

ATIVIDADE EM FAMÍLIA:

STAND UP COMEDY

Querida família,

Vamos praticar o bom humor? É comprovado que o sorriso nos traz muitos benefícios, entre eles: aumenta a longevidade, fortalece o sistema imunológico, reduz o estresse, reduz a pressão arterial e estreita as relações entre as pessoas. Estamos em casa com quem amamos, dividindo as tarefas diárias, as refeições e o espaço. Neste momento, temos a oportunidade de conhecer melhor as histórias mais engraçadas de cada indivíduo da família e rir das experiências que passamos juntos, isso fortalece imensamente nossos laços. Quando compartilhamos nossas histórias, oferecemos aos nossos amados a oportunidade de nos conhecer melhor. A atividade de hoje demanda disposição, bom humor e uma pitada de talento artístico. Que tal um *stand up* em família?

ATIVIDADE EM FAMÍLIA:

Essa atividade trabalha as competências e habilidades socioemocionais, dentre elas, destacamos:

- **Contemplar o belo;**
- **Olhar multifocal;**
- **Empatia;**
- **Saber falar;**
- **Saber escutar.**



Hoje é dia de compartilharmos boas gargalhadas! Vocês conhecem os episódios mais engraçados de seus filhos, cônjuges, avôs, avós e de todos que estão convivendo neste momento de quarentena?

Nossa atividade do dia vai promover um verdadeiro show de risadas! Prepare, em sua casa, um lugar para o **palco**. Sim, precisamos de um palco para o show! Solte a criatividade e disponibilize vários **objetos, roupas coloridas, maquiagens** para a produção do espetáculo. Reúna todos da casa e, se quiser ampliar a plateia, convoque os que estão em casas distantes para uma **chamada de vídeo**. Todos devem participar! Um por um, os integrantes sobem no palco e contam sua história mais engraçada.

Fale sobre a atividade durante o dia para que todos tenham tempo suficiente para organizar suas apresentações. **E, vamos rir!** Certamente, será um momento único que ficará armazenado de maneira privilegiada na memória de todos.

