



Mentalidade Abundante do Reino de Deus

JESUS ESTÁ COMIGO

MINHAS EMOÇÕES

OBJETIVO DA AULA

Fazer com que a criança compreenda as próprias emoções, ganhando instrumentos para se desenvolver de maneira mais saudável e completa, responsável e autônoma, capaz de se relacionar melhor com as outras pessoas e consigo mesma, seja em um ambiente familiar, escolar ou profissional.

1. ACOLHIMENTO
2. ORAÇÃO INICIAL
3. VERSÍCULO DO DIA

"Se vocês ficarem com raiva, não deixem que isso faça com que pequem e não fiquem o dia inteiro com raiva." Efésios 4:26 NTLH

4. DINÂMICA

JOGO DAS EMOÇÕES

Material

1. Plaquinhas contendo desenhos / figuras / imagens que representam as emoções como: alegria, tristeza, raiva, medo, chateação, desânimo
2. Cartas contendo situações cotidianas, frases / palavras que representam coisas ou ações capazes de gerar em nós diferentes emoções, como por exemplo:
 - Você teve uma discussão com o seu amigo.
 - O seu bichinho de estimação fugiu de casa.
 - Você tirou nota máxima na prova de matemática.
 - Sua mãe disse que você poderá repetir a sobremesa.
 - A luz do seu quarto não quer ligar e você está no escuro.
 - Perdeu o brinquedo favorito.
3. Placas / folhas contendo versículos bíblicos que falam das emoções que você selecionou no item 1, como por exemplo **Salmos 4:4** "Irai-vos e não pequeis; consultai no travesseiro o coração e sossegai." que é um antídoto contra a ira/raiva.

Como jogar

1. Coloque as crianças assentadas em círculo ou meia lua, de forma que todos possam interagir visualmente;
2. Distribua a eles as plaquinhas contendo as imagens que representam as emoções;^(a)
3. Misture as cartas que contém as frases de situações cotidianas ou palavras e ações que geram emoções;
4. Deixe as crianças retirarem uma carta de ação e então ao ler a frase, deixe que as crianças levantem as plaquinhas que representam as emoções que elas sentem quando aquilo acontece;
5. Depois que todas as crianças se expressarem, é a sua vez de buscar entre as placas maiores os versículos bíblicos que nos ajudam a entender e controlar as emoções que foram apresentadas;
6. Depois de ler o versículo, converse com os seus alunos sobre as emoções que eles sentem e os ajude a compreender como Jesus pode ajuda-los com isso.

^(a)Se você não tem condições que fazer plaquinhas individuais com as emoções para cada um dos seus alunos, faça apenas um conjunto de plaquinhas e mude um pouco a dinâmica. Deixe as plaquinhas de emoções no centro do círculo ou na abertura da meia lua e peça que um aluno por vez escolha uma carta de ação. Assim que você ler a frase ou palavras que ele escolheu, peça a ele para buscar entre as plaquinhas de emoções a imagem que melhor representa a emoção que ele sente. Repita isso até que todos os alunos tenham participado. Se você tiver poucos alunos, poderá repetir a dinâmica quantas vezes você desejar até que todas as emoções tenham sido exploradas.

5. LOUVOR



Kuau
Qual emoção estou sentindo?

6. ENSINO

Uma casa sem muros?

Você já viu uma casa que não tem muros? Você acha que ela está segura ou que é fácil um ladrão entrar nela?

O muro é a primeira proteção de uma casa, de uma escola, de uma igreja e até de uma cidade.

Antigamente, quando existiam reis e não havia muitas cidades construídas, os reis ficavam procurando outras cidades para aumentar o seu reino e então faziam muitas guerras.

Para se proteger, cada rei construía grandes e fortes muros ao redor das suas cidades para protegê-las e evitar que um povo inimigo invadisse a sua cidade e tomasse ela à força. Quanto maior e mais forte eram os muros de uma cidade, mais protegida ela estava e mais difícil ficava de ser invadida.

Na Bíblia, muitas vezes vemos histórias como essa, de cidades sendo invadidas por outros reis e é por isso que certa vez um homem chamado Neemias se prontificou a consertar os muros de Jerusalém que haviam sido derrubados durante as guerras. *(Conte um pouco da história de Neemias – Neemias 1:3-6; 2:7-8,17;3:1,17,32; 4:7,18,23; 6:15-16 – e fale da importância da construção das muralhas para proteção da cidade de Jerusalém).*

Como os muros protegem uma cidade, as emoções controladas protegem o homem. É por isso que podemos ler em Provérbios 25:28 **“Quem não sabe se controlar é tão sem defesa como uma cidade sem muralhas.”**

Quem não consegue controlar os seus sentimentos e emoções fica sem proteção, assim como uma cidade sem muros. O inimigo consegue vencer facilmente, nem precisa fazer muito esforço já que a pessoa fica sem condições de agir e reagir da forma correta para se proteger. Por isso é importante conhecer, reconhecer e controlar as nossas emoções.

Como vimos no versículo da leitura de hoje, quando ficamos com raiva, não devemos deixar que isso nos faça pecar. Devemos nos controlar e não podemos ficar muito tempo chateados. Devemos nos apressar para resolver o problema para não ficarmos sem controle e sem proteção.

Você já sabia disso?

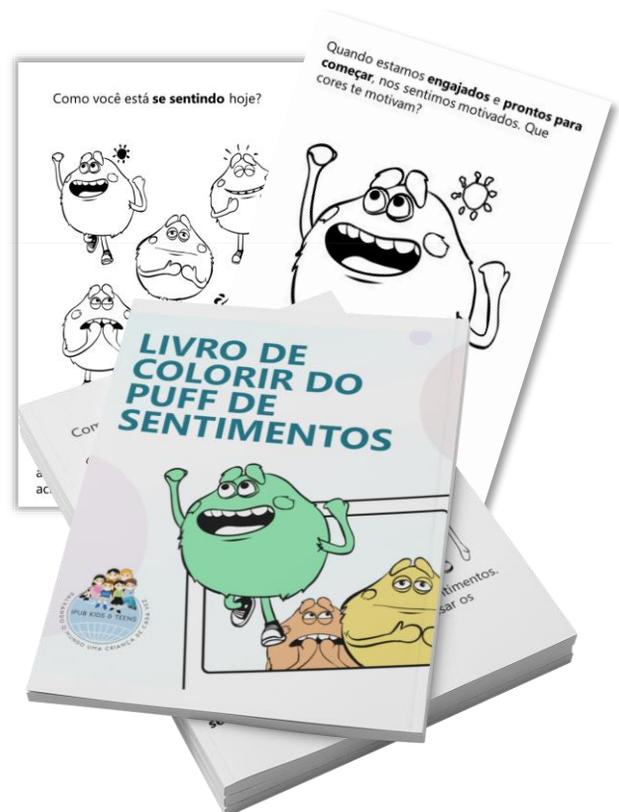
E agora, qual a sua escolha? Vai escolher ser uma pessoa protegida, que sabe controlar as emoções, ou vai ser uma pessoa desprotegida como uma cidade sem muros?

Se você estiver fraco e não consegue se controlar sozinho, lembre-se que Jesus pode te ajudar. **“Ainda que a minha mente e o meu corpo enfraqueçam, Deus é a minha força, ele é tudo o que sempre preciso”** Salmos 73:26

7. ATIVIDADE

Livro de colorir do Puff de Sentimentos ou Folhas para colorir do Puff de Sentimentos.

Entregue às crianças o **Livro de Colorir do Puff de Sentimentos** ou, caso não tenha condições de fornecer um livro para cada uma, leve algumas **folhas com desenhos do Puff de Sentimentos** e deixe que as crianças pintem as imagens.



