

Ateliê do Brincar

Estimulação Cognitiva

Caderno de Atividades

Material elaborado por:

Kellen Patrícia Ferreira – Psicóloga Clínica – CRP 18/02484

Coparticipação: Ismael dos Santos – Neuropsicólogo – CRP 18/01886

contato@providaaf.com.br

Ateliê do Brincar – Estimulação Cognitiva
[@ateliedobrinca_oficial](https://www.instagram.com/ateliedobrinca_oficial) – (66)9.8406-5866



APRESENTAÇÃO

O desenvolvimento cognitivo é o processo de surgimento da capacidade de compreender, pensar e decidir como agir no mundo que nos cerca. É a construção do conhecimento e de formas de resolver problemas que se dá através de um conjunto de processos mentais que envolvem a percepção, atenção, memória, raciocínio e imaginação.

Assim, um desenvolvimento cognitivo integral depende de relações satisfatórias entre as diversas funções (sensorial, perceptiva, motora, linguística, intelectual e psicológica), bem como das etapas críticas da maturação neurocerebral do indivíduo. Por consequência, a ausência, escassez ou presença de estimulações nos momentos oportunos pode alterar o curso do desenvolvimento (BRASIL, 2016).

Os desenhos animados, os jogos eletrônicos, os celulares, internet, tabletes e aplicativos têm ocupado cada vez mais tempo na vida das crianças atualmente, em paralelo a essa realidade percebe-se o crescente número de queixas de dificuldades de atenção, concentração, memória, comportamento e aprendizagem nas escolas e consultórios de psicologia. Como consequência deste cenário, o número de crianças e adolescentes medicadas para a resolução de problemas como estes também vem aumentando significativamente.

Evidenciamos então uma séria falta de estímulo cognitivo desde a infância. Diante disso, propomos um material com um conjunto de informações e atividades práticas que tem por objetivo proporcionar de maneira simples e efetiva no dia a dia da criança.

O presente material de estímulos cognitivos privilegiou tarefas de domínio verbal e executivo para habilidades como: atenção concentrada, atenção difusa, memória operacional, flexibilidade cognitiva, viso construção espacial, dentre outras. Algumas das tarefas foram agrupadas em sessões com nível crescente de dificuldade, o que tornar sua aplicação bem prática, interessante de desafiadora para a criança.

Os autores Missawa e Rossetti (2008) acreditam que o jogo é uma fonte de divertimento, descontração e integração, além do importante papel no desenvolvimento cognitivo, não somente do indivíduo na fase da infância, mas também no decorrer de toda sua vida. Neste sentido, essa ideia pode ser melhor compreendida quando Barros (2002), ressalta que o jogo permite o treino de capacidades deficitárias das estímulos cognitivos necessários para melhorar habilidades de atenção, memória e concentração por exemplo.

É unânime o entendimento de os exercícios para o cérebro humano trazem benefícios cognitivos, tais como atividades físicas beneficiam a saúde do corpo, portanto atividades mentais constantes mantém o cérebro em funcionamento. Portanto, de maneira agradável e atrativa, você poderá colocar em prática as atividades propostas e proporcionar momentos ímpares de interatividade e



aprendizagem.

O QUE É ESTIMULAÇÃO COGNITIVA

A estimulação cognitiva é uma técnica neuropsicológica que procura estimular a capacidade mental das crianças. É assim que, com os métodos de aprendizagem cognitiva adequados, sua qualidade de vida poderá ser melhorada em grande medida. Naturalmente, esta estimulação é útil em todas as etapas. Entretanto, quando aplicada às crianças, pode potencializar em um maior grau a memória, a atenção e o raciocínio.

Todas as vezes em que tiramos o nosso cérebro da zona de conforto, principalmente atendendo a estes três requisitos – *novidade, variedade e grau de dificuldade crescente* –, estimulamos o desenvolvimento de novas redes neurais e a produção de neurotrofinas (dopamina, adrenalina, noradrenalina, endorfina, etc.) que aumentam a quantidade e qualidade das sinapses (conexão entre os neurônios), ampliando a capacidade de processamento e a reserva cognitiva do cérebro.

Os processos de estimulação cognitiva podem ser realizados a partir de atividades que buscam desenvolver as funções cognitivas superiores e permitir a evolução das habilidades individuais para o sucesso na escola e na vida. Habilidades estas que podem ser melhoradas em crianças, sem especialistas ou equipamentos sofisticados.

É com a proposta de ofertar a você, profissional de psicologia, mães, pais, professores e demais profissionais, que nós desenvolvemos este material incrível que proporcionará melhores resultados no desenvolvimento e reabilitação da habilidades cognitivas de crianças, sejam elas seus pacientes, alunos ou filhos.

Sabendo então da importância de estimularmos nossas crianças, foi elaborado este material a ser disponibilizado a você. Aproveite e utilize, compartilhe com outros pais, cuidadores e profissionais. Usem sem moderação.

Kellen Patrícia, mãe do Pedro e do Lui Thiago, Psicóloga Clínica, Proprietária da Clínica PROVIDA e idealizadora do Projeto Ateliê do Brincar.



Mãos a Obra

O público alvo das atividades contidas neste Ebook são crianças e adolescentes e pode ser aplicada de forma individual ou em grupo. Elas podem ser entregues para o próprio participante preencher, já aí começamos a estimulação da leitura, da escrita, orientação temporal e da compreensão. Cabe mencionar que algumas das atividades podem ser adaptadas para crianças e adolescentes não alfabetizados, pouca escolaridade ou com algum transtorno do neurodesenvolvimento. Em casos que envolvam déficits cognitivos, a pessoa ou profissional que estiver conduzindo a aplicação poderá fazer a atividade verbalmente, preenchendo para o participante e até mesmo dando algumas pistas da resposta, quando necessário.



1. LINGUAGEM

Nome: _____ Data: __/__/____

Escreva o nome de dois objetos que podemos encontrar NA ESCOLA e que comece com as letras abaixo:

A		
B		
C		
D		
E		
F		
G		
H		
L		
M		
P		
R		
S		
T		



Gabarito:

A- Apagador / Apontador / Aluno

B- Bebedouro / Borracha

C- Caneta / Caderno / Cola

D- Diário / Dicionário / Disciplina

E- Estojo / Esquadro

F- Fichário / Fila / Formatura /

G- Giz / Giz De Cera / Gangorra / Gaveta / Grampeador

H – Hidrocor / Hino Nacional

L- Lápis / Livro / Lapiseira

M- Mochila / Mesa / Merenda

P- Professor / Prova / Pia

R- Régua / Relógio / Recreio

T- Tesoura / Tinta / Telefone

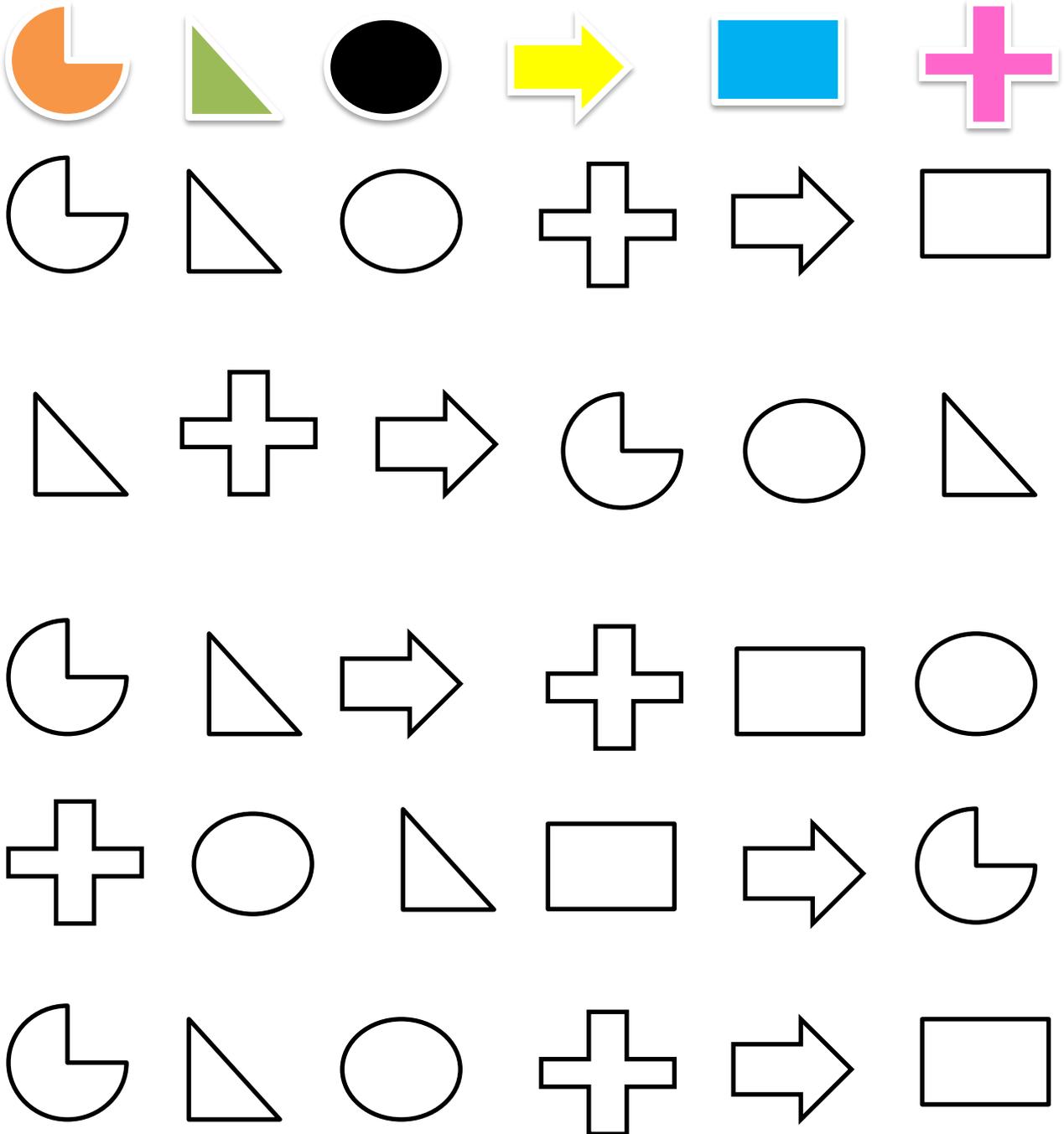


2. RACIOCÍNIO E FLEXIBILIDADE COGNITIVA

Pintar Símbolos – 1

Nome: _____ Data: __/__/____

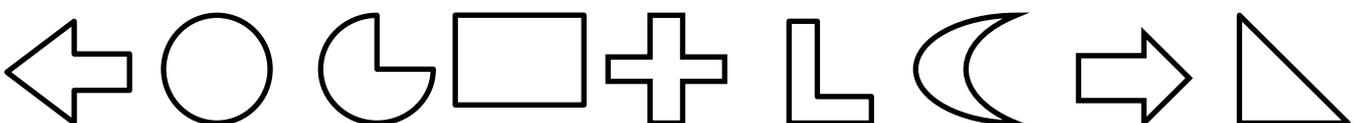
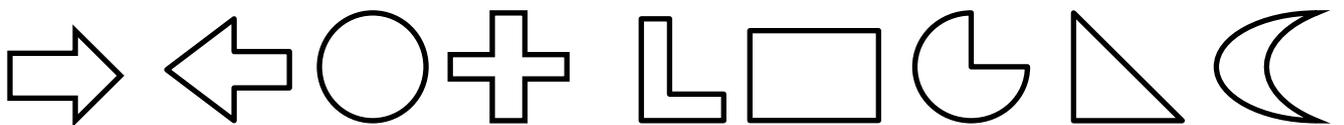
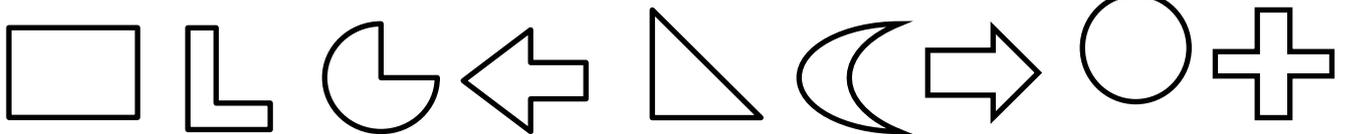
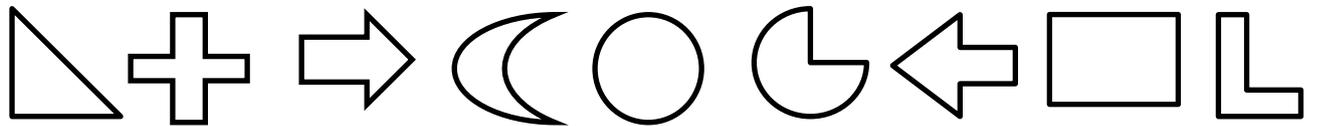
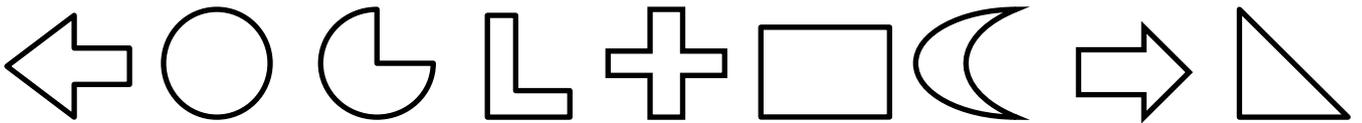
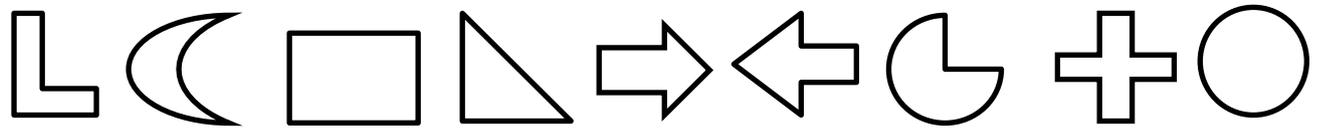
Pinte as imagens de acordo com os exemplos abaixo:



Pintar Símbolos - 2

Nome: _____ Data: __/__/____

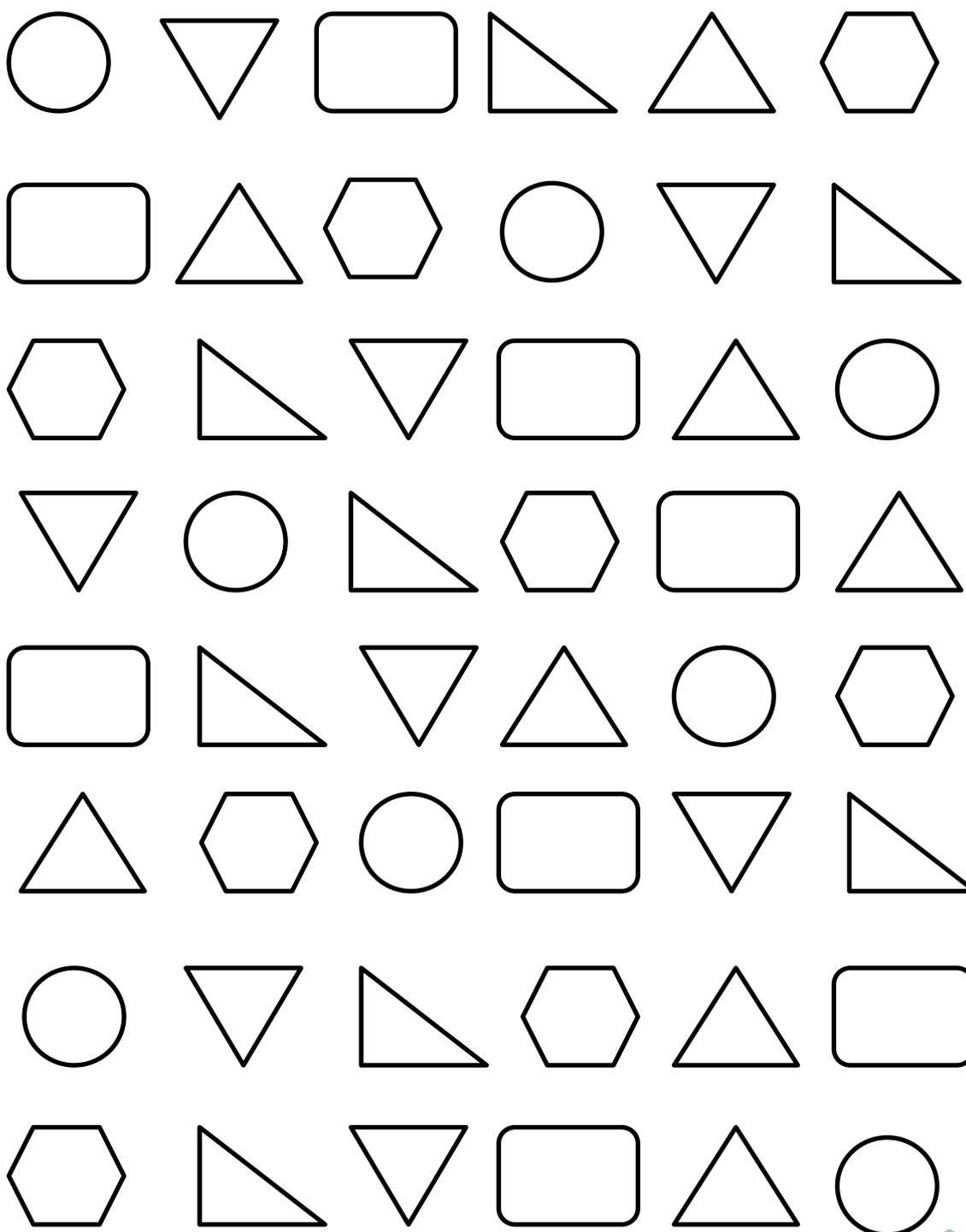
Pinte as imagens de acordo com os exemplos abaixo:



Pintar Semelhantes 1

Nome: _____ Data: __/__/____

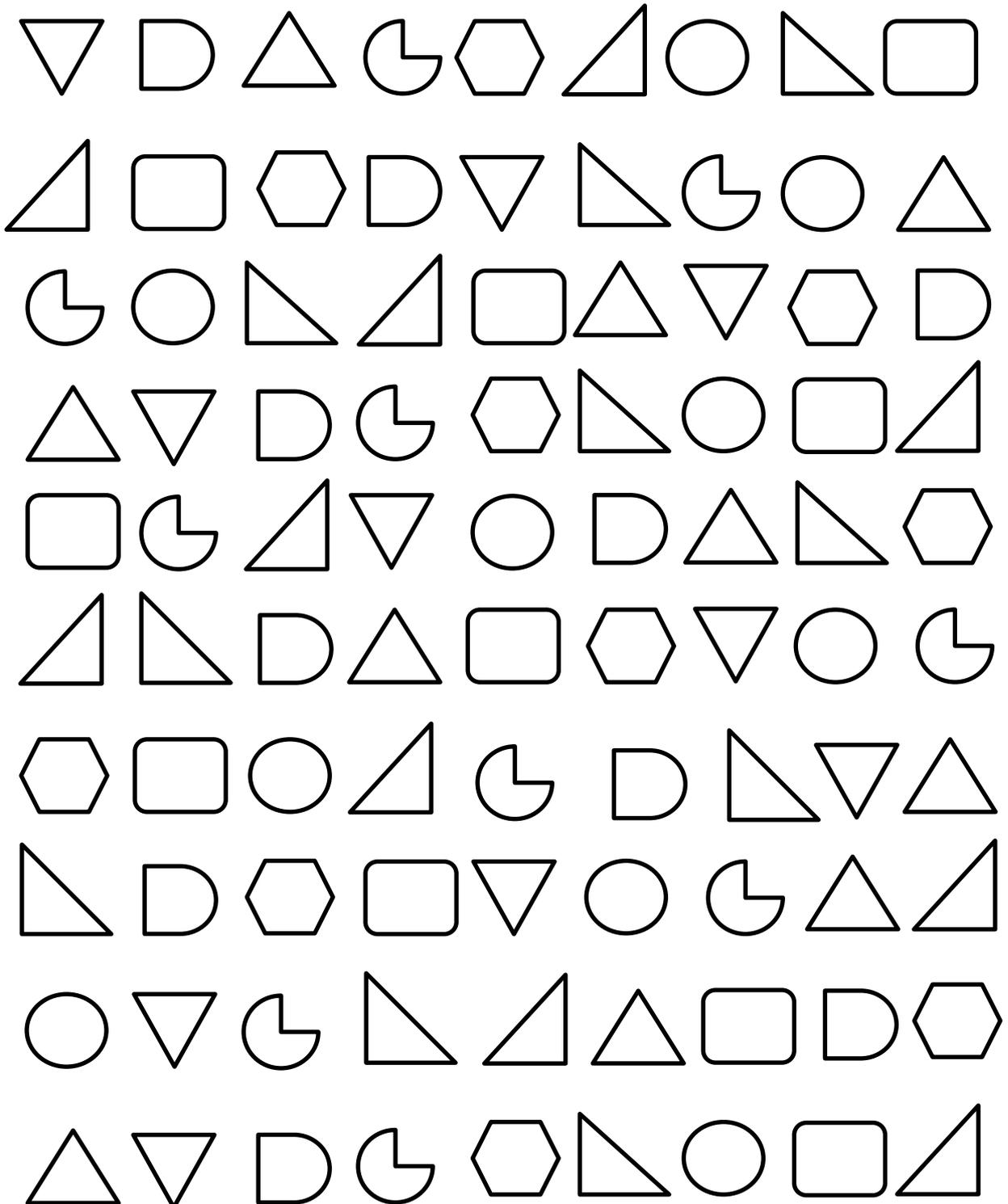
Pinte apenas as respectivas imagens iguais aos do exemplo abaixo:



Pintar Semelhantes 2

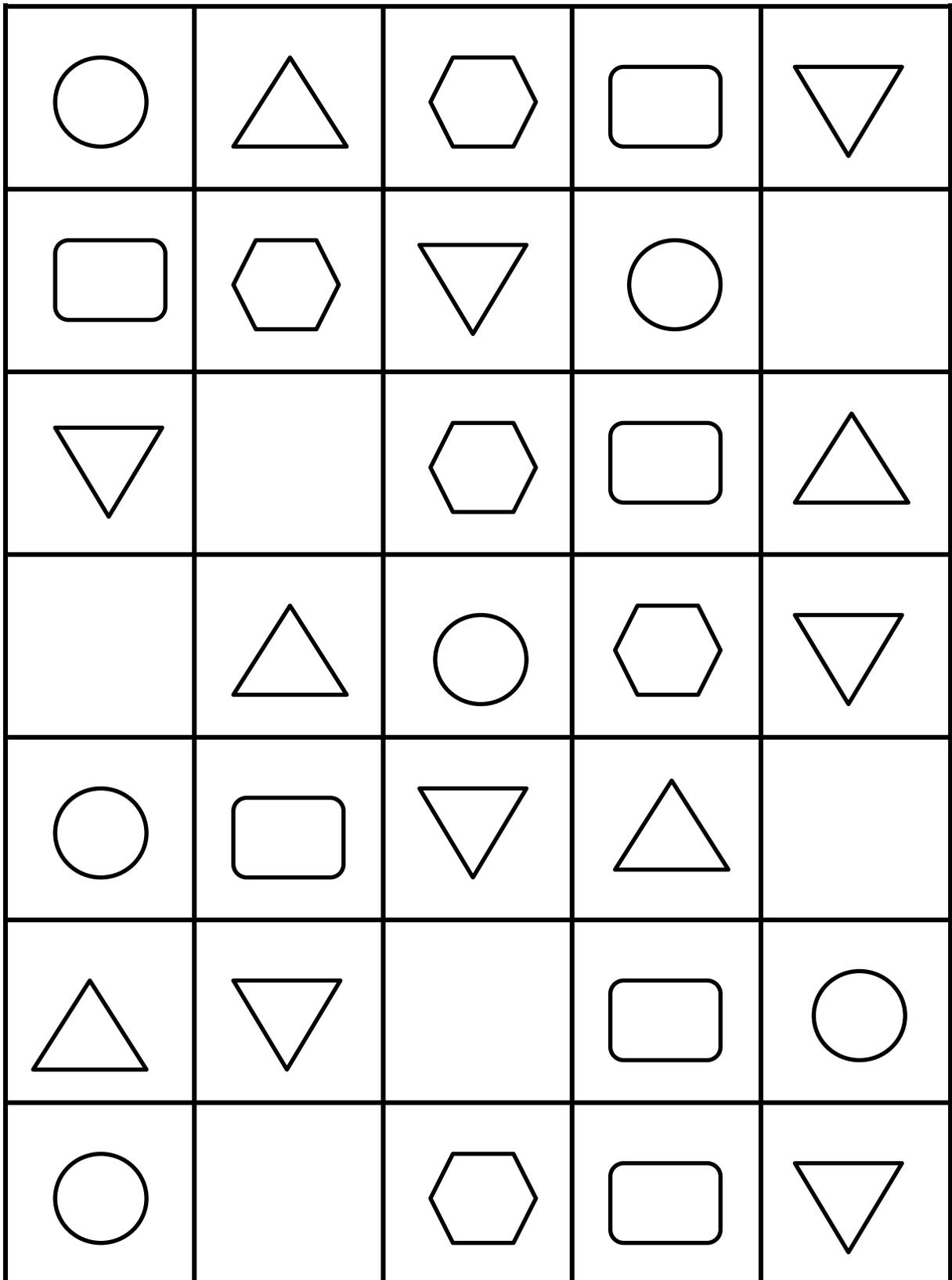
Nome: _____ Data: __/__/____

Pinte apenas as respectivas imagens iguais aos do exemplo abaixo:



Completar Sequências 1

Desenhe as imagens que estão faltando nas linhas abaixo:



Nome: _____ Data: __/__/____

Completar Sequências 2

Desenhe as imagens que estão faltando nas linhas abaixo:

▽	D	△	△	△	○	⊖	□
○	△		□	⊖	D	△	△
△	▽	⊖	○	△	□		△
□		△	▽	⊖	○	△	D
⊖	△	D		□	△	▽	○
D	▽	△	□	○	⊖		△
□		△	△	△	▽	D	⊖
△	○	△	▽	D		△	□
⊖	▽		D	△	○	△	△
	D	□	△	○	△	⊖	△
△	○	⊖	□	△	D	▽	
D	△		▽	⊖	△	△	□
⊖	D	△	△		○	▽	△



Nome: _____ Data: __/__/____

3. ATENÇÃO

Vamos agora trabalhar sua Atenção Seletiva. **Neste desafio você deve dizer a cor de uma palavra, mas não o nome da palavra.**

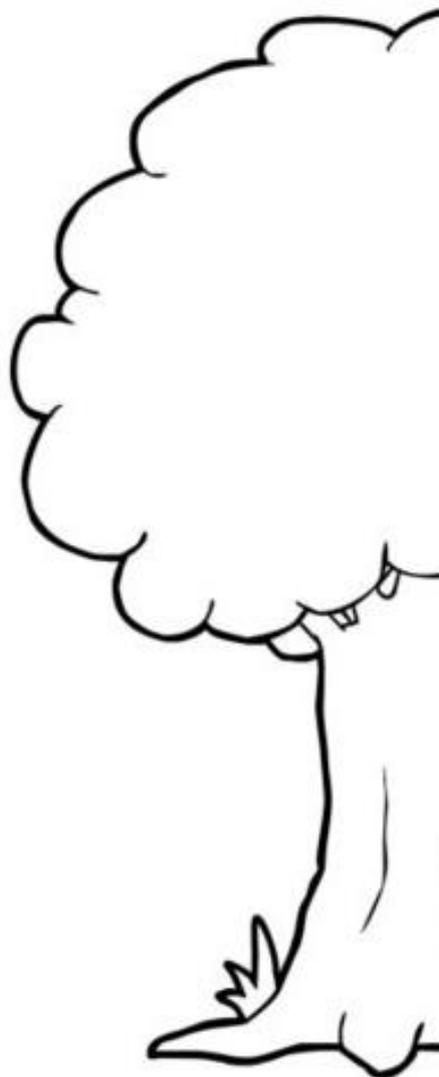
AMARELO AZUL LARANJA
PRETO VERMELHO VERDE
ROXO AMARELO VERMELHO
LARANJA VERDE PRETO
AZUL VERMELHO ROXO
VERDE AZUL LARANJA



4. VISUOCONSTRUÇÃO

Completar Figuras 1 - Desenhe a outra metade:

Árvore

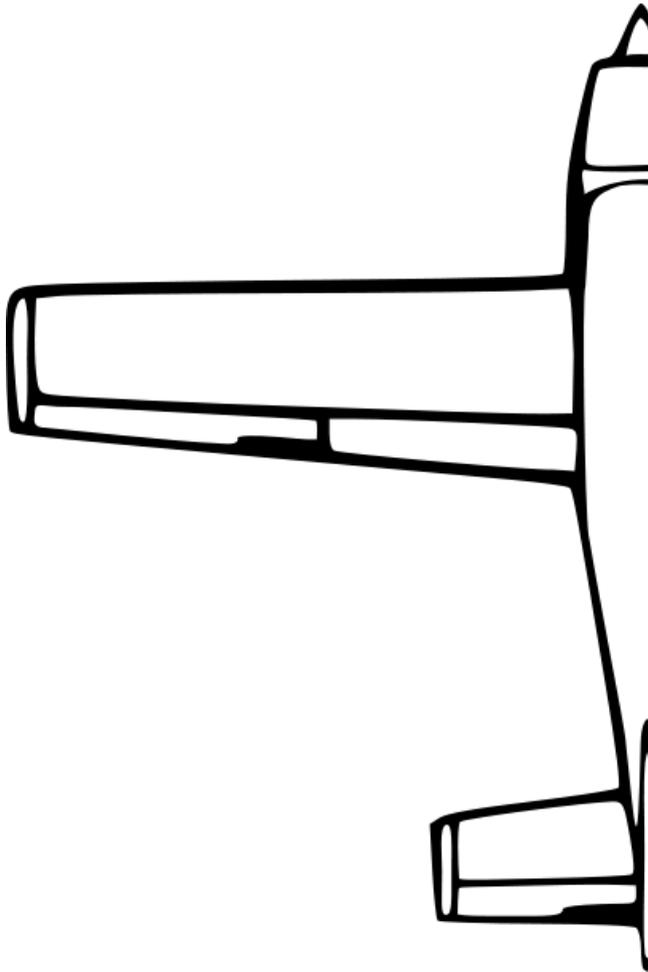


Nome: _____ Data: ___/___/___



Completar Figuras 2 - Desenhe a outra metade:

Avião

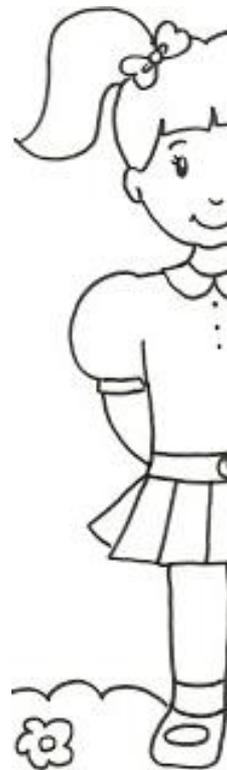


Nome: _____ Data: __/__/_____



Completar Figuras 3 - Desenhe a outra metade:

Menino e Menina

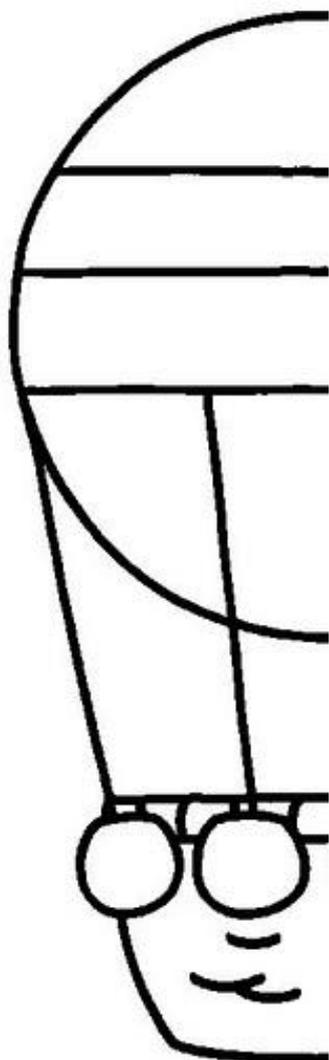


Nome: _____ Data: __/__/____



Completar Figuras 4 - Desenhe a outra metade com a mão não dominante

Balão

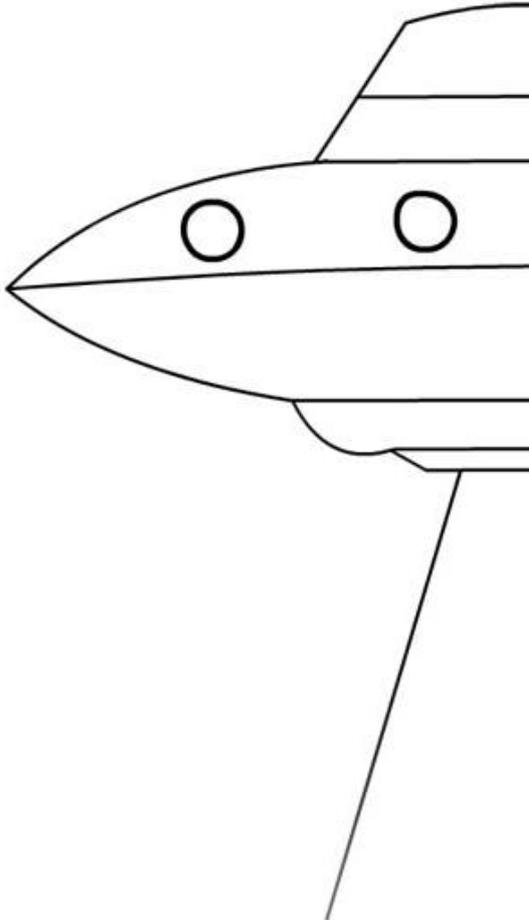


Nome: _____ Data: __/__/_____



Completar Figuras 5 - Desenhe a outra metade com a mão não dominante

Disco Voador



Nome: _____ Data: __/__/____



Completar Figuras 6

Desenhe a outra metade com a mão não dominante

Motorista

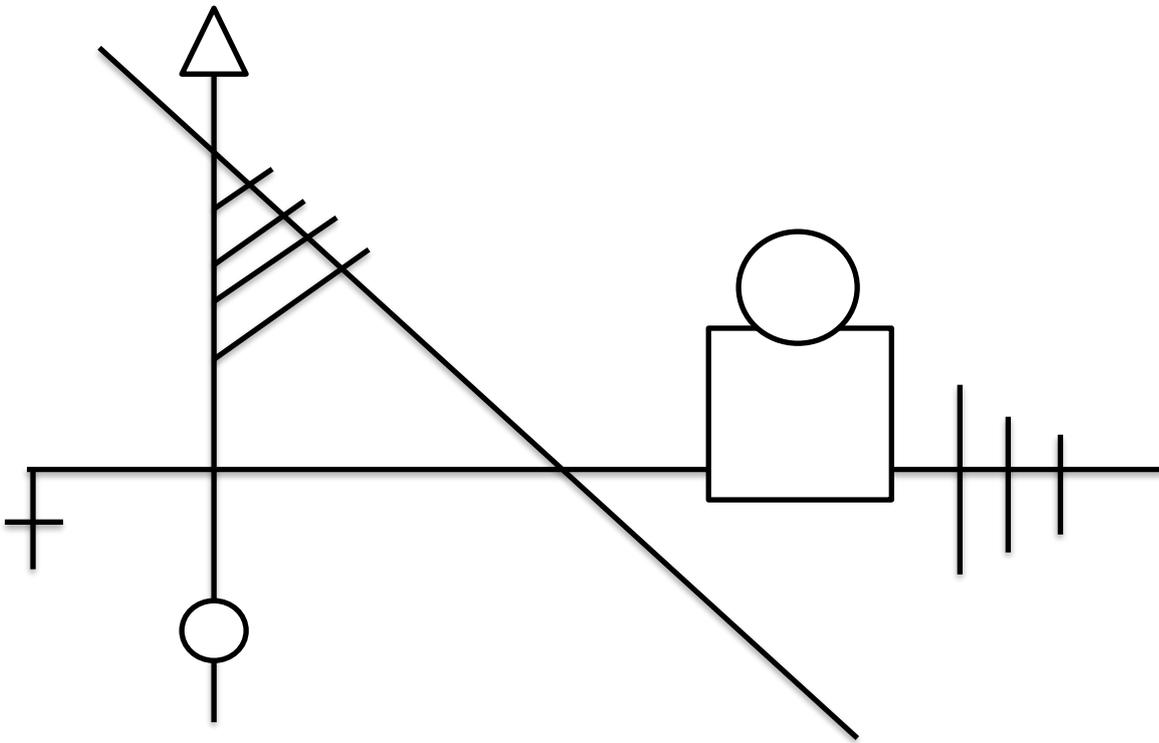


Nome: _____ Data: __/__/_____

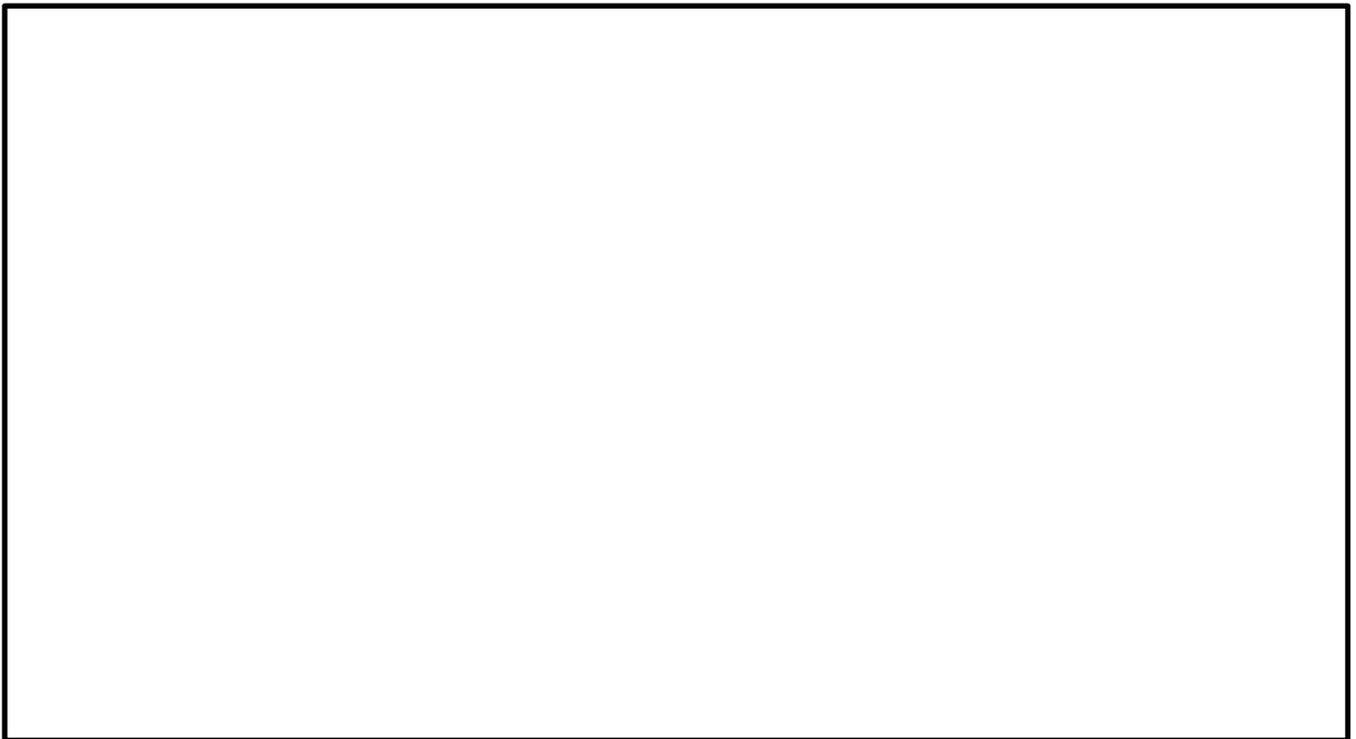


Memória Visual

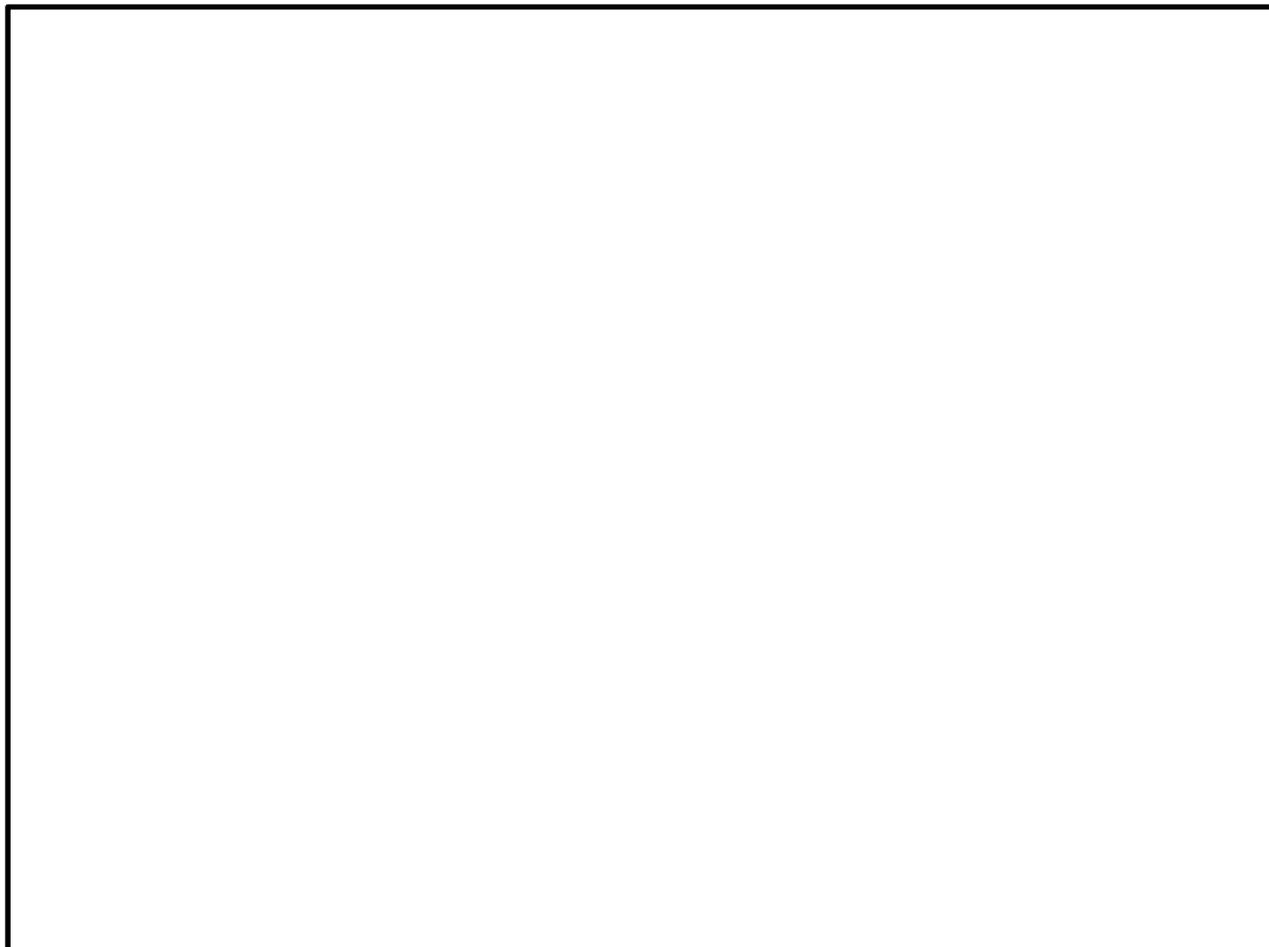
Observe a Imagem abaixo:



Reproduza a imagem acima no campo indicado



Observe a imagem anterior por 15 segundos. Após este tempo, reproduza a imagem no campo indicado (Tire o desenho da visão da criança):



