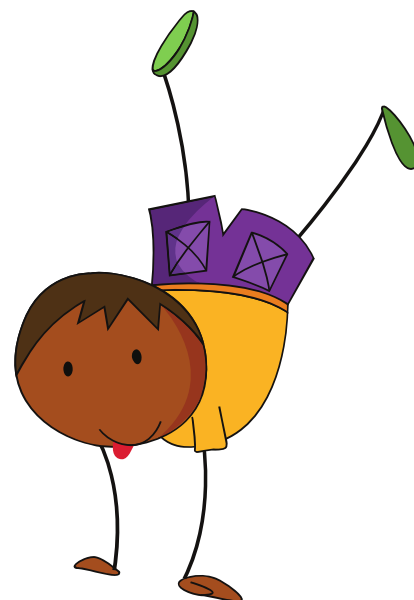


Juliana Barroso



Amizade

Posters & Actividades práticas para imprimir



UMA AMIZADE SAUDÁVEL PRECISA DE:

HONESTIDADE E CONFIANÇA

É a base para
que toda a
amizade cresça.

RESPEITO

Tratar os
outros como
eles gostam de
ser tratados.



CAPACIDADE DE RESOLVER CONFLITOS

Porque nem sempre
vamos concordar.



EMPATIA

Para tentarmos ver
com a perspectiva do
outro, quando as
opiniões são diferentes.

ESPAÇO PARA CRESCER

Porque como as
amizades, nós vamos
crescendo e mudando.



RECONHECIMENTO

Por sermos únicos e
termos características
especiais.

LIMITES

Claros e
respeitados
para ninguém
se magoar.

BOA COMUNICAÇÃO

Para que todos
se conheçam
melhor.

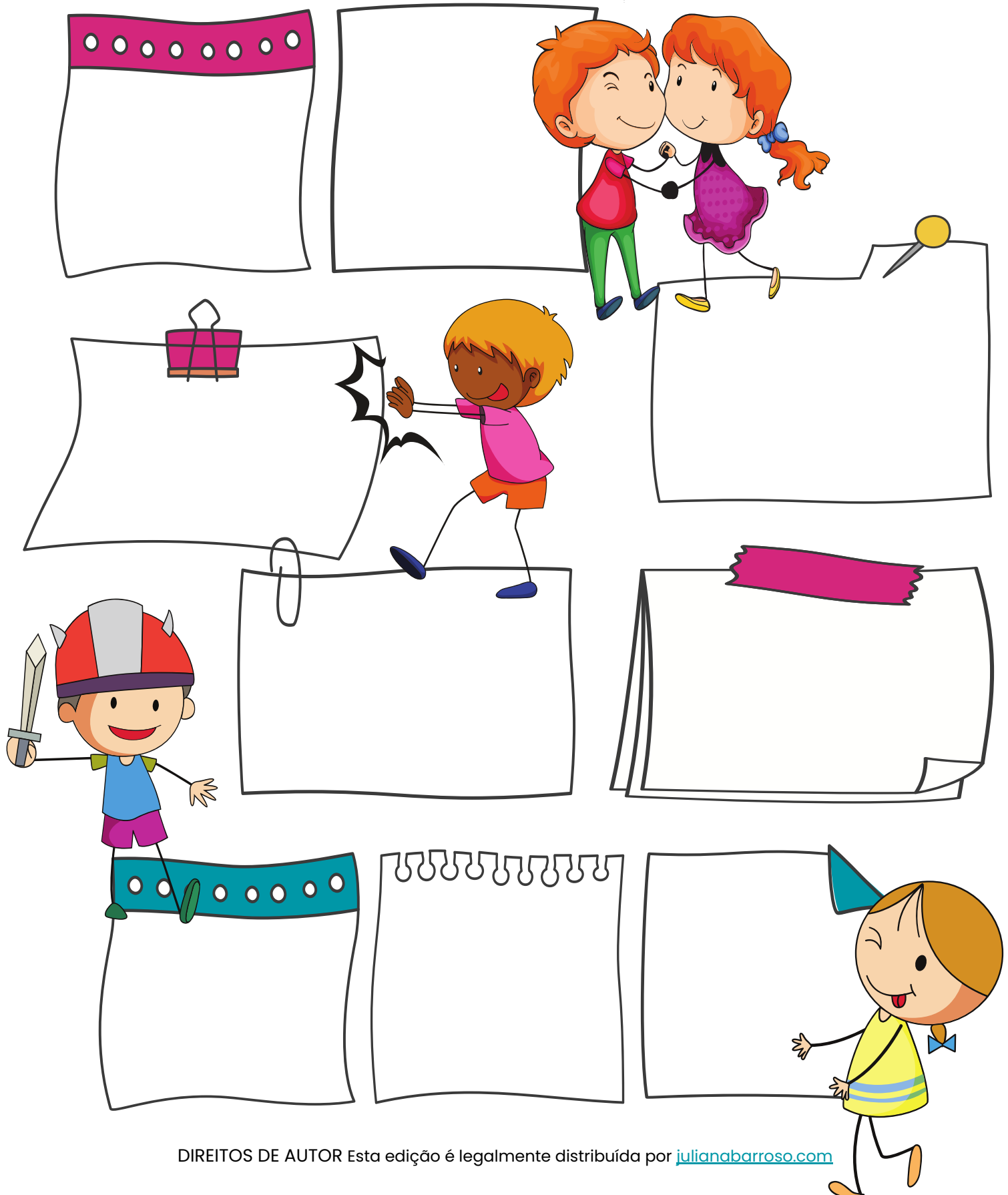
LIBERDADE

Para fazermos
as nossas
escolhas
pessoais.



UMA AMIZADE SAUDÁVEL PRECISA DE:

(Preenche usando as palavras/expressões dos alunos da turma)



UMA AMIZADE SAUDÁVEL PRECISA DE:

HONESTIDADE E CONFIANÇA

É a base para que toda a amizade cresça.

RESPEITO

Tratar os outros como eles gostam de ser tratados.

ESPAÇO PARA CRESCER

Porque como as amizades, nós vamos crescendo e mudando.

LIBERDADE

Para fazermos as nossas escolhas pessoais.

EMPATIA

Para tentarmos ver com a perspectiva do outro, quando as opiniões são diferentes.

RECONHECIMENTO

Por sermos únicos e termos características especiais.

BOA COMUNICAÇÃO

Para que todos se conheçam melhor.

