



24/24 desafios criativos

C O M O M E
S I N T O H O J E .

www.artesplasticasdamafalda.pt
www.capti.pt
www.pin.com.pt

M A T E R I A I S :

RESTOS DE CARTÃO
ENCHIMENTO DE PAPEL
COLA LÍQUIDA
TINTA COR DE ROSA E PINCEL
TESOURA
LÁPIS
CANETAS PARA PINTAR
CAIXA .

D I N Â M I C A D O P R O J E T O

COMO ME SINTO HOJE

PARA FECHAR O TEMA DA EMPATIA, VAMOS APRENDER A FAZER UMA CARA COM MUITAS EMOÇÕES DIFERENTES!

ESTE DESAFIO TEM COMO OBJETIVO ENSINAR A IDENTIFICAR AS EMOÇÕES PELA EXPRESSÃO DA NOSSA CARA. PROPÕE FAZERMOS UMA CARA DE BASE E VÁRIOS OLHOS E BOCAS DIFERENTES, A IDEIA É IRMOS MUDANDO A EXPRESSÃO DOS OLHOS E DA BOCA CONSOANTE NOS ESTAMOS A SENTIR.

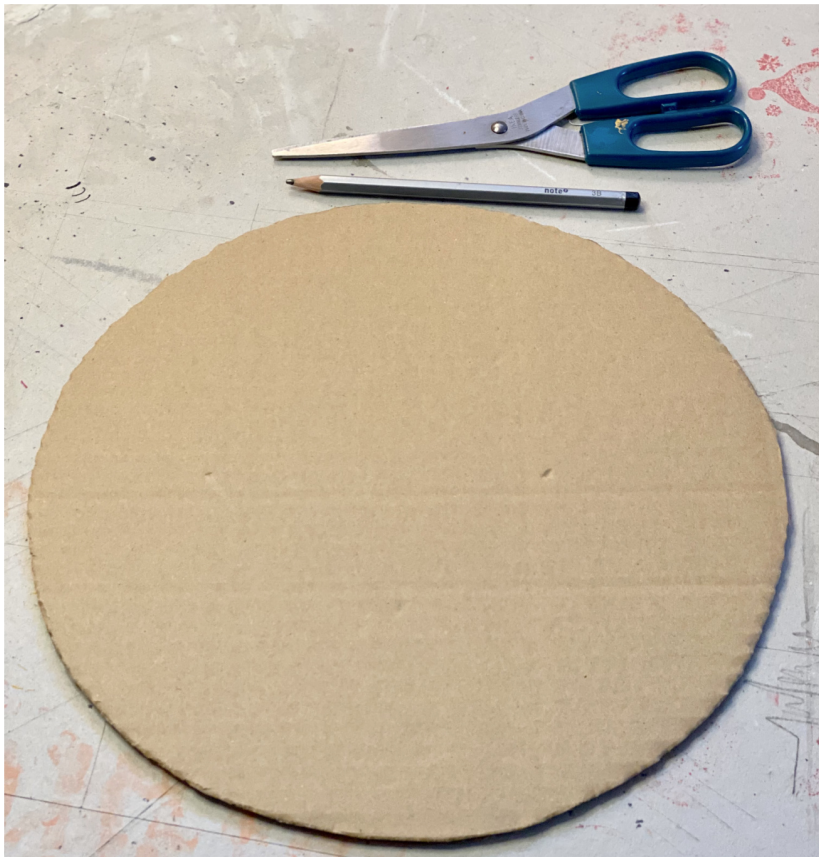
PARA CONSEGUIR IDENTIFICAR AS EMOÇÕES NOS OUTROS TEMOS PRIMEIRO QUE SABER BEM QUAIS SÃO AS EMOÇÕES E COMO SE EXPRESSAM. UMA MANEIRA DE CONSEGUIRMOS PERCEBER COMO AS OUTRAS PESSOAS SE ESTÃO A SENTIR É PELA EXPRESSÃO DA SUA CARA. SE UMA PESSOA ESTÁ TRISTE TEM SEMPRE OS OLHOS MAIS SEMI-CERRADOS, O OLHAR MAIS BAIXO, PELO CONTRÁRIO, SE UMA PESSOA ESTÁ MAIS ALEGRE E FELIZ, OS OLHOS ESTÃO MAIS ABERTOS, COM UM AR MAIS VIVO.

ESTE PROJETO VAI AJUDAR A ENSINAR COMO PODEMOS IDENTIFICAR O QUE ESTAMOS A SENTIR PELA EXPRESSÃO QUE FAZEMOS NA CARA.