8. REFORÇAR O APRENDIZADO

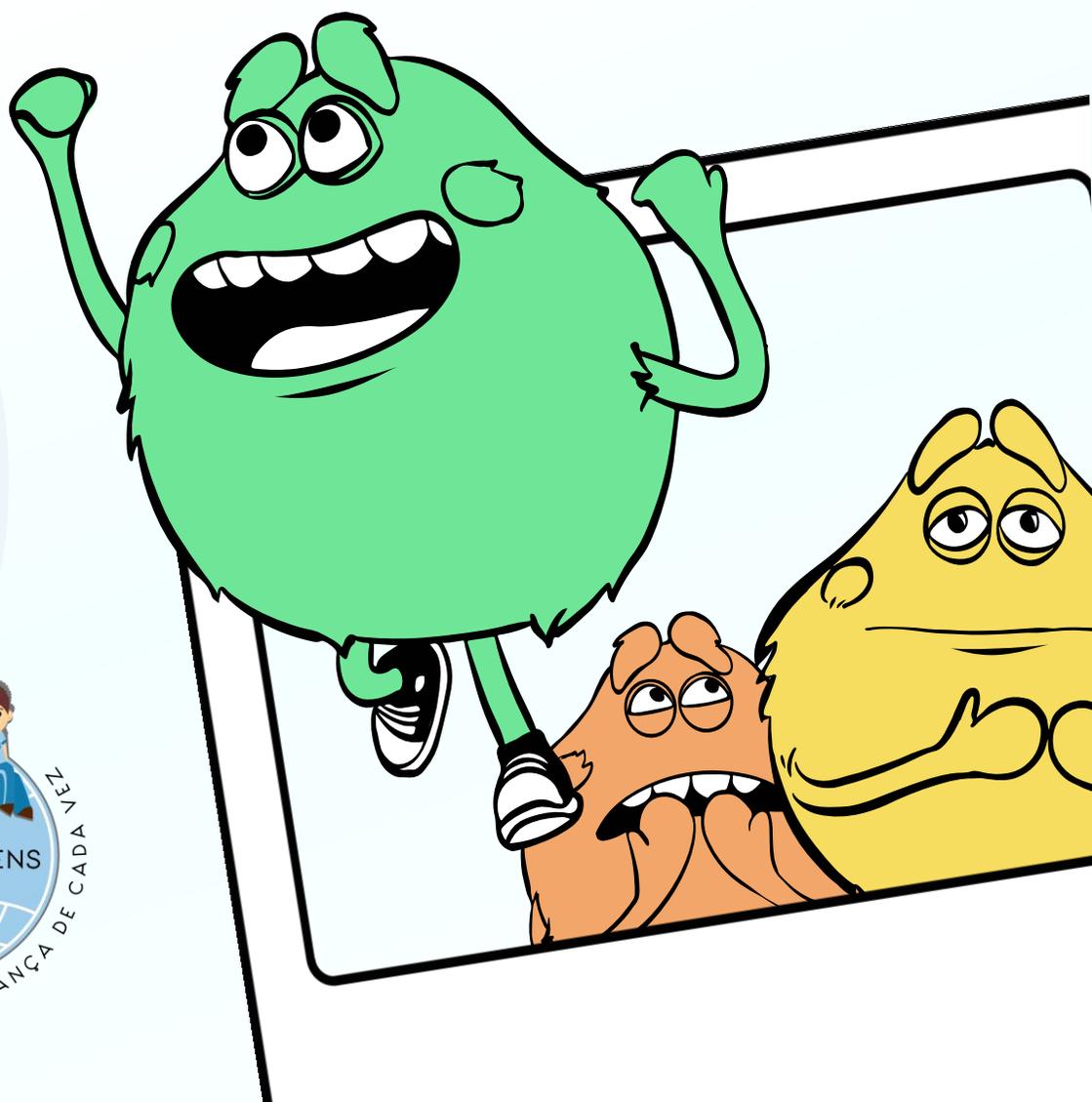


Canção dos Sentimentos
Família Lütcke

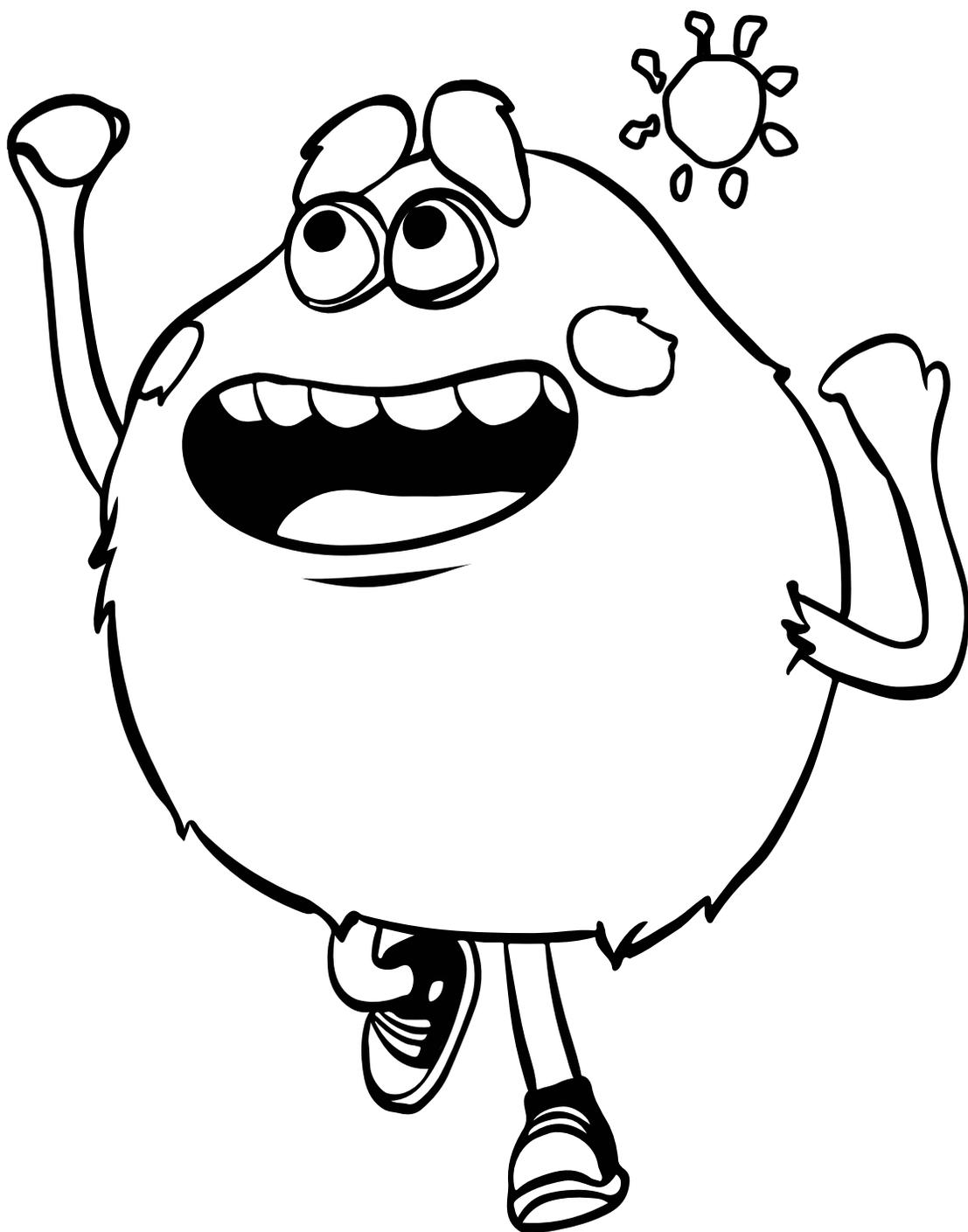
9. ORAÇÃO FINAL

Antes de ir embora vamos novamente parar tudo, respirar fundo e fazer uma Oração agradecendo ao Senhor Jesus Cristo