LIMITES

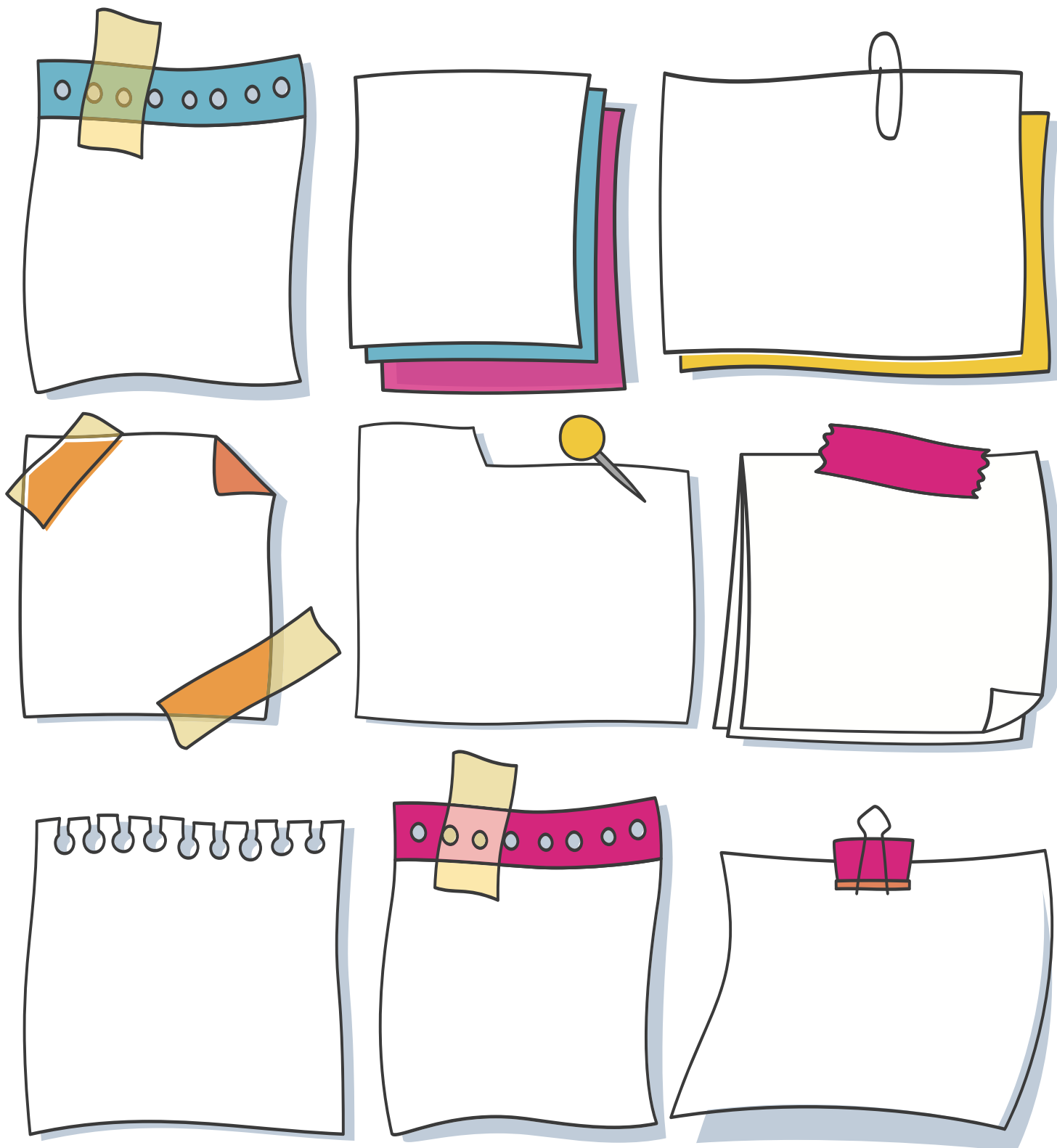
Claros e respeitados para ninguém se magoar.

CAPACIDADE DE RESOLVER CONFLITOS

Porque nem sempre vamos concordar.

UMA AMIZADE SAUDÁVEL PRECISA DE:

(Preenche usando as palavras/expressões dos alunos da turma)



HÁ "AMIG@S" QUE SEMEIAM DOR E OUTROS QUE SEMEIAM AMOR

"AMIG@S" DOR

Aproximaste muito e podes magoar-te



- Fingem que são teus amigos, mas não são.
- Erram e fingem que pedem desculpa.
- Querem controlar-te e mandar sempre nas brincadeiras.
- Pedem-te para não dizeres a ninguém que te magoam.
- Não gostam que tenhas outros amigos.
- Não te deixem dar a tua opinião.
- Dizem coisas más sobre ti (à tua frente e nas tuas costas).
- Magoam os teus sentimentos de propósito.
- Fazem-te sentir mal sobre o que dizes, o que fazes ou como aparentas.
- Não se importam com a tua opinião.
- Criam histórias sobre ti que não são verdade.
- Muitas vezes fazem-te sentir magoado, revoltado ou triste.
- Não te sentes seguro quando estão presentes.

AMIG@S AMOR

Todos crescem em conjunto



- Preocupam-se verdadeiramente contigo.
- Erram e pedem desculpa genuinamente.
- Respeitam os teus sentimentos.
- Garantem que estás seguro.
- Percebem que às vezes queres brincar com outras pessoas.
- Conseguem resolver conflitos calmamente quando aparecem.
- Não gozam contigo.
- Falam diretamente contigo quando há um problema para resolver.
- Apoiam-te e encorajam-te a ser quem és.
- Respeitam a tua opinião, mesmo quando é diferente.
- Gostam de brincar e divertem-se contigo.
- Querem passar tempo contigo.
- Dizem a verdade.
- Fazem-te sentir bem sobre quem és e o que fazes.
- Sentes-te seguro quando estão presentes.

HÁ "AMIG@S" QUE SEMEIAM DOR E OUTROS QUE SEMEIAM AMOR

(Preenche usando as palavras/expressões dos alunos da turma)

"AMIG@S" DOR

Aproximaste muito e podes magoar-te



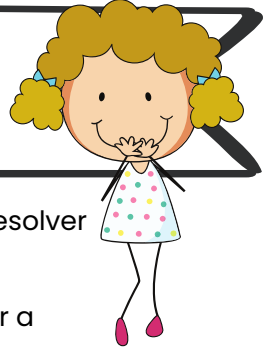
AMIG@S AMOR

Todos crescem em conjunto



PROBLEMAS COM AMIGOS

O que fazer?



Por vezes, precisamos de olhar para opções e soluções diferentes para resolver os problemas que enfrentamos.

Escreve ou desenha qual é o problema que estás a viver.

Analisa se alguma das soluções que apresentamos, te poderá ajudar a ultrapassar o problema com amigos que enfrentas.

Pedir desculpa pela minha parte no problema.

Falar com professor(a)/pais ou alguém em quem confio.

Dar uma segunda oportunidade à outra pessoa.

Dar-me tempo para pensar sobre o que quero.

Falar sobre o assunto com os envolvidos na situação.

Reavaliar a amizade.

Desculpar, esquecer e seguir em frente.

Evitar estar com esta pessoa a partir de agora.

Encontrar um compromisso entre todos os envolvidos.

Pedir ajuda rapidamente.

Dar-me oportunidade de resolver o meu erro.

Dar-me tempo para resolver a mágoa.

Ser gentil comigo e com os envolvidos.

Separar o "drama", do verdadeiro problema.

PULSEIRAS DA AMIZADE



Criar e oferecer estas pulseiras de papel que podem ser decoradas a gosto, de forma única e especial.