ANTES DE COMEÇARMOS A FAZER OS DIFERENTES OLHOS E BOCAS PARA ESTE DESAFIO TEMOS QUE PENSAR EM TODAS AS EMOÇÕES QUE VAMOS QUERER REPRESENTAR E NAS RESPECTIVAS EXPRESSÕES QUE FAZEMOS QUANDO AS SENTIMOS.

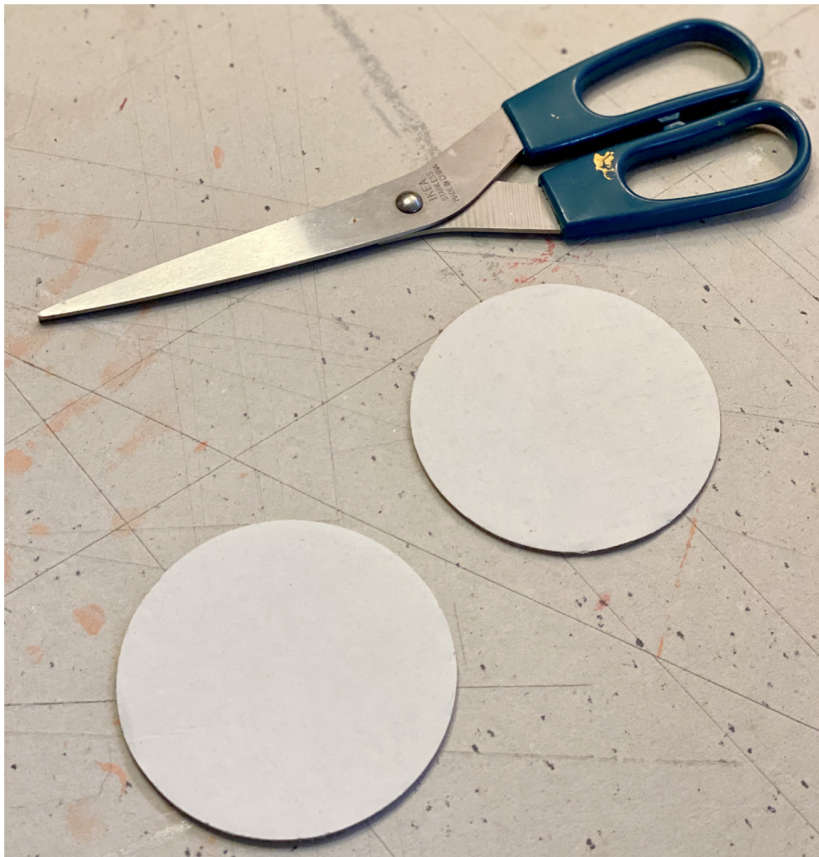
ESTA PROPOSTA DE PROJETO É SUSTENTÁVEL, É PARA SER FEITA COM OS 'RESTOS' DO NATAL, VAMOS APROVEITAR PARA REUTILIZAR O CARTÃO DAS CAIXAS DOS PRESENTES PARA FAZER ESTE DESAFIO.

BOM TRABALHO,
MAFALDA CASTELLA



1º PASSO

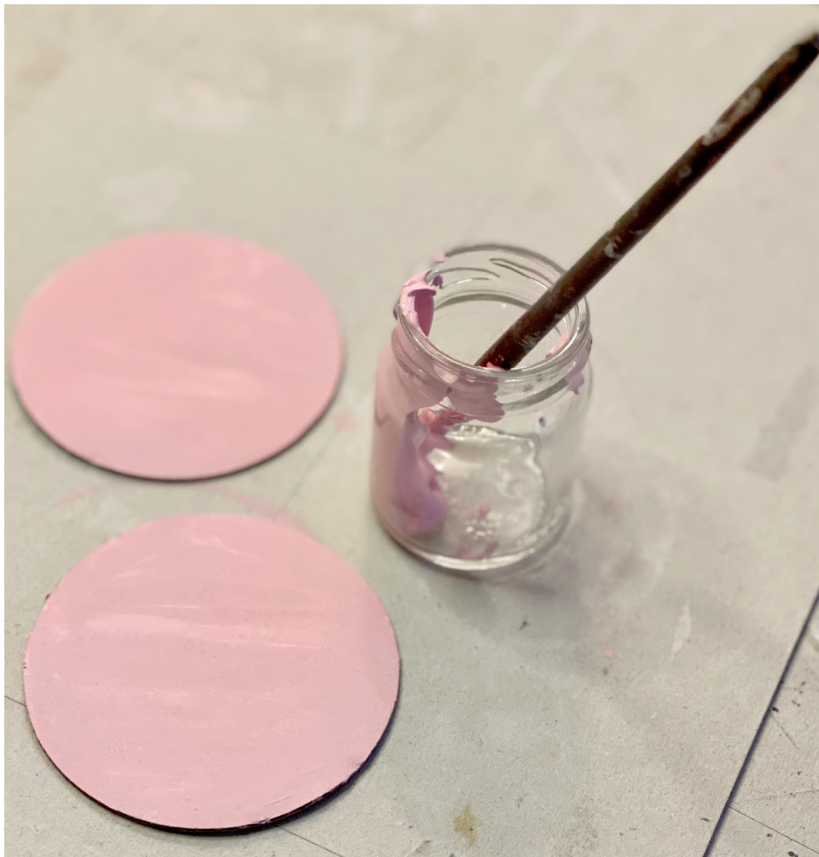
DESENHAR E
RECORTAR UM
CÍRCULO EM
CARTÃO.