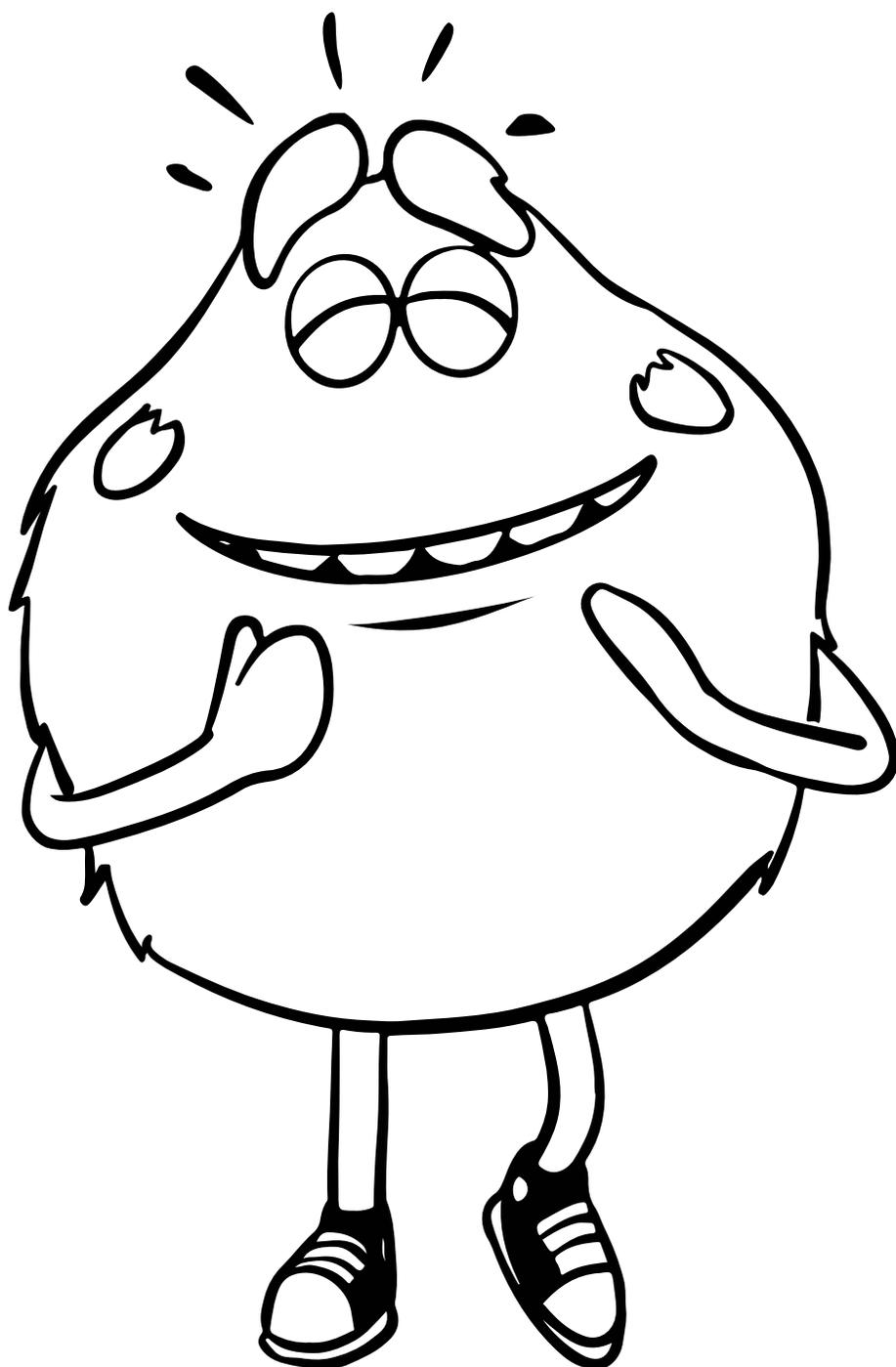
LIVRO DE COLORIR DO PUFF DE SENTIMENTOS



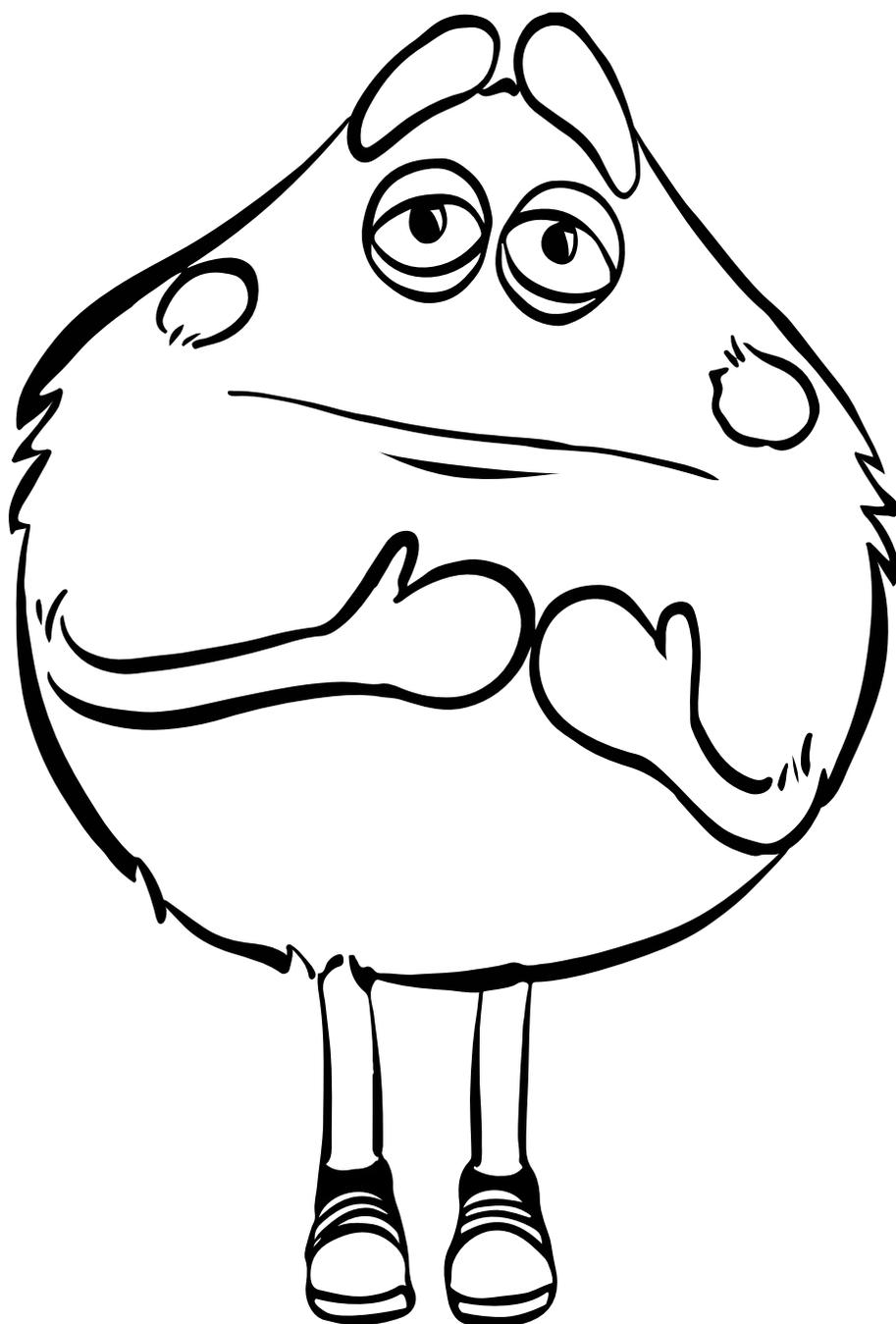
Quando estamos **engajados** e **prontos para começar**, nos sentimos motivados. Que cores te motivam?



