

Curso: Psicologia

Disciplina: Campos de Atuação e Investigação - Psicologia Escolar I

Alunos responsáveis: Ana Carolina Ulhoa da Veiga, Gabriel Hidenori Moura Sakaguti, João Pedro Caixeta Marinho e Renatha Alves Nunes

Plano Covid-19

Um planejamento em tempos de Pandemia

Apresentação:

O seguinte material se caracteriza em um Planner, que é uma ferramenta de planejamento pessoal e/ou profissional pensada para o registro e organização das mais variadas informações. Este planner em específico tem como objetivo auxiliar principalmente as famílias que estão com crianças dentro de casa nesse momento de pandemia e possuem dificuldades em relação a organização das tarefas.

Ele foi pensado como uma forma de auxiliar o planejamento e contém algumas atividades opcionais para que as crianças ou até mesmo os pais destas, possam ocupar o tempo.

Psicologia Escolar - Uniceub

Plano Covid-19

Um planejamento em tempos de Pandemia

Por Ana Carolina, Gabriel Sakaguti, Joao Pedro Caixeta e Renatha Alves

Este documento se destina a todas as famílias com crianças, que estão com dificuldades em se organizar em casa nesse período.



O Planner:

O planner é uma ferramenta de planejamento pessoal e profissional pensada para o registro e organização das mais variadas informações. A palavra planner significa planejador e revela o propósito desse instrumento.

Entre as ferramentas de organização, o planner é conhecido por oferecer a solução mais completa, que vai muito além do registro de compromissos e tarefas.

No cenário atual, precisamos nos planejar com as atividades de casa, com o trabalho, com as crianças e seus afazeres, tudo ao mesmo tempo. E é com isso que esse material pode te ajudar!



PERSONAL PLANNER

2020

D

S

T

Q

Q

S

S

ANOTAÇÕES

Blank area for notes.

SUGESTÃO DE ATIVIDADE



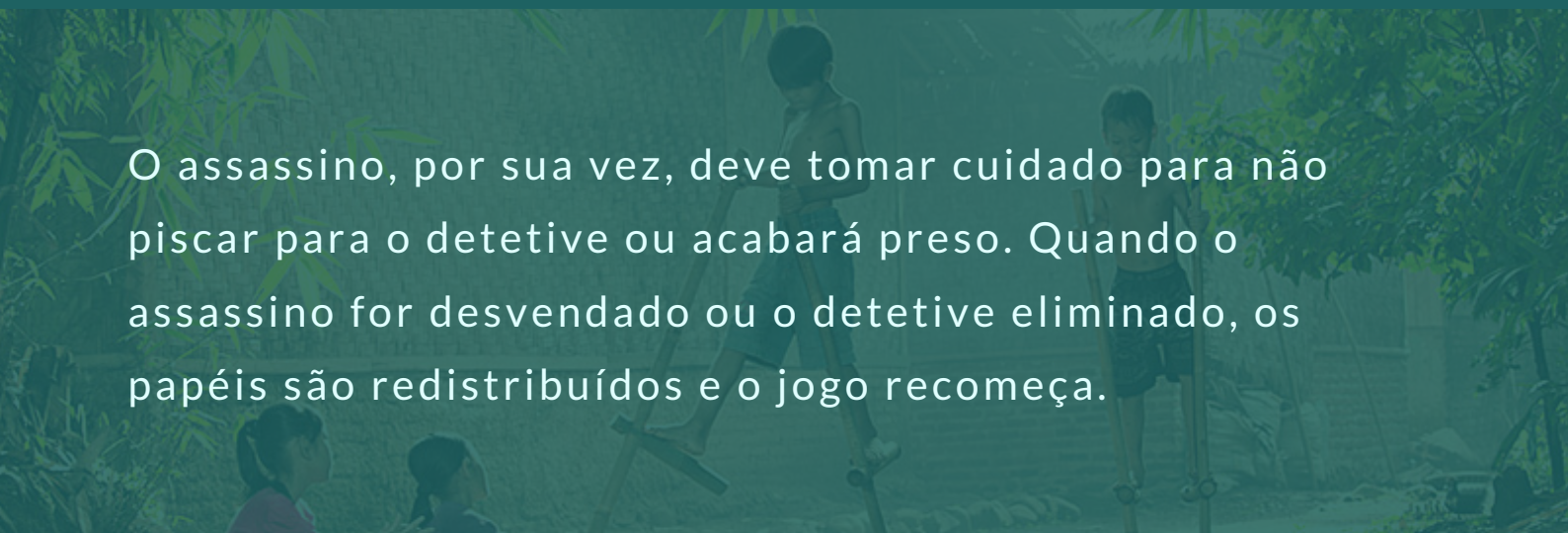
Brincadeira do Detetive

COMO BRINCAR:

Recorte pedaços de papel em tamanhos iguais de acordo com o número de jogadores. Em um deles escreva a palavra 'detetive' e em outro, 'assassino'. Os jogadores sentam em círculo, de modo que todos consigam ver uns aos outros, e distribuem os papéis dobrados entre si. Os participantes que tirarem os papéis em branco serão as vítimas.

