria no nível 2, subiu para o nível 3). Na segunda parte, é visível a evolução das crianças, visto que as sete crianças que estariam no nível 2 na avaliação prévia, evoluíram para o nível 3, sendo assim, doze crianças em nível 3.</p>

b. (Anexo VI, p. 135)

Avaliação Prévia	Avaliação Final
<p>- Nove crianças não conseguiram nomear algumas emoções (5 crianças não nomearam uma emoção e 4 crianças não nomearam duas emoções), sendo que três crianças conseguiram nomear todas as emoções;</p> <p>- Assim sendo, nove crianças estariam no nível 2 (nomeou algumas emoções, pelo menos três) e apenas três crianças no nível 3 (nomeou todas as emoções).</p>	<p>- Doze crianças conseguiram nomear todas as emoções;</p> <p>- Doze crianças foram classificadas em nível 3, sendo que as nove crianças que estariam no nível 2, na avaliação prévia, evoluíram para o nível 3.</p>

- “Compreender as emoções dos outros”

a. (Anexo VI, p. 136-137)

Avaliação Prévia	Avaliação Final
<p>- Doze crianças conseguiram identificar e exprimir corporalmente todas as emoções ao seu par;</p> <p>- Onze crianças conseguiram observar e nomear todas as emoções exprimidas pelo seu par, sendo que apenas uma criança não conseguiu nomear uma</p>	<p>Os resultados da avaliação final estão iguais aos resultados da avaliação prévia, sendo que a mesma criança que não</p>

<p>emoção;</p> <ul style="list-style-type: none"> - <u>Quem expressou as emoções:</u> Doze crianças estariam no nível 3 (conseguiu identificar e exprimir todas as emoções ao seu colega); - <u>Quem identificou e nomeou as emoções:</u> Onze crianças estariam no nível 3 (nomeou todas as emoções), sendo que uma criança estaria no nível 2 (nomeou algumas emoções, pelo menos duas). 	<p>conseguiu identificar e nomear uma emoção exprimida pelo colega, voltasse a não responder corretamente e mantivesse no nível 2.</p>
--	--

b. (Anexo VI, p. 138)

Avaliação Prévia	Avaliação Final
<ul style="list-style-type: none"> - Quatro crianças conseguiram identificar as emoções através das diferentes situações, sendo que oito crianças não conseguiram identificar algumas emoções (2 crianças não conseguiram identificar uma emoção e 6 crianças não conseguiram identificar duas emoções); - Quatro crianças estariam no nível 3 (nomeou todas as emoções) e oito crianças estariam no nível 2 (nomeou algumas emoções, pelo menos três). 	<ul style="list-style-type: none"> - Sete crianças conseguiram identificar as emoções através das diferentes situações, sendo que cinco crianças não conseguiram identificar algumas emoções (sendo que apenas quatro crianças, das que estariam no nível 2, na avaliação prévia, evoluíram para o nível 3 e uma das crianças que estaria no nível 3, na avaliação prévia, desceu para o nível 2); - Cinco crianças foram classificadas em nível 2 e sete crianças foram classificadas em nível 3.

- **Análise dos dados – 4.º ano do 1.º Ciclo do Ensino Básico**

- “Tomar consciência das próprias emoções”

a. (Anexo VI, p. 139-142)

Avaliação Prévia	Avaliação Final
<ul style="list-style-type: none"> - Onze crianças conseguiram exprimir corporalmente todas as emoções, sendo que apenas uma criança não conseguiu (não exprimiu uma emoção); - Onze crianças conseguiram exprimir situações em que sentiram todas as emoções, sendo que apenas uma não conseguiu (não exprimiu sobre uma emoção); - Assim sendo, onze crianças estariam no nível 4 (expressou todas as emoções e os motivos) e uma criança no nível 3 (conseguiu expressar algumas emoções e alguns motivos, pelo menos três). 	<ul style="list-style-type: none"> - Doze crianças conseguiram exprimir corporalmente todas as emoções; - Doze crianças conseguiram exprimir situações em que sentiram todas as emoções; - Logo, doze crianças foram classificadas em nível 4, sendo que a criança que estaria no nível 3 na avaliação prévia, evoluiu para o nível 4.

b. (Anexo VI, p. 143-146)