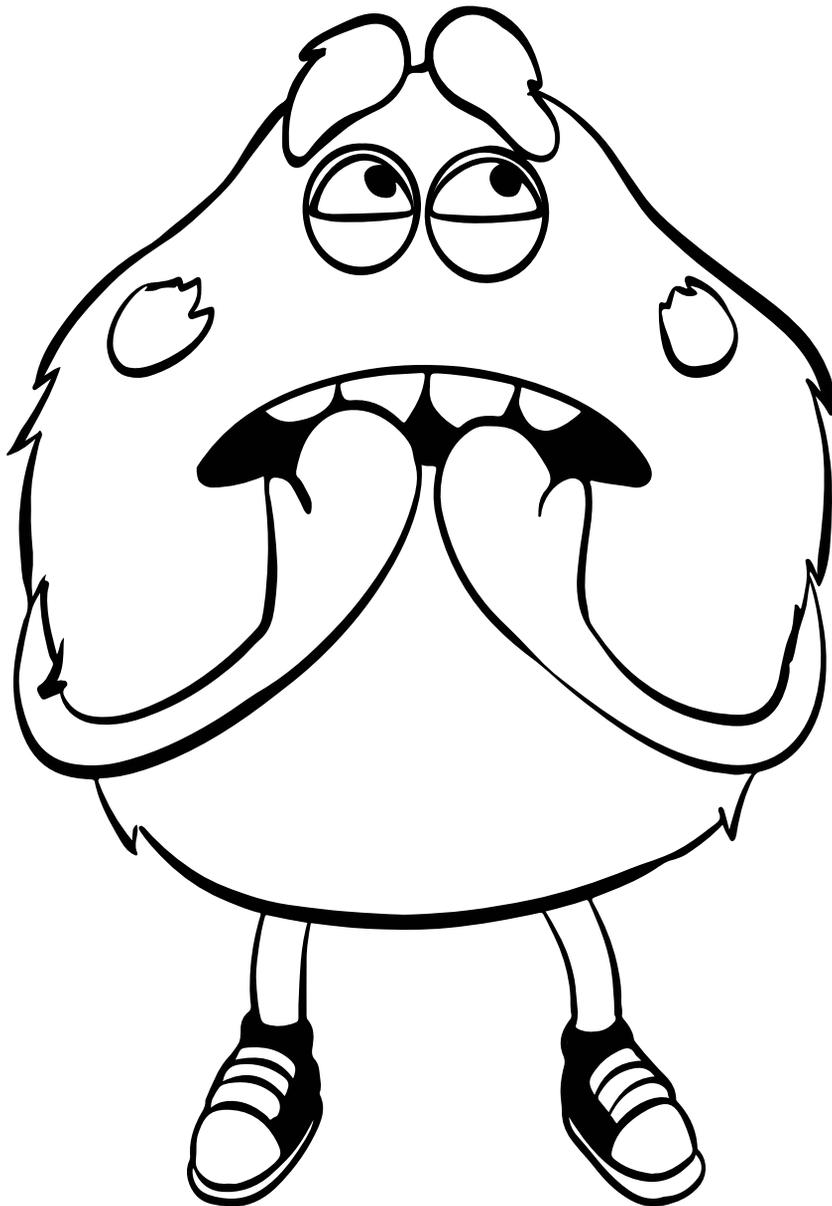
Quando nos sentimos **bem** e estamos **animados**, nos sentimos **felizes**. Quais cores expressam **felicidade** para você?



Às vezes podemos nos sentir **sensíveis** ou **feridos**. Que cores ajudam você a expressar **sentimentos feridos**?

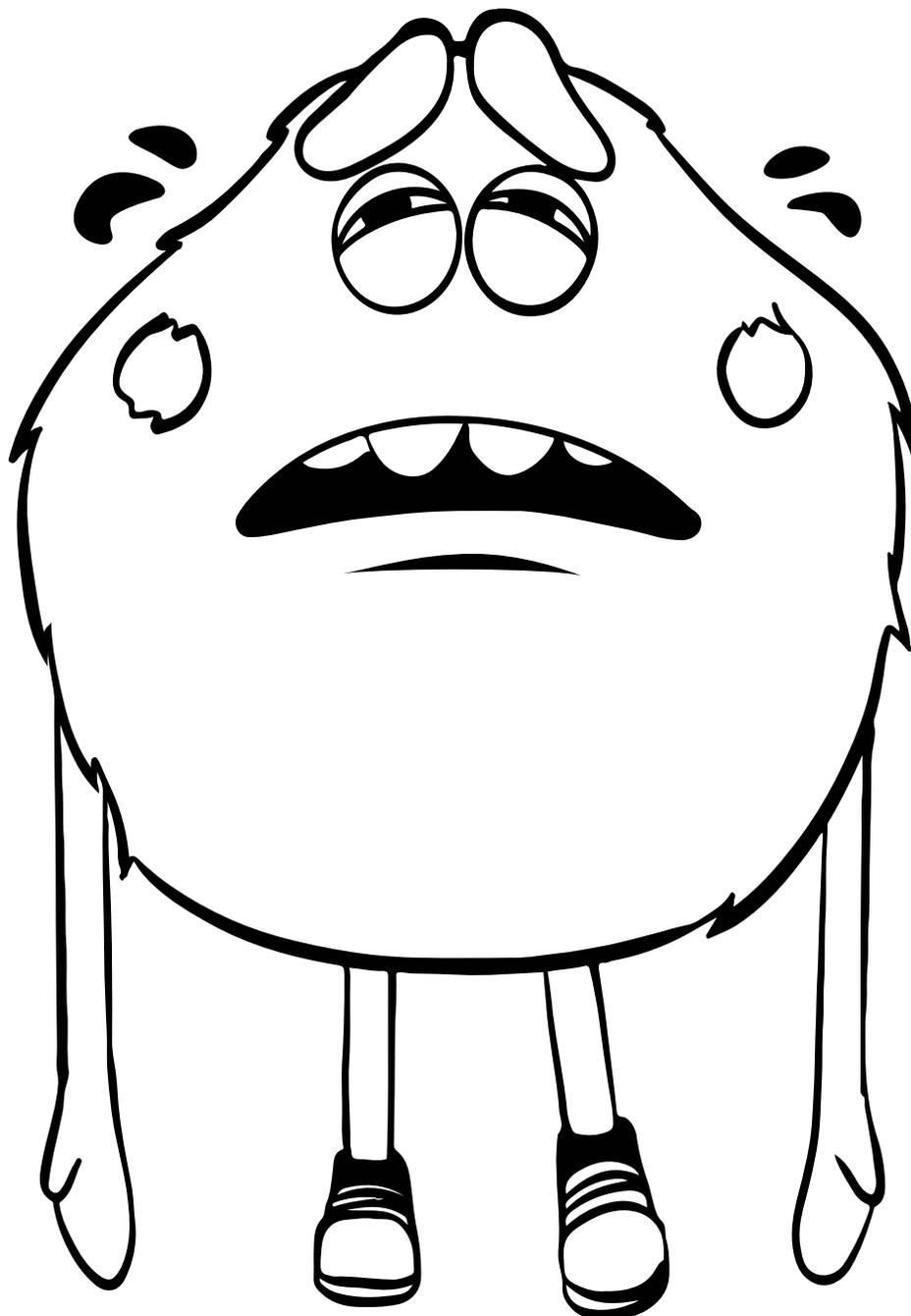


Quando temos grandes sentimentos **poderosos**, mas **inseguros**, ficamos **preocupados**.