Discretamente, o assassino deve observar as vítimas e piscar para cada uma delas. O alvo da piscadela deve esperar alguns segundos e dizer: 'Morri'. Quem for o detetive deve ficar atento para tentar descobrir quem é o assassino, evitando que muitas vítimas "morram". Assim que acreditar que sabe quem é, ele deve dizer o nome da pessoa. Se errar, está fora do jogo.

O assassino, por sua vez, deve tomar cuidado para não piscar para o detetive ou acabará preso. Quando o assassino for desvendado ou o detetive eliminado, os papéis são redistribuídos e o jogo recomeça.



1º SEMANA



S

Blank writing area for Sunday.

T

Blank writing area for Monday.

Q

Blank writing area for Tuesday.

Q

Blank writing area for Wednesday.

S

Blank writing area for Thursday.

S

Blank writing area for Friday.

D

Blank writing area for Saturday.

SUGESTÃO DE ATIVIDADE

Brincadeira Rouba Rabo

COMO BRINCAR

Para a brincadeira começar, é necessário ter uma fita para cada participante. As fitas devem ser colocadas na parte de trás da calça, como se fosse um rabo.

O objetivo da brincadeira é roubar os rabos dos outros participantes, juntando a maior quantidade possível.

Quem perder o rabo perde a brincadeira.

DICA: As pessoas que perderem a brincadeira, fazem as tarefas de casa. E o único que ficar com a fita, não faz nada em casa esse dia.



2º SEMANA



S

Blank writing area for Sunday.

T

Blank writing area for Monday.

Q

Blank writing area for Tuesday.

Q

Blank writing area for Wednesday.

S

Blank writing area for Thursday.

S

Blank writing area for Friday.

D

Blank writing area for Saturday.

SUGESTÃO DE ATIVIDADE



Twister

COMO BRINCAR

O Twister é um jogo em que precisamos mesclar coordenação de mãos e pés (na verdade, o corpo todo!), cores e jogo de cintura. Os participantes precisam atender aos comandos da roleta (ou dados, ou cartas) e posicionar sua mão ou pé em um dos círculos de um tabuleiro gigante colocado no chão. Conforme as rodadas vão passando, é preciso fazer um verdadeiro malabarismo para conseguir alcançar os círculos, literalmente atravessando o caminho dos demais participantes. Quem consegue trabalhar com estratégia (mais um estímulo) acaba tendo sua vez facilitada. Quem tirar a mão ou o pé do círculo ou cair no chão é eliminado. Vence aquele que ficar por último no enrosco.

Video de como fazer o twister:

<https://www.youtube.com/watch?v=izOifjdfWPA>



3° SEMANA



S

Blank writing area for Sunday.

T

Blank writing area for Monday.

Q

Blank writing area for Tuesday.

Q

Blank writing area for Wednesday.

S

Blank writing area for Thursday.

S

Blank writing area for Friday.

D

Blank writing area for Saturday.