Podem ser partilhadas com um ou mais amigos e é uma forma diferente de reconhecer e mimar aquelas pessoas especiais na nossa vida.

Material necessário:

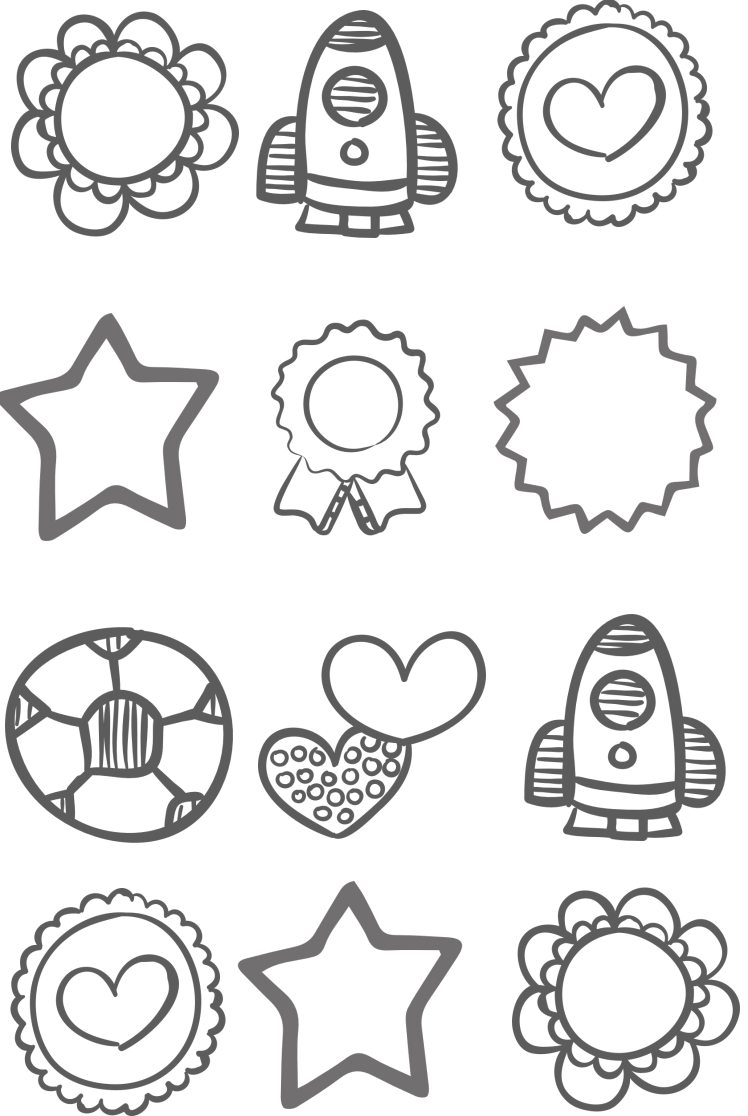
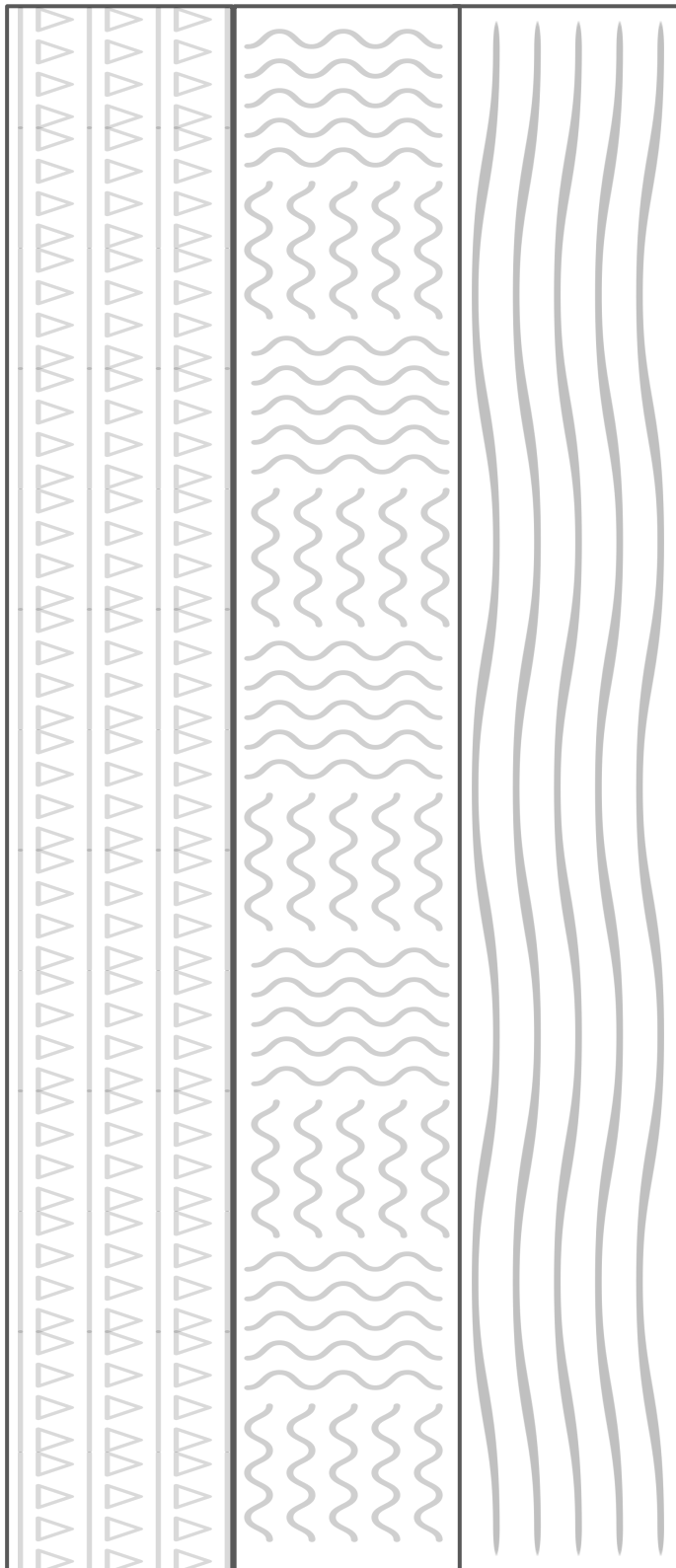
- Impressão da ficha “Pulseiras da Amizade” (versão pré-escolar ou 1º-2ºciclo);
- Material de pintura (lápiz cor, canetas de feltro, lápis de cera, aguarelas, etc);
- Tesoura
- Cola
- (Opcional) Papel autocolante transparente
- (Opcional) Círculos de velcro

Como fazer?

