

Pietro Manfredi Mendes, Lucas Bolsoni Novello, Gabriel Bortolo Gregoletto Miranda
Orientador (a): Shaieny Quadros Lacerda **Coorientador (a): Luana Teixeira Moreira**
Rede de Ensino Caminho do Saber

Introdução

A pesquisa teve início quando os alunos questionaram a educadora sobre os sonhos, queriam saber se quando sonhávamos a gente se tele transportava para outro lugar. A partir daí começaram a pesquisar sobre os sonhos, para assim, entender por quê sonhamos, o que são pesadelos, as fases do sono, entre outras coisas. Entender o porquê nós sonhamos nos mostra uma visão diferente sobre nossas horas de sono, conseguimos entender um pouco mais sobre esse processo e perceber que não basta apenas deitar e fechar os olhos, mas sim preparar nossa noite de sono, para que nosso corpo consiga relaxar e descansar. Cuidar do nosso sono, é de extrema importância em qualquer idade, é na hora do sono que o corpo relaxa, e se recupera de lesões que sofreu durante o dia. Uma noite mal dormida, pode causar diversos malefícios para a saúde do indivíduo dentre elas obesidade, diabetes, hipertensão, alterações imunológicas, etc. O presente projeto foi pensado, além de suprir a curiosidade das crianças, instiga-los a sempre pesquisarem e saberem mais. E acima de tudo conscientiza-los sobre a importância de dormirem bem.

Problema

Por que sonhamos? O que são sonhos?

Hipóteses

Sonhamos para manter nosso cérebro funcionando, quando não há atividade que estimule o cérebro, como acontece quando dormimos, o cérebro ativa um processo automático para gerar imagens da memória, apenas para nos mantermos ocupados. Para a ciência, é uma experiência de imaginação do inconsciente durante nosso período de sono.

Objetivos

Entender o porquê de sonharmos e como isso acontece



Fonte: Arquivo da escola.

Relevância

Esse projeto teve como relevância levar em consideração a curiosidade em relação aos sonhos, fazendo entender todo processo que acontece enquanto dormimos.

Resultados e Discussões

Foi observado a forma que cada criança se portou perante as descobertas e revelações. As mesmas foram questionadas sobre o assunto, e desafiadas a procurarem respostas através de suas próprias pesquisas.

Conclusões

O presente projeto teve como objetivo suprir as curiosidades das crianças, buscando sempre as instigar a pesquisar sobre o que tinham dúvidas e queriam saber mais. Foram ouvidas com muita atenção, levando em consideração todas as perguntas que tinham, o raciocínio foi estimulado através de situações cotidianas e foram expostas à atividades de artes, nas quais puderam expor seus aprendizados.

Referências

<https://www.youtube.com/watch?v=rdsK26qyGPE&t=631s>

Acesso em 30/08

https://www.youtube.com/watch?v=E4rIXK_f6fo

Acesso em 30/08

<https://www.youtube.com/watch?v=SQHWWWE9XYcM&t=238s>

Acesso em 30/08

<https://www.youtube.com/watch?v=V6JMwFsxU84&t=1s>

Acesso em 03/09

<https://www.tuasaude.com/porque-temos-pesadelos/#:~:text=Ter%20pesadelos%20de%20vez%20em,di>

[a%2C%20podem%20ser%20considerados%20um](https://www.tuasaude.com/porque-temos-pesadelos/#:~:text=Ter%20pesadelos%20de%20vez%20em,di) Acesso em 03/09

<https://saude.abril.com.br/blog/com-a-palavra/o-que-a-ciencia-nos-diz-sobre-sonhos-e-pesadelos/> Acesso em 10/09

<https://zenklub.com.br/blog/sonhos/significado-dos-sonhos/> Acesso 15/09

<https://www.tuasaude.com/fases-do-sono/> Acesso em 16/09

<https://saude.abril.com.br/blog/com-a-palavra/o-que-a-ciencia-nos-diz-sobre-sonhos-e-pesadelos/> Acesso em 27/09