2º PASSO

DESENHAR E
RECORTAR 2
CÍRCULOS IGUAIS
MAIS PEQUENOS.

CONSEGUI ARRANJAR UM CARTÃO BRANCO DE UMA EMBALAGEM DE
BOMBONS PARA FAZER ESTES 2 CÍRCULOS.



3º PASSO

P I N T A R O S
2 C Í R C U L O S
P A R A F A Z E R 2
B O C H E C H A S .



4º PASSO

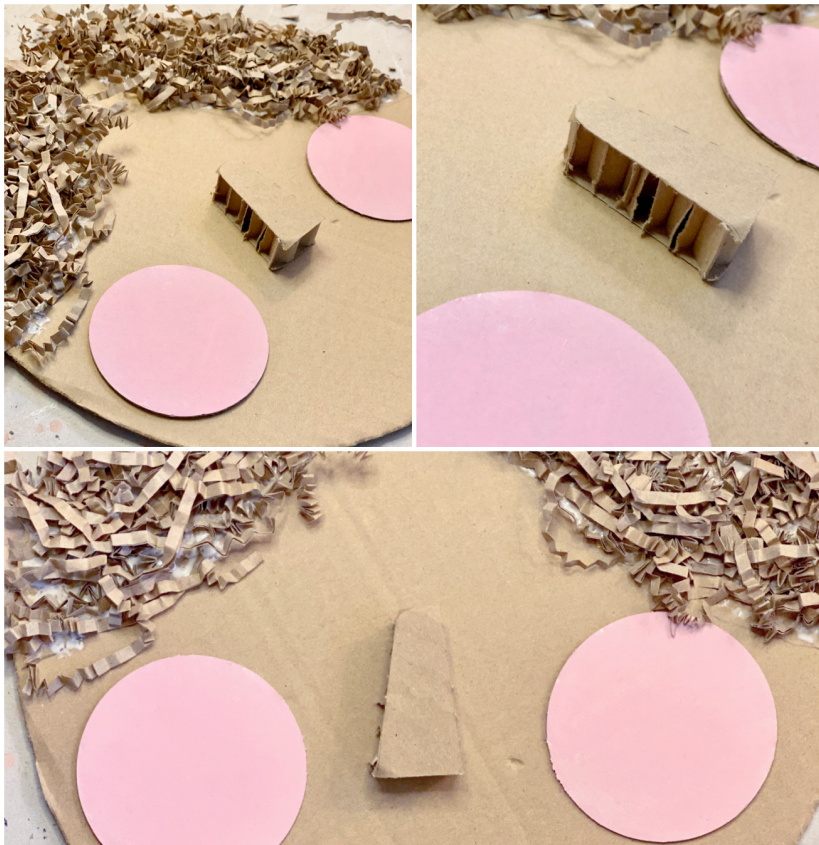
C O L A R O
E N C H I M E N T O
D E P A P E L N O
C Í R C U L O G R A N D E .

USAR COLA LÍQUIDA PARA COLAR O ENCHIMENTO DE PAPEL..



