

# PENSAMENTO POSITIVO

## *Para Crianças*

LIVRO DE ATIVIDADES



<https://mamaenoob.com.br/>

# Pensamento Positivo para Crianças

Livro de Atividade

## Entre em Contato:

Site: [mamaenoob.com.br](http://mamaenoob.com.br)

Instagram: [@mamae\\_noob](https://www.instagram.com/mamae_noob)

Twitter: [@NoobMamae](https://twitter.com/NoobMamae)

E-Mail: [contato@mamaenoob.com.br](mailto:contato@mamaenoob.com.br)

## Observações:

Algumas fotos contidas nesse e-book são meramente ilustrativas e foram baixadas dos sites Pixabay e Canva, sendo, dessa forma, livres de direitos autorais.

Auto publicação

1ª Edição

Ano: 2020

Copyright © Mamãe Noob

**Distribuição Gratuita**

**Proibida a Venda**



# Apresentação

Conseguir manter-se **Positivo** diante das adversidades da vida é algo fundamental para atingir o sucesso e alcançar a felicidade. As pessoas positivas adoecem menos, possuem maior capacidade de realização e enfrentam melhor os problemas do cotidiano.

Contudo, apesar da grande importância de se cultivar uma atitude positiva, essa não é uma tarefa fácil para ninguém e, às vezes, é preciso dar uma ajudinha nesse quesito.

As crianças são naturalmente positivas, mas situações corriqueiras podem ir minando esse grande dom infantil. Por isso, é interessante estimular a criança a pensar positivamente desde cedo e algumas atividades simples podem ajuda-la a desenvolver esse estilo de vida positivo.

A ideia desse e-book surgiu de um artigo publicado em meu blog: **Mamãe Noob**, onde frequentemente compartilho conteúdos do universo infantil e mantenho um diálogo com mães de todo o mundo.

Se você gostou desse e-book, compartilhe com outras pessoas e visite o nosso blog. Você poderá encontrar outros materiais gratuitos e artigos do seu interesse.

Eu sou a **Mamãe Noob** e você pode me encontrar em todas as redes sociais.

## Contatos



[@mamae noob](https://www.instagram.com/mamaenoob)



[Mamãe Noob](https://www.youtube.com/MamaeNoob)



[contato@mamaenoob.com.br](mailto:contato@mamaenoob.com.br)



[/mamaenoob](https://www.pinterest.com/mamaenoob)

