

**Habilidades priorizadas:** Raciocínio lógico-dedutivo; elaborar questionamentos para produzir pistas e analisar informações; resolver problemas passo a passo através de uma sequência correta de ações.

**Objetivos de ensino:** Apresentar o jogo *Hitori*; refletir sobre a aplicabilidade do Método do Detetive e do Método da Escada no jogo e na vida; promover reflexões sobre a importância de eliminar algumas coisas no jogo e na vida.

**Carga horária sugerida:** 2 horas (tempo para leitura dos textos, realização das atividades propostas, confecção do jogo e momentos de jogo em família).

## 1. CONTEXTUALIZAÇÃO

**Hábito de acumular muitos objetos pode virar um problema. Confira algumas dicas!**



Tem gente que gosta de guardar tudo e encher a casa de objetos, como cadernos da escola, pilhas de jornais, revistas, livros e caixas de sapato, por exemplo. No entanto, esse hábito pode sair do controle e começar a atrapalhar a qualidade de vida dessas pessoas.

Como explicou o psiquiatra Daniel Barros no Programa Bem Estar, se a pessoa começa a pegar mais coisas do que deveria, se afasta dos outros e se incomoda muito com as críticas, pode ser um sinal que esse acúmulo esteja começando a virar um problema.

Para o porteiro Roberto Rodrigues, por exemplo, a desculpa para guardar coisas antigas é porque, eventualmente, elas podem ser usadas no futuro. Como resultado disso, o quintal da casa da família tem de tudo: ferramentas, mochilas velhas e até os instrumentos musicais da época em que ele tinha uma banda. Todos esses objetos ocupam um grande espaço da casa, o que começou a preocupar a família, como mostrou a reportagem de Renata Cafardo.

Segundo o psiquiatra Daniel Barros, para evitar que o acúmulo vire um problema, existe uma dica fundamental – se o objeto está sem uso há um ano, é hora de repassar. Ou seja, se um sapato novo for comprado, talvez seja melhor retirar um velho da sapateira e evitar que eles fiquem cada vez mais acumulados.

Além dessa dica, existem outras medidas que também podem ajudar. Na hora de comprar alguma coisa, é fundamental pensar duas vezes para não agir sobre impulso, como alertou o médico. Reservar 15 minutos do dia para dar uma olhada no armário e cômodos da casa também pode ser muito útil.



**Você pode assistir ao vídeo acessando o link: [globoplay.globo.com/v/3201754/](https://globoplay.globo.com/v/3201754/).**

Fonte: [g1.globo.com/bemestar/noticia/2014/03/habito-de-acumular-muitos-objetos-pode- virar-um-problema-veja-dicas.html](https://g1.globo.com/bemestar/noticia/2014/03/habito-de-acumular-muitos-objetos-pode- virar-um-problema-veja-dicas.html)

### **Exercícios – Reflita responda:**

1. É difícil para você eliminar algumas coisas que não está usando mais?
2. Você tem coisas que guarda há anos e acha que algum dia serão úteis ou poderiam ser consertadas e voltar a funcionar e por isso não as jogou ou deu para outra pessoa?
3. Você costuma armazenar objetos que fazem você se lembrar de pessoas ou de ocasiões especiais?
4. Você, às vezes, não sabe mais onde guardar as coisas que compra porque não há espaço em sua casa para novos itens?

### **Dicas para se livrar do desnecessário :**

1. Avalie a importância e a utilidade do objeto levando em consideração quantos outros itens parecidos existem em casa e há quanto tempo não são usados. Pense também se invade espaços do ambiente que não seriam destinados a ele.
2. Seja honesto consigo mesmo. Caso o objeto não tenha sido utilizado há pelo menos um ano, e não existem planos definidos para usá-lo novamente, descarte-o.
3. Vá devagar. Organize seus armários por etapas e tente manter o bom humor e compaixão ao se desfazer das coisas.
4. Abra mão de objetos mesmo que ainda estejam em bom estado. Não é preciso esperar que tenham algum tipo de defeito para passá-los adiante. Desapegue do que não é mais útil.
5. Encare o descarte como uma prática solidária, já que muitos itens podem ser de grande serventia para pessoas com menor poder aquisitivo.
6. Busque viver com o que é essencial e lembre-se: pessoas são mais importantes que coisas.

Fonte: <https://www.uol.com.br/vivabem/noticias/redacao/2019/10/09/voce-e-um-pouco-acumulador-veja-como-lidar-melhor-com-isso.htm>

## 2. ATIVIDADE

Que tal conhecer o jogo de quebra-cabeça chamado Hitori? Com esse jogo você vai aprender a eliminar coisas que estão em excesso. Números!