Avaliação Prévia	Avaliação Final
<ul style="list-style-type: none"> - Sete crianças conseguiram exprimir que emoção sentiam durante os cinco dias, sendo que cinco não conseguiram exprimir em todos os dias (3 crianças não conseguiram exprimir em 1 dia e 2 crianças não conseguiram exprimir em 2 dias); - Sete crianças conseguiram explicar o porquê de sentirem determinada emoção durante os cinco dias, sendo que quatro não conseguiram exprimir em todos os dias (três crianças não conseguiram explicar em 1 dia e 1 criança não conseguiu explicar em 4 dias); - Onze crianças estariam no nível 3 (exprimiu a emoção e explicou porquê) e uma criança estaria no nível 1 (não exprimiu a maior parte das emoções nem explicar porquê). 	<ul style="list-style-type: none"> - Dez crianças conseguiram exprimir a emoção que sentia durante os cinco dias, sendo que duas não conseguiram exprimir em todos os dias (1 criança não exprimiu em 1 dia e 1 criança não exprimiu em 2 dias); - Oito crianças conseguiram explicar o porquê de sentirem determinada emoção durante os cinco dias, sendo que quatro não conseguiram exprimir em todos os dias (3 crianças não conseguiram explicar em um dia e 1 criança não conseguiu explicar em cinco dias); - Os resultados da avaliação final, em relação aos níveis, são iguais à avaliação final, sendo que a criança que estaria no nível 1 na avaliação prévia, manteve-se no mesmo nível na avaliação final.

o “Identificar o nome das próprias emoções”

a. (Anexo VI, p. 146-147)

Avaliação Prévia	Avaliação Final
<ul style="list-style-type: none"> - <u>Parte 1</u>: Onze crianças conseguiram identificar todas as emoções através das imagens, sendo que apenas uma criança não conseguiu identificar uma emoção; - <u>Parte 2</u>: Doze crianças conseguiram nomear todas as emoções através das imagens; - Na primeira parte, onze crianças estariam classificadas em nível 3 (identificou todas as emoções), sendo que uma criança estaria em nível 2 (identificou algumas emoções, pelo menos três delas). Na segunda parte todas as crianças estariam no nível 3 (nomeou todas as emoções). 	<ul style="list-style-type: none"> - <u>Parte 1</u>: Doze crianças conseguiram identificar todas as emoções através das imagens; - <u>Parte 2</u>: Doze crianças conseguiram nomear todas as emoções através das imagens; - Os resultados dos níveis são semelhantes em ambas as avaliações, sendo que na primeira parte da avaliação prévia, a criança que estaria no nível 2, evoluiu para o nível 3.

b. (Anexo VI, p. 148)

Avaliação Prévia	Avaliação Final
<ul style="list-style-type: none"> - Sete crianças conseguiram nomear todas as emoções através da observação das “caras”, sendo que apenas 	<ul style="list-style-type: none"> - Onze crianças conseguiram nomear todas as emoções, sendo que apenas uma criança não conseguiu nomear

<p>cinco crianças não conseguiram nomear uma emoção;</p> <p>- Assim sendo, sete crianças estariam classificadas em nível 3 (nomeou todas as emoções) e cinco crianças estariam classificadas em nível 2 (nomeou algumas emoções, pelo menos três).</p>	<p>uma emoção;</p> <p>- Assim sendo, onze crianças foram classificadas em nível 3 (em que quatro que estariam em nível 2 na avaliação prévia, evoluíram para o nível 3) e uma criança que foi classificada em nível 2 na avaliação prévia, manteve-se no mesmo nível.</p>
--	---

○ “Compreender as emoções dos outros”

a. (Anexo VI, p. 149-150)

