

## Brincando, brincando também se pensa

Hoje em dia, valorizamos muito o aspecto físico. Experimentamos dietas, fazemos exercício, tudo para manter o nosso corpo forte, saudável e belo. Isto é importante. Mas o nosso cérebro, que é um dos órgãos mais complexos e fundamentais do organismo, precisa também de treino para não perder o seu vigor.

Tendo isto em atenção, o grupo do 12º CT1 a desenvolver o projecto “Preserva a tua identidade: Protege-te do Alzheimer!” em Área de Projecto, coordenado pela Prof. Luísa Rosado, organizou uma sessão de jogos e exercícios mentais para exercitar capacidades como a memória, a concentração, a resolução de problemas, nomeadamente lógicos, matemáticos e lexicais, e a destreza manual. Esta actividade decorreu no palco do Polivalente, no dia 17 de Março, entre as 8h50 e as 10h15 e as 11h55 e as 13h25, tendo participado as turmas 12º CT1, 12º LH e 11º CT5, para além de alguns entusiastas curiosos.

Com a realização desta actividade, o grupo pretendia estimular o desenvolvimento de competências cognitivas da comunidade escolar, apresentando-lhe propostas simples e lúdicas, dando a entender assim que o cérebro não se exercita apenas a estudar, funcionando então como alternativas que permitissem a criação de hábitos de exercício mental, podendo envolver familiares no processo.

A sessão consistiu na participação de quatro grupos à vez, distribuídos por quatro mesas, aos quais era proposto resolverem, em 5 minutos, 5 problemas à escolha, sendo esses linguísticos, lógicos ou matemáticos. Ao fim do período assinalado, os grupos deslocavam-se para a mesa seguinte, de modo a poderem resolver problemas de categorias distintas.

E claro, como o jornalismo não consiste unicamente em palavras, apresentamos, já a seguir, algumas fotografias:



“Aponta! Escreves, logo pensas!”



“Todos no meio ou por cores? Só para ter monumentais dores.”



“Teatro? Não, não é aqui. Mas se não quiseres perder o teu papel, então este é o sítio certo.



“Meto esta aqui... coloco esta assim... não funciona. Que grande quebra-cabeças! E tu, queres tentar?”



Uma cruz em três dimensões ensina boas lições.



E depois dos trabalhos... rebuçados! O cérebro agradece.

Quanto ao grau de concretização desta actividade, o grupo organizador considerou que os objectivos foram parcialmente atingidos, visto que não foi focada a possibilidade de haver envolvimento de familiares na exercitação do cérebro. Teve uma boa adesão, com alunos e professores convidados e não só, pelo que, por vezes, a gestão do tempo e espaço se tornaram mais complicadas, sem que isso constituísse, felizmente, um entrave à sua participação, e promoveu convívio e competição saudáveis, na medida em que os jogos eram dinâmicos e variados.

Por isso, agradecemos a todos os intervenientes, esperando que tenham usufruído desta sessão tanto como nós ao organizá-la.

**O grupo de 12º CT1:**

André Simões

Bárbara Estanislau

Hugo Lopes

Martinique Nunes

Sara Carvalho