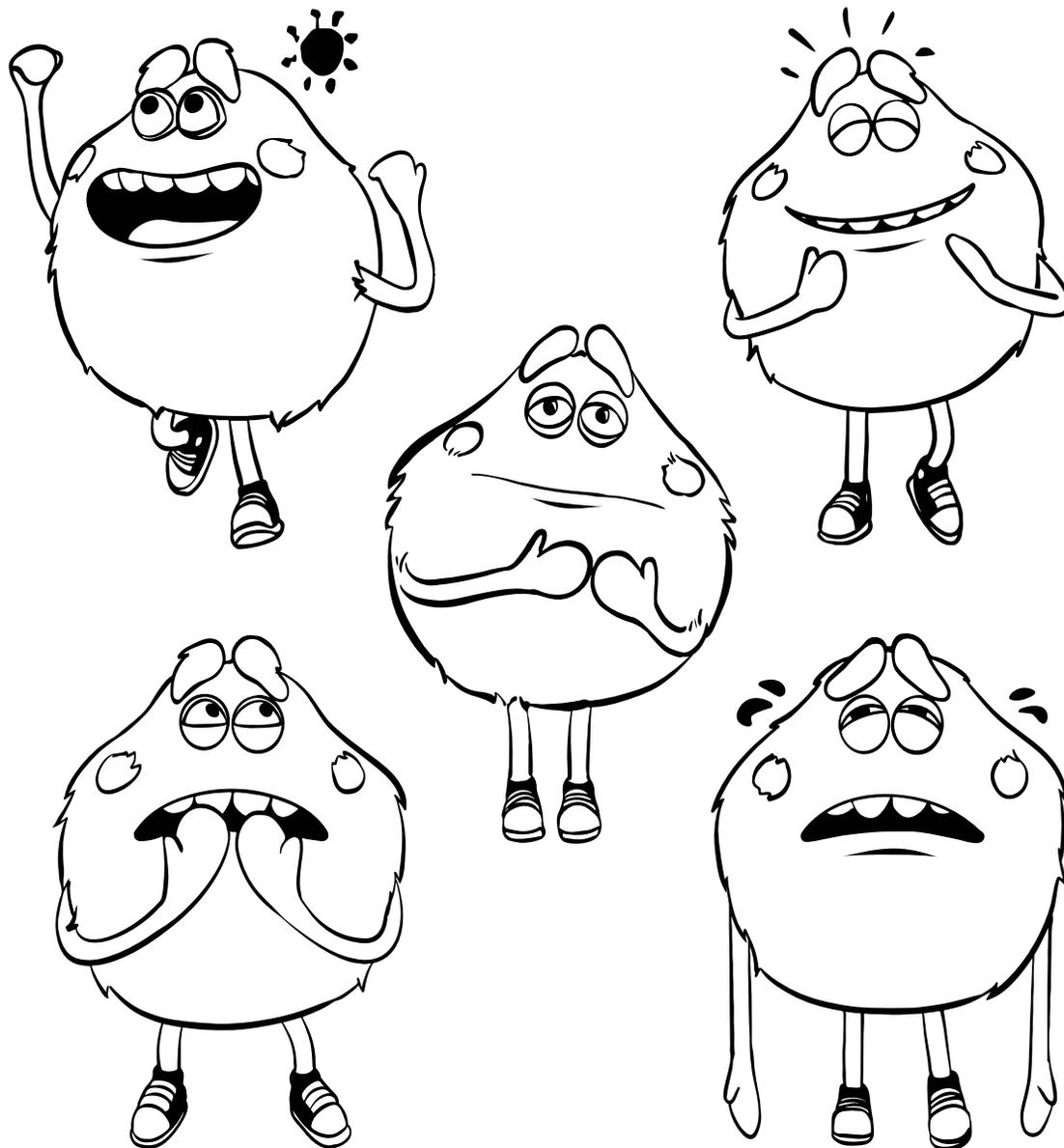


Com o que você acha que o Puff dos Sentimentos está **preocupado**?

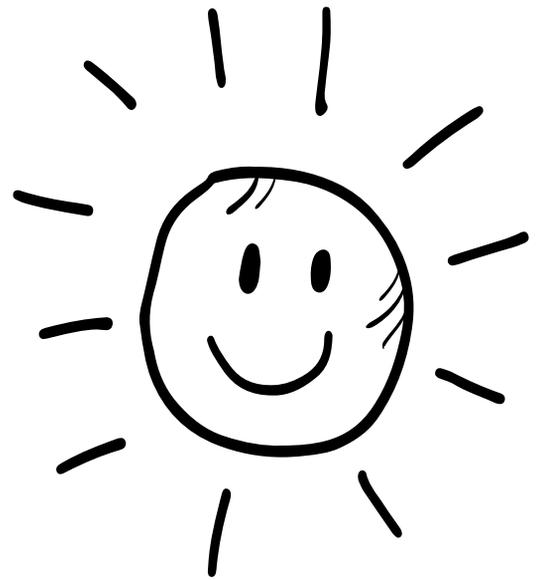
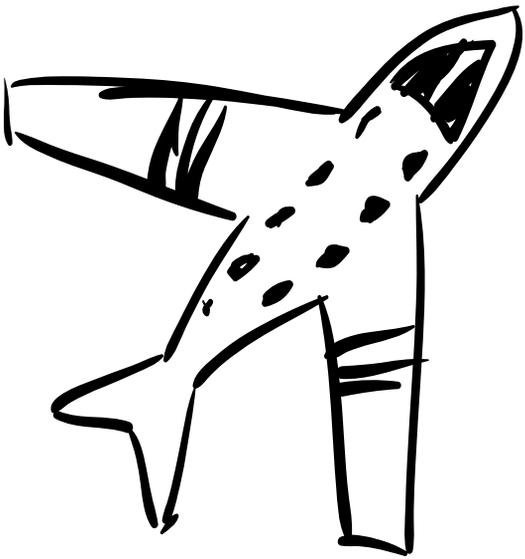
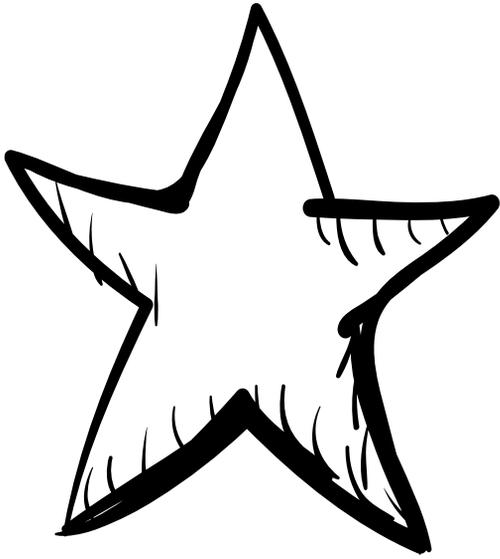
Às vezes sentimos que **nada do que fazemos é importante**. Quais cores ajudam você a expressar sentimentos de **desânimo**?



Como você está **se sentindo** hoje?



Explore suas **emoções** com o Puff dos Sentimentos. Escolha cores que ajudem você a expressar os **sentimentos** mostrados acima.



Use cores diferentes para expressar como cada imagem faz você **se sentir**.