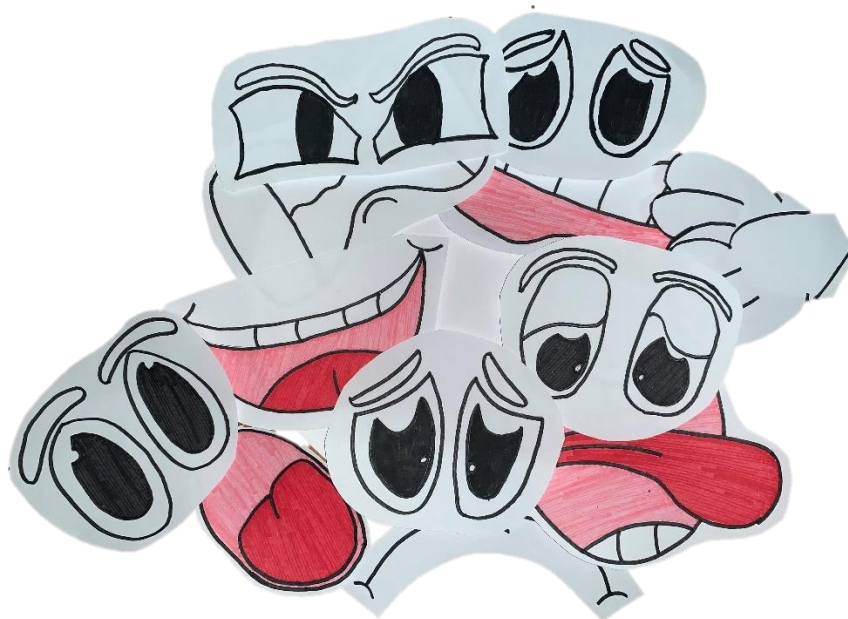
Avaliação Prévia	Avaliação Final
<p>- Onze crianças conseguiram identificar e exprimir corporalmente todas as emoções ao seu par, sendo que uma criança não conseguiu exprimir uma emoção;</p> <p>- Onze crianças conseguiram observar e nomear todas as emoções exprimidas pelo seu par, sendo que uma criança não conseguiu nomear uma emoção;</p> <p>- <u>Quem expressou as emoções:</u> Onze crianças estariam no nível 3 (conseguiu identificar e exprimir todas as emoções ao seu colega) e uma criança no nível 2 (identificou e exprimiu algumas emoções, pelo menos duas);</p> <p>- <u>Quem identificou e nomeou as emoções:</u> Onze crianças estariam no nível 3 (nomeou todas as emoções), sendo que uma criança estaria no nível 2 (nomeou algumas emoções, pelo menos duas).</p>	<p>- Doze crianças conseguiram identificar e exprimir corporalmente todas as emoções ao seu par;</p> <p>- Doze crianças conseguiram observar e nomear todas as emoções exprimidas pelo seu par;</p> <p>- <u>Quem expressou as emoções:</u> Doze crianças estão classificadas em nível 3;</p> <p>- <u>Quem identificou e nomeou as emoções:</u> Doze crianças estão classificadas em nível 3.</p>

b. (Anexo VI, p. 151)