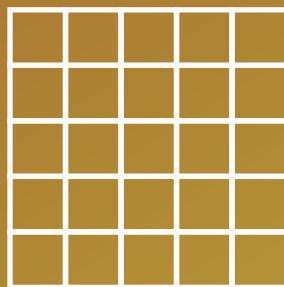
*Hitori* é um jogo de eliminação de números. Foi criado pela Nikoli, editora japonesa que é especializada em jogos, e foi publicado pela primeira vez na Puzzle Communication Nikoli em 1990. Hitori significa "uma pessoa"; ou *hitori ni shite kure*, *ひとりにしてくれ*, literalmente, "estar sozinho". É um jogo que pode ser praticado em parceria.

**Materiais:** Folhas de papel e lápis.

**Objetivo do jogo:** Deixar cada linha e coluna de um tabuleiro com números diferentes.

### Preparação do jogo:

1. Para fazer o tabuleiro, desenhe um quadrado de 5 cm de lado e faça uma malha quadriculada de 1 cm por 1 cm:



2. Escolha um desafio e copie no tabuleiro os números.

|   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|
| 4 | 1 | 4 | 3 | 4 |
| 1 | 4 | 2 | 2 | 5 |
| 4 | 3 | 1 | 2 | 3 |
| 4 | 2 | 5 | 2 | 1 |
| 5 | 3 | 3 | 1 | 4 |

### Regras do jogo:

1. Eliminar alguns números pintando quadrados do tabuleiro de modo que não haja nenhum número repetido em nenhuma linha e em nenhuma coluna.
2. Os quadrados eliminados (pintados) podem se tocar apenas diagonalmente. Os quadrados eliminados não podem se tocar pela lateral, nem verticalmente, nem horizontalmente.
3. TODOS os quadrados não eliminados (os que não forem pintados) devem estar conectados horizontalmente ou verticalmente. Exemplo:

|   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|
| 4 | 1 | 4 | 3 | 4 |
| 1 | 4 | 2 | 2 | 5 |
| 4 | 3 | 1 | 2 | 3 |
| 4 | 2 | 5 | 2 | 1 |
| 5 | 3 | 3 | 1 | 4 |

|   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|
| 4 | 1 | 4 | 3 | 4 |
| 1 | 4 | 2 | 2 | 5 |
| 4 | 3 | 1 | 2 | 3 |
| 4 | 2 | 5 | 2 | 1 |
| 5 | 3 | 3 | 1 | 4 |

## Desafios:

|   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|
| 3 | 1 | 1 | 4 | 2 |
| 2 | 4 | 1 | 2 | 5 |
| 1 | 5 | 1 | 2 | 3 |
| 5 | 5 | 3 | 2 | 1 |
| 2 | 3 | 5 | 1 | 4 |

|   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|
| 3 | 2 | 3 | 1 | 3 |
| 5 | 4 | 3 | 5 | 2 |
| 4 | 1 | 3 | 3 | 5 |
| 2 | 5 | 5 | 5 | 1 |
| 2 | 5 | 1 | 4 | 3 |

|   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|
| 4 | 5 | 1 | 3 | 2 |
| 3 | 4 | 2 | 4 | 4 |
| 1 | 2 | 4 | 1 | 5 |
| 1 | 3 | 2 | 4 | 5 |
| 1 | 1 | 5 | 3 | 3 |

|   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|
| 2 | 5 | 5 | 4 | 2 |
| 4 | 4 | 3 | 1 | 2 |
| 5 | 2 | 4 | 3 | 1 |
| 3 | 1 | 5 | 5 | 5 |
| 2 | 4 | 1 | 3 | 5 |

|   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|
| 4 | 5 | 1 | 3 | 2 |
| 3 | 4 | 2 | 4 | 4 |
| 1 | 2 | 4 | 1 | 5 |
| 1 | 3 | 2 | 4 | 5 |
| 1 | 1 | 5 | 3 | 3 |

Antes de começar, veja como os métodos podem ajudar:



VÍDEO DO MÉTODO



[mlbr.com.br/semametc](http://mlbr.com.br/semametc)

**Método do Semáforo:** Não tenha pressa! Observe o tabuleiro com atenção e não elimine os primeiros números repetidos que encontrar. O que acontece se você eliminar um número errado no início do jogo? Esse erro irá refletir mais à frente e você terá que começar tudo do início.

