



# “Maxicarimbos das 10 emoções”

Ref. 20546

Guia elaborado por Mar Romera. Especialista em Inteligência Emocional.



# MAXICARIMBOS DAS 10 EMOÇÕES

Ref. 20546

## CONTEÚDO:

O jogo é constituído por 10 maxicarimbos de madeira maciça, grossa e de elevada qualidade. Cada carimbo representa uma das 10 emoções básicas: alegria, curiosidade, admiração, segurança, ira, nojo, tristeza, medo, culpa e surpresa. Dimensões dos carimbos: 4 cm de diâmetro e 3,5 cm de espessura.

## DESCRIÇÃO DOS CARIMBOS

1. Alegria
2. Segurança
3. Admiração
4. Curiosidade
5. Surpresa
6. Ira
7. Nojo
8. Tristeza
9. Medo
10. Culpa

## IDADE RECOMENDADA:

Dos 3 aos 8 anos.

## OBJETIVOS DIDÁTICOS:

- Ser capaz de identificar e diferenciar as dez emoções básicas que orientam o nosso comportamento.
- Reconhecer diferentes expressões faciais e aprender a associá-las a cada emoção.

## SISTEMA DE JOGO E ATIVIDADES:

1. Observam-se todos os carimbos, um a um, e nomeia-se a emoção que cada um representa.
2. Em seguida, escolhe-se o carimbo com o qual se pretende trabalhar e molha-se em tinta. Os carimbos são aptos para qualquer tipo de tinta.

Em seguida, propõem-se algumas atividades:

1. **Agora, toca a imaginar.** Trabalham-se as emoções da criança através de perguntas que se vão fazendo. Com crianças mais velhas, podem-se apresentar as seguintes frases escritas e a criança tem que refletir como se sente em cada situação



colocando o carimbo ao lado de cada frase. Com crianças pequenas, podem dizer-se as frases em voz alta e pedi à criança que responda como se está a sentir colocando o carimbo correspondente à sua emoção numa folha em branco. Depois de cada resposta, analisam-se juntamente com a criança, as suas emoções. Não de deve avaliar se a criança deu a resposta correta ou não, mas sim refletir com a criança o porquê da sua resposta.

*"O que se passa na tua cara, no teu corpo e na tua mente quando...?" ou "O que sentes quando...?"*

1. O teu melhor amigo visita-te e já não o vias há algum tempo... **ALEGRIA**
2. Num dia em que tens muita fome, vês na mesa a tua comida preferida...  
**ALEGRIA**
3. Encontras um dos teus brinquedos favoritos que perdeste há muito tempo...  
**ALEGRIA**
4. Ganhas um grande prémio num sorteio ou lotaria... **ALEGRIA**
5. O rapaz/a rapariga de quem gostas convida-te para ires ao cinema... **ALEGRIA**
6. Ao chegar a casa, está em cima da mesa uma caixa embrulhada em papel castanho e sem qualquer bilhete... **CURIOSIDADE**
7. O teu amigo leva sempre uma pasta preta e não te deixa ver o seu conteúdo...**CURIOSIDADE**
8. Sabes que a tua irmã mais velha tem um grande segredo que não te contou...**CURIOSIDADE**
9. É iniciado um novo tema na escola que tem como título "dentro da caverna"  
**CURIOSIDADE**
10. Vês como uma folha seca se move pelo chão e não há vento... **CURIOSIDADE**
11. Numa corrida para a qual te preparaste muito, chega primeiro à meta um colega que não se preparou... **IRA**
12. Tens algo importante para contar à tua irmã mais velha e ela não te ouve...  
**IRA**
13. Acabas de limpar a mesa e o teu amigo suja-a intencionalmente... **IRA**
14. O teu brinquedo favorito estraga-se... **IRA**
15. Perguntam-te na aula exatamente aquilo a que não sabes responder... **IRA**
16. Uma pessoa de quem gostas muito tem de se ir embora durante meses...  
**TRISTEZA**
17. O teu melhor amigo não quer brincar contigo... **TRISTEZA**
18. Acabaram os teus rebuçados favoritos e não podes comprar mais... **TRISTEZA**
19. Morre o teu animal de estimação... **TRISTEZA**
20. Um amigo em quem confiavas muito dececiona-te... **TRISTEZA**
21. O teu pai dá-te a mão para andar numa rua que não conheces... **SEGURANÇA**
22. Quando a tua irmã mais velha te ajuda a realizar algo que estás a fazer mal...**SEGURANÇA**
23. Quando a tua mãe te abraça e te agasalha à noite antes de ires dormir...  
**SEGURANÇA**
24. Quando praticas um desporto que te corre muito bem... **SEGURANÇA**



25. Quando terminaste todos os deveres da escola e sabes que estão bem feitos... **SEGURANÇA**
26. Quando colocas na boca a comida que menos gostas... **NOJO**
27. Quando trocas a fralda de um bebé e sujias as mãos... **NOJO**
28. Ao caminhar pela rua pisas cocó de cão... **NOJO**
29. Tens de ir a uma casa de banho pública, mas está muito suja... **NOJO**
30. Quando abres uma caixa e cheira a carne podre... **NOJO**
31. Vês o teu cantor favorito num concerto... **ADMIRAÇÃO**
32. O teu melhor amigo ganha uma corrida para a qual se esforçou muito...  
**ADMIRAÇÃO**
33. O teu jogador favorito de basquetebol mete a bola no cesto de forma espetacular...**ADMIRAÇÃO**
34. Uma montanhista chega ao topo do Everest... **ADMIRAÇÃO**
35. Estás na praia e vês um pôr do sol muito bonito... **ADMIRAÇÃO**
36. Tinhas-te esquecido que nesse dia era o teu aniversário e, ao chegar a casa, vês todos os teus amigos... **SURPRESA**
37. Ao vestir umas calças do ano passado encontras uma moeda no bolso que é muito valiosa... **SURPRESA**
38. A tua melhor amiga visita-te quando não estás à espera... **SURPRESA**
39. Quando encontras o teu brinquedo favorito dentro de uma caixa que pensavas que estava vazia... **SURPRESA**
40. Estás a viajar pelo deserto e, de repente, aparece um rio... **SURPRESA**
41. Estás a correr demasiado depressa pela sala da tua casa, bates contra um móvel e partes um vaso... **CULPA**
42. A tua professora fica triste porque os teus deveres estão muito descuidados...  
**CULPA**
43. Estragas o brinquedo favorito do teu irmão... **CULPA**
44. Duas amigas tuas discutem porque não lhes contaste a verdade... **CULPA**
45. O teu animal de estimação favorito quase morre porque te esqueceste de lhe dar água... **CULPA**
46. Tens de te deitar sozinho e com a luz desligada depois de teres lido um livro sobre fantasmas... **MEDO**
47. Se te perdesse numa cidade desconhecida e não soubesses voltar a casa...  
**MEDO**
48. Ficas fechado na casa de banho da escola e ninguém te ouve... **MEDO**
49. Vês um filme de terror, no qual as portas se abrem sozinhas... **MEDO**
50. Sobes para um baloiço muito alto que baloiça muito rapidamente... **MEDO**





1



2



3



4



5



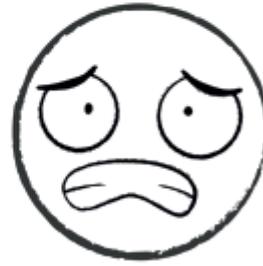
6



7



8



9



10