

A INCRÍVEL MÁQUINA DE IDEIAS



ATIVIDADES

1. Você já brincou com papelão? Se sim, escreva como foi. Se não, descreva uma brincadeira que você acha que dá para fazer usando esse material.

2. Você acha que a máquina de ideias poderia te ajudar? Por quê?



3. Agora vamos aprender respirar profundamente? Siga os passos abaixo:

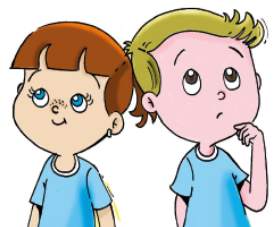
- Deite ou sente de forma confortável;
- Coloque a mão sobre o abdômen (barriga), próximo ao umbigo;
- Feche os olhos e concentre-se em sua respiração;
- Respire pelo nariz e encha os pulmões de ar. Leve a mão até o abdômen e observe como ela se movimenta.
- Você pode imaginar que está enchendo uma bexiga localizada dentro de sua barriga. Ao inspirar, conte até 3 para que o pulmão e o abdômen fiquem expandidos;
- Depois, solte a respiração pela boca contando até 10, esvaziando completamente o pulmão e o abdômen.

Você sabia que essa respiração acalma? Descreva o que sentiu e achou dessa experiência?



Você já jogou jogo da memória? Vamos jogar? Siga as recomendações abaixo:

1. Primeiro cole a folha onde está as figuras em um papelão ou em uma folha mais grossa.
2. Após colar, recorte cada imagem com cuidado.
3. Pronto, agora é só brincar com um ou mais amigos.
4. Para brincar, você deve embaralhar as cartas e colocá-las com o desenho virado para baixo em uma superfície. Lembre-se: não vale olhar!
5. O primeiro jogador deve retirar uma carta, olhar o desenho e retirar outra carta – que deve ser igual a primeira. Se ele não acertar, o próximo jogador deve fazer a mesma coisa. Se ele acertar, ele tem direito a jogar mais uma vez.
6. O jogo deve seguir essa ordem, até todos jogarem. Vence quem tirar mais cartas.
7. Você deve estar se perguntando onde entra a memória! O segredo do jogo é você manter a calma e memorizar onde estão as cartas, observando o jogo dos seu(s) adversário(s).
8. Vamos tentar?



JOGO DA MEMÓRIA