1. Imprimir 1 ficha por aluno, escolhendo a versão pré-escolar ou 1º-2ºciclo. Cada ficha tem material para fazer 3 ou 4 pulseiras respectivamente, para poderem oferecer a vários amigos;
2. Pintar as pulseiras e os símbolos/enfeites a gosto;
3. Cortar as pulseiras e os símbolos/enfeites. Medir a pulseira e cortar ao tamanho adequado ao pulso;
4. Colar os símbolos/enfeites a gosto;
5. (Opcional) Para usar as pulseiras várias vezes, forrar com papel autocolante transparente;
6. (Opcional) Para colocar e retirar a pulseira mais facilmente, colar nas extremidades os círculos de velcro;
7. Caso não queiram forrar e/ou colocar os círculos de velcro, podem fechar com cola ou fita-cola, mas será de uso único.

PULSEIRAS DA AMIZADE

(versão pré-escolar)



SEMPRE AMIGOS

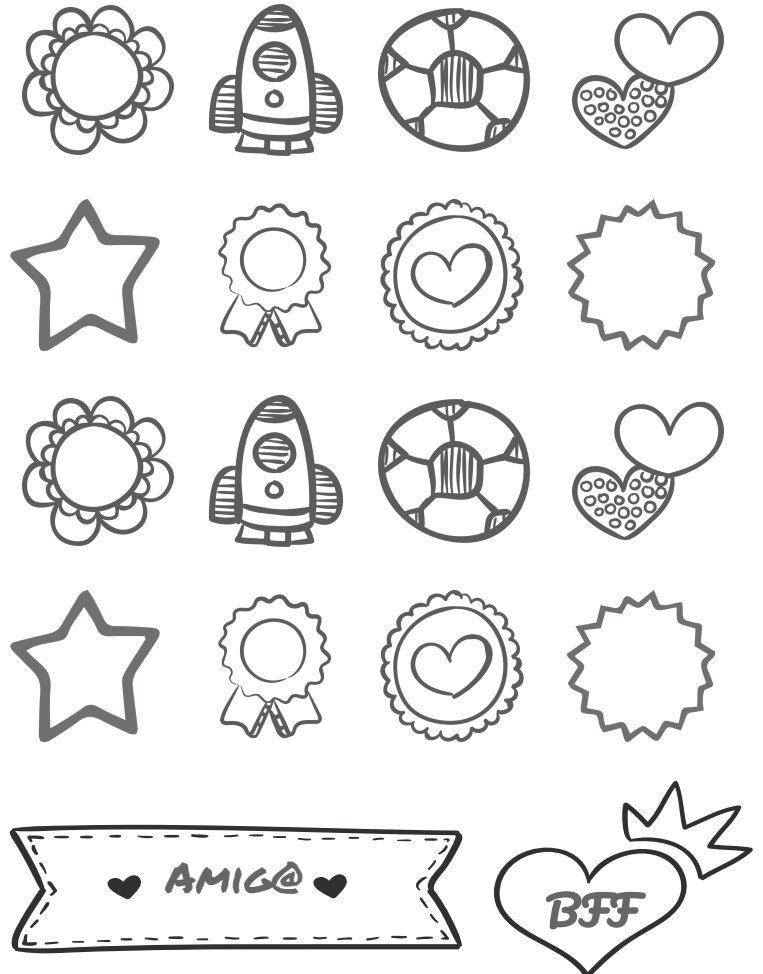
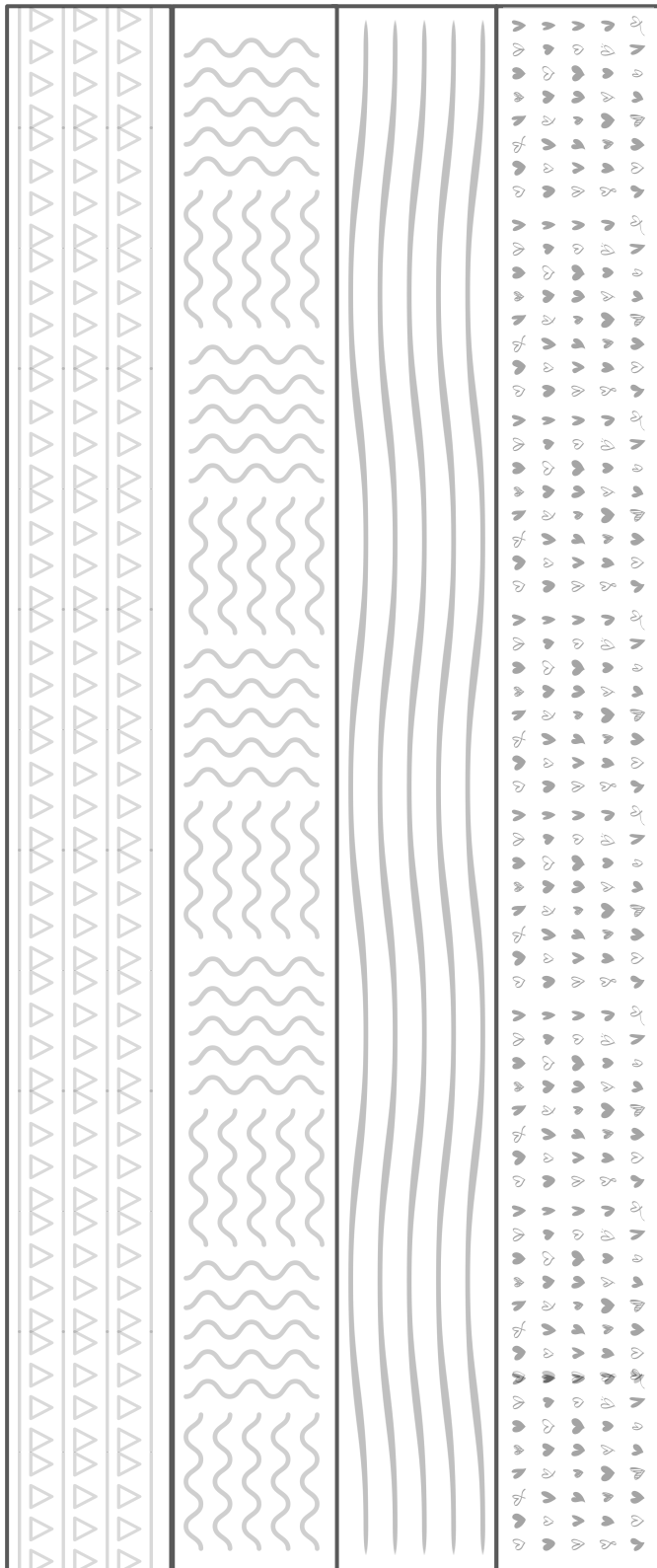
**BEST FRIENDS
FOREVER**

Super Amig@s

Melhores Amig@s

PULSEIRAS DA AMIZADE

(versão 1ª e 2ª ciclo)



SEMPRE AMIGOS

**BEST FRIENDS
FOREVER**

Super Amig@s

Melhores Amig@s

LIVRO-CORAÇÃO "EU ADORO"



Esta é uma atividade que ajuda a refletir e a descrever o que mais gostamos sobre as pessoas e locais mais especiais da nossa vida. Neste livro em forma de coração inclui espaço para reconhecer pessoas, grupos ou locais.

Este modelo inclui o que adoro em mim, na minha turma, nos meus amigos e na minha escola.

