E-BOOK

AS AVENTURAS DE GEPENZINHO!

FEF

UNICAMP

GEPEN
FEF / UNICAMP

Copyright @ Edições Hipótese by Cazulo 2023
Todos os direitos reservados. Proibida a reprodução total ou parcial sem indicação da fonte.

Capa e edição: GEPEN/FEF-UNICAMP

LIVRO AVALIADO POR PARES

F533a Fernandes, Paula Teixeira.
As aventuras de Gepenzinho. Almeida, Victoria Zonta; Luciana Mello; Magna, Thaís Sporkens; Fernandes, Paula Teixeira – Itapetininga: Edições Hipótese, 2023.
25p.

Bibliografia
ISBN: 978-65-87891-34-7

Educação Física. I. Título.
CDU - 371

CONSELHO EDITORIAL VOLUNTÁRIO
Prof. Dr. Agustín de la