



“Otto em Boa Noite, pessoal!”

Tema central: Autocuidado, rotina do sono e equilíbrio no uso de tecnologia

Resumo:

“Otto em Boa Noite, Pessoal!” é uma história envolvente que ajuda as crianças a compreenderem a importância de equilibrar o uso da tecnologia com momentos de descanso. Através do personagem Otto, os alunos refletem sobre a necessidade de “desligar” os dispositivos eletrônicos antes de dormir, garantindo um sono tranquilo e reparador.



Objetivos Pedagógicos

- Sensibilizar as crianças sobre a importância de um sono adequado
- Estimular a reflexão sobre o uso equilibrado da tecnologia
- Incentivar hábitos saudáveis de autocuidado
- Desenvolver a criatividade e a expressão artística
- Trabalhar a empatia e a responsabilidade por meio da ludicidade
- Promover a participação da família na formação de hábitos de bem-estar digital

Como utilizar a pelúcia do Otto e os dispositivos de brinquedo:

Os professores receberão uma pelúcia do Otto acompanhada de dispositivos eletrônicos de brinquedo, que podem ser acoplados aos tentáculos do personagem. Esses materiais ajudam a tornar a história mais interativa e concreta para as crianças.

Sugestões de uso na leitura:

1. Introdução ao tema: Antes da leitura, converse com os alunos sobre como usam a tecnologia antes de dormir. Pergunte: “Quem aqui já ficou no celular ou tablet antes de dormir?” “Isso afetou o sono de vocês?”
2. Leitura participativa: Enquanto lêem a história, peça para os alunos ajudarem Otto a “colocar os dispositivos para dormir” retirando os brinquedos de seus tentáculos.
3. Encerramento lúdico: No final da leitura, incentive os alunos a dizerem “boa noite” para os dispositivos e para o Otto, simbolizando a transição para um momento de descanso.



Atividades Pedagógicas

1. Discussão guiada

- Por que Otto demorava a dormir?
- Como os aparelhos convenceram Otto a desligá-los?
- O que acontece quando não descansamos bem?
- O que podemos fazer para ter uma boa noite de sono?

2. Desenho criativo

- No trecho "Qual será a ideia de Otto para ajudar os seus aparelhos?", os alunos podem desenhar sua própria ideia ao lado.

3. Jogo do botão de desligar

- Utilize o trecho final da história, onde Otto aprende a desligar cada aparelho.
- Mostre diferentes dispositivos eletrônicos reais ou desenhados e peça para os alunos identificarem o botão de desligar em cada um.
- Atividade complementar: peça para circularem o botão de desligar no tablet desenhado ao lado do trecho correspondente.

4. Dramatização

- Separe os alunos em grupos e peça para encenarem a história. Um aluno pode ser Otto, enquanto os outros representam os dispositivos.
- No final, todos se "desligam" e simulam um ambiente silencioso de descanso.

5. Cartaz coletivo: Rotina Saudável do Sono

- Cada aluno pode escrever ou desenhar uma dica para um sono tranquilo.
- Monte um cartaz na sala com todas as contribuições.

6. Diário do Sono da Família

- Proponha uma atividade para casa: cada aluno levará para casa um "Diário do Sono" para preencher com a família.
- Durante uma semana, os alunos anotarão os horários de sono de todos os membros da família e observarão se há uso de telas antes de dormir.
- No final da semana, a turma pode discutir o que observou e pensar em melhorias para uma rotina mais saudável.