Está disponível uma página extra em branco para adicionar ao Livro-Coração "Eu Adoro" mais páginas, tais como: na minha família, no meu clube, na minha cidade, na minha professora, no meu bairro, nos meus animais de estimação, etc.

Material necessário:

- Impressão das folhas "Livro-Coração: Eu Adoro..." ;
- Material de pintura (lápis cor, canetas de feltro, lápis de cera, aquarelas, etc);
- Tesoura
- Cola ou agrafador

Como fazer?

1. Imprimir 4 folhas do Livro-Coração por aluno;
2. Escrever e/ou desenhar e colorir cada página "o que mais adoro" em mim, na minha turma, nos meus amigos e na minha escola;
3. Recortar os corações pela linha de limite preta;
4. Colar ou agrafar pelo extremo esquerdo, de forma a ser possível folhear as várias folhas do Livro-Coração;
5. (Opcional) Usar a página extra para adicionar páginas ao Livro-Coração.

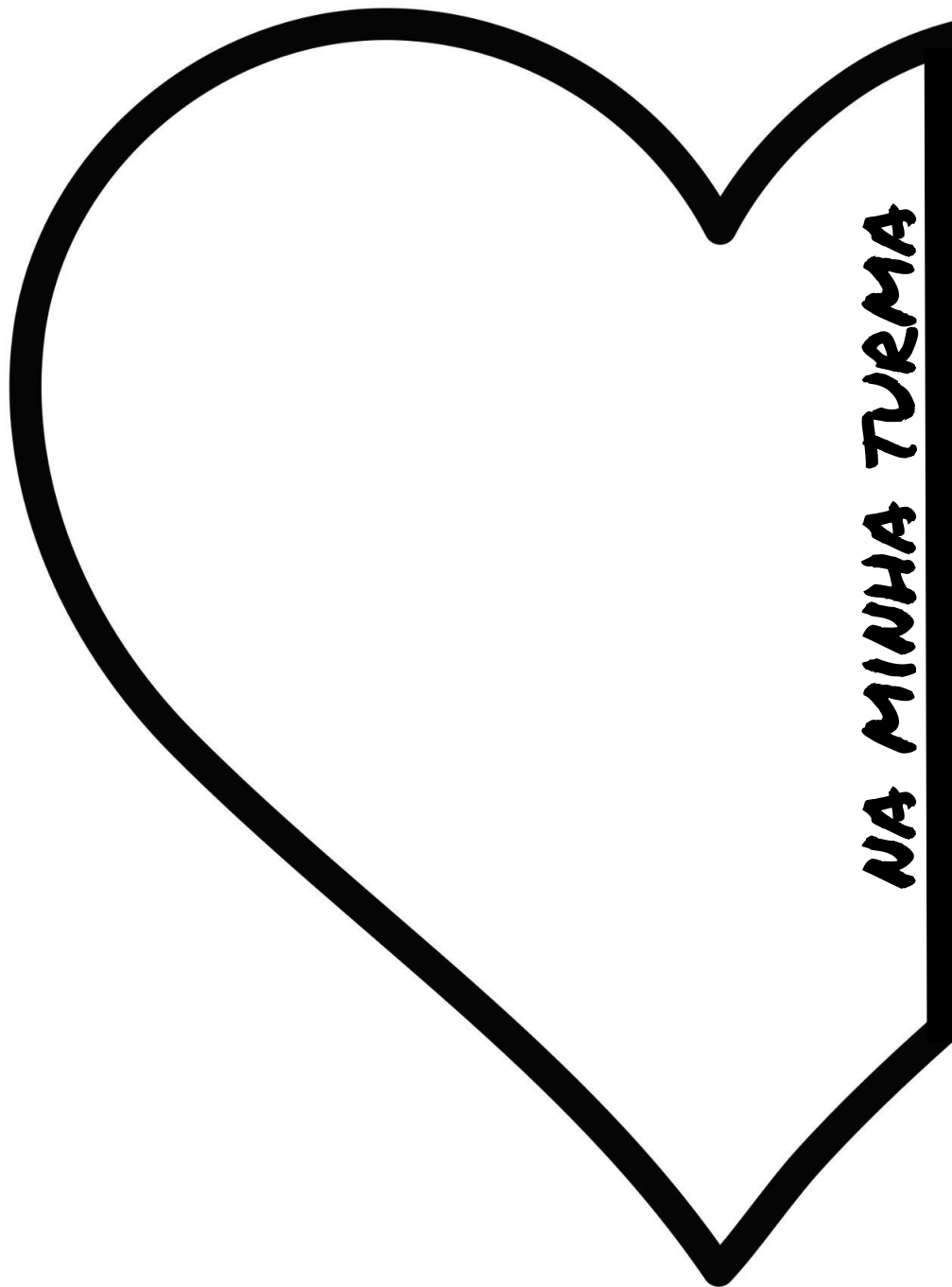
LIVRO-CORAÇÃO "EU ADORO"

Esta é uma atividade que ajuda a refletir e a descrever o que mais gostamos sobre as pessoas e locais mais especiais da nossa vida.

O QUE ADORO
EM MIM

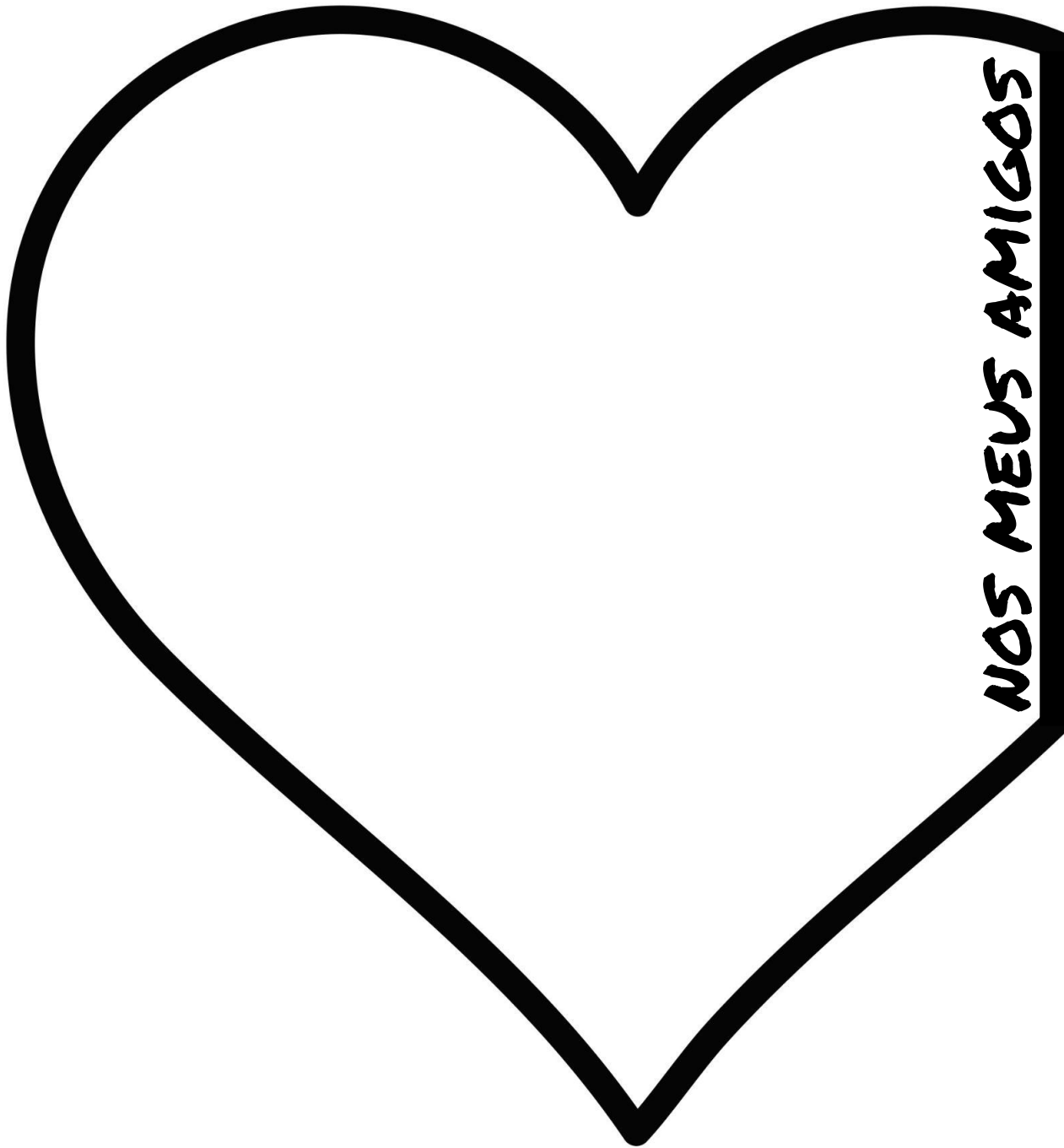
Desenha e escreve o que mais adoras em ti.