SUGESTÃO DE ATIVIDADE

Anagrama

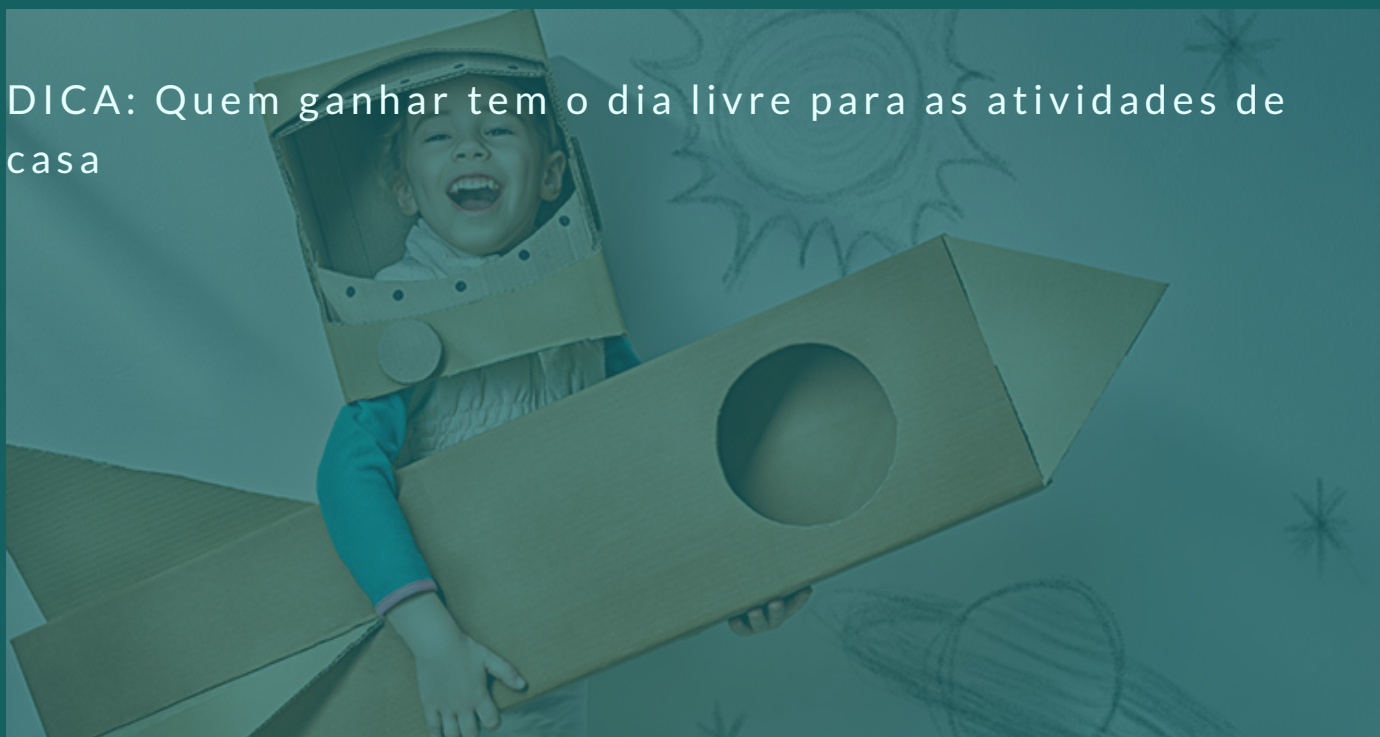
COMO BRINCAR:

Um dos participantes escreve uma palavra em um papel e os outros tentam formar o maior número possível de palavras, apenas reorganizando as letras.

Vence quem conseguir montar mais palavras novas.

Para crianças mais novas, tente um “anagrama vivo”: cole no dorso de cada criança uma folha de papel com uma letra diferente. Elas deverão se organizar e reorganizar para formar palavras diferentes com as letras disponíveis.

DICA: Quem ganhar tem o dia livre para as atividades de casa



4° SEMANA



S

T

Q

Q

S

S

D



SUGESTÃO DE ATIVIDADE

Stop/Adedonha

COMO BRINCAR:

Adedonha é um jogo de palavras. Para jogar, é feita uma tabela em que cada coluna representa uma categoria de palavras, como animais, nomes, frutas e cores. A partida começa com o sorteio de uma letra do alfabeto. Em seguida, a missão dos jogadores é listar o máximo de palavras das categorias antes que a primeira pessoa termine.

Por fim, o primeiro a terminar todas as categorias grita “Adedonha!” ou o nome que o jogo possui na região. É feito a soma dos pontos da rodada e ganha o jogo quem tiver mais pontos no fim de todas as rodadas.

Contagem de pontos:

- 10 pontos para cada palavra certa que não foi listada por nenhum outro jogador;
- 5 pontos para cada palavra igual entre dois ou mais jogadores;
- 0 ponto para palavras erradas ou categorias sem resposta.



5° SEMANA



S



T



Q



Q



S



S



D



Evite a propagação do COVID-19 em 7 PASSOS

- 01 Lave suas mãos com frequência
- 02 Evite tocar seus olhos, nariz e boca
- 03 Ao tossir, cubra boca com cotovelo ou lenço
- 04 Evite aglomerações
- 05 Fique em casa se não se sentir bem
- 06 Se você tiver febre, tosse ou dificuldades para respirar, procure um médico – mas ligue antes
- 07 Busque informações confiáveis

