



**PROPOSTA DE ATIVIDADES  
SOCIOEMOCIONAIS PARA ESTUDANTES  
ENSINO FUNDAMENTAL  
ANOS INICIAIS**

**MÍMICA DAS EMOÇÕES**

**PROPOSTA DE ATIVIDADES  
SOCIOEMOCIONAIS PARA ESTUDANTES  
ENSINO FUNDAMENTAL  
ANOS INICIAIS**

**MÍMICA DAS EMOÇÕES**



# MÍMICA DAS EMOÇÕES

**É uma atividade a ser realizada em dupla ou em grupo: uma pessoa irá expressar uma emoção através de movimentos do corpo e/ou da face e os demais terão que identificar aquela emoção.**

## JUSTIFICATIVA

A atividade Mímica das Emoções tem como objetivo ajudar as crianças a reconhecerem e expressarem emoções. Reconhecer e expressar emoções são aspectos centrais para as relações interpessoais. Além disso, o reconhecimento das emoções no outro é fundamental para aumentar o vocabulário emocional da criança, ajudá-la a nomear as emoções, além de desenvolver a empatia e o respeito. A **empatia** é uma competência fundamental para entender as necessidades das pessoas e cultivar os relacionamentos. O **respeito** é importante para nos ajudar a conviver com os outros. Ao criar mímicas para as emoções, as crianças terão a oportunidade de explorar e aprender a fazer coisas de maneiras novas, exercendo assim a imaginação

## DESENVOLVIMENTO



# DESENVOLVIMENTO DA ATIVIDADE



## OBJETIVO

- 1 Crianças irão representar algumas emoções através de expressões corporais e faciais;
- 2 Crianças irão observar expressões corporais e faciais de outros participantes para reconhecer e nomear algumas emoções.

## DURAÇÃO

Cerca de 20 minutos – a depender da quantidade de participantes e de rodadas.

## MATERIAIS

- 1 Sugestão de lista de situações:

Como você se sente quando...

- > Ganha um presente?
- > Vê uma barata?
- > O seu amigo não te chama para brincar?
- > O seu brinquedo favorito quebra?
- > Escuta a sua música favorita?
- > Come uma comida que não gosta?
- > Fica doente?
- > Falta luz e fica tudo escuro?
- > Não pode abraçar uma pessoa que você gosta?
- > Preciso ficar em casa?
- > Não pode brincar com meus amigos na escola?

## PROCEDIMENTOS

### 1 Conexão

Inicie um debate sobre diferentes emoções por meio de perguntas, como: *“Quando é que vocês se sentem felizes?”*. Solicite, então, que as crianças façam uma expressão facial para demonstrar esta emoção: *“Como fica o rosto de vocês quando estão felizes?”*. Depois, repita essa dinâmica com quatro outras emoções: tristeza, raiva, medo e nojo. Diga que elas precisarão usar essas emoções em um jogo.

### 2 Explicação da atividade:

Explique que vocês vão brincar com um jogo de adivinhação, em que você vai combinar uma determinada situação com um dos participantes e ele irá fazer uma mímica para mostrar a emoção que sentiria naquela situação para os demais participantes, por meio de expressões corporais e/ou faciais. Quando alguém adivinhar a emoção, troquem os papéis – quem fez a mímica se junta aos demais participantes para adivinhar e quem adivinhou fará outra mímica. Fale que a situação que você vai contar é segredo, logo, só a pessoa que vai fazer a mímica naquela rodada vai escutar a situação, e depois voltar para o grupo ou para as suas respectivas duplas.

Se o jogo for realizado apenas com duas pessoas, você e uma criança, por exemplo, peça que ela mesma imagine uma situação e qual emoção sentiria e você precisará adivinhar. Após o acerto, troquem de papéis e a criança adivinha o que você fez de mímica.

### 3 Participação:

Decidam, entre si, quem será o participante (pessoa A) que começará fazendo a mímica. Comecem a brincadeira, chamando a pessoa A para longe dos demais e contando uma situação em voz baixa para eles. Você pode optar por usar situações em que as crianças já tenham passado ou tenham conhecimento para que seja possível fazer as mímicas ou que estejam passando nesse momento de distanciamento social. Depois peça para a pessoa A fazer uma mímica de como se sentiu naquela situação – e os demais participantes precisarão nomear a emoção.

#### 4 Encerramento:

Após a brincadeira, inicie um debate, fazendo perguntas: *“Como foi fazer mímica de uma emoção?”*; *“Como foi descobrir o que a outra pessoa estava sentindo?”* e *“Como vocês descobriram que o outro estava sentindo medo?”* *“Nessa situação você sentiria a mesma coisa?”* ou *“Teve alguma situação que você se sentiria de outra forma?”*; *“O que vocês acham?”*. Se houver disponibilidade, converse sobre cada situação e emoção. Conclua, dizendo que muitas vezes precisamos perceber o corpo e o rosto do outro, para identificar o que ele está sentindo e procurar ajudá-lo. Desafie as crianças: *“Gostaria que todos ficassem atentos às outras pessoas de agora em diante, para que fique mais fácil ajudá-los quando estiverem tristes, com raiva ou medo. Combinado?”*.

## OLHO NAS CRIANÇAS

Nesta atividade, tenha em mente que algumas crianças poderão ter dificuldade em fazer a mímica e/ou identificar emoções nos participantes. Se este for o caso, discuta com elas sobre as expressões faciais relacionadas a cada emoção. Por exemplo, para a mímica de tristeza: *“Estou vendo vários rostos tristes, reparo que alguns de vocês estão mostrando a tristeza com os olhos, ao olharem para baixo. Outros estão com o lábio inferior para frente. Outros ainda estão limpando as lágrimas, porque muitas vezes quando ficamos tristes, choramos”*. Você também pode pedir ajuda às crianças, questionando os sinais de tristeza que elas reparam nos rostos dos participantes. Ao explicitar estas pistas visuais, você estará facilitando a atividade para as crianças com dificuldades em reconhecer e expressar emoções.

[institutoayrtonsenna.org.br](http://institutoayrtonsenna.org.br)

---