5º PASSO

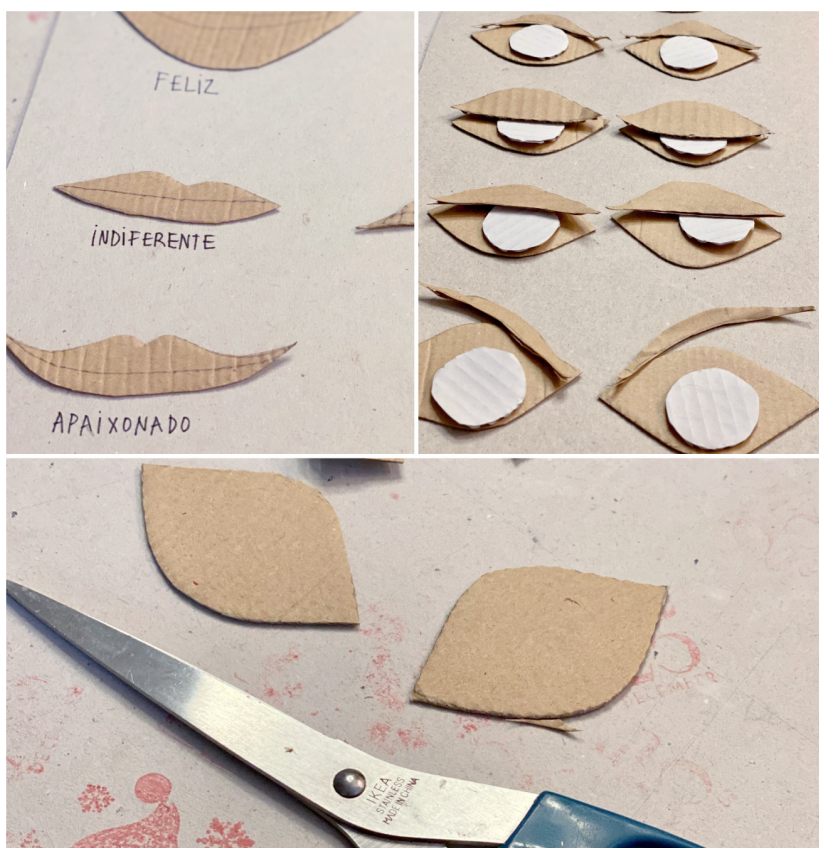
C O L A R A S
B O C H E C H A S
N A C A R A .



6º PASSO

FAZER O NARIZ E COLAR .

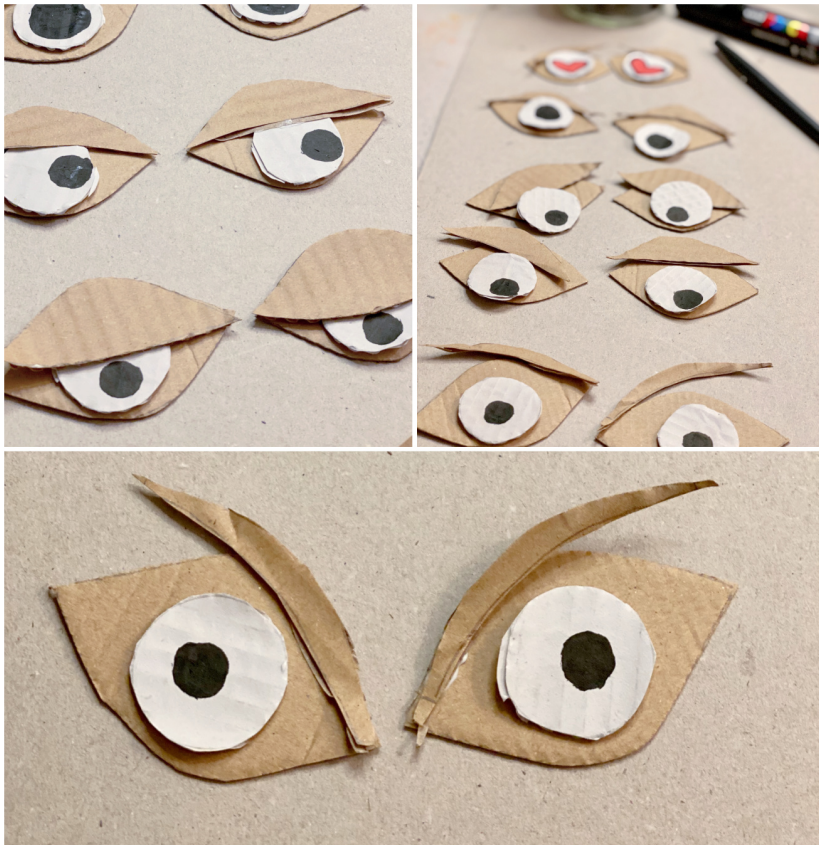
COM CARTÃO MAIS ALTO DESENHAR E RECORTAR A FORMA DE UM
NARIZ



7º PASSO

DESENHAR E
RECORTAR
OLHOS E BOCAS
EM CARTÃO .

