

O sinal do recreio tocou. Depois de terminarem o lanche e pedirem permissão à professora, a Martina e a Silvia saem da sala juntas.

Quando chegam à porta da casa de banho, encontram a Camila que para na frente delas. A Camila diz à Silvia que ela não devia estar com a Martina, e que devia passar o recreio só com ela porque são as melhores amigas. A Silvia e a Camilla saem juntas dali.

- Como se sentiu a Martina?
- Como pode ela ultrapassar a situação?

O Paulo, o Mateus e o Valter, acompanhados pelos pais, chegam ao campo de basquetebol perto do parque de lazer da sua vila. Depois de algumas rodadas de lances livres, o Pedro chega e pede aos outros que joguem um jogo de dois contra dois: o Mateus e o Paulo desafiam o Valter e o Pedro...

A cada erro do seu companheiro de equipa, o Pedro provoca-o com palavras cada vez mais desagradáveis. O Valter, como está na frente dos seus amigos, fica cada vez mais envergonhado.

- Como pode ultrapassar a situação?

Na aula de artes, a professora diz às crianças que a primeira a terminar o desenho será a sua assistente por dois dias. O Miguel termina antes de todos os outros e a professora pede-lhe para ir tirar fotocópias. O Francisco, seu colega de mesa que ficou com inveja, pega numa caneta vermelha e estraga o desenho do amigo.

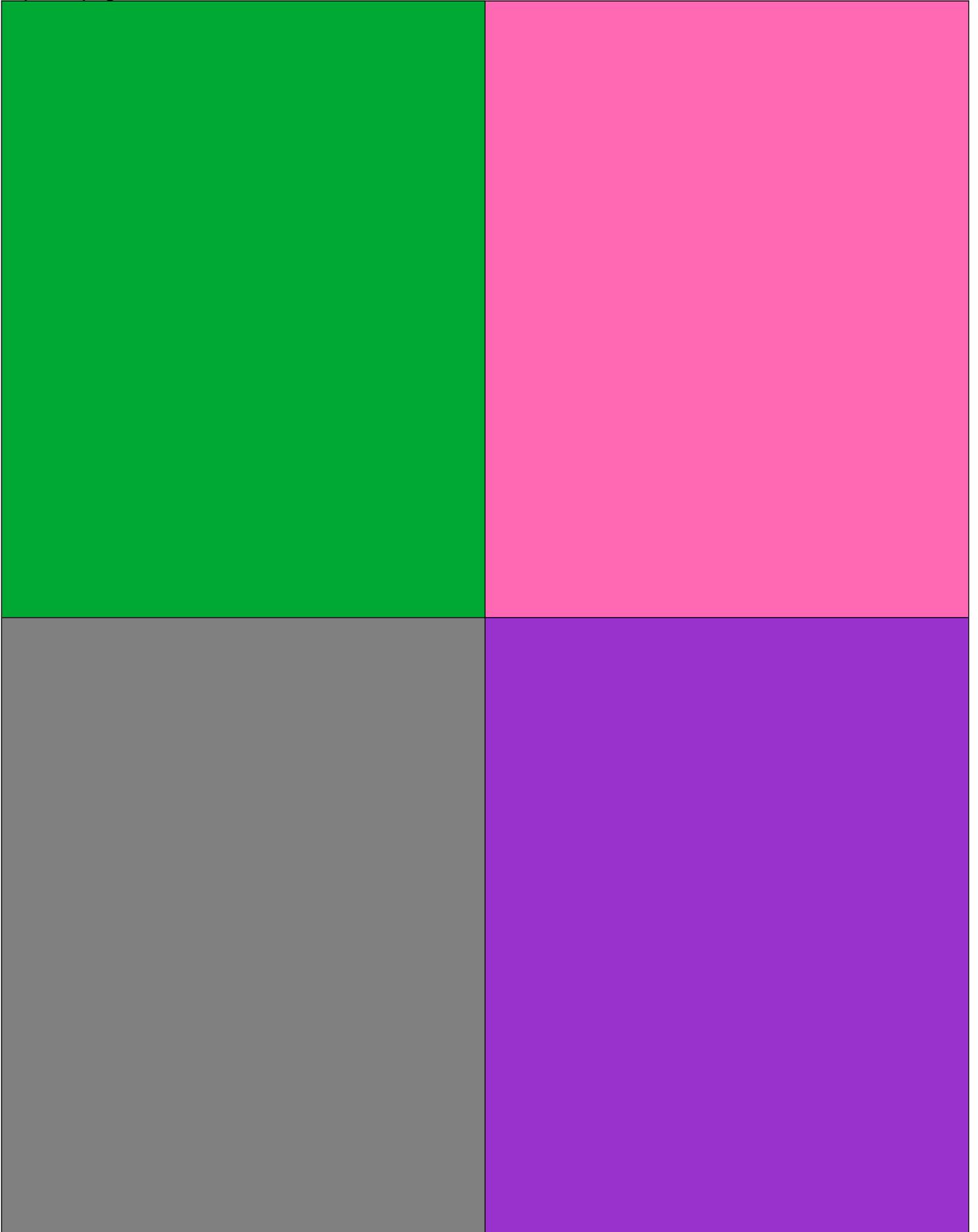
Quando o Miguel volta para a aula e vê o que aconteceu ao seu trabalho fica imóvel e incrédulo...

