

jogo de pintar

<p>Como jogar o tabuleiro das emoções?</p>

<p>O tabuleiro das emoções é uma ferramenta importante para ajudar as crianças a identificar e compreender suas emoções. Aqui estão algumas dicas sobre como jogar o quadro de emoções com tuas crianças:</p>

<p>Explicando o que é o tabuleiro das emoções, como as crianças se expressar. Use exemplos concretos para ilustrar tudo

no papel de emoções identificadas ou escritas;</p><p>Use imagens ou ilustrações para ajudar como as crianças a entender melhor as diferenças das emoções. Por exemplo, você pode

mostrar uma imagem de um amigo mais feliz por representar o outro; mostrar uma imagem de um amigo mais triste por representar o outro;</p>

<p>Peça às crianças para identificarem qual emoção elas estão sentindo no momento. Pergunte-lhes a apontar as emoções correspondentes na carta de sentimentos, o que irá ajudá-las

entender como se relacionam com os seus pensamentos e também quais são suas reações emocionais apropriadas; tabela do mapa da vida real;</p>

<p>Discuta o que desencadeia certas emoções e como lidar com elas. Por exemplo, você pode perguntar às crianças sobre os motivos pelos quais se sentem tristes ou irritados para discutir maneiras de enfrentar essas mesmas sensações;</p>

<p>Use o gráfico de emoções para interpretar cenários diferentes. Por exemplo, você pode pedir às crianças que imaginem estar com raiva e depois atuem em um cenário onde elas expressaram ira saudavelmente? isso as ajudará na prática da maneira como lidaram positivamente suas emoções...</p>

<p>Incentive as crianças a usar o gráfico de emoções para expressar seus sentimentos ao longo do dia. Encoraje-as e indique

em suas sensações em diferentes atividades ou situações; ajudando assim no desenvolvimento da prática emocional que lhes permita reconhecerem os comportamentos emocionais das pessoas com segurança de durante todo seu tempo livre;</p>

<p>Dicas adicionais:</p>

<p>Para maximizar o uso do tabuleiro das emoções, lembre-se as suas regras;</p>

<p>Use o tabuleiro das emoções com outras ferramentas de aprendizado, como livros ou filmes que são criados por nós.</p>

<p>Por exemplo, você pode colocar em uma reação comum