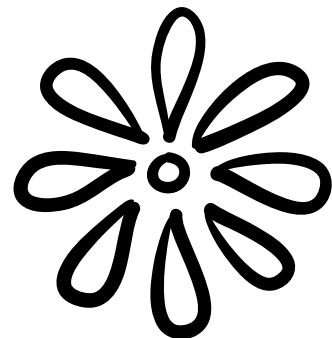
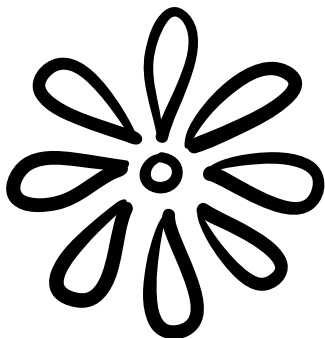
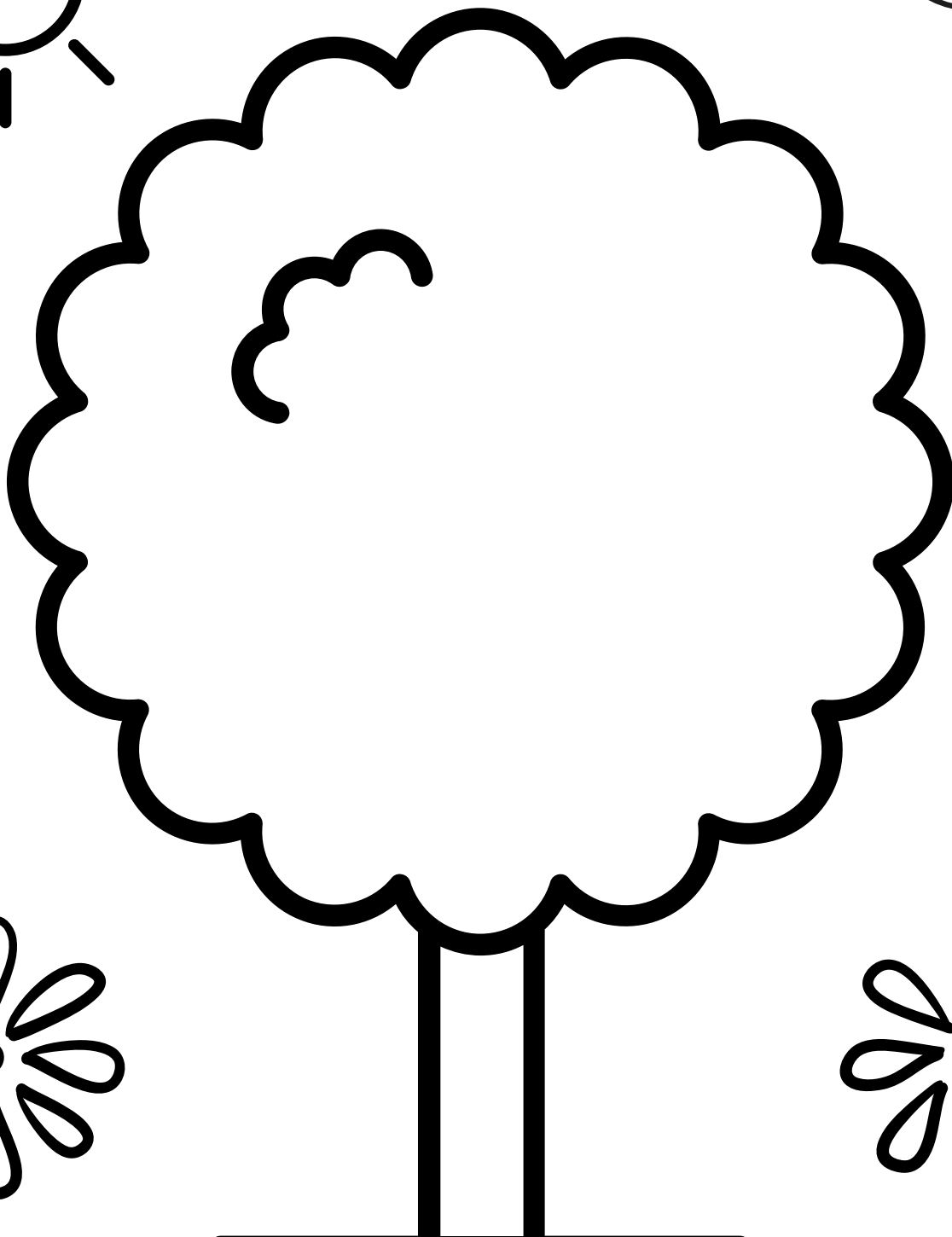
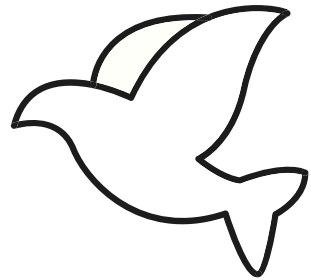
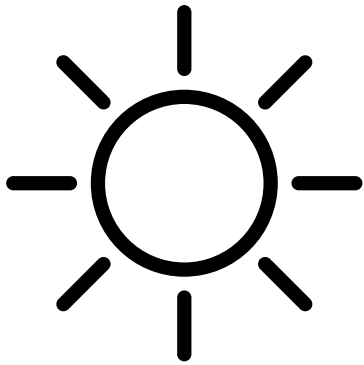


[@NoobMamae](https://www.twitter.com/NoobMamae)