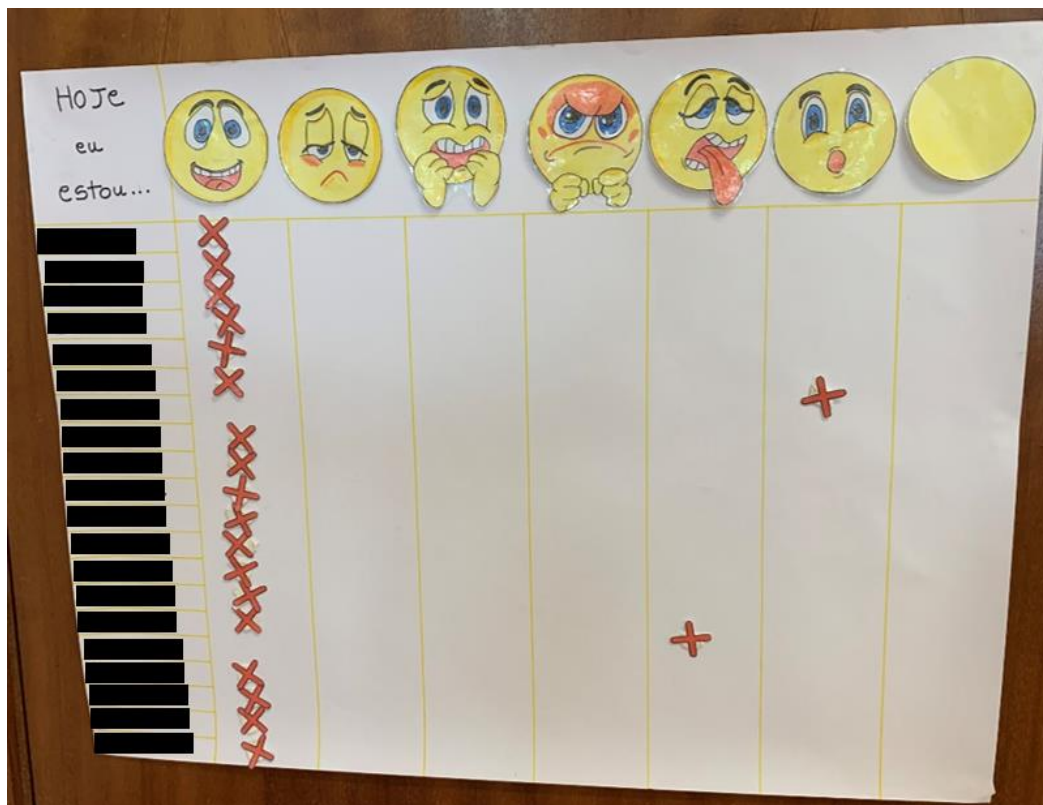
Avaliação Prévia	Avaliação Final
<p>- Nove crianças conseguiram identificar todas as emoções através das diferentes situações, sendo que apenas três crianças não conseguiram identificar uma emoção;</p> <p>- Assim sendo, nove crianças estariam no nível 3 (nomeou todas as emoções) e três crianças estariam no nível 2 (nomeou algumas emoções, pelo menos três).</p>	<p>- Doze crianças conseguiram identificar todas as emoções através das diferentes situações;</p> <p>- Doze crianças foram classificadas em nível 3, sendo que as três que estariam no nível 2 na avaliação prévia, evoluíram de nível).</p>

Anexo VIII – Imagens dos recursos materiais utilizados no instrumento de avaliação

- Recurso material com “caras” de emoções



- Recurso material para identificação das emoções que sente por parte das crianças
 - Jardim de Infância



○ 1.º Ciclo do Ensino Básico



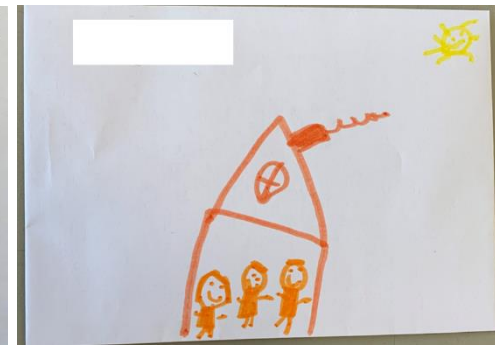
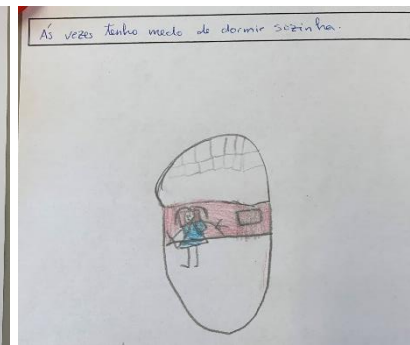
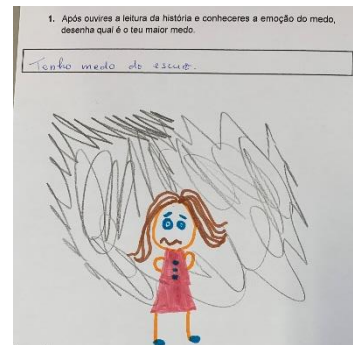
Anexo IX – Figuras e Recursos utilizados nas atividades do exercício investigativo

- Prática de Ensino Supervisionada em Jardim de Infância
 - “O novelo de emoções”, de Elisabete Neves

