

UME "COLÉGIO SANTISTA"

COMPONENTE CURRICULAR: PARQUE TECNOLÓGICO INTEGRADO

PROFESSORAS CLAUDIA, ELIUDE, FERNANDA, GLORITA E SILVANA

PERÍODO de 28 de SETEMBRO a 09 de OUTUBRO

TURMAS 1° AO 5° Anos

ATIVIDADE - MEU MURAL DOS SONHOS

NA ATIVIDADE ANTERIOR, MERGULHAMOS NA DELICIOSA JORNADA RUMO AO CONHECIMENTO DO NOSSO EU INTERIOR, RESPONDENDO A UM FORMULÁRIO GOOGLE E CRIANDO O PAINEL "EU SOU ASSIM".

O AUTOCONHECIMENTO É CHAVE DE OURO PARA CONSTRUIRMOS UM FUTURO DE SUCESSO. SONHAR E PLANEJAR FICA MUITO MAIS FÁCIL QUANDO CONHECEMOS NOSSOS PONTOS FORTES E FRACOS, NOSSAS HABILIDADES E DIFICULDADES.

AS NOSSAS QUALIDADES, NOSSAS FORÇAS NOS IMPULSIONAM A COISAS MELHORES AINDA.

AS NOSSAS FRAQUEZAS, NOSSAS FRAGILIDADES PODEM NOS IMPEDIR DE REALIZAR NOSSOS SONHOS MAIS INCRÍVEIS.

AGORA, IDENTIFICADAS NOSSAS FORÇAS E NOSSAS FRAQUEZAS, PRECISAMOS USAR ESSE APRENDIZADO COMO PONTE PARA A REALIZAÇÃO DAS MUDANÇAS NECESSÁRIAS PARA REALIZAR O QUE TANTO SONHAMOS!

A PROPOSTA É COLOCAR EM PRÁTICA NOSSOS SONHOS, NOSSAS METAS, NOSSOS PROPÓSITOS! **VAMOS CRIAR UM MURAL DE SONHOS! PARA ISSO, SIGA OS SEGUINTESS PASSOS:**

1. DEFINA SEUS OBJETIVOS:

- FECHÉ OS OLHOS POR MINUTINHOS E BUSQUE LÁ NO SEU CORAÇÃO SEUS OBJETIVOS. ANOTE!
- NESSE MOMENTO, RESPONDER ALGUMAS PERGUNTAS PODE TE AJUDAR:

O QUE DESEJO PARA OS PRÓXIMOS MESES?

QUAIS SÃO OS MEUS VERDADEIROS SONHOS?

QUANDO ME VISUALIZO ADULTO, O QUE ESTOU REALIZANDO?

O Mural dos sonhos, também conhecido como Quadro de Visualização, é uma técnica de visualização criativa que através de uma coleção de imagens e palavras dispostas em um quadro, de uma forma que te empolgue, dá aquela ajudinha poderosa na manifestação dos seus sonhos e objetivos.

2 - COLETE SEUS MATERIAIS!

- PARA CONFECÇÃO DO SEU MURAL, VALE TUDO: IMAGENS, FOTOS, PALAVRAS, TEXTOS A MÃO LIVRE, FRASES DE AFIRMAÇÃO, TUDO O QUE FIZER SENTIDO PARA REPRESENTAR SEUS SONHOS.
- É IMPORTANTE TAMBÉM DEFINIR QUAL SERÁ A BASE DO SEU MURAL QUE PODE SER FEITO EM CARTOLINA, TELA, QUADRO DE ARAMES OU MAGNÉTICOS (AQUELES DE PENDURAR RECADOS), EM CORTIÇA OU ATÉ MESMO PAPELÃO.
- LEMBRE-SE TAMBÉM DE SEPARAR COLA, TESOURA, ALFINETES. REVISTAS, JORNAIS, EVENTUALMENTE ILUSTRAÇÕES DE LIVROS SÃO IMPORTANTES TAMBÉM.