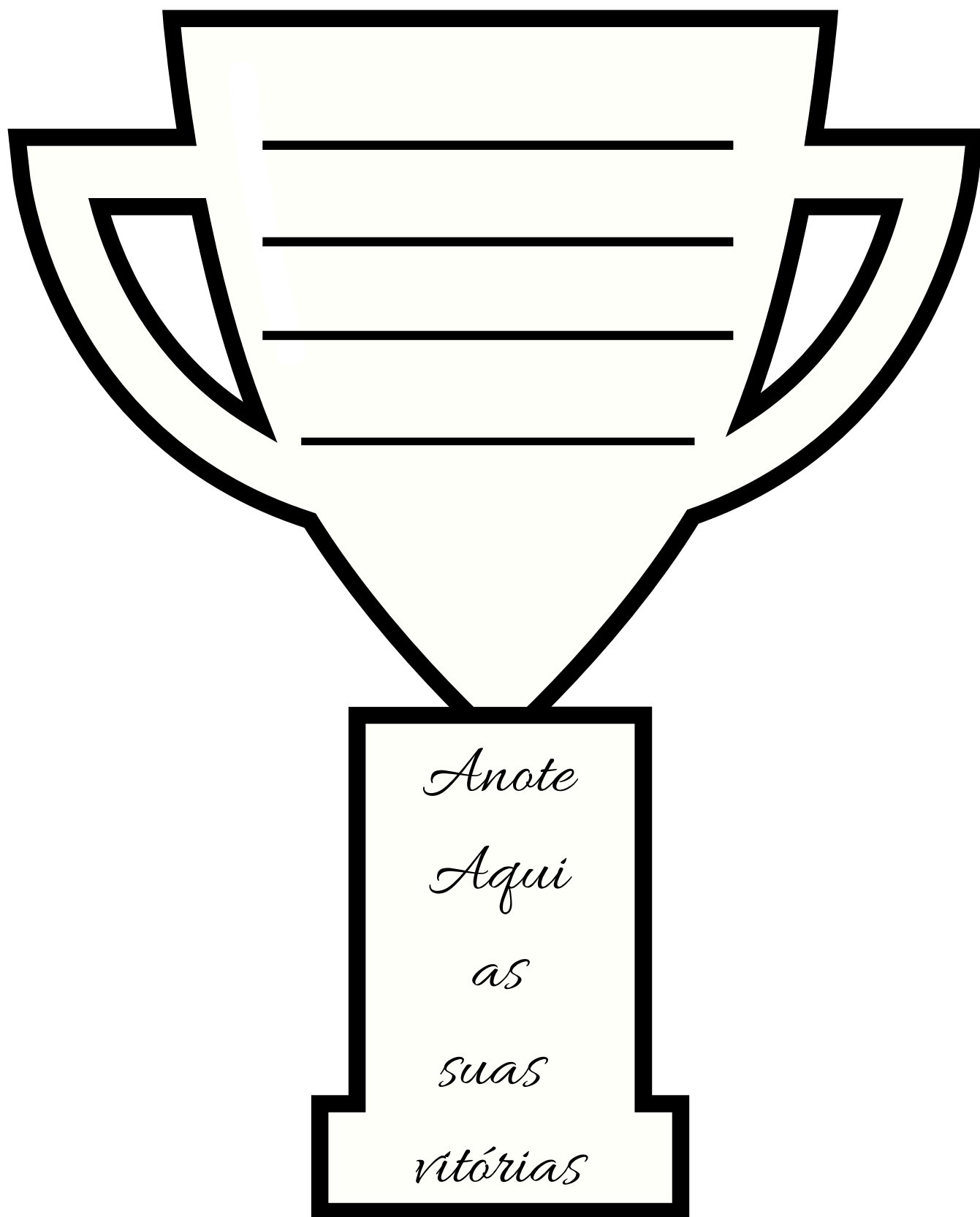
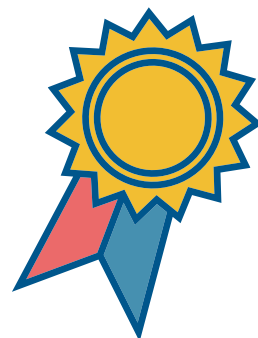
[mamaenoob.com.br](https://www.mamaenoob.com.br)