LIVRO-CORAÇÃO "EU ADORO"



Desenha e escreve o que mais adoras na tua turma.

LIVRO-CORAÇÃO "EU ADORO"



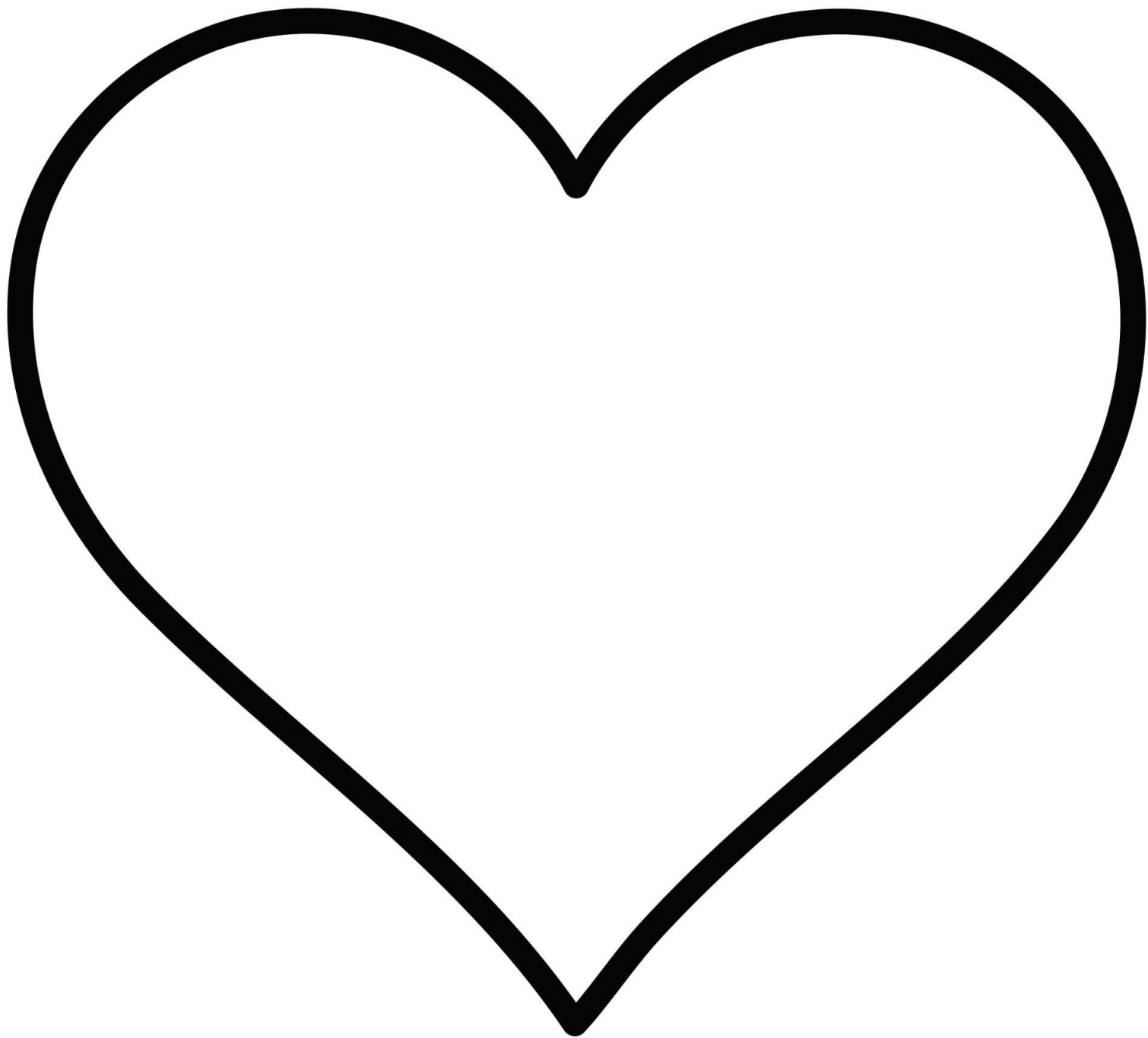
Desenha e escreve o que mais adoras nos teus amigos.

LIVRO-CORAÇÃO "EU ADORO"

**NA MINHA
ESCOLA**

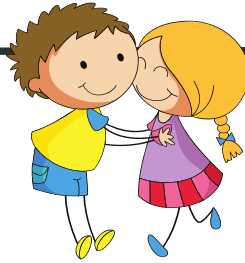
Desenha e escreve o que mais adoras na tua escola.

LIVRO-CORAÇÃO "EU ADORO"



Desenha e escreve o que mais adoras....
Na tua família, cidade, clube, desporto,etc .

MENSAGENS DE AMIZADE



Os cartões “mensagens de Amizade” são uma forte simples de facilitar momentos de reconhecimento e gentileza entre as crianças.

Poderão ser usados numa atividade especial, ou estarem disponíveis para “uso autônomo”, sempre que algum aluno sinta que deve reconhecer um colega ou disponibilizar-se para ouvir ou ajudar um colega.

As Mensagens de Amizade são uma ótima oportunidade para discutir a importância de incluir e reconhecer todos os colegas. Poderão abordar temas como: gentileza, empatia, respeito.