**Método do Detetive:** Elabore perguntas que ajudem a investigar a situação do jogo para escolher os quadrados a serem eliminados.

VÍDEO DO MÉTODO



[mlbr.com.br/detemetc](http://mlbr.com.br/detemetc)



**Por onde devo começar a eliminar os números?** Numa linha ou coluna há uma sequência com o mesmo número repetido três vezes?

|   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|
| 3 | 2 | 3 | 1 | 3 |
| 5 | 4 | 3 | 5 | 2 |
| 4 | 1 | 3 | 3 | 5 |
| 2 | 5 | 5 | 5 | 1 |
| 2 | 5 | 1 | 4 | 3 |

**Posso eliminar o número que está no meio desta sequência?** Não pode! De acordo com a regra, quadrados eliminados não podem se tocar pela lateral. Neste caso, quais números devo eliminar? Os que estão nas extremidades.

|   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|
| 3 | 2 | 3 | 1 | 3 |
| 5 | 4 | 3 | 5 | 2 |
| 4 | 1 | 3 | 3 | 5 |
| 2 | 5 | 5 | 5 | 1 |
| 2 | 5 | 1 | 4 | 3 |

**Ao eliminar um quadrado, que certeza posso ter sobre os quadrados que estão ao redor dele?** Que não poderão ser eliminados, pois quadrados eliminados não podem se tocar pela lateral. Para facilitar o seu raciocínio, você pode circular os números que não podem ser eliminados.

|   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|
| 3 | 2 | 3 | 1 | 3 |
| 5 | 4 | 3 | 5 | 2 |
| 4 | 1 | 3 | 3 | 5 |
| 2 | 5 | 5 | 5 | 1 |
| 2 | 5 | 1 | 4 | 3 |

**Método da Escada:** Ajuda a identificar quais são as etapas para atingir um objetivo, descobrir por onde começar, cumprir essa etapa e prosseguir para a próxima até alcançar o objetivo final.

Procure por informações certas como no exemplo acima. Desta forma, você irá subir o primeiro “degrau” da escada, ou seja, a eliminar os primeiros números. O segundo “degrau” é circular os números que estão ao redor, pois eles não poderão ser eliminados. Procure mais números para eliminar com segurança e continue o processo até chegar à solução do desafio.



[mlbr.com.br/escamet](http://mlbr.com.br/escamet)

Agora é só jogar! Convide alguma pessoa da sua família para jogar com você e bom jogo!  
**Também é possível jogar on-line: [jogojogar.com/conceptis-hitori-light-game/](http://jogojogar.com/conceptis-hitori-light-game/).**

### 3. REFLEXÕES EM FAMÍLIA

Refleta sobre as questões e responda em seu caderno:

1. No jogo Hitori, o objetivo é eliminar alguns números de forma que em cada linha ou coluna não haja números repetidos. Que tal você e sua família conversarem e verificarem quais são as coisas que estão “repetidas” ou que não estão sendo usadas em casa (roupas, calçados, agasalhos, alimentos, objetos etc.) e “eliminar” estes itens fazendo uma doação para pessoas que estão passando por dificuldades devido à pandemia de Covid-19?
2. Além de coisas, o que é importante “eliminar” na vida? E no convívio familiar?
3. O Método do Detetive ajudou a encontrar os números que deveriam ser eliminados no jogo. Usando este método, que perguntas você pode fazer para descobrir o que eliminar da sua vida?
4. No jogo Hitori, os números que não forem eliminados precisam estar todos conectados, não pode haver números isolados. Por causa da pandemia de Covid-19, estamos vivendo o isolamento social. Como você está se sentindo em relação a esta situação?
5. O Método da Escada ensina que para chegar a um objetivo é preciso identificar qual o primeiro passo e cumpri-lo para depois passar para o segundo passo, e assim sucessivamente até chegar ao final, sem pular etapas. Por exemplo, para fazer um pão bem macio e saboroso, há várias etapas que precisam ser seguidas na receita. Quais são as consequências de “pular as etapas” na vida? Pense em algum exemplo.



**COMPARTILHE CONOSCO SUAS ATIVIDADES EM FAMÍLIA!**

POSTE EM SUAS REDES SOCIAIS COM #MLEMFAMÍLIA OU NOS MANDE WHATSAPP.  
MLBR.COM.BR / WHATS (11 96447-0332) E NÓS REPOSTAREMOS NOS CANAIS OFICIAIS DA MIND LAB!