# Vamos Colorir?



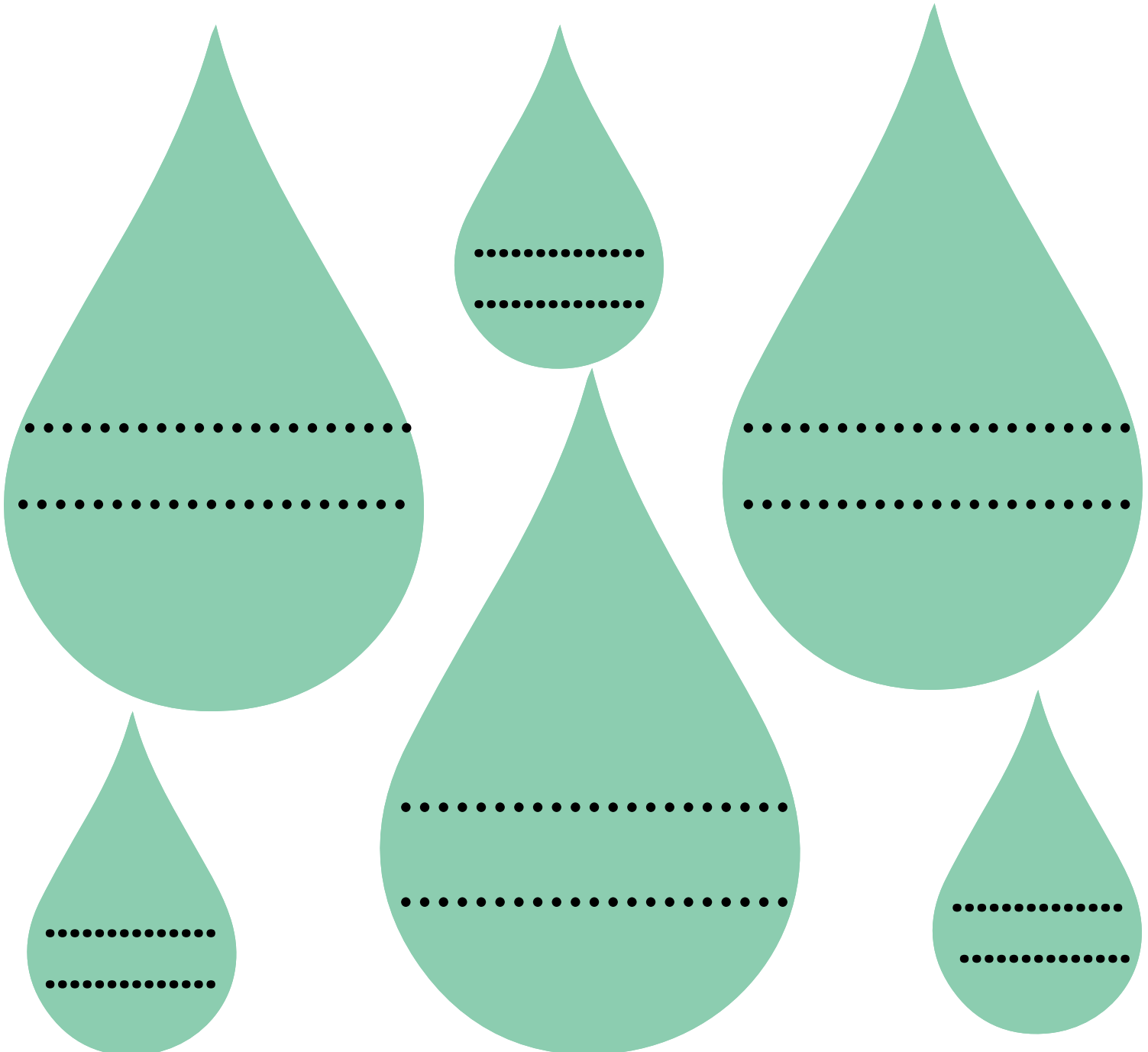
A NATUREZA É POSITIVA!

# Sinta Orgulho das suas Vitórias



# Chuva de Bençãos

Registre as suas bençãos nos pingos





# HORA DO DESENHO



**Todos os Adultos foram um dia  
Crianças!  
Eu sou Capaz!**



# Plante uma Esperança

## Material Necessário:

- 1 recipiente para plantar (preferencialmente reciclável para não agredir o meio ambiente)
- 1 Pedaco de algodão
- 2 ou 3 sementes de feijão

## Como Fazer:

1

Coloque o feijão dentro do recipiente e cubra com algodão



2

Umedeça com água



3

Deixe seu feijão em lugar arejado e iluminado



4

Depois que brotar, transfira-o para a terra e faça uma plaquinha de esperança





# Espelho Mágico

Olhe para o espelho e repita  
essas afirmações!

@mamae\_noob

Eu sou um ser abençoado

Eu sou capaz de coisas  
impressionantes

Vai ficar tudo bem!

Eu Quero!  
Eu Posso!  
Eu Mereço!  
Eu Consigo!

Sou uma pessoa incrível e amada  
por todos!