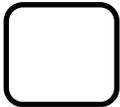
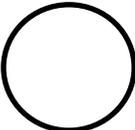
Nome: _____ Data: __/__/_____



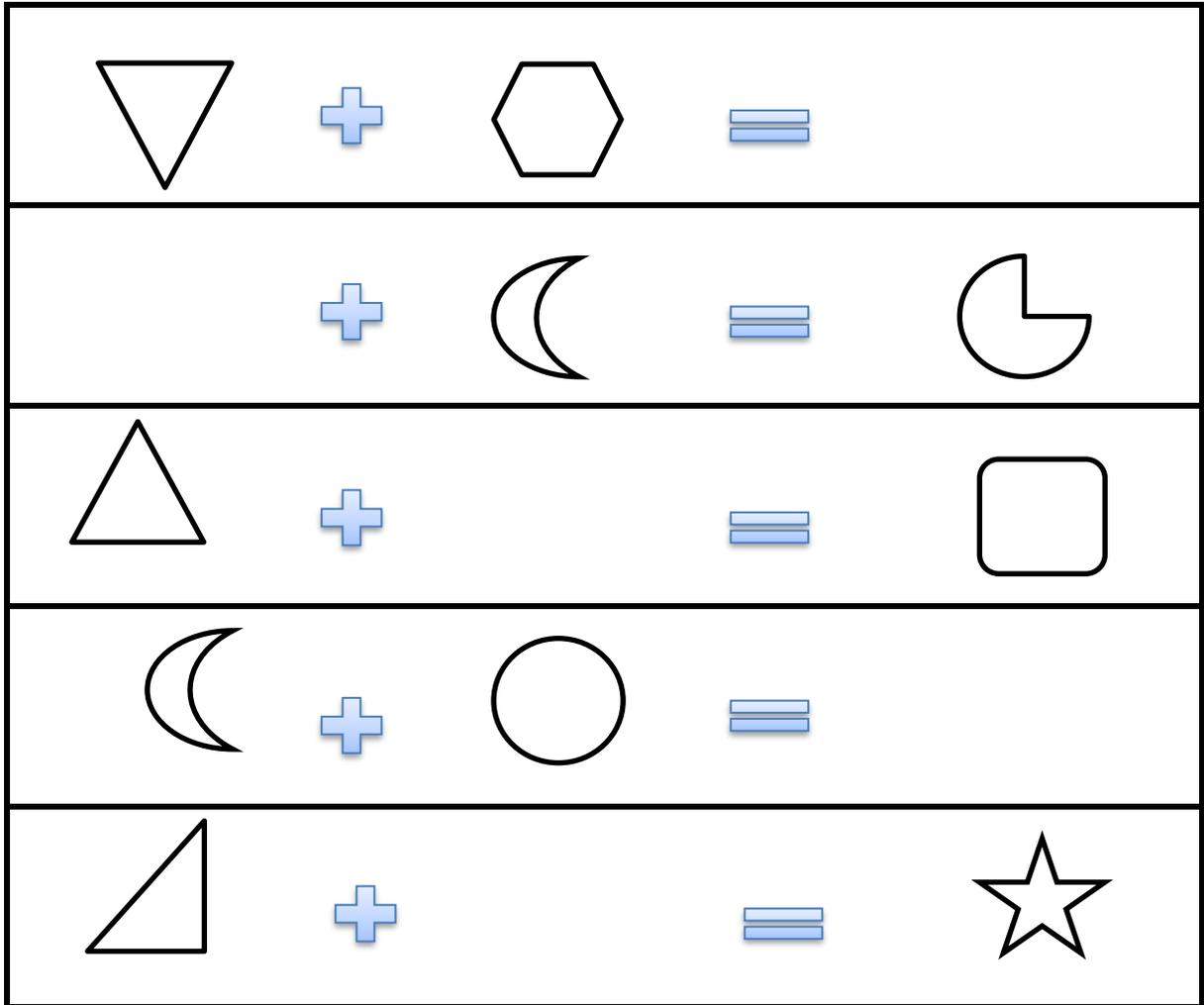
Complete com Números: SOMA

Orientações: Cada símbolo equivale a um número. Resolva os problemas seguindo os códigos abaixo e complete com **números**.



	+		=	
	+		=	
	+		=	
	+		=	
	+		=	





Total de Acertos: _____ Total de Erros: _____ Tempo: _____

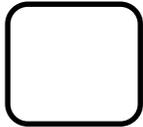
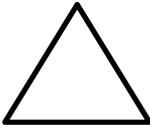
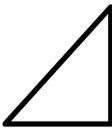
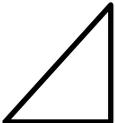
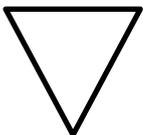
Nome: _____ Data: __/__/_____



Complete com Números: S U B T R A Ç Ã O

Orientações: Cada símbolo equivale a um número. Resolva os problemas seguindo os códigos abaixo e complete com **números**.