Proposta de trabalho dos fios de lã



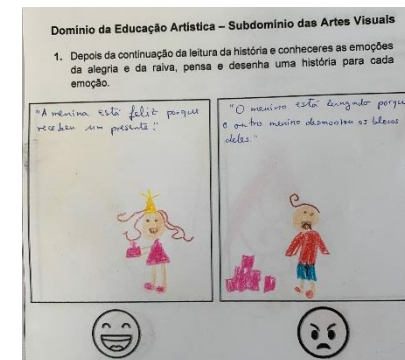
Desenho dos medos



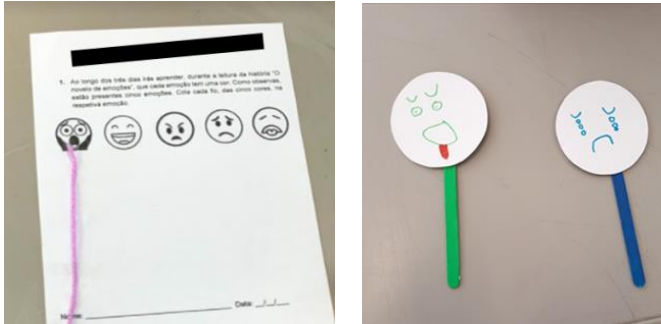
Realização dos três jogos



Proposta de trabalho de duas histórias



Desenho das expressões faciais de duas emoções

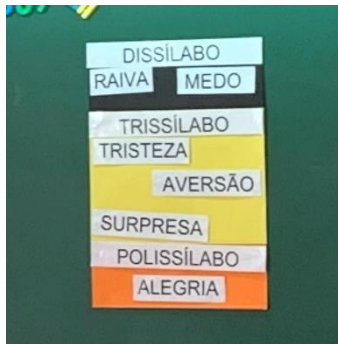


Atividade do novelo de lã

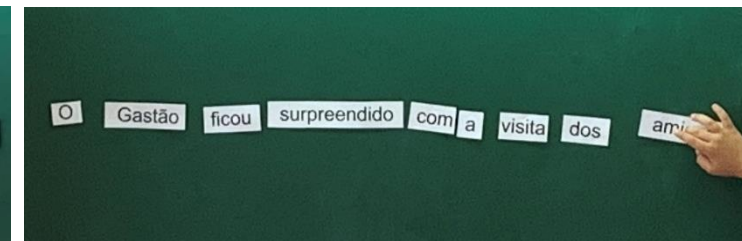
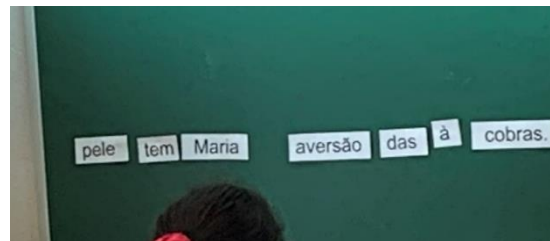


- **“As emoções do Gastão - Estou Triste”, de Aurélie Chien Chow Chine**

Classificação das palavras por sílabas



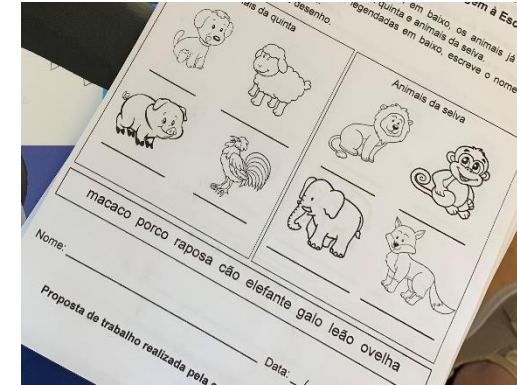
Atividade das frases



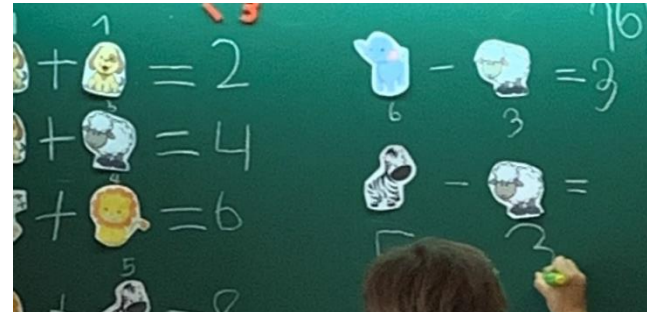
- **“Era uma vez uma raiva”, de Blandina Franco**



