

### Habilidades priorizadas

- Considerar as características do entorno (diferentes contextos) nas ações
- Lidar com a frustração, com o imprevisto, com o não controlável

### Objetivos de ensino

- Introduzir o Método do Equilibrista
- Construir as estratégias "Preparação Passo a Passo" e "Disposição Flexível do Grupo", refletindo sobre seu valor no planejamento e na flexibilização das ações

## Atividade do jogo Ratinhos - Parte 1

**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



### EXERCÍCIOS – REFLETA E RESPONDA:

1. Se em nosso dia a dia ocorressem somente coisas boas, valorizaríamos tudo com seu exato valor?
2. É importante aprendermos a lidar com os imprevistos e o incontrollável? Que tipos de habilidades ou atitudes precisamos desenvolver para lidar com aspectos da nossa vida que independem da nossa vontade?
3. O que podemos aprender com algumas coisas ruins que acontecem em nosso dia a dia? O que você está tendo como aprendizado, por exemplo, com o novo coronavírus (Covid-19) na quarentena?

## 2. QUE TAL ESTUDAR MÉTODOS DE PENSAMENTO?

Já exploramos a importância do trabalho colaborativo na natureza, em nossas vidas e no jogo "Ratinhos". Conhecemos também o método das Aves Migratórias.

### Introduzindo o Método

Hoje, nós conheceremos mais um método chamado Método do Equilibrista.

O que faz um equilibrista? Quais são os fatores mais importantes para esta profissão?

Conhecemos agora o quanto é importante buscar e ter sempre ativo o equilíbrio entre as preferências e estilos pessoais e os limites e demandas da realidade.

Vamos conhecer as etapas de como se divide este método para entendermos melhor como utilizá-lo.

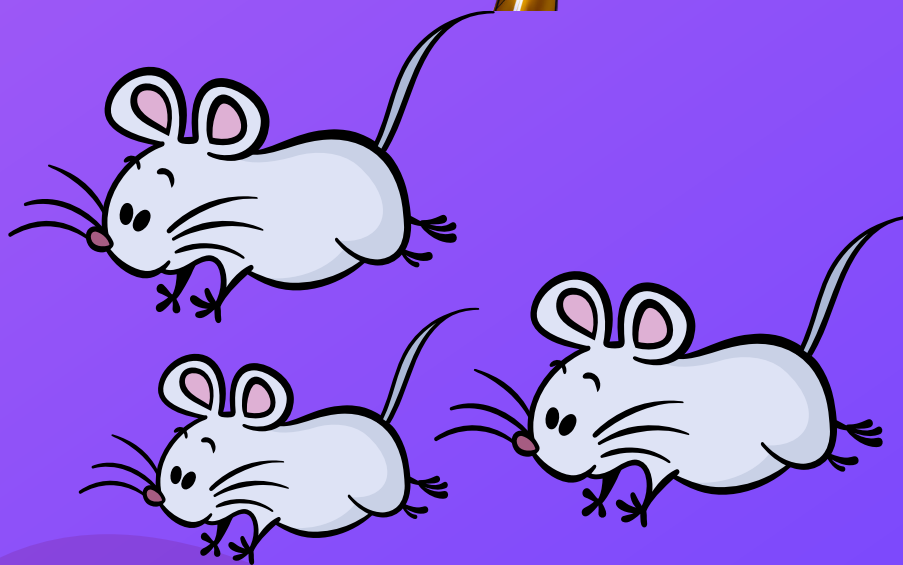
### Etapas

- ✓ Analisar a situação (quais são os possíveis planos de ação?)
- ✓ Analisar o plano de ação pessoal (reconhecer qual seria a tendência natural diante desse tipo de demanda)
- ✓ Mover – se na escala (realizar ajustes na tendência pessoal para adequar – se à demanda)



## 3. É HORA DE JOGAR!!!

Vamos jogar "Ratinhos" lembrando que temos algumas ferramentas que aprendemos e vamos colocar em prática.



### Refletindo um pouco antes de jogar

1) No jogo "Ratinhos" temos duas regiões no tabuleiro: a área privada, onde os ratinhos estão mais seguros, e a área pública, onde os ratinhos correm perigo. É possível fazer uma comparação com nossa vida pessoal, com a vida pública que muitos dos alunos têm em suas redes sociais e comparar com o "perigo" a que estão sujeitos ao expor suas ideias, intimidades e fotos e como lidar com isso de forma sadia. Quais são os espaços mais seguros nas nossas vidas? E os mais perigosos? Como o Método Equilibrista pode nos ajudar a equilibrar os movimentos de "tomar cuidado" e de "caminhar em direção aos objetivos"?

2) Como podemos ter um equilíbrio em nossa alimentação para futuramente não adquirirmos algum problema de saúde?

3) Para você, qual a importância de se ter um equilíbrio das emoções? Se não tivermos, quais as consequências que poderemos ter com nossa família e amigos?

## Componentes do jogo

- 1 tabuleiro 12 cm x 12 cm
- 42 ratos, sendo 7 de cada cor numerados de 1 a 7 (estes números estarão debaixo da peça para que ninguém visualize, somente seu próprio dono)
- 6 cartas retangulares que chamamos de carta-tapete, que serão da mesma cor do ratinho que você representa
- 1 dado comum numerado de 1 a 6
- 1 dado numerado de 1 a 5



## Objetivo do jogo

Acumular o maior número de pontos. Os pontos são marcados quando o ratinho de um jogador chega ao queijo ou quando o ratinho de um oponente é capturado. O vencedor é o jogador com mais pontos no final do jogo. ESTE É UM JOGO PARA ATÉ 6 JOGADORES.