	-		=	
	-		=	
	-		=	
	-		=	
	-		=	

Total de Acertos: _____ Total de Erros: _____ Tempo: _____
Nome: _____ Data: __/__/____

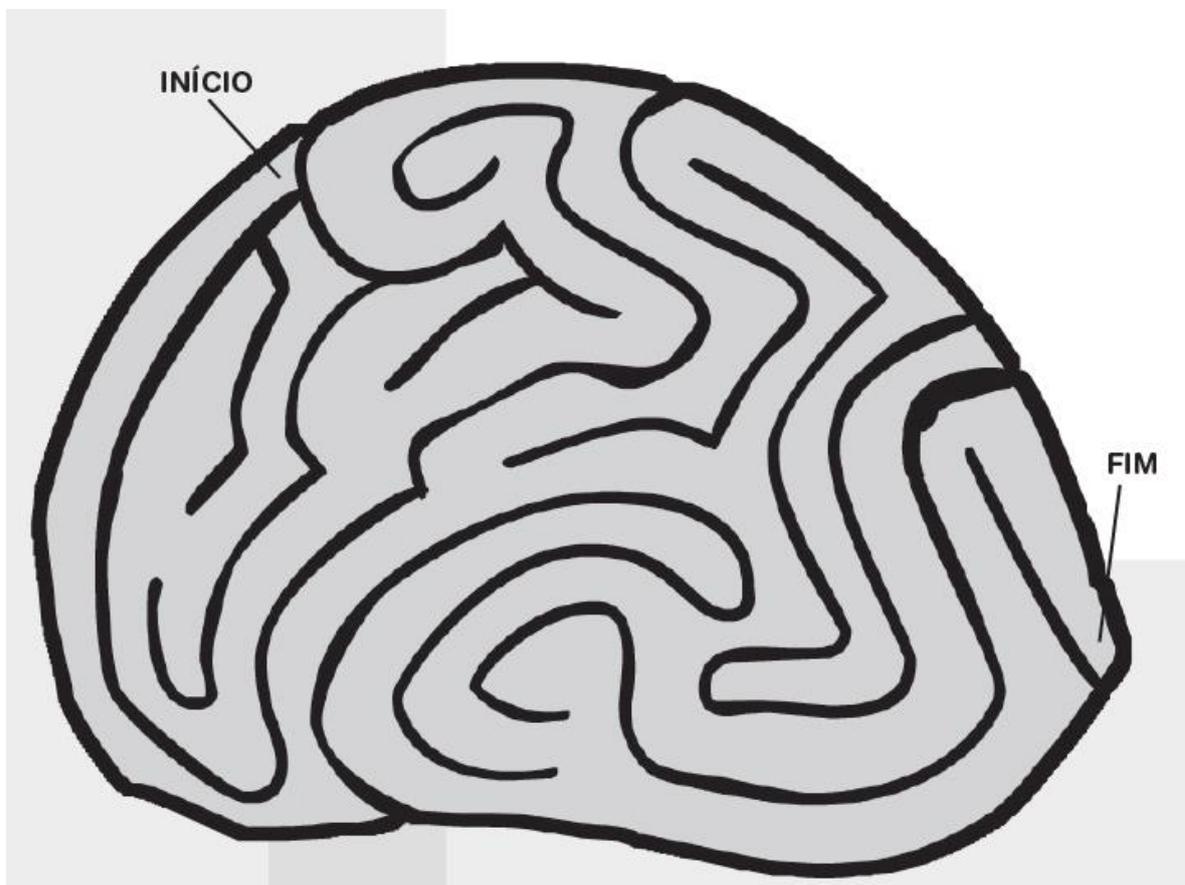


LABIRINTOS

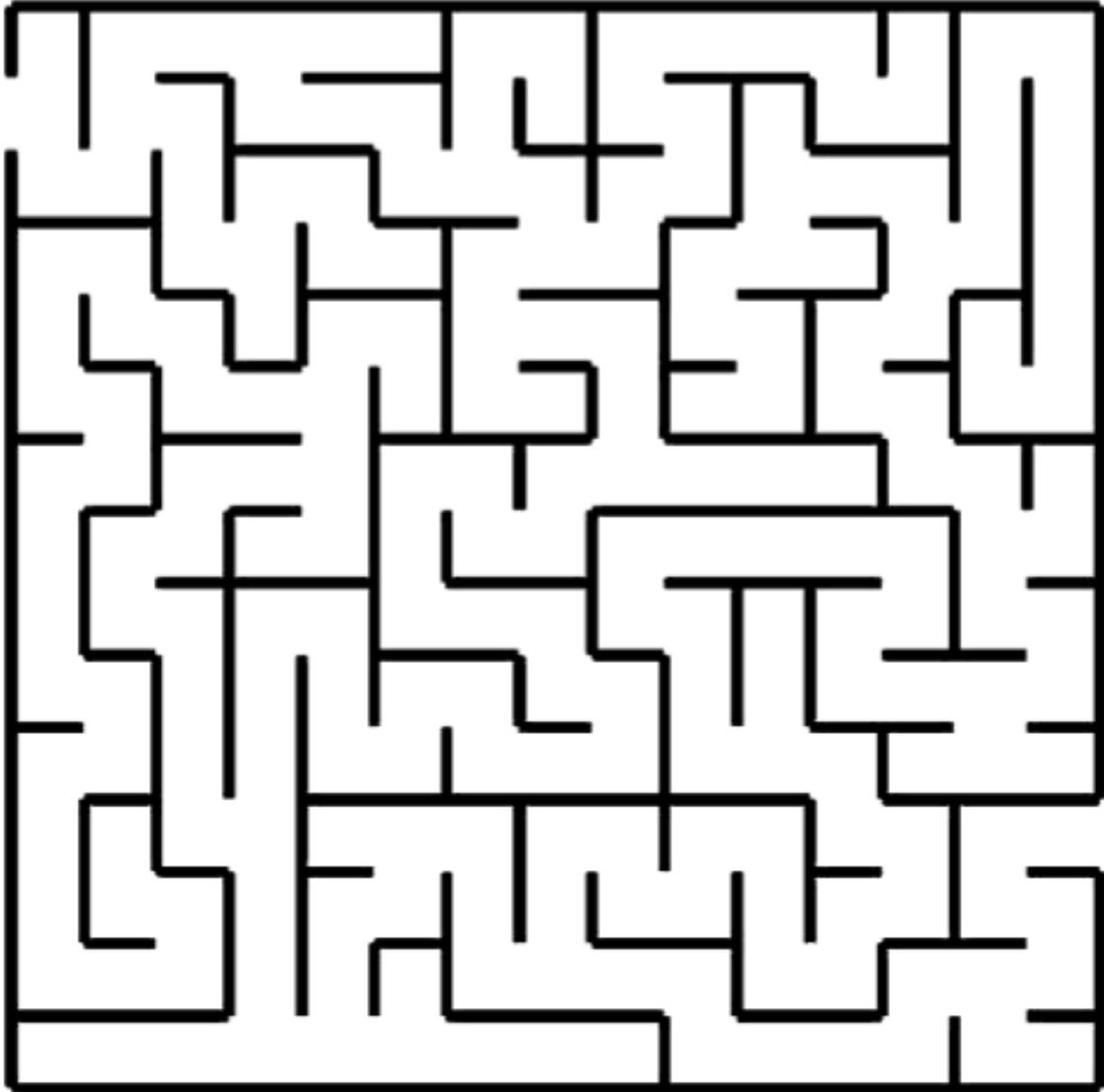
Seu cérebro é uma pequena parte do seu corpo, mas ele pode fazer mais funções do que o computador mais poderoso já feito. Você sabia que é o seu cérebro que ajuda você a ver, ouvir, sentir cheiro e sabor, a lembrar como contar e reconhecer as ruas no seu caminho para casa?

Ele faz isso e muitoooooo mais. Seu cérebro é incrível!

A partir do INÍCIO, siga as vias através dos sulcos do cérebro até o FIM.