- **“O lobo que tinha medo da sua sombra”, de Oriane Lallemand**



- **“O lobo que aprendeu a lidar com os seus sentimentos”, de Oriane Lallemand**



○ Jogo das emoções



- **Prática de Ensino Supervisionada em 1.º e 2.º anos**
 - **“O monstro das cores”, de Anna Llenas**



- **“O novelo de emoções”, de Elisabete Neves**
 - **Guião da leitura do livro**

Guião da leitura do livro “O novelo de emoções”, de Elisabete Neves¹



Resumo da história: O livro “O novelo de emoções”, de Elisabete Neves, é sobre uma menina chamada Marta que se mostra confusa e não sabe o que se passa consigo própria nem consegue explicar o que sente. Para ajudar a menina a compreender o que sente, surge o pássaro chamado Sukha, onde irá explicar cinco emoções (medo, alegria, raiva, tristeza e aversão), através de um novelo de lã, em que cada cor corresponde a cada emoção (medo – roxo; alegria – amarelo; raiva – vermelho; tristeza – azul; aversão – verde). Para explicar as emoções, o Sukha apresenta exemplos que ocorrem no quotidiano, para que a Marta saiba como distinguir cada emoção e perceber que não são boas nem más e que cada emoção tem uma mensagem a transmitir.

Organização dos diferentes momentos da atividade:

Como o livro é extenso, trabalhando especificamente cada emoção, a leitura desta história será dividida em dois dias (uma vez que será lida para uma turma de 1º ano). Sendo assim, será organizado da seguinte forma:

- **1º dia:**
 - Será questionado às crianças se conhecem o livro (se conhecerem, exprimem as suas ideias que têm sobre o mesmo; se não conhecerem, será pedido que pensem, observando a capa, qual poderá ser o tema abordado no livro – se adivinharem que é sobre as emoções, será questionado o porquê de acharem que é este tema). Ainda será questionado às crianças se lembram qual foi o livro trabalhado anteriormente sobre esta temática e quais foram as emoções trabalhadas;
 - Segue-se para a leitura do livro (antes será dito às crianças que o livro não será lido todo neste dia, onde será terminada a leitura próximo dia), em que apenas serão trabalhadas duas emoções: medo e alegria. Durante a leitura da história, conforme que será mostrado as páginas às crianças, será verificado se as mesmas conseguem adivinhar as emoções. Após a leitura, será questionado às crianças, desenvolvendo um diálogo² com as mesmas:
 - “Quem são os personagens da história?”;
 - “Como é que a Marta se sentia no início da história? Como estava a voz da Marta quando falou com o Sukha? Que objeto é que a menina disse para falar das emoções?”;
 - “O Sukha ajudou a Marta a conhecer o quê? Disse que as emoções são como o quê?”;

- “Quais foram as emoções lidas hoje? E quais são a cor de cada emoção?”;
- “O que disse o Sukha sobre a emoção do medo? Lembra-se qual foi o alerta que o Sukha disse sobre o medo? Como sente o nosso corpo quando estamos com medo? Quando é que a Marta sentiu medo?”;
- “O que disse o Sukha sobre a emoção da alegria? Como sente o nosso coração quando sentimos esta emoção? Quando é que a Marta sentiu alegria?”;
- “Conseguem dizer-me exemplos de quando sentiram uma das duas emoções faladas hoje?”.

• **2º dia:**

- Antes da continuação da leitura do livro, será dito às crianças que faltam apenas ler sobre três emoções e questionar se conseguem adivinhar quais são as emoções. O mesmo acontece que o dia anterior, conforme que for mostrado às crianças as páginas do livro, será verificado se as mesmas conseguem adivinhar as emoções. Após a leitura do livro, será questionado:
 - “Quais foram as emoções faladas hoje? E quais as suas cores?”;
 - “O que disse o Sukha sobre a emoção da raiva? Como sente o nosso corpo quando estamos com raiva? Quando é que a Marta sentiu raiva?”;
 - “O que disse o Sukha sobre a emoção da tristeza? Como sente o nosso corpo quando estamos tristes? Quando é que a Marta sentiu tristeza?”;
 - “O que disse o Sukha sobre a emoção da aversão? Quando é que a Marta sentiu esta emoção?”;
 - “Conseguem dizer-me exemplos de quando sentiram uma das três emoções trabalhadas hoje?”;
 - “Como se sentia a Marta no fim da história? As emoções trabalham melhor juntas ou separadas?”.