FELIZ



FELIZ



COM MEDO



COM MEDO



COM RAIVA



COM RAIVA



TRISTE



TRISTE



CHATEADO



CHATEADO



CONFIANTE



CONFIANTE



DESANIMADO



DESANIMADO



ANIMADO



ANIMADO



Você teve uma
discussão com
o seu amigo

O seu bichinho
de estimação
fugiu de casa

Você tirou
nota máxima
na prova de
matemática

Sua mãe disse
que você
poderá repetir
a sobremesa

A luz do seu
quarto não
quer ligar e
você está no
escuro

Perdeu o
brinquedo
favorito

Você foi
convidado para
cantar um
louvor

Seu melhor
amigo veio te
visitar



Você sabe
toda a matéria
da prova

Você ganhou
um presente de
aniversário

Você vai
participar de
uma corrida de
bicicleta

Você vai viajar
para a praia
nas férias

Sua mãe fez
brócolis para o
jantar

O dentista
disse que você
está com cárie

Você tem
consulta com o
dentista

Seu bichinho
de estimação
está doente



Alguém
maltratou você

Alguém
maltratou o
seu amigo

Você viu
alguém
maltratar um
desconhecido

É domingo de
manhã...

Hoje tem
Escola Bíblica

Hora de
escovar dos
dentes...

Está na hora
de fazer uma
oração

Você ganhou a
sua mesada e
tem que
devolver o
dízimo



Você tem
dinheiro para
dar oferta

Você não tem
dinheiro para
ofertar

Um cachorro
enorme está
vindo ao seu
encontro

Tem uma
barata na sua
cabeça

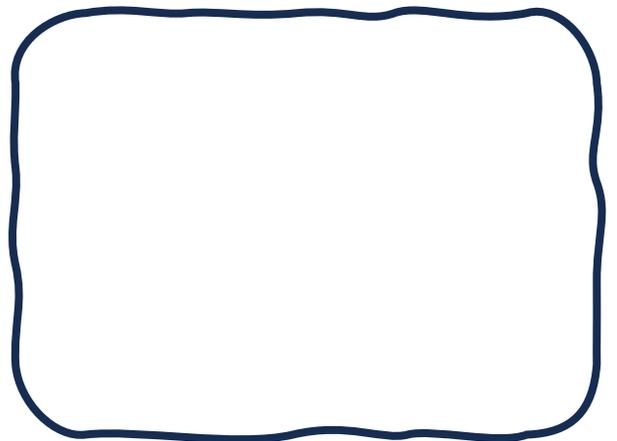
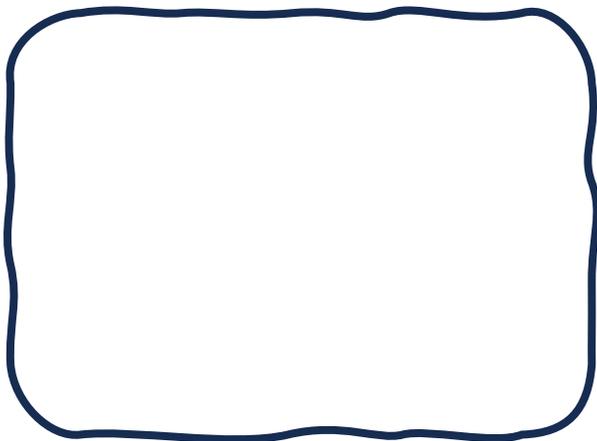
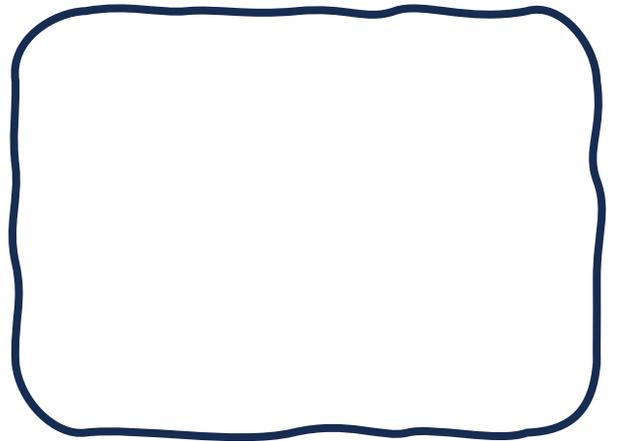
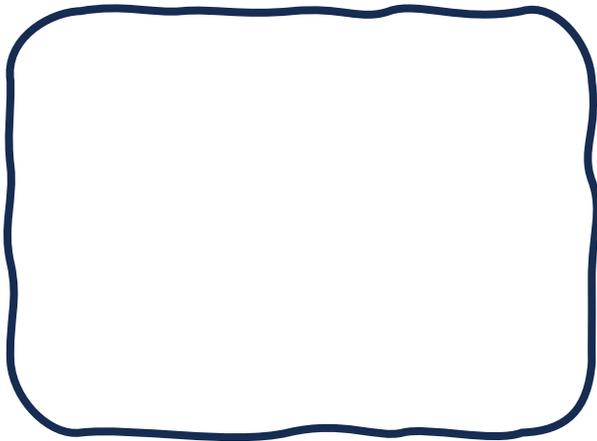
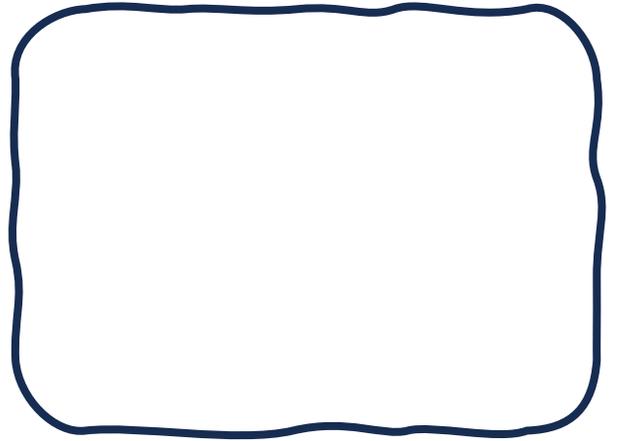
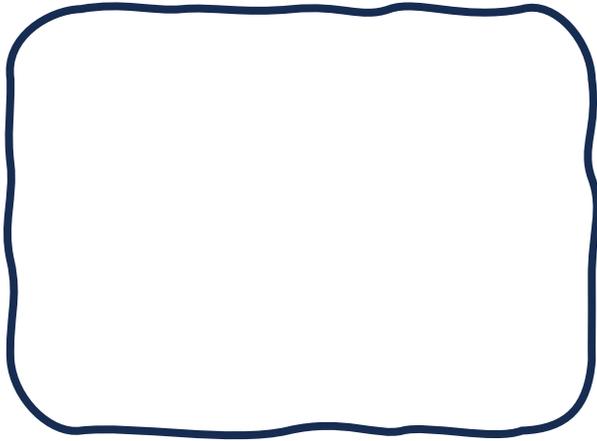
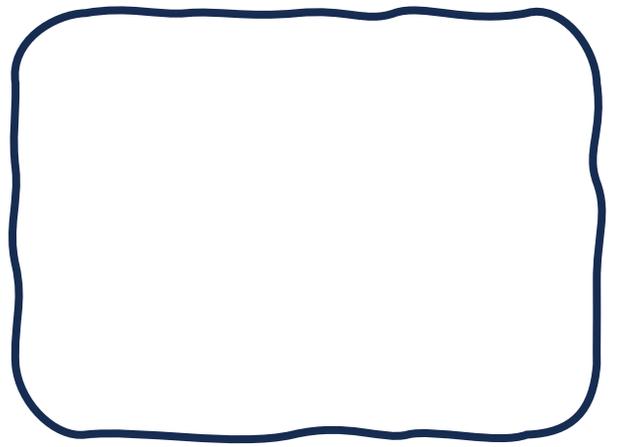
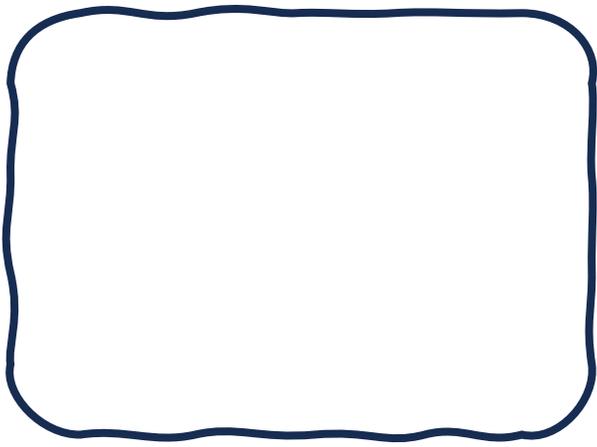
Você se
descuidou e
está perdido
agora

Você perdeu o
escolar ou o
ônibus

Tem muito
para-casa para
fazer

Hoje tem
churrasco





Irrei-vos e não pequeis;
consultai no travesseiro o
coração e sossegai.

