



NOME/TÍTULO	Utilizar palavras de poder
IDADE	3-6 anos
DESCRIÇÃO	Algumas crianças são capazes de exprimir eficazmente os seus desejos e necessidades durante o conflito; outras precisam da sua ajuda. Para aprenderem esta competência, as crianças têm de se sentir capacitadas para defenderem os seus direitos, especialmente quando se sentem ameaçadas. Com as crianças mais pequenas, pode começar por ensinar palavras e frases curtas e poderosas que elas possam utilizar, como "Pára!" ou "Não gosto disso". Certifique-se de que utiliza um tom de voz firme para dar o exemplo. Associar a frase ao movimento físico de levantar a mão pode ajudar as crianças a lembrarem-se das palavras poderosas e dá-lhes algo respeitosa e físico para fazer com o corpo num conflito. Por vezes, as crianças recorrem à agressão física como estratégia de proteção e defesa. O uso de um gesto parece protetor sem ser ofensivo para outra pessoa.
LIGAÇÕES, FONTES	https://teachingstrategies.com/blog/5-ways-support-social-emotional-desenvolvimento-da-primeira-infancia/

NOME/TÍTULO	Respeitar e preocupar-se com cada criança
IDADE	3-6 anos



DESCRIÇÃO	• Ouve com toda a atenção e repete o que as crianças dizem (muitas vezes aproveitando também a oportunidade para expor as crianças a novo vocabulário). Jason, um menino de 4 anos, diz: "Olha, fiz um camião com muitos legos!" A Sra. Carnes responde: "Oh, estou a ver, Jason. Construíste um camião com dezenas de Legos". O Jasão acrescenta: "Eu uso este camião para entregar maçãs e bananas na mercearia". A Sra. Carnes responde: "Usar um camião para entregar frutas nutritivas na mercearia é útil". Ouvir as crianças com atenção e reflexão aumenta a sua autoestima e confiança. Quando os professores ouvem ativamente as crianças, transmitem que se preocupam com o que elas têm para dizer, e é mais provável que as crianças partilhem os seus pensamentos, ideias, sentimentos e histórias. • Aceita e reflecte os sentimentos das crianças. Franzindo o sobrolho, o Jasper diz à professora: "O Miguel tem os blocos grandes todos!" A Sra. Carnes responde: "Jasper, pareces aborrecido por não haver mais blocos grandes para construir neste momento. É difícil esperar! A Amy diz com entusiasmo: "Estamos quase a ir lá para fora!" A Sra. Carnes responde: "Os brilhos nos teus olhos dizem-me que mal podes esperar para ir lá para fora. Estás entusiasmada". Quando aceitam e reflectem os sentimentos das crianças, os professores demonstram sensibilidade e carinho de uma forma que as crianças compreendem. Os reconhecimentos dos professores tornam
	as crianças sentem-se ouvidas e aceites (Duffy 2008). Como resultado, as crianças sentem-se seguras para expressar as suas emoções - e recebem apoio para identificar, rotular e compreender melhor as suas emoções. • Passa tempo privado e de qualidade com cada criança através de actividades individuais, como a leitura de histórias e jogos. A Emily fica triste quando a mãe se vai embora. A Sra. Carnes lê-lhe um livro num canto acolhedor com almofadas macias e animais de peluche. Depois disso, a Emily está pronta para explorar e brincar na sala de aula. A Judy queixa-se de que ninguém quer brincar com ela na mesa tátil. A Sra. Carnes senta-se à mesa e brinca com a Judy até que outra criança se junte à brincadeira. Para além disso, a Sra. Carnes passa tempo de qualidade com as crianças individualmente, pondo de lado outras tarefas, aproximando-se do nível da criança e conversando abertamente com ela. A Sra. Carnes mantém um registo para garantir que fala com cada criança regularmente, o que aprofunda a sua relação e cria confiança (Gartrell 2007). A Sra. Carnes encontra tempo para estas conversas ao longo do dia, especialmente durante a saudação, as brincadeiras livres, o lanche, o almoço e a hora de saída.



LIGAÇÕES, FONTES	https://www.naeyc.org/resources/pubs/yc/mar2018/promoting-social-e-saúde-emocional
-------------------------	---

NOME/TÍTULO	Conformidade
IDADE	2-6 anos
DESCRIÇÃO	Estabelecer rotinas, regras e expectativas consistentes para as crianças também ajuda a impulsionar o desenvolvimento noutra área socio-emocional fundamental: a conformidade. As crianças são geralmente mais cooperantes se os pedidos forem feitos numa linguagem adequada ao seu desenvolvimento e se receberem um reforço positivo quando fazem o que lhes é pedido. Aqui estão algumas dicas rápidas que podem ajudar a promover relações mais receptivas (e menos stressantes!) entre o cuidador e a criança: • Dê-lhe uma pequena tarefa para fazer. Aos dois anos de idade, as crianças começam a compreender pedidos mais complexos e podem receber pequenas tarefas. Depois do recreio, pegue numa caixa de arrumação