DEPOIS DE IMAGINAR AS VÁRIAS EXPRESSÕES DOS OLHOS E BOCAS COM AS DIFERENTES EMOÇÕES QUE ESCOLHEMOS, DESENHAMOS E RECORTAMOS EM CARTÃO.



8º PASSO

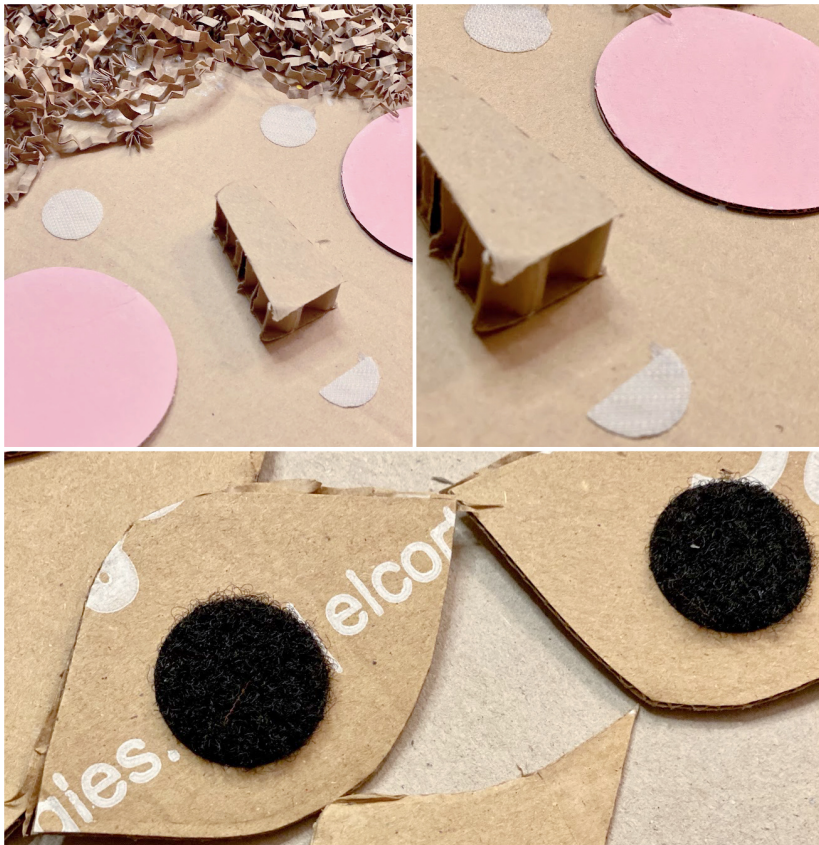
P I N T A R O S
D I F E R E N T E S
O L H O S E B O C A S .

USAR LÁPIS DE COR OU CANETAS PARA PINTAR OS OLHOS E AS BOCAS..



9º PASSO

COLAR E
MONTAR OS
OLHOS A PENSAR
NAS DIFERENTES
EMOÇÕES.



10° PASSO

COLAR FITA DE
VELCRO ADESIVA
NO SÍTIO DOS
OLHOS E BOCA.

SE NÃO TIVEREM FITA DE VELCRO EM CASA PODEM SEMPRE UTILIZAR
BOSTIK.