3 - Mão na massa, organize o seu mural!

- HORA DE COLOCAR A CRIATIVIDADE PARA FORA E SE DIVERTIR, MAS CLARO GUARDANDO A IMPORTÂNCIA DESTES MOMENTO DE CONSTRUÇÃO.
- SUGIRO QUE VOCÊ FAÇA UMA REFLEXÃO EM CIMA DAS SUAS ANOTAÇÕES DO PASSO NÚMERO 1 E ESTABELEÇA O QUE É DE FATO RELEVANTE E QUE VAI PARA SEU MURAL.
- UMA BOA DICA É COLOCAR UMA FOTO SUA AO CENTRO, CHEIA DE ALEGRIA E ENTUSIASMO, E COMEÇAR A PARTIR DAÍ. VÁ COLOCANDO AO REDOR OS SEUS OBJETIVOS.

4 - ESCOLHA UM LOCAL ESPECIAL PARA O SEU MURAL!

- TENHA EM MENTE QUE SEU MURAL ESTÁ CARREGANDO SEUS SONHOS, HONRE O TRABALHO QUE ACABOU DE FAZER ESCOLHENDO UM LUGAR ESPECIAL PARA COLOCÁ-LO.
- VOCÊ PODE DEIXÁ-LO A VISTA OU EM UM LUGAR MAIS ÍNTIMO SEU, NÃO HÁ RIGIDEZ AQUI, O QUE IMPORTA É QUE ELE ESTEJA SEMPRE A SUA VISTA.
- EXEMPLOS: PORTA DE ARMÁRIO, ATRÁS DE PORTA DE ENTRADA DA CASA, NO QUARTO.

5 - USE E ABUSE DO SEU MURAL!

- TODOS OS DIAS, DE PREFERÊNCIA PELAS MANHÃS, DEDIQUE 3 A 5 MINUTINHOS EM FRENTE AO SEU MURAL. COLOQUE INTENÇÃO NESTE MOMENTO, PERCORRA COM OS OLHOS CADA IMAGEM, PALAVRA QUE ESCOLHEU. SINTA A ENERGIA DA **FELICIDADE DAS CONQUISTAS DESTES SONHOS SE REALIZANDO, AGRADEÇA VERDADEIRAMENTE E SIGA O SEU DIA.**

ALGUMAS REGRINHAS DE OURO:

- SÓ VOCÊ PODE FAZER O SEU MURAL! ELE É SEU E PRECISA FAZER SENTIDO A VOCÊ!
- USE A CRIATIVIDADE!!!
- OBSERVE SE, ASSIM QUE TERMINAR DE CONFECIONAR SEU MURAL, ESTÁ SENTINDO ORGULHO. É PRECISO QUE VOCÊ OLHE PARA O MURAL E SINTA EMOÇÃO, VONTADE, BRILHO NOS OLHOS!
- FOCHE EM SENTIMENTOS E CONQUISTAS MAIS DO QUE EM BENS MATERIAIS.

COMPARTILHAR

OS TRABALHOS SOBRE "MURAL DOS SONHOS" SERÃO ENCAMINHADOS ÀS PROFESSORAS REFERÊNCIAS DO PARQUINHO, PELO GRUPO DE WHATSAPP.



DEPOIS CRIAREMOS UM MURAL VIRTUAL, UM PADLET COM AS LINDAS CRIAÇÕES. DEPOIS DE FINALIZADOS, ENVIAREMOS O LINK PARA QUE VEJAM E CURTAM O QUE FOI PRODUZIDO COM TANTO CAPRICHOS E CRIATIVIDADE.

FONTE DE REFERÊNCIA:

<https://beboldup.com/publicacoes/2019/12/mural-dos-sonhos-como-criar-o-seu.html#:~:text=O%20Mural%20dos%20sonhos%2C%20tamb%C3%A9m,dos%20seus%20sonhos%20e%20objetivos>. (ACESSADO EM 21 DE SETEMBRO DE 2020)