Salmos 4:4

Felizes são aqueles
que não se deixam levar
pelos conselhos dos maus,
que não seguem o exemplo
dos que não querem saber
de Deus e que não se juntam
com os que zombam
de tudo o que é sagrado!

Salmos 1:1

Por que estou tão triste?
Por que estou tão aflito? Eu
porei a minha esperança em
Deus e ainda o louvarei.
Ele é o meu Salvador e o meu
Deus.

Salmos 43:5

Quando estou com medo, eu
confio em ti,
ó Deus Todo-Poderoso.
Salmos 56:3

Se vocês ficarem com raiva,
não deixem que isso faça com
que pequem e não fiquem o
dia inteiro com raiva.

Efésios 4:26

Quem não sabe se controlar é
tão sem defesa como uma
cidade sem muralhas.

Provérbios 25:28

A alegria embeleza o rosto,
mas a tristeza deixa a pessoa
abatida.

Provérbios 15:13

Quando o rei fica com raiva,
há perigo de morte, mas o
sábio o acalma.

Provérbios 16:14

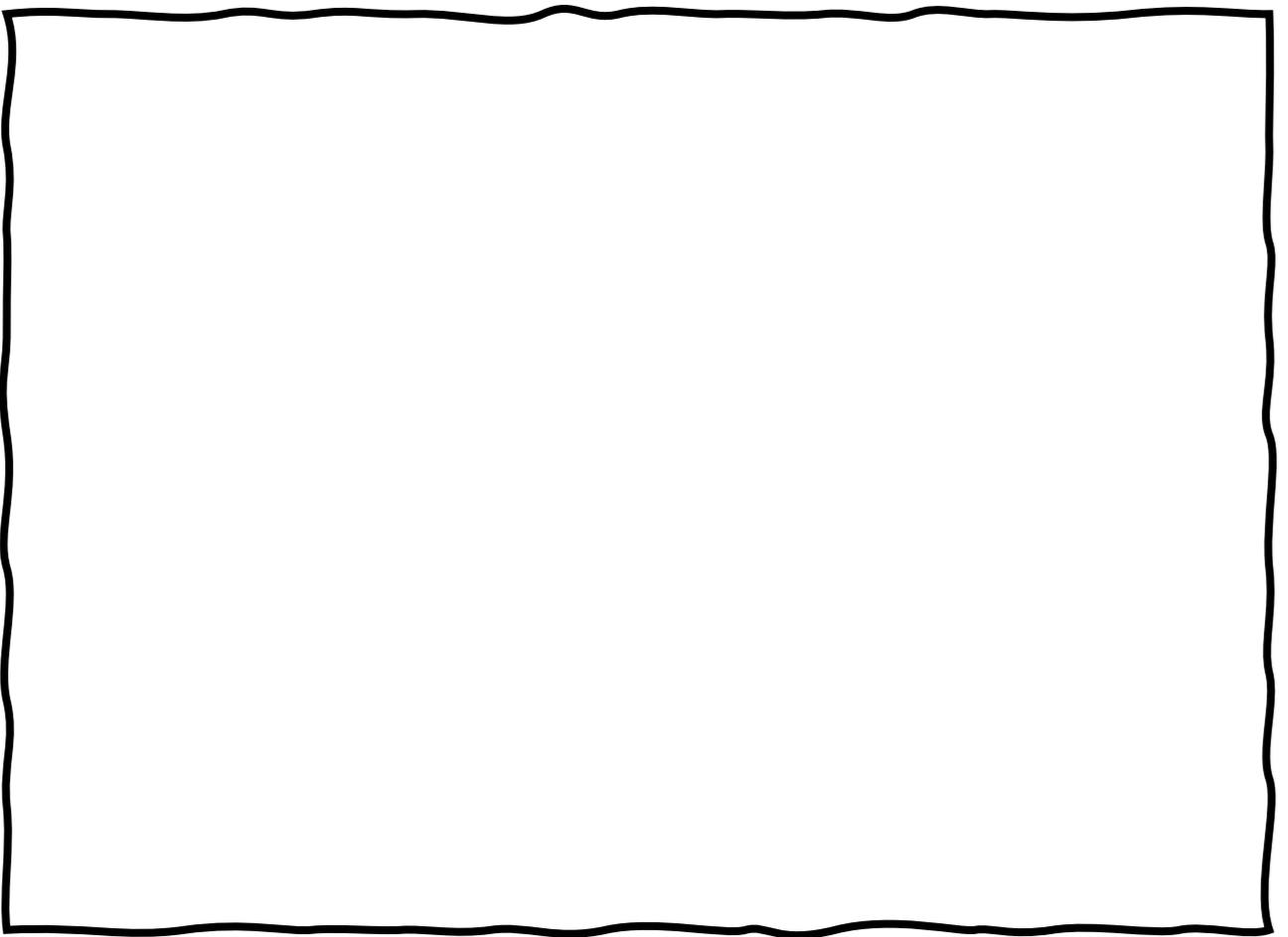
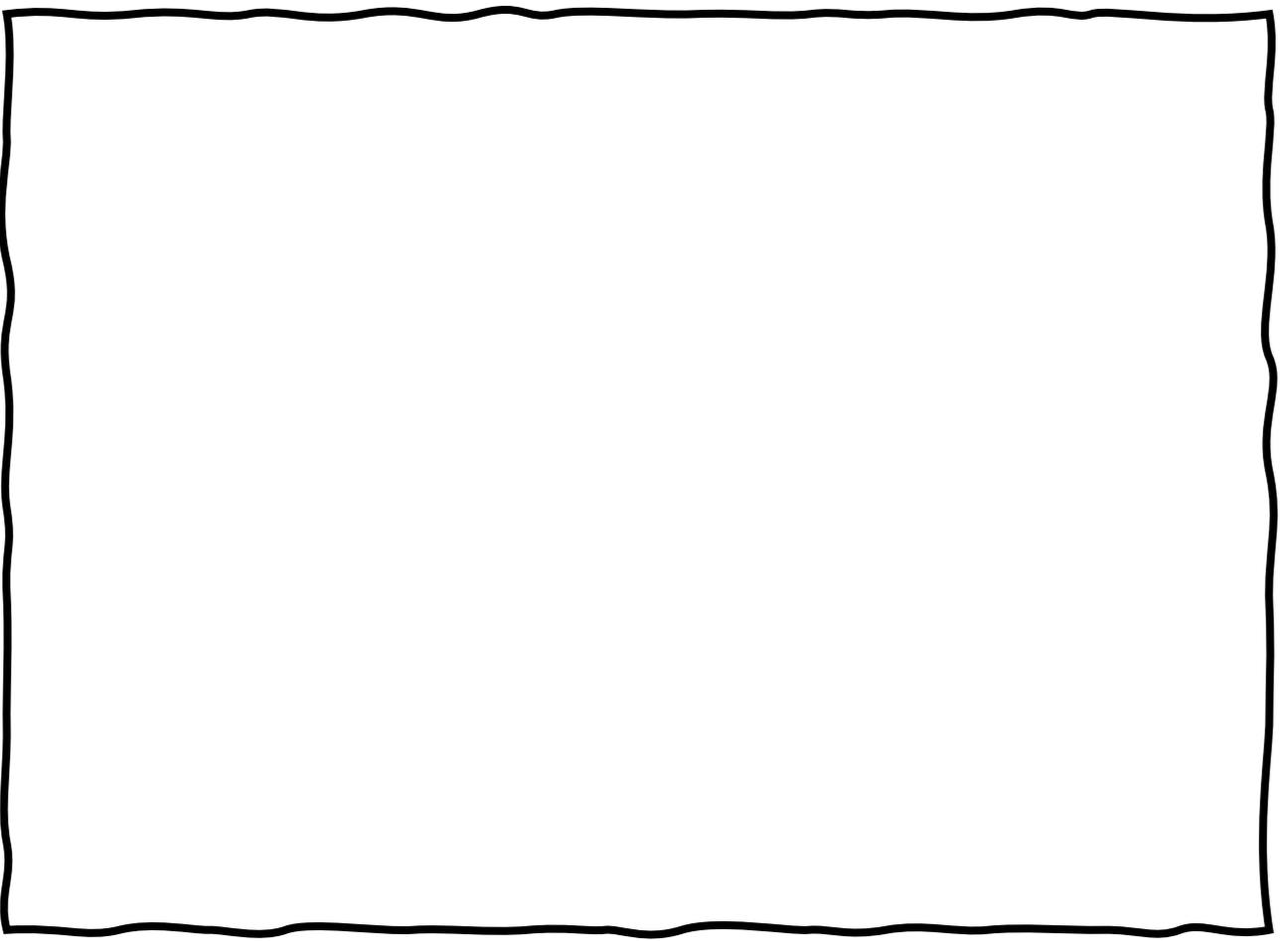
A alegria faz bem à saúde;
estar sempre triste é morrer
aos poucos.

