

ATENÇÃO PLENA!

PREPARAÇÃO: Relaxamento!

Propicie um ambiente tranquilo, sem nenhum tipo de interferência de sons (de tv, música, conversas). Peça à criança que sente de pernas cruzadas, feche os olhos e se concentre apenas nos sons do ambiente. Diga-lhe que, quando ouvir o nome dela, deverá falar o primeiro som que estiver ouvindo. Pode ser o som da respiração, do tique-taque do relógio, o ruído do ventilador, de um carro passando na rua, etc.

Sugestão:

O tempo do silêncio deverá ser de aproximadamente 1 minuto. Este exercício ajuda a ampliar a percepção em relação ao sentido da audição e auxilia na consciência da respiração.

Clique [aqui](#) e veja o vídeo explicativo

Providencie um canudo e um pote. Desenhe e recorte diversas figuras e espalhe-as pela mesa ou pelo chão. A criança deverá pescar as figuras com o canudo.

Antes de iniciar a brincadeira, deixe que a criança crie suas hipóteses de como fazer para levar as figuras até o pote usando o canudo.

Uma forma de resolver esse desafio é encostar o canudo no papel em uma ponta e sugar pela outra, prendendo o ar e conduzindo até o pote, até soltá-lo.

AGUARDAMOS O VÍDEO DE VOCÊS!