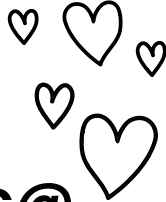
Material necessário:

- Impressão das folhas “Mensagens Amizade”;
- Material de pintura (lápis cor, canetas de feltro, lápis de cera, etc);
- Tesoura;
- Plastificadora;

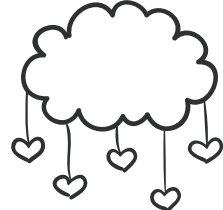
Como fazer?

1. Conversar sobre a importância de reconhecermos as atitudes dos colegas e nos disponibilizarmos para ouvir e apoiar.
2. (Opcional) Colorir as imagens dos cartões;
3. (Opcional) Criar cartões personalizados na folha adicional em branco;
4. Cortar cada cartão e plastificar para maior durabilidade;
5. Colocar os cartões num cesto, pote ou espaço especial, a que os alunos possam aceder sempre que queiram reconhecer um colega ou disponibilizar-se para apoiar algum amigo.

És chei@ de
surpresas.
Fazes-me
sentir mági@.



Como te sentes?
Posso ajudar-te?



Juntos somos
mais fortes!



Sinto que nos
vamos divertir.

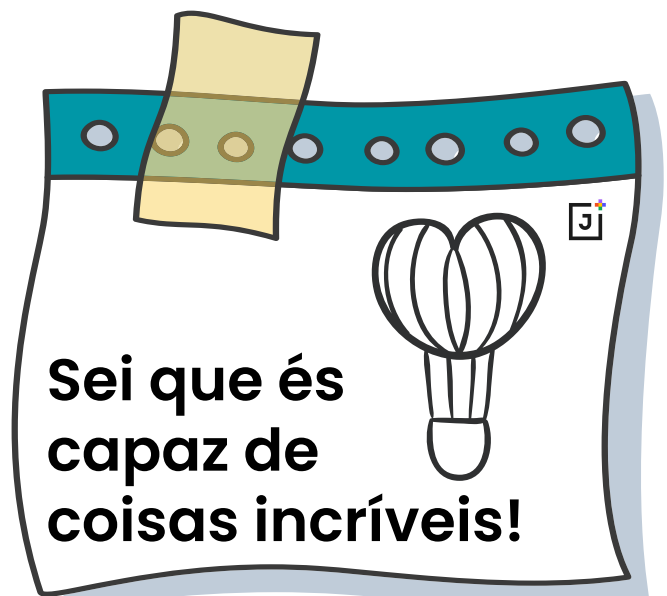
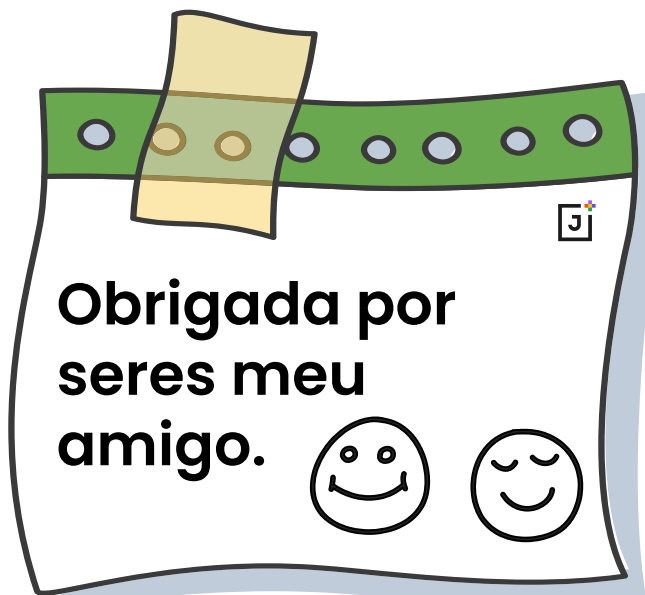
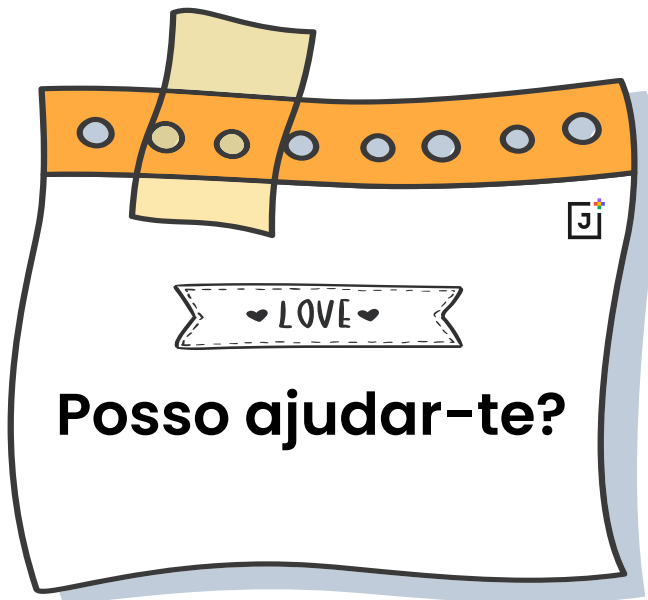


Sinto que vamos
ser amigos
por muito
tempo.

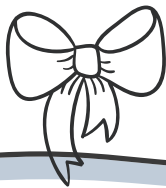


Juntos,
conseguimos
superar-nos.





Obrigada por
seres quem és.



Tu inspiras-me!



Obrigada por
seres tão gentil!

