ESTADO DE MATO GROSSO DO SUL MUNICÍPIO DE LADÁRIO
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

ATIVIDADE PEDAGÓGICA COMPLEMENTAR
E.M. EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL 17 DE MARÇO

TERÇA-FEIRA 20/04/2021 TERÇA-FEIRA 27/04/2021
ALUNO(A):
PROFESSOR (A): ELEINE SOARES TURMA(S): 8º **ano A** TURNO: MATUTINO ENSINO FUNDAMENTAL II
COMPONENTE CURRICULAR: **PROJETO DE VIDA** **Objeto de conhecimento: O MUNDO INTERIOR / ´PODER DAS EMOÇÕES** (MS.EF69LP52)
Recurso: Livro PENSAR, SENTIR E AGIR – autor: LÉO FRAIMAN – Editora Moderna

O MUNDO INTERIOR – O PODER DAS EMOÇÕES

A relação entre as emoções e os sonhos pode ser um grande enigma. Alguém pode sonhar em ser ator ou atriz porque desde criança se emociona ou se empolga com os filmes a que assiste. As emoções experimentadas no momento presente alimentam sonhos para o futuro. Pode ocorrer, contudo, um movimento inverso. Essa mesma pessoa pode sonhar em ser ator ou atriz porque pretende entrar em contato com emoções que somente os atores são capazes de experimentar. Nesse caso, os sonhos alimentados no presente têm o objetivo de levá-la a experimentar emoções em um momento futuro.

Eis, então, o enigma: são as emoções que uma pessoa experimenta no dia a dia que a levam a sonhar ou, ao contrário, ela sonha em vivenciar emoções futuras?

Ao longo da vida, é possível entrar em contato com diversas emoções. De certa forma, elas influenciam a maneira de agir das pessoas. As emoções negativas proporcionam reflexão imediata sobre problemas urgentes e podem levar a mudanças também imediatas.

[...] As emoções negativas nos advertem sobre uma ameaça específica: quando sentimos medo, ele é quase sempre
precedido por um pensamento de perigo. Quando nos sentimos tristes, há quase sempre um sentimento de perda. Quando sentimos raiva, há quase sempre um pensamento de transgressão. Isso nos dá espaço para parar e identificar o que está acontecendo quando nossa reação emocional negativa é desproporcional à realidade do perigo, perda ou transgressão. Então, podemos ajustar a proporção de nossa reação emocional. [...]

Já as emoções positivas podem ser consideradas geradoras de recursos. Por seu caráter motivador, elas propiciam condições fundamentais para o progresso pessoal.

A chave para tirar vantagem das emoções positivas é considerá-las "produtoras de recursos".

[...] As emoções positivas lançam luz sobre coisas que estão correndo particularmente bem para nós ou que têm o
potencial de correr bem – isto é, situações que se coadunam com nossos objetivos. Estas podem ser consideradas
oportunidades para a produção de recursos [...].

A realização de um projeto de vida refere-se à realização de metas, e as emoções estão diretamente relacionadas a esse processo. Elas fazem parte da vida de todas as pessoas, assim, é importante identificá-las e aproveitar o que elas podem
oferecer de melhor

1 - Qual é o poder das emoções?

2 - Como você lida com suas emoções?

3 - Como você processa as emoções positivas? E as negativas?

ESTADO DE MATO GROSSO DO SUL MUNICÍPIO DE LADÁRIO
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

ATIVIDADE PEDAGÓGICA COMPLEMENTAR
E.M. EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL 17 DE MARÇO

ASSISTAM O FILME DIVERTIDAMENTE E FAÇAM UM RESUMO DESSE FILME.

Essa animação mostra como as emoções Alegria, Medo, Raiva, Nojo e Tristeza são processadas no cérebro de Riley, de 11 anos, após a menina passar por uma mudança de cidade.

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
Rua Avenida 14 de Março, nº656 – Centro – Ladário – MS – CEP: 79370-000
Endereço Eletrônico: educaladario@brturbo.com.br
Telefone para contato: 67 3226 2394/ 3226 2034