Mereço Respeito

Cada dia que passa  
fico mais forte!

Eu Consigo Resolver os  
meus problemas!

Não importa o que aconteça, permaneço forte  
ao lado das pessoas que me amam!

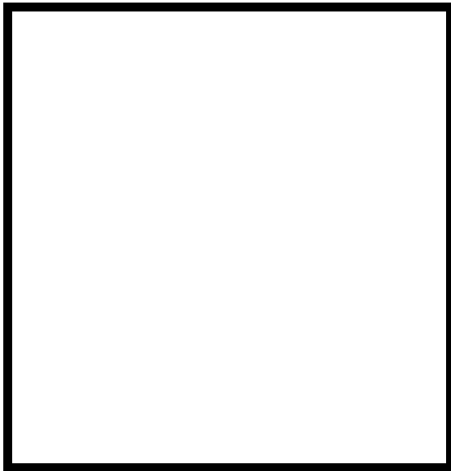
# Dê um final Feliz para a História



Porque você está triste?

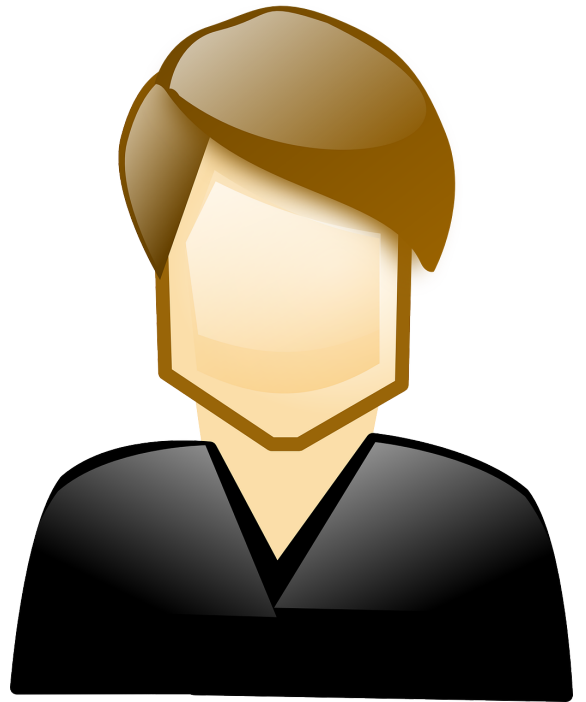
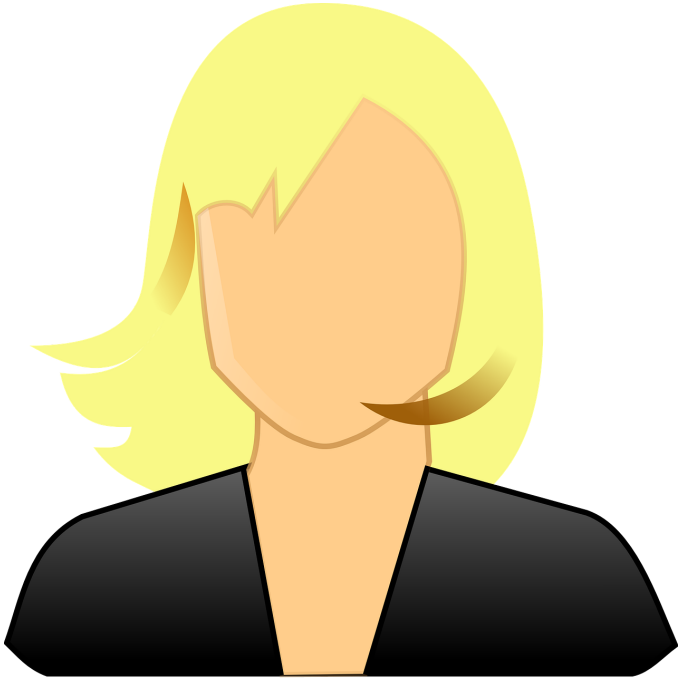
Não consigo encontrar o meu cachorro!

A comic panel with a black border. On the left, a girl with black hair, wearing a blue shirt and red pants, stands with her arms slightly out. A speech bubble above her says "Porque você está triste?". On the right, a boy with brown hair, wearing a green shirt and brown pants, sits on the ground with his head buried in his hands. A speech bubble above him says "Não consigo encontrar o meu cachorro!".