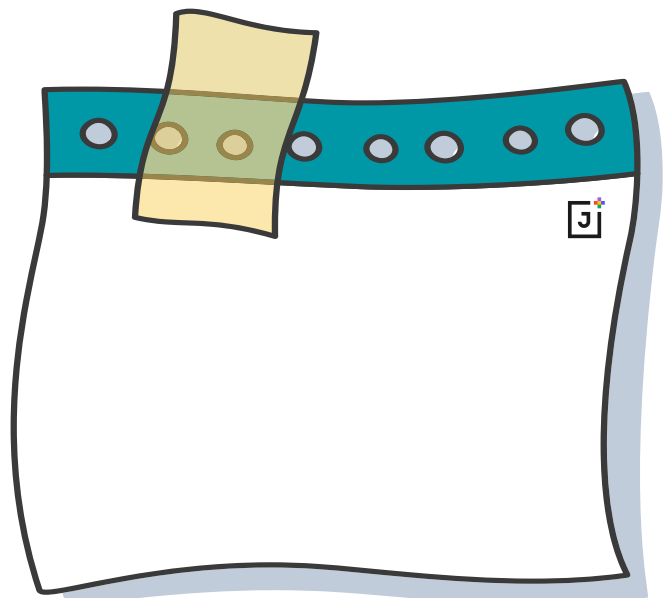
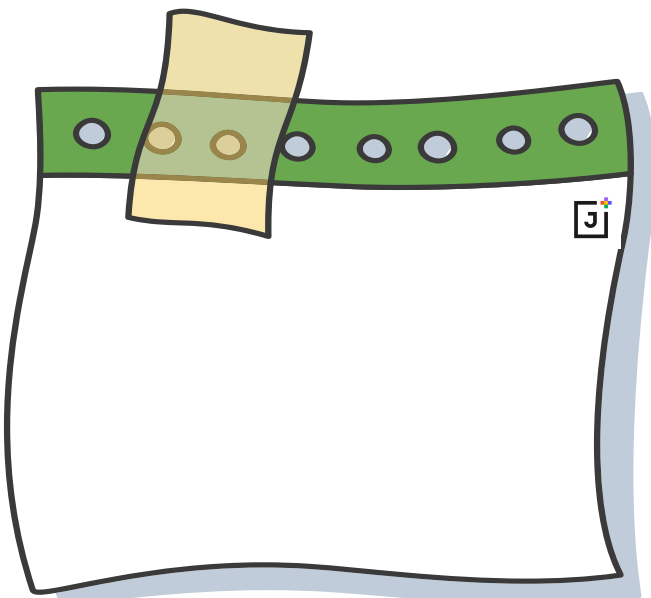
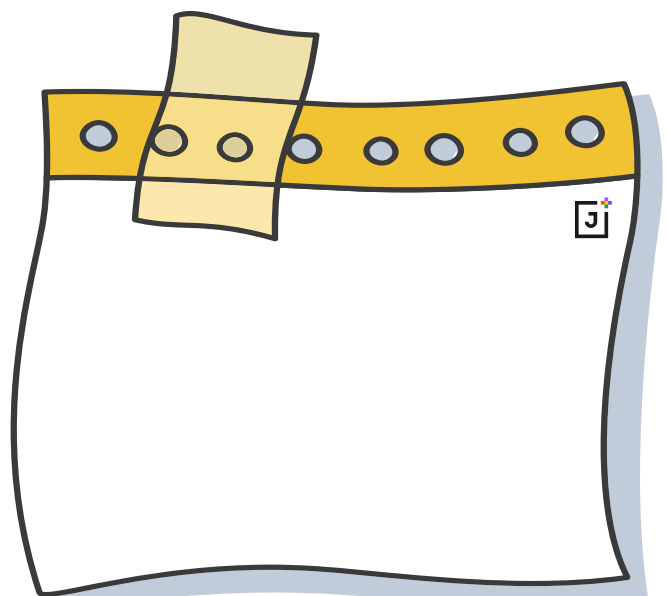
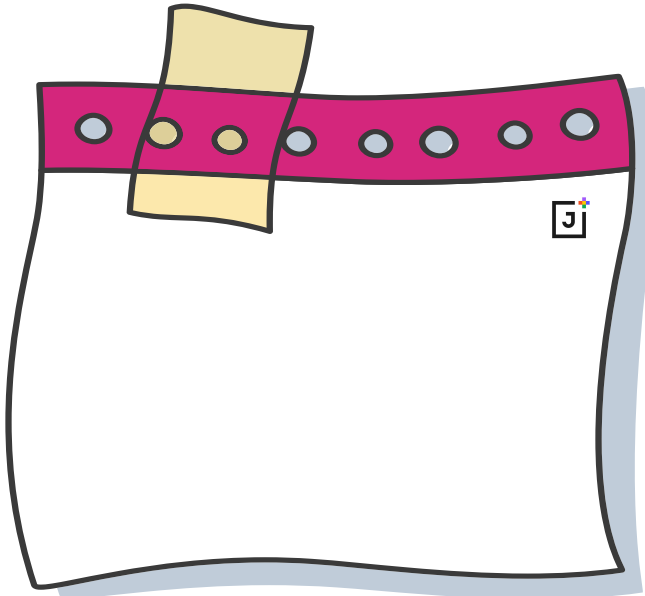
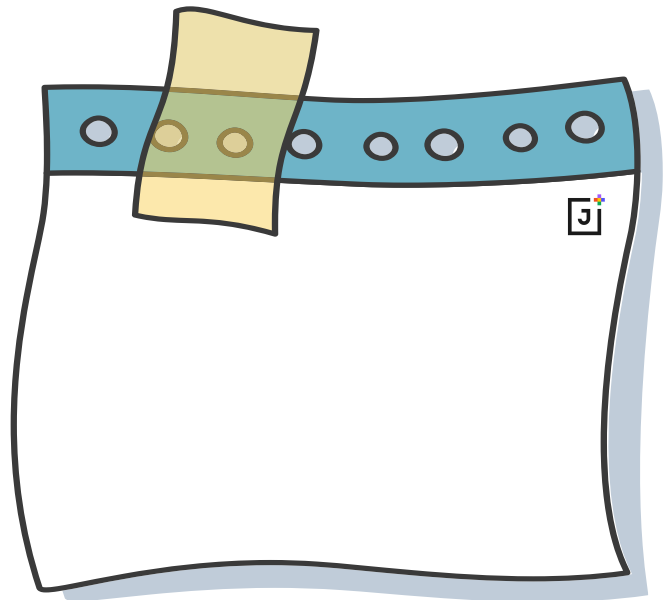
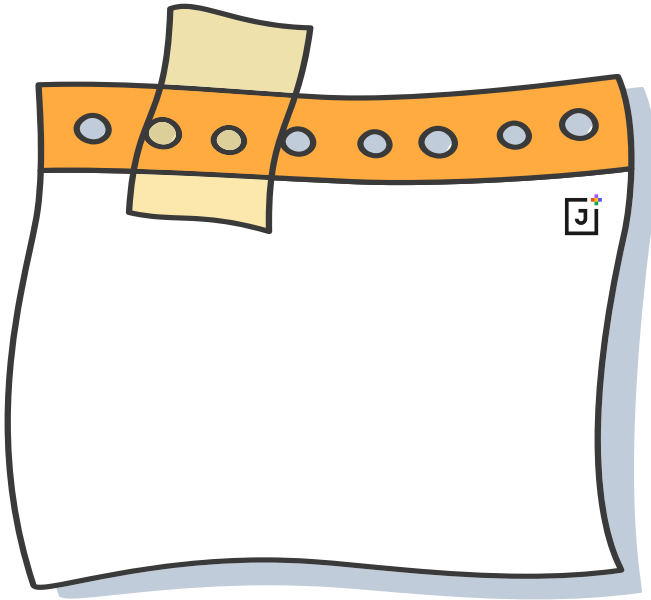


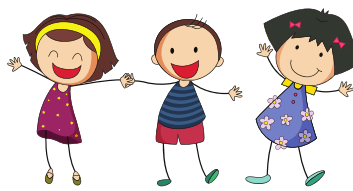
Dá cá 5!
Foste super.



Obrigada por
seres ótim@
professor@.







DIREITOS DE AUTOR

Esta edição é legalmente distribuída por
julianabarroso.com.

Este Kit Amizade é protegido pelo código do Direito de Autor, pelo que só é permitida a utilização pessoal, estando proibida a sua redistribuição ou venda por qualquer meio ou forma.

Juliana Barroso, 2023.edição julianabarroso.com