- Como se sentiu o Miguel?
- Como pode ele ultrapassar a situação?

Numa tarde de primavera, a Cecília e o Kevin estão a brincar no escorrega do parque, quando o Joel chega com a sua tia. A criança imediatamente corre para o escorrega porque também quer andar. A Cecília gostaria que fossem apenas ela e Kevin a brincar no escorrega, então, pouco antes do Joel começar a escorregar, ela dá-lhe um forte empurrão que o faz cair no chão.

- Como se sentiu o Joel?
- Como pode ele ultrapassar a situação?

imprimir página frente e verso e recortar



Durante a aula de ginástica, a professora pede que as crianças formem duas equipas para o jogo de voleibol. A Micaela e o Filipe são os dois líderes de equipa e, um de cada vez, escolhem os seus colegas. O Ricardo fica para último e fica muito zangado pois não quer ficar na equipa da Micaela. Ele começa a ficar com o rosto todo vermelho e a fechar os punhos...

- Como pode tentar ultrapassar a situação?

É hora de intervalo, e a Júlia já está a sonhar em comer o queque de chocolate que a sua mãe lhe preparou para o lanche. Antes de começar a comer ela vai à casa de banho lavar as mãos, mas quando volta para a sala o Tomás está a comer o seu lanche. A Júlia tenta apanhar o seu lanche de volta, mas o Tomás continua a comer o queque.

- Como se sentiu a Júlia?
- Como pode ela ultrapassar a situação?

O Francisco começou a frequentar uma escola nova há algum tempo. Ele é muito tímido e desajeitado e alguns dos seus colegas começaram a chamar-lhe 'Cenoura' por causa do seu cabelo ruivo. O Francisco está cansado da situação.

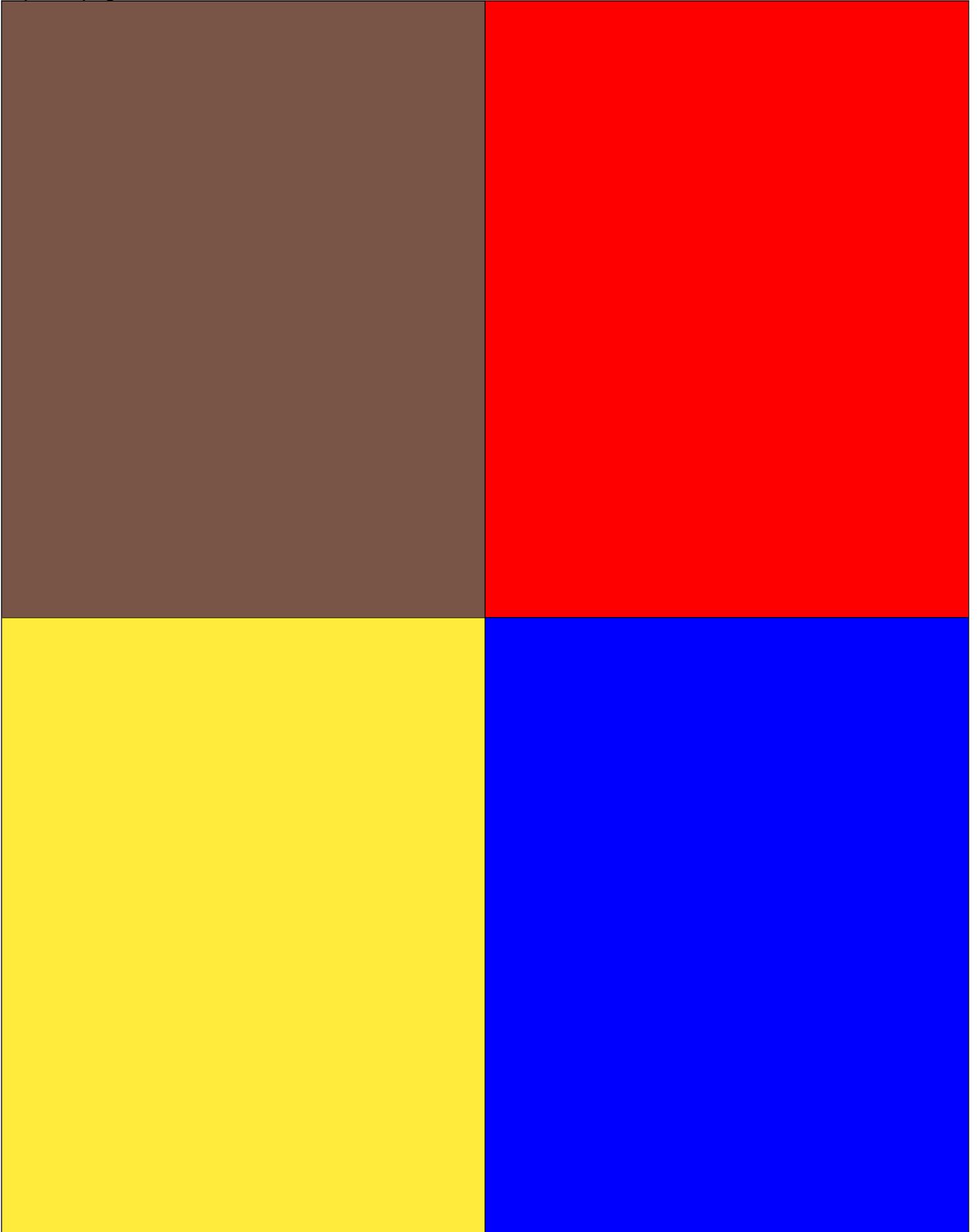
- Como é que achas que ele se sente?
- Como pode ele ultrapassar a situação?