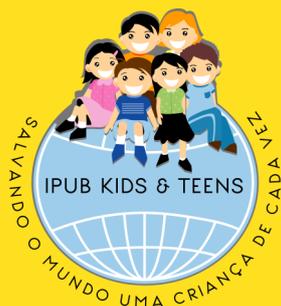
Provérbios 17:22

O servo do Senhor não deve
andar brigando, mas deve
tratar todos com educação.

Deve ser um mestre bom e
paciente,

2 Timóteo 2:24





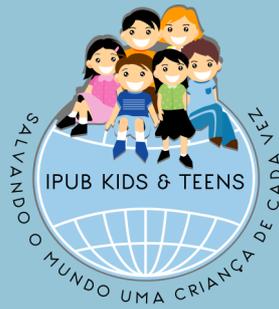
Quando me sinto

feliz

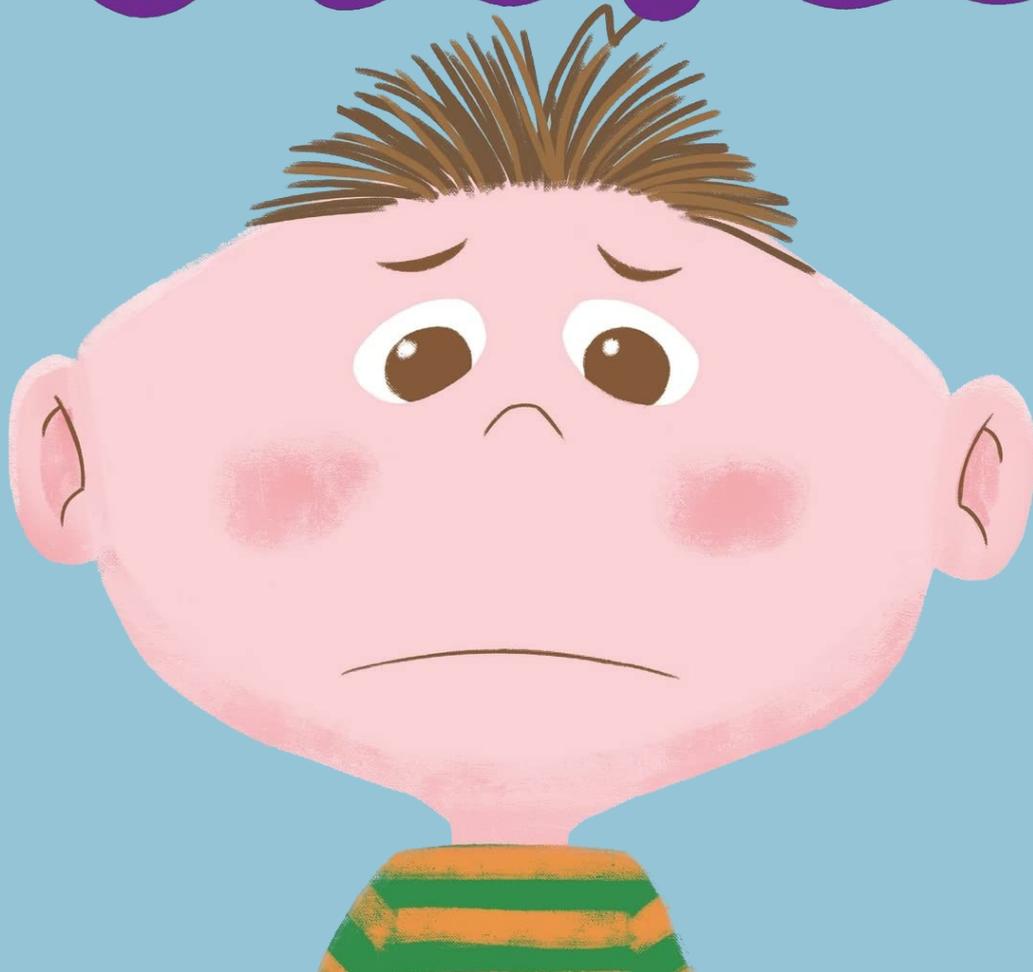


Felizes são aqueles que não se deixam levar pelos conselhos dos maus, que não seguem o exemplo dos que não querem saber de Deus e que não se juntam com os que zombam de tudo o que é sagrado!

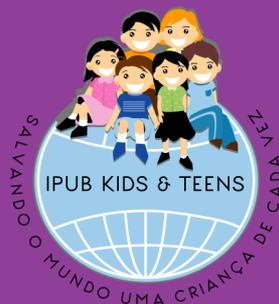
SALMOS 1:1



Quando me sinto
triste



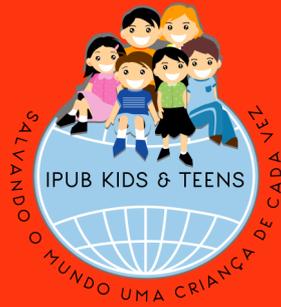
Por que estou tão triste? Por que estou tão aflito? Eu
porei a minha esperança em Deus e ainda o louvarei.
Ele é o meu Salvador e o meu Deus.
SALMOS 43:5



Quando eu sinto
medo



Quando estou com medo, eu confio em ti,
ó Deus Todo-Poderoso.
SALMOS 56:3



Quando eu sinto

raiva



Se vocês ficarem com raiva, não deixem que isso faça
com que pequem e não fiquem o dia inteiro com raiva.

EFÉSIOS 4:26