# Desenhe Rostos

## Felizes 😊



# Meu Diário

*Isso me deixou  
triste*

○ ————— ○

○ ————— ○

○ ————— ○

○ ————— ○

○ ————— ○

○ ————— ○

○ ————— ○

○ ————— ○

○ ————— ○

*Mas Isso me  
Alegrou*

○ ————— ○

○ ————— ○

○ ————— ○

○ ————— ○

○ ————— ○

○ ————— ○

○ ————— ○

○ ————— ○

○ ————— ○

*Pensamento Positivo do  
Dia*

*Aprendi Hoje*

# Meu Diário

*Isso me deixou  
triste*

○ ————— ○

○ ————— ○

○ ————— ○

○ ————— ○

○ ————— ○

○ ————— ○

○ ————— ○

○ ————— ○

○ ————— ○

*Mas Isso me  
Alegrou*

○ ————— ○

○ ————— ○

○ ————— ○

○ ————— ○

○ ————— ○

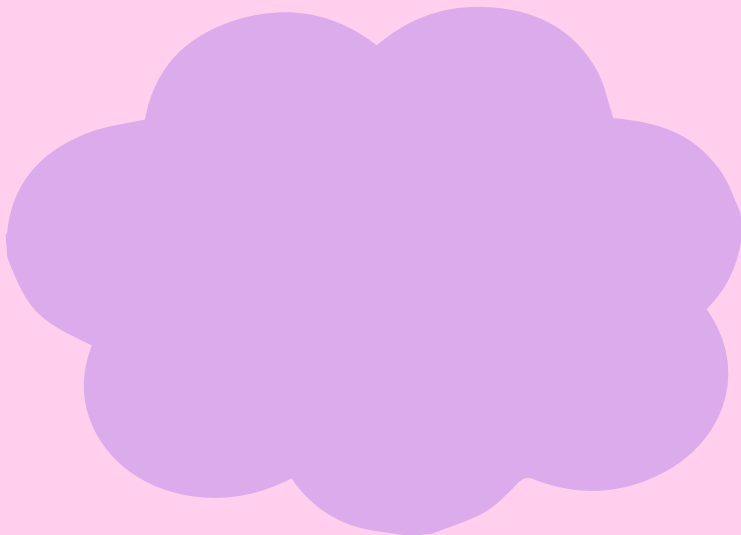
○ ————— ○

○ ————— ○

○ ————— ○

○ ————— ○

*Pensamento Positivo do  
Dia*



*Aprendi Hoje*

# Pote da Gratidão

Escreva dentro do Pote as coisas pelas  
quais você agradece



# Desafio

## Instruções:

- Imprima esta página
- Recorte os retângulos
- Dobre-os e peça para a criança sortear um
- A Criança será desafiada a cumprir o que está no papel sorteado

Hoje eu vou ajudar alguém

Hoje eu vou aprender uma coisa nova

Hoje eu vou superar um medo

Hoje eu vou fazer uma lista com minhas  
qualidades

Hoje eu vou experimentar um alimento novo

Hoje eu vou criar uma história feliz

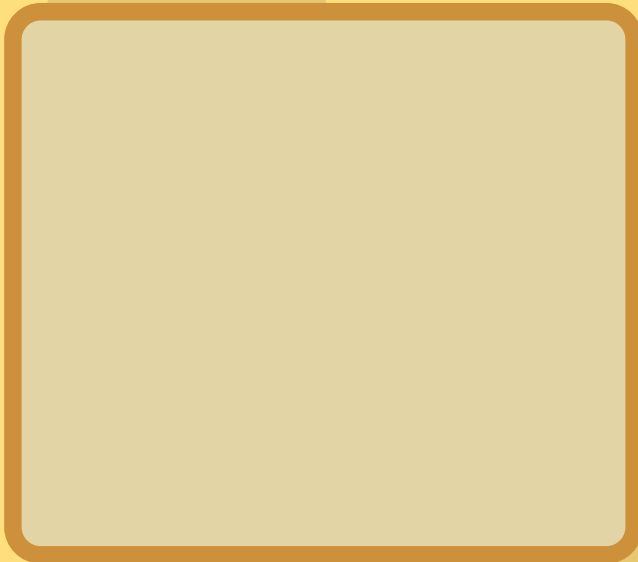
Hoje eu vou fazer uma lista com as coisas  
que já conquistei

Hoje vou inventar uma brincadeira nova

# TENTE OUTRA VEZ...

Se algo deu errado, não desista! Tente outra vez!

