

Atividade 1

Público-alvo: Secundário

Tempo estimado de execução: 20 a 30 minutos

O grande desafio: Hoje em dia, a internet está cada vez mais presente. Os *podcasts* são uma das muitas fontes de informação a que podemos ter acesso no mundo *online*.

Um *podcast* é um programa em áudio, como um programa de rádio, que podemos ouvir quando quisermos, através de um telemóvel, de um computador ou de um *tablet*.

Um *podcast* pode ter muito impacto. Pode ensinar coisas novas, fazer pensar, dar a conhecer opiniões diferentes e até ajudar alguém a sentir-se acompanhado enquanto caminha, viaja ou estuda. Através da voz, conseguimos transmitir emoções, ideias e mensagens importantes.

Agora é a tua vez: vais criar o teu próprio *podcast*!

Vamos começar por escrever o episódio sobre um tema muito relevante: a importância de cuidar da nossa saúde mental.

Dicas para estruturares o teu episódio:

- 1.º Passo** – Começa por explicar de forma compreensível o que é a saúde mental. Utiliza linguagem simples, clara e frases curtas, para que todos consigam facilmente entender.
- 2.º Passo** – Usa exemplos ou pequenas histórias que possam ajudar a entender melhor o tema.
- 3.º Passo** – Inclui soluções práticas! É importante não ficares apenas pela explicação do problema. Podes, por exemplo, sugerir falar com alguém de confiança ou procurar apoio psicológico na escola.
- 4.º Passo** – Termina com uma mensagem positiva ou com uma frase marcante.
- 5.º Passo** – Grava o episódio e partilha com todos os teus colegas e amigos.

Na hora de gravar, não te esqueças de:

- Evitar utilizar um tom de voz monocórdico;
- Imaginar que estás a falar com uma pessoa;
- Sorri enquanto falas (nota-se na voz!);
- Não fales demasiado rápido;

- Faz pequenas pausas depois de ideias importantes;
- Evita “engolir” finais de palavras;
- Respira antes de ler frases longas.

Dica extra: Para o primeiro episódio, opta por um formato mais curto, entre 3 e 5 minutos. Um episódio breve é mais fácil de organizar, ajuda a manter o foco na mensagem principal e permite ganhar confiança antes de avançar para conteúdos mais longos.

Atividade 2

Público-alvo: Secundário

Tempo estimado de execução: 20 a 25 minutos

O grande desafio: Notícia de última hora! O desafio é escreveres uma notícia, respeitando a estrutura do texto jornalístico, mas com um toque criativo e humorístico. Podes escolher uma das duas notícias que te apresentamos como sugestão, ou criar o teu grande título de destaque:

- Escola encerrada por invasão de... pinguins.
- Chuva de chocolate surpreende população.

Dicas para estruturares a tua notícia:

A tua notícia deve:

- Ter título apelativo;
- Identificar quem, o quê, quando, onde e porquê;
- Ser escrita na 3.^a pessoa;
- Manter uma estrutura organizada;
- Ter uma linguagem clara e coerência;
- O texto deve ter entre 150 e 250 palavras.

Atividade 3

Público-alvo: Secundário

Tempo estimado de execução: 20 a 30 minutos

O grande desafio: Parabéns! Foste convidado/a para dar uma entrevista a uma revista importante e reconhecida a nível nacional.

Terás de responder às seguintes questões sobre ti. Mas atenção, esta entrevista será lida por milhares de pessoas. Que imagem vais querer transmitir?

Antes de começares o teu desafio, deixamos-te algumas dicas:

- As tuas respostas devem ser claras, interessantes e autênticas;
- Escreve como se estivesses mesmo a ser entrevistado/a, utilizando sempre a primeira pessoa;
- Sê genuíno/a, mas cuidado com exageros pouco credíveis;
- Mostra personalidade;
- Desenvolve as ideias, evitando respostas muito curtas. Justifica, explica, dá exemplos. Por exemplo, em vez de escreveres apenas “Gosto de ajudar os outros”, podes dizer “Gosto de ajudar os outros, porque acredito que pequenas ações podem ter um impacto real na vida de alguém”.

Vamos começar!

Bem-vindo, excelentíssimo convidado!

1. Se tivesses de te descrever em três palavras, quais seriam e porquê?

2. Qual foi o maior desafio que já enfrentaste e o que aprendeste com ele?

3. Que sonho gostarias de concretizar nos próximos anos?

4. Que impacto gostarias de ter na sociedade?

5. Que conselho darias a jovens da tua idade?

6. O que te distingue das outras pessoas?

Obrigado por partilhares com milhares de pessoas as tuas palavras!

Atividade 4

Público-alvo: Secundário

Tempo estimado de execução: 20 a 25 minutos

O grande desafio: Este é um desafio em modo de jogo! O objetivo será produzires ou escreveres o maior número de palavras respeitando uma regra muito específica: **não usar determinadas letras**.

À medida que sobes de nível, a dificuldade aumenta, menos letras disponíveis, menos tempo para cumprires o desafio, mais atenção e criatividade!

Vamos testar o teu nível de vocabulário, concentração, rapidez de raciocínio e criatividade linguística.

NÍVEL 1 – “Sem A”

Em apenas **3 minutos** escreve no mínimo **15 palavras diferentes** que **não contenham a letra “a”**.

Regras:

- Não vale repetir palavras;
- Não são permitidos nomes próprios;
- Palavras com plural contam como diferentes apenas se forem realmente distintas (Ex.: “flor” e “flores” não contam como duas palavras).

Se conseguires completar antes do tempo, sobes automaticamente de nível. Caso não consigas, volta a tentar as vezes que forem necessárias, até superares o desafio.

NÍVEL 2 – “Sem A nem I”

Em apenas **2 minutos e meio** escreve no mínimo **12 palavras diferentes** que **não contenham as letras “a” nem “i”**.

As regras do nível anterior mantêm-se!

Dica extra: Começa por pensar em palavras curtas.

NÍVEL 3 – “Sem A, nem I, nem O”

Em apenas **2 minutos** escreve no mínimo **8 palavras diferentes** que **não contenham as letras “a”, “i” e “o”**.

Aqui a dificuldade aumenta bastante, mas com concentração e criatividade vais conseguir!

Não te esqueças de manter as regras dos níveis anteriores.

NÍVEL 4 e último! – “Só com E e U”

Em apenas **2 minutos** escreve no mínimo **5 palavras diferentes** que incluam obrigatoriamente as vogais **“e” e “u”** (e consoantes, claro), mas **sem usar “a”, “i” ou “o”**.

Este é o último nível e, por isso, o desafio é maior, mas com um raciocínio rápido vais conseguir.

Desafio concluído com sucesso? Boa!

Este desafio mostra-nos como pequenas restrições podem aumentar muito a dificuldade e como a língua portuguesa é rica e desafiante!

Proposta: Realiza este pequeno jogo a pares ou num pequeno grupo, em que ganha quem escrever o maior número de palavras. Vai tornar o momento mais desafiante e muito mais divertido.