## REGRAS DO JOGO

### Regras de preparação inicial do jogo

1. Cada jogador escolhe um grupo de ratos de mesma cor e os coloca nas primeiras sete casas do tabuleiro que representam a sua cor.
2. Os jogadores podem olhar os valores dos seus ratos e organizar os ratos como desejarem, mas respeitando a regra de colocarem nas sete primeiras casas de sua cor representante. É permitido olhar os valores dos próprios ratos a qualquer momento da partida.
3. Cada jogador coloca à sua frente a carta da sua cor de ratos.

### Regras de movimentação

1. Cada jogador, na sua vez, joga os dois dados. Ele deve mover dois de seus ratos de acordo com as quantidades mostradas em cada um dos dados. Obs: cada número indicado em um dado será representado por um movimento de um ratinho, não sendo permitido somar os números dos dados e movimentar somente um ratinho.
2. Se um dos dados mostra o lado vazio, apenas um rato poderá se movimentar.
3. Se um jogador tiver apenas um rato no tabuleiro, deve jogar os dois dados, mas usar apenas o de maior valor.

### Regras de Captura

1. Se o rato de um jogador passar por um dos ratos de outro jogador, ou parar na mesma casa que ele, o rato do oponente deve ser retirado do tabuleiro. O seu valor será revelado e mantido até o final do jogo para fins de pontuação; o rato permanece sobre a carta de identificação do jogador (carta que representa a sua cor) que realizou a captura, com o valor exposto.
2. Um jogador pode capturar seu próprio rato. Caso isto aconteça, não se revela o valor do rato e sua pontuação não entrará no total deste jogador; o rato permanece com o valor "fechado" fora da carta de identificação.
3. Quando um dos ratos chega ao queijo, é retirado do tabuleiro. Seu valor deve ser revelado e mantido para contagem final; o rato permanece sobre a carta de identificação do jogador com o valor exposto.

## Fim do jogo

1. O jogo termina quando um dos jogadores não tiver mais ratos no tabuleiro. Isto pode ocorrer de duas maneiras: quando o último rato de um jogador chega ao queijo ou quando o último rato de um dos jogadores for capturado.
2. Quando o último rato de um jogador é capturado, o jogador que realizou a captura ganha também, como bônus, o valor de seu próprio rato.
3. Os valores dos ratos que sobraram no tabuleiro não são computados.

## Atividade do jogo Ratinhos - Parte 2

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

### 1. QUE TAL ESTUDAR ESTRATÉGIAS?

Para iniciar a partida, nós temos diferentes formas de organizar os nossos ratinhos que podem nos trazer vantagens e desvantagens durante o jogo. Em ordem crescente, com os valores menores mais atrás, há vantagem caso o jogador tire valores altos no início da partida (e os oponentes tirem valores baixos). A desvantagem é ficar na dependência da sorte. Já em ordem decrescente, com os valores maiores mais atrás, a vantagem é que os ratos menos valiosos podem atrair a captura abrindo espaço para que os mais valiosos busquem o queijo com mais facilidade. Já a desvantagem é que pode ser que não haja tempo para que os ratos mais valiosos cheguem no queijo rapidamente.

Agora, vamos estudar duas estratégias que podem ajudar a nos organizarmos e jogarmos melhor: a primeira está relacionada aos valores dos ratinhos; a segunda, à distância entre eles durante o jogo. Vamos conhecê-las:

#### PRIMEIRA ESTRATÉGIA: PREPARAÇÃO PASSO A PASSO

A estratégia de jogo começa no momento em que as peças são colocadas no tabuleiro. Alternar os valores dos ratinhos possibilita maior flexibilidade na hora de tomar decisões ao longo da partida. Por outro lado, deixar os valores mais altos à frente é uma estratégia de risco, uma aposta em dados altos que permitam entrar na área pública ainda isento de ameaças. São escolhas feitas na preparação para a partida.

#### SEGUNDA ESTRATÉGIA: DISPOSIÇÃO FLEXÍVEL DO GRUPO

Como não há controle sobre os resultados dos dados, o ideal é estar preparado para agir de maneira segura diante de quaisquer resultados.

Manter distância entre os ratinhos é uma forma de lidar de maneira eficiente com a incerteza dos resultados dos dados.

## 2. VAMOS JOGAR NOVAMENTE

Vamos voltar a jogar “Ratinhos” e utilizar todas as ferramentas que aprendemos até agora que são os métodos e as estratégias para jogarmos melhor! Mas não se esqueça de cumprimentar os seus oponentes e desejar um bom jogo!

### Exercícios – reflita e responda

1. Realize as atividades 1, 2, 3 e 4 do Livro do Aluno localizadas nas páginas 54, 55, 56 e 57.
2. Em que situações do nosso dia a dia a falta (ou falhas) de planejamento foi crucial? Dê exemplos.
3. O que poderia ter sido previsto e não foi? O que poderia ter sido planejado? Qual a ligação entre planejamento e flexibilidade?
4. Quais são as dificuldades que enfrentamos para analisar honestamente os próprios erros? Como podemos superar essas dificuldades?

**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!