

**UME: JOSÉ CARLOS DE AZEVEDO JÚNIOR**

**ANO: 6º,7º,8º,9º**

**COMPONENTE CURRICULAR: ENSINO RELIGIOSO**

**PROFESSORA: ANA PAULA**

**PERÍODO DE 15/03/2021 a 26/03/2021**

### **ROTEIRO DE ESTUDOS/ATIVIDADES**

**1º Passo:** Assista o curta metragem Fragmentos pelo seguinte link: <https://youtu.be/pBPxFOfWqDY>. O curta metragem será também disponibilizado na plataforma google classroom e no grupo de whatsApps da classe.

**2º Passo:** Faça a leitura da matéria da psicóloga Fernanda Konzen Castro "Qual é a função das emoções em nossas vidas?".

**3º Passo:** Responda as questões no formulário Google e envie na plataforma Google Classroom ou entregue a atividade impressa na escola, caso não tenha acesso à internet.



#### **Qual é a função das emoções em nossas vidas?**

Fernanda Konzen Castro -  
Psicóloga

As emoções trazem significados e conexões para nossa vida. Elas servem como uma forma de

comunicação entre as pessoas. Há seis emoções básicas: as emoções agradáveis (amor e alegria) e as emoções desagradáveis (tristeza, raiva, medo e nojo). É comum escutar classificações como emoções ruins e boas, entretanto, apesar de não ser gostoso sentir, por exemplo, raiva em intensidade muito forte, essa emoção é importantíssima, como todas as outras. Todas elas possuem um papel fundamental para nós. Segue a função de cada emoção:

- **Amor:** promove o acolhimento, a proteção e o vínculo entre os indivíduos, principalmente entre pais e filhos.
- **Alegria:** promove sensação de satisfação pelo convívio com o outro, mantendo a socialização entre as pessoas. Dessa forma, cria e fortalece os laços sociais, o reconhecimento do grupo e aceitação individual.

- **Tristeza:** permite o pensamento reflexivo, reformulação de pensamentos e mudanças de comportamentos.
- **Raiva:** quando sentimos raiva por ver que nosso filho sofre alguma forma de ameaça/perigo, tentamos protegê-lo, reagindo diante do predador. A raiva permite a proteção e defesa da família e de si mesmo.
- **Medo:** quando sentimos medo de um leão ou de um ladrão, não paramos para pensar o que fazer, então, automaticamente fugimos, lutamos ou "congelamos". Portanto, o papel do medo é a preservação da vida e avaliação do prejuízo e risco da situação.
- **Nojo:** se comermos um alimento estragado, provavelmente passaremos mal, podendo ter até uma infecção alimentar. Portanto, o nojo preserva a saúde do organismo.

Podemos concluir que não existe emoção melhor ou pior, boa ou ruim e que não é errado senti-las. Todas são importantes para o nosso funcionamento diário. Aprender a identificar desde cedo as emoções e a intensidade delas, aprenderemos a lidar melhor com nós mesmo e com a situação-problema. Dessa forma, é essencial que ensinemos para nossos pequenos, desde cedo, a identificar e expressar verbalmente o que estão sentindo para ajudá-los a criar estratégias para lidar com as emoções de intensidade alta, para, posteriormente, quando a intensidade abaixar, ajuda-los a elaborar à melhor alternativa para se lidar com o problema que desencadeou a emoção intensa.

<http://www.espacointegrarmg.com.br/qual-e-a-funcao-das-emocoes-em-nossas-vidas/>

### Atividade



Figura -Curta metragem: Fragmentos

**Questões para refletir sobre o conteúdo do curta metragem e a matéria "Qual é a função das emoções em nossas vidas?":**

1- Quais emoções estiveram presentes em você ao assistir esse curta metragem?

---

---

---

2- Por que crianças, adolescentes e adultos aparecem com partes do corpo rachadas?

---

---

---

---

3- Qual emoção foi responsável pela mudança de comportamento da menina no curta metragem e que mudou também sua forma de agir com as pessoas?

---

---

---

---

4- Relacione duas emoções comentadas no texto da psicóloga Fernada Konzen Castro com o curta metragem:

---

---

---

---

---

5-Dê um exemplo prático de emoções agradáveis que você pode utilizar no seu cotidiano com as pessoas?

---

---

---

---