11° PASSO

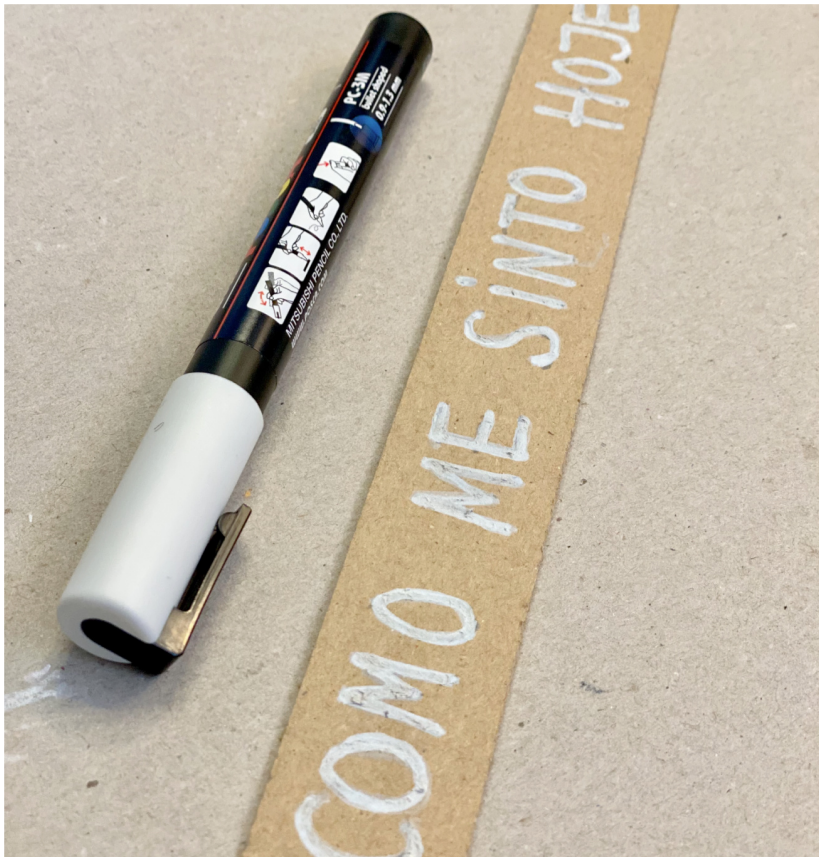
P R E N D E R O S
O L H O S E A
B O C A N A C A R A .



12º PASSO

C O L A R A C A R A
N U M A C A I X A .

COLEI NUMA CAIXA DE VINHOS EM MADEIRA,



13º PASSO

ESCREVER NUMA
TIRA DE CARTÃO:
'COMO ME SINTO HOJE'.



14º PASSO

C O L A R A T I R A
D E C A R T Ã O
N A C A I X A .



A G O R A É S Ó M U D A R
A E X P R E S S Ã O D A
C A R A C O N F O R M E N O S
V A M O S S E N T I N D O .

ESTE ÚLTIMO DESAFIO OFERECE MAIS UMA OPORTUNIDADE PARA PROMOVER
COMPETÊNCIAS FUNDAMENTAIS PARA DESENVOLVER A EMPATIA.
MOSTRAR COMPREENSÃO PELOS SENTIMENTOS DOS OUTROS, IMPLICA UM
CONJUNTO DE VÁRIAS COMPETÊNCIAS ENTRE ELAS A CAPACIDADE PARA
IDENTIFICAR SENTIMENTOS E 'COLOCAR-SE NO PAPEL DO OUTRO'.
ESTE PROJETO TRAZ NOVAMENTE O FOCO SOBRE AS PISTAS QUE AJUDAM
A IDENTIFICAR O QUE OS OUTROS PODERÃO ESTAR A SENTIR, DESTA VEZ,
DESTACANDO A EXPRESSÃO FACIAL. EXPLORANDO A VARIEDADE DE EXPRESSÕES
FACIAIS ASSOCIADAS ÀS EMOÇÕES QUE SE VÃO EXPERIMENTANDO, AS CRIANÇAS
TREINAM A IDENTIFICAÇÃO DO MODO COMO CADA ELEMENTO SE APRESENTA
NA FACE EM SI PRÓPRIOS, PROMOVENDO A SUA CAPACIDADE PARA
OS RECONHECER E IDENTIFICAR NOS OUTROS. ASSIM, PROMOVE-SE
A CONSCIÊNCIA EMOCIONAL, PROCURANDO CRIAR AS BASES PARA A EMPATIA,
UMA COMPETÊNCIA QUE FAVORECE O RELACIONAMENTO COM OS DEMAIS.
COM O MATERIAL CRIADO NESTE DESAFIO, PODERÃO FAZER UM JOGO EM FAMÍLIA
NO QUAL UM DOS ELEMENTOS DA MESMA COLOCA OS VÁRIOS COMPONENTES
DA EXPRESSÃO FACIAL DE CARTÃO DE ACORDO COM A EMOÇÃO QUE SENTE
NO MOMENTO E OS OUTROS TENTAM ADIVINHÁ-LA E SER EMPÁTICOS,
DEMONSTRANDO, POR PALAVRAS OU AÇÕES, COMPREENSÃO PELO QUE ESSE
ELEMENTO DA FAMÍLIA ESTÁ A SENTIR.

Inês Leitão
Psicóloga Clínica e Psicoterapeuta
PIN - Em todas as fases da vida
Coordenação do Núcleo de Perturbação do Espectro do Autismo