Desafio 3

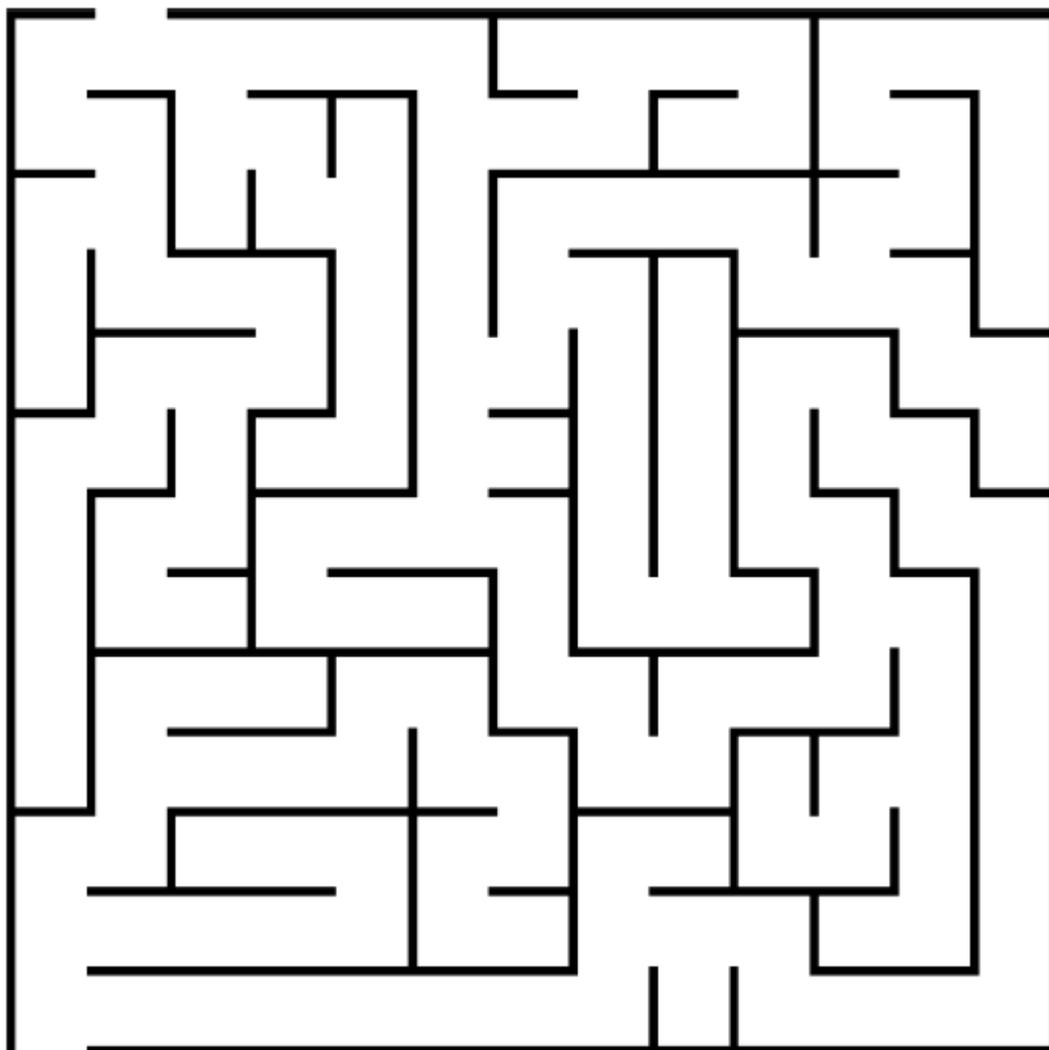


Tempo: ____:____

Nome: _____ Data: __/__/____



Desafio 4

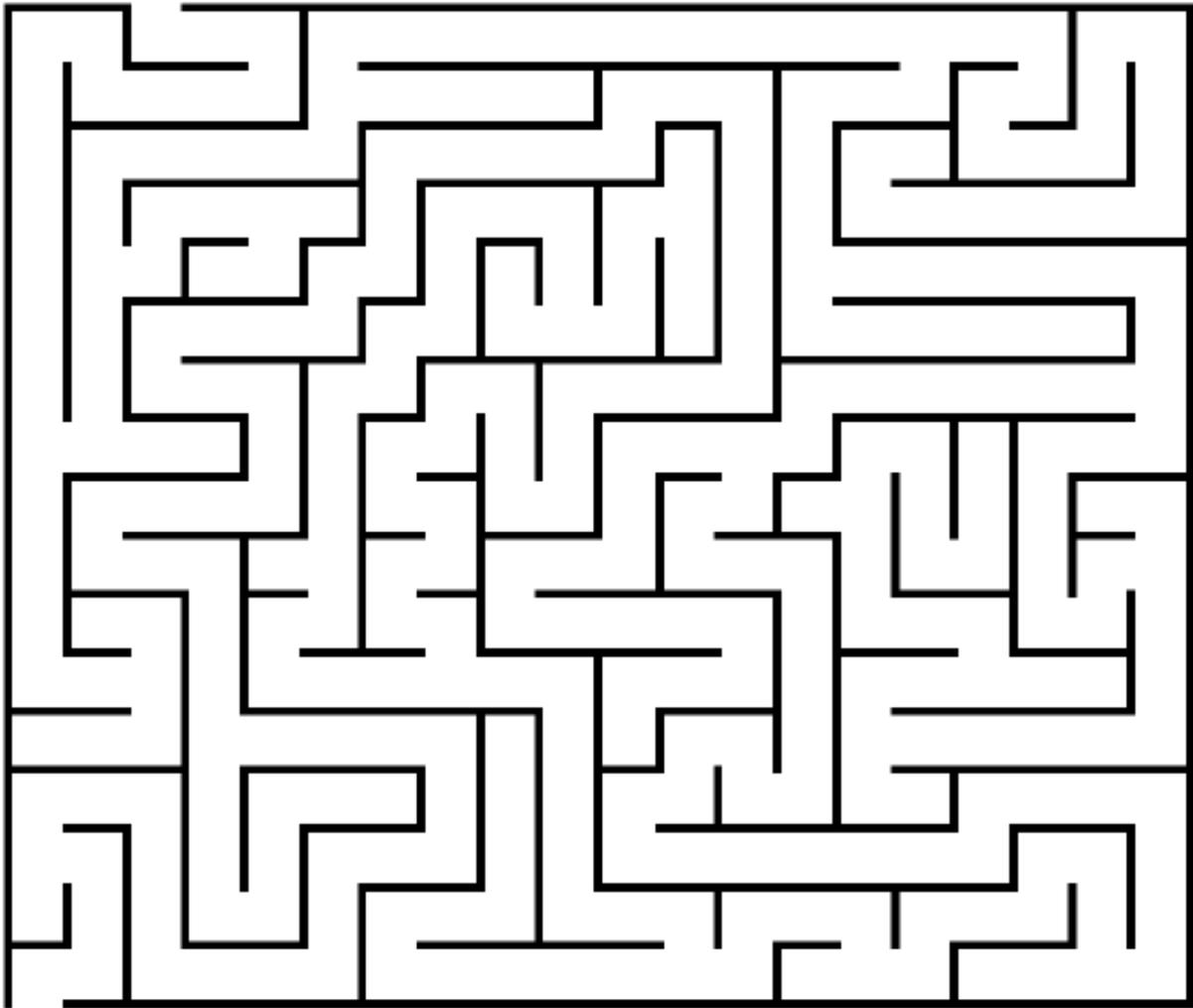


Tempo: ____:____

Nome: _____ Data: __/__/____



Desafio 5



Tempo: ____:____

Nome: _____ Data: __/__/____



BIBLIOGRAFIA



BARROS, M. G. J. **Jogo infantil e hiperatividade**. Rio de Janeiro: Sprint, p. 150, 2002.

GIL, Gislaine. Vigilantes da Memória: **Programa intergeracional multidisciplinar de estimulação cognitiva**. Dissertação de Mestrado em Gerontologia. Programa de Estudos Pós graduados em Gerontologia Social. Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, 2014.

MISSAWA, D. A.; ROSSETTI, C. B. **Desempenho de crianças com e sem dificuldades de atenção no jogo Mancala**. Universidade Federal do Espírito Santo (UFES), **Arquivos Brasileiros de Psicologia**, v. 60, n. 2, 2008.

SANTOS, Flávia Heloísa dos; et al. **Neuropsicologia Hoje**. 2ª edição. Porto Alegre: Artmed, 2015.