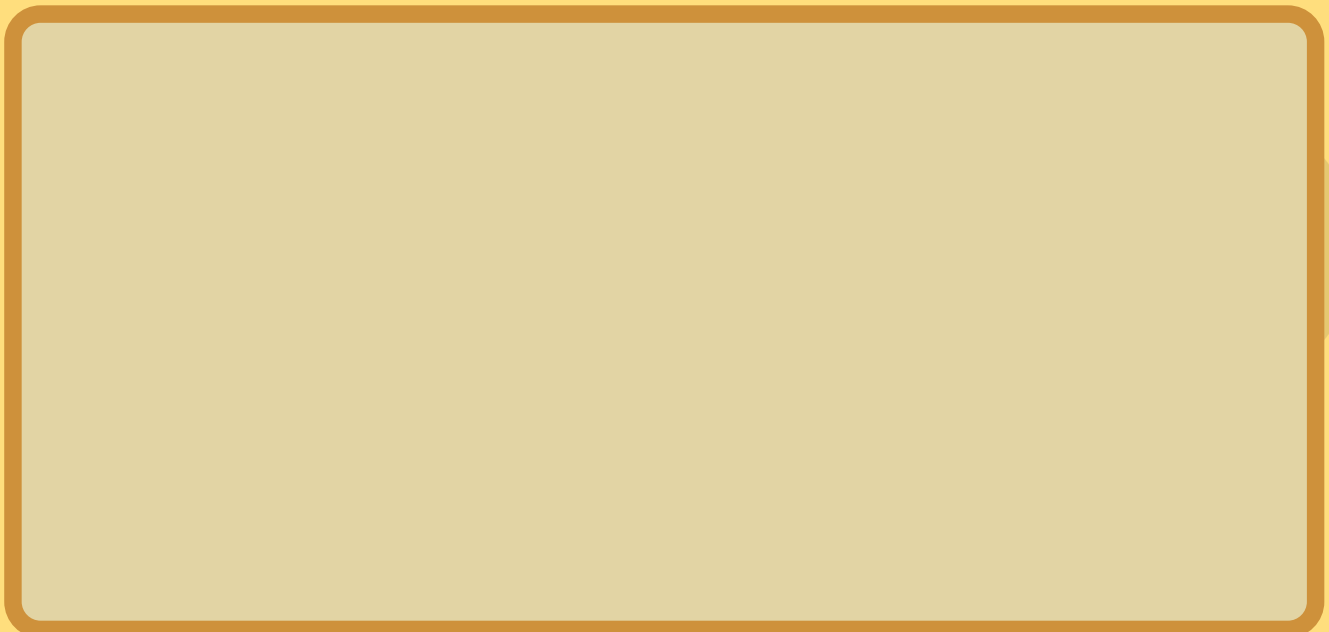
O que Deu Errado:

A large, empty rectangular box with a light gray background and a brown border, intended for writing the mistake.

Porque devo tentar novamente

A large, empty rectangular box with a light gray background and a brown border, intended for writing the reason for trying again.

Como vou fazer dessa vez:

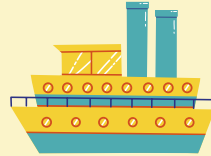
A large, empty rectangular box with a light gray background and a brown border, intended for writing the plan for the next attempt.



# Decifre o Código

Coloque a primeira letra de cada  
desenho para formar o enigma

@mamae\_noob



# GRATIDÃO



Minha Família

Meus Amigos

Minhas Vitórias



# HORA DO DESENHO



**Depois da Tempestade, o Sol  
sempre aparece!**

## Orientações:

Esse E-book é indicado para todas as idades. Caso a criança ainda não saiba ler, ajude-a com a leitura. Caso a criança já saiba ler, mas tenha dificuldade em entender, ajude-a com a interpretação.

Lembre-se de sempre dar um enfoque positivo e destacar a importância de pensar de forma otimista.

Copyright © 2020

Todos os direitos reservados

Todo o conteúdo parcial ou integral deste e-book não pode ser divulgado para uso público ou privado sem atribuição dos devidos créditos ao autor.



<https://mamaenoob.com.br/>