- **“A toupeirinha tem uma surpresa”, de Orianne Lallemand e Claire Frossarde**

Guião da leitura do livro “A toupeirinha tem uma surpresa”, de Orianne Lallemand¹



Resumo da história: O livro “A toupeirinha tem uma surpresa”, de Orianne Lallemand, é sobre uma toupeirinha que recebe um presente de manhã (através da ilustração é possível observar que a mesma está surpreendida) e quando abre, não sabe o que é (é um animal bebé panda). Assim, parte à procura da mãe do bebé, onde bate à porta em três casas de diferentes animais (família Coelho, família Urso e família Texugo). Como não consegue encontrar a mãe o bebé, percorre uma floresta e fica em perigo devido a um lobo, contudo, depois surgem outros animais para ajudar e sugerem que procure no jardim zoológico, onde finalmente encontra a mãe do bebé. Ao voltar para casa é surpreendida pelos amigos, que lhe preparam uma festa de aniversário surpresa.

Organização dos diferentes momentos da atividade:

Antes de ser iniciada a leitura, será apresentado o livro às crianças, para que as mesmas exprimam as suas ideias prévias do que observam na capa e o que pensam que poderá ser o tema da história. De seguida, será lido o título às crianças, para refletirem com o título dito e exprimirem as suas ideias.

Assim sendo, será iniciada a leitura da história. Em determinadas partes da história, durante a leitura, para as crianças sentirem-se participativas e envolvidas na história, podem surgir questões para as responderem, como por exemplo: quando a toupeirinha observa o embrulho, poderá ser questionado às crianças “Ao observarem a expressão facial/ da cara da toupeirinha, como acham que ela está a sentir? Qual é a emoção que a toupeirinha mostra?”; poderá ser questionado os animais que vão surgindo na história; poderá ser questionado às crianças se o pequeno panda bebé faz parte da família coelho, ou da família urso; no fim da história, quando a toupeirinha chega a casa, poderá ser questionado às crianças “O que é que os amigos disseram à toupeirinha? Sur...?”, para que as crianças respondam “surpresa”, entre outras questões que poderão surgir.

No fim da leitura da história, serão realizadas questões¹ como:

- “Qual foi a emoção falada na história?”;
- “Quem é a personagem principal/mais importante da história? Que animal estava dentro do embrulho? Ao longo da história, que animais apareceram?”;
- “Quando a toupeirinha observou o embrulho, como ela se sentia? O que ela fez ao longo da história?”;
- “Quando a toupeirinha encontrou a mãe do bebé panda, ao voltar para casa, o como acham que ela se sentia? Para além de saudades, acham que poderia estar a sentir outra emoção?”;

- “O que é que os amigos da toupeirinha lhe prepararam? Quando a toupeirinha viu o que os amigos prepararam, como ela se sentia? Conseguem dizer outras emoções sem ser a surpresa?”;
- “Digam-me acontecimentos ou situações onde vocês já sentiram surpreendidos?”;
- “Sabiam que a surpresa não é só positiva, como também é negativa? Por exemplo, vocês podem sentir surpreendidos, de forma positiva, quando recebem uma visita de alguém que não estavam à espera e que gostam muito. Mas também pode ser negativa, por exemplo, quando observem de repente algum animal com feridas, ou então quando alguém vos assusta de repente sem estarem à espera.”;

• Prática de Ensino Supervisionada em 3.º e 4.º anos

○ Atividade das emoções

Alegria 	Tristeza 	Aversão 	Surpresa 		Representa esta emoção corporalmente	Exprime algum momento em que já sentiste esta emoção	Explica a emoção por palavras tuas	Escolhe um colega para representarem, oralmente, alguma situação desta emoção.
Raiva 	Medo 			Representa esta emoção a cantar	Representa esta emoção desenhando-a	Como te sentes quando surge esta emoção?	Como sabemos que outra pessoa está a sentir esta emoção?	Escolhe um colega para representarem, corporalmente, alguma situação desta emoção.

○ “O novelo de emoções”, de Elisabete Neves

