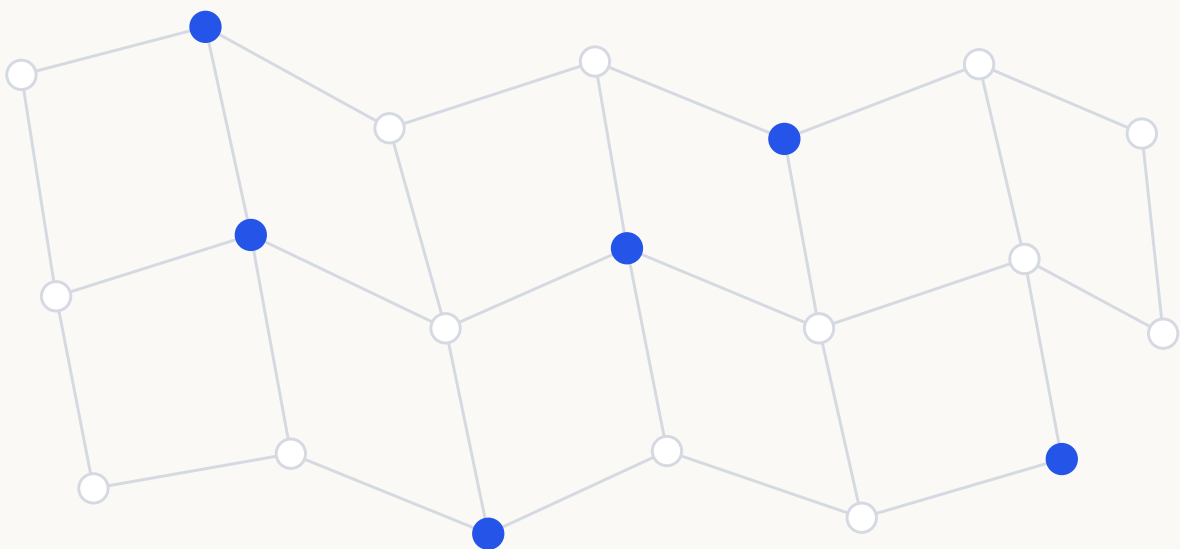


Mente Presente

Telas, atenção e desenvolvimento.

Uma primeira experiência com o guia: observe a rotina e experimente três atividades fora das telas com a criança.



AMOSTRA

3 atividades + uma orientação para começar

PARA OS RESPONSÁVEIS

Um pequeno começo, juntos.

Você não precisa mudar a rotina inteira de uma vez. Escolha um momento possível para observar, conversar e brincar.

01 Observe sem rotular

Em quais momentos a tela aparece? O que costuma ficar de fora: sono, conversa, movimento ou brincadeira? Anote exemplos, sem transformar a observação em um diagnóstico.

02 Combine um momento

Separe cerca de 10 a 15 minutos como ponto de partida, se fizer sentido para vocês. A duração é uma escolha prática desta amostra, não uma dose terapêutica.

03 Acompanhe e adapte

Ofereça duas opções e deixe a criança escolher. Leia as instruções junto, simplifique quando necessário e acolha pausas. O objetivo é participar, não medir desempenho.

Um registro simples

Quando vamos experimentar?

Qual atividade a criança escolheu?

Para adaptar: as atividades foram pensadas como exemplos para aproximadamente 6 a 10 anos. Considere interesses, habilidades e necessidades de cada criança. Um adulto acompanha recortes e deslocamentos.

Referência de contexto: Center on the Developing Child, Harvard University (2014), guia de atividades de funções executivas. Este material é original e não é produzido, avaliado ou endossado por Harvard. A eficácia clínica desta amostra não foi testada.

[Consultar o guia de referência \(em inglês\)](#)

Atividades educativas. Não são tratamento nem instrumento de diagnóstico e não substituem acompanhamento profissional quando necessário.

PAPEL + LÁPIS

Uma história em três quadros.

Escolham um personagem e um pequeno desafio. A criança pode desenhar, contar em voz alta ou pedir que um adulto escreva por ela.

Nossa personagem:

COMEÇO

Quem aparece? Onde a história acontece?

MEIO

O que aconteceu? Que ideia pode ajudar?

FIM

Como a história termina? O que mudou?

Conversem: haveria outro jeito de terminar essa história?

UMA FOLHA + TESOURA PARA O ADULTO

Seis pares, uma brincadeira.

Um adulto recorta as 12 cartas. Embaralhem e coloquem as figuras para baixo. Cada pessoa vira duas por vez: se formarem um par, guarda e joga novamente.

Para começar com menos cartas, escolham apenas três pares. Se as figuras ficarem visíveis no verso, cole o papel em uma folha opaca antes de recortar.



Uma conversa depois: como você tentou lembrar onde estava cada par?

PAPEL + LÁPIS + UM OBJETO

Um mapa para descobrir.

Escolham um espaço conhecido. Desenhem pontos de referência no quadro e marquem onde começa a busca. Um adulto esconde um objeto em um lugar seguro e acessível.

O desenho não precisa ser uma planta exata. A criança pode criar a legenda; depois, troquem de papel para que ela também prepare uma busca para o adulto.

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										

NOSSA LEGENDA



Início



Ponto de referência



Tesouro

Combinado de segurança: nada de subir em móveis, mexer em tomadas, sair sozinho ou esconder objetos perto de produtos perigosos. Um adulto acompanha a busca.