

COLÉGIO SANTA FÉ

PERÍODO DE 24/03 a 27/03 SÉRIE: 3º ANO A/B PROFESSORA: FABIANA

DIREÇÃO: JOAQUIM E IVANETE COORDENAÇÃO: NILZA COSTA

Atividades interativas para pais e filhos.

Interagir em família é fundamental para o desenvolvimento das crianças. É nas brincadeiras que os pequenos aprendem aspectos fundamentais para um crescimento saudável, como o reconhecimento do outro, a noção de compartilhar e o respeito. Pensando nisso, preparamos uma lista com atividades interativas bem simples para serem realizadas em família nesse período de quarentena. Escola e família uma relação de ajuda na formação do ser humano.

1 - Pratique o exercício do espelho.

Olhar o próprio reflexo na superfície de um espelho pode ser uma das melhores experiências para descobrir mais sobre si. Essa prática permite que você tenha uma conversa franca consigo mesmo. Ao olhar nos próprios olhos, você tem a chance de aprofundar o conhecimento sobre si, tanto fisicamente quanto mentalmente. Questionese diante do espelho: “O que você deseja da vida?” ou “Qual é o seu maior sonho?”. Você também pode usar esse momento para dizer coisas que estão ‘presas’ no seu interior e que impedem sua evolução, como “eu perdoo você”, “eu amo você do jeito que você é”, “você é lindo (a), não importa o que os outros digam”.

Repita essa prática diariamente e perceberá um aumento do seu autoconhecimento.

2- Quem sou?

O objetivo desse jogo é trazer interação e atenção entre todos da família. O jogo consiste em fazer perguntas para tentar descobrir que animal você é. “Tenho 4 patas? Tenho pelos? Sei voar?”. Cada participante pode fazer uma pergunta por rodada para tentar adivinhar. Se ele não souber o bicho, precisa esperar a sua vez para fazer uma nova pergunta. O legal é definir a regra de que só podem ser feitas perguntas cujas respostas sejam sim ou não. Use pessoas ou personagens no lugar de animais para variar.

3- Reflita sobre sua história.

Tudo o que você viveu até o momento pode ter contribuído com a formação de quem você é. Portanto, refletir sobre a sua história é um dos exercícios de autoconhecimento mais eficazes que pode fazer. Com ajuda dos seus familiares, crie a sua própria linha do tempo e anote tudo de marcante pelo qual já passou, o que pode incluir experiências boas ou ruins. Depois disso, pense como agiu em cada situação. Você admira o que fez? Essa análise é importante tanto para se conhecer melhor quanto para corrigir pontos negativos e positivos junto com a sua família.

4- Baile na sala.

Que tal depois do jantar promover uma mini - balada? Não podemos sair mesmo de casa, mas podemos nos divertir em família. Basta ligar o som, com músicas agitadas e botar o corpo para requebrar. Como estamos em casa, ninguém vai questionar nosso estilo de dança, então podemos inventar o concurso da dança mais esquisito, o baile dos bichos (onde cada membro da família dança como se fosse um animal), siga o chefe dançando ou simplesmente pular a valer. Se você teve mais tempo para preparar, pode cobrir algumas luzes da casa com celofane colorido, pendurar pedaços de papel no espelho. Divirta-se com a sua família!

A Leitura abre as janelas
do entendimento e
desperta do sono a
Sabedoria.

Rafael Mendes de Oliveira