É uma manhã de verão. O Marco e a Luísa estão no acampamento de verão a fazer uma oficina de arte. Eles veem o desenho do Nico e começam a gozar com ele porque consideram o seu trabalho o mais feio de todos.

O Nico fica cada vez mais nervoso e cansado da situação.

- Como pode ele ultrapassar a situação?

imprimir página frente e verso e recortar



A: Afastando-se - dar um passo atrás ou ir embora pode ajudar a evitar a violência

A: Astúcia - use the humour to laugh together

M: Mostrando limite - pedir claramente para parar é sempre uma boa ideia

A: Aproximando-se dos seus amigos e pedindo-lhes apoio

S: Sentar-se e manter a calma antes de reagir, não devemos deixar as emoções dominar-nos

F: Falar com um adulto pode-nos ajudar a acalmar quando não conseguimos fazê-lo sozinhos

C: Conversando. explicar o que se está a sentir pode ser um caminho para o diálogo

T: Tenta encontrar alguém com quem falar sobre a situação - uma conversa pode ajudar a sentires-te melhor

A: Afastando-se - dar um passo atrás ou ir embora pode ajudar a evitar a violência

A: Astúcia - use the humour to laugh together

M: Mostrando limite - pedir claramente para parar é sempre uma boa ideia

A: Aproximando-se dos seus amigos e pedindo-lhes apoio

S: Sentar-se e manter a calma antes de reagir, não devemos deixar as emoções dominar-nos

F: Falar com um adulto pode-nos ajudar a acalmar quando não conseguimos fazê-lo sozinhos

C: Conversando. explicar o que se está a sentir pode ser um caminho para o diálogo

T: Tenta encontrar alguém com quem falar sobre a situação - uma conversa pode ajudar a sentires-te melhor

A: Afastando-se - dar um passo atrás ou ir embora pode ajudar a evitar a violência

A: Astúcia - use the humour to laugh together

M: Mostrando limite - pedir claramente para parar é sempre uma boa ideia

A: Aproximando-se dos seus amigos e pedindo-lhes apoio

S: Sentar-se e manter a calma antes de reagir, não devemos deixar as emoções dominar-nos

F: Falar com um adulto pode-nos ajudar a acalmar quando não conseguimos fazê-lo sozinhos

C: Conversando. explicar o que se está a sentir pode ser um caminho para o diálogo

T: Tenta encontrar alguém com quem falar sobre a situação - uma conversa pode ajudar a sentires-te melhor

A: Afastando-se - dar um passo atrás ou ir embora pode ajudar a evitar a violência

A: Astúcia - use the humour to laugh together

M: Mostrando limite - pedir claramente para parar é sempre uma boa ideia

A: Aproximando-se dos seus amigos e pedindo-lhes apoio

S: Sentar-se e manter a calma antes de reagir, não devemos deixar as emoções dominar-nos

F: Falar com um adulto pode-nos ajudar a acalmar quando não conseguimos fazê-lo sozinhos

C: Conversando. explicar o que se está a sentir pode ser um caminho para o diálogo

T: Tenta encontrar alguém com quem falar sobre a situação - uma conversa pode ajudar a sentires-te melhor

RoBy 

Robotics vs
Bullying

RoBy 

Robotics vs
Bullying

RoBy 

Robotics vs
Bullying

RoBy 

Robotics vs
Bullying