	e peça ao seu filho que o ajude a limpar. Experimente fazer um jogo para ver quem consegue arrumar mais brinquedos. Não se esqueça de elogiar entusiasticamente o seu filho quando terminar! <i>Faixa etária: 2 anos</i> • Jogue jogos que ensinem competências de cumprimento. As crianças pequenas aprendem melhor através de jogos, por isso, faça jogos com elas que realcem a importância de se revezarem, como o Hopscotch e o Follow the Leader. <i>Faixa etária: 3-4 anos</i> • Mantenha as suas regras curtas e simples. Aos 3 ou 4 anos de idade, as crianças começam a desenvolver a capacidade de seguir regras de forma mais consistente, mas ainda precisam de ser lembradas regularmente das expectativas comportamentais da sua família. Terá mais hipóteses de fazer com que o seu filho siga as regras se mantiver as directivas curtas, simples e consistentes. <i>Faixa etária: 3-4 anos</i> • Certifique-se de que descansam bastante: A capacidade de cooperação de uma criança pequena diminui significativamente quando está cansada ou demasiado estimulada. Proporcione-lhes amplas oportunidades de descanso e sossego e imponha-lhes uma hora de deitar previsível à noite. <i>Faixa etária: 0-5 anos</i>
LIGAÇÕES, FONTES	https://agesandstages.com/free-resources/articles/7-areas-of-social-emotional-development-what-they-are-and-how-to-support-them/

NOME/TÍTULO	Autonomia
IDADE	1-6 anos



DESCRIÇÃO	Todos os educadores e prestadores de cuidados na primeira infância já ouviram uma criança gritar algo como: "Eu faço isso!" Por muito frustrantes que possam ser estas explosões, são indicadores positivos de que a criança se sente suficientemente segura para explorar a sua crescente autonomia e sentido de si própria. Estas sugestões ajudarão os pais e os prestadores de cuidados a continuar a apoiar a independência emergente dos seus filhos: • Peça-lhes ajuda. Peça ao seu filho para o "ajudar" a fazer o almoço ou o jantar. Designe uma gaveta especial ou
	O seu pequeno ajudante pode escolher os utensílios de cozinha mais seguros, como copos e colheres de medida, e mostrá-los orgulhosamente a si. Diga coisas como: <i>"Obrigado por fazeres isso! És um grande ajudante!"</i> <i>Faixa etária: 12 meses</i> • Partir à descoberta. Quer se trate de ervas daninhas a atravessar o pavimento ou de um esquilo a correr à volta de uma árvore, existem milhares de coisas novas e fascinantes para as crianças experimentarem. Deixe o seu filho explorar o mundo exterior (consigo por perto) e reserve algum tempo para falar com ele sobre cada nova descoberta que fizer. <i>Faixa etária 2-5 anos</i> • Ofereça oportunidades de responsabilidade. Comece a dar ao seu filho responsabilidades ligeiras e pequenos trabalhos em casa. Pode pedir-lhe para limpar o pó com um pano húmido ou arrumar o quarto, e deixá-lo fazer algumas coisas sozinho, como preparar o lanche da tarde. Não se esqueça de elogiar sempre um trabalho bem feito! <i>Faixa etária 3-5 anos</i>
LIGAÇÕES, FONTES	https://agesandstages.com/free-resources/articles/7-areas-of-social-emotional-development-what-they-are-and-how-to-support-them/

NOME/TÍTULO	Interação
IDADE	0-6 anos



DESCRIÇÃO	Mesmo os bebês mais pequenos procuram os rostos das pessoas que cuidam deles e tentam imitar as suas expressões faciais. À medida que as crianças crescem, interessam-se por outras pessoas e desenvolvem novas capacidades de interação. As crianças pequenas gostam de brincar lado a lado com outras crianças e as crianças em idade pré-escolar aprendem as competências do jogo cooperativo: partilhar, trocar e negociar desacordos com outras crianças. Eis algumas estratégias para desenvolver a capacidade da criança de responder ou iniciar respostas sociais: • Deite-se ao nível do bebé. Coloque o seu bebé sobre um cobertor macio
	e depois deite-se ao lado dele para ver como é o mundo na perspetiva dele. Descreva tudo o que vê ao seu filho, por mais pequeno ou aparentemente insignificante que seja. <i>"Olha como é bonita a luz reflectida no chão de madeira".</i> <i>Faixa etária: 0-12 meses</i> • Joguem juntos jogos simples. Por vezes, os jogos mais simples são os mais divertidos! Sente-se no chão com o seu filho e faça rolar uma bola para a frente e para trás. Seja um líder de claqué para o seu filho e bata palmas com entusiasmo sempre que ele empurrar a bola ou a apanhar com as mãos. <i>Idade: 12-18 meses</i> • Facilite a partilha e a troca de turnos. Quando o seu filho estiver a brincar com outras crianças, fique por perto e ajude a facilitar a partilha e a troca de turnos. O seu filho pode ser demasiado novo para compreender completamente qualquer um destes conceitos, mas falar com ele sobre a importância de ser paciente e educado ajuda a lançar as bases para relações respeitadas entre pares. <i>Faixa etária: 2-4 anos</i> • Vamos fazer de conta. Tenha à mão alguns adereços de baixo custo (roupas velhas, caixas, tubos de papel de embrulho) para que o seu filho se possa divertir a explorar diferentes papéis e a brincar ao faz-de-conta com os amigos. <i>Faixa etária 3-5 anos</i>



<i>LIGAÇÕES, FONTES</i>	https://agesandstages.com/free-resources/articles/7-areas-of-social-emotional-development-what-they-are-and-how-to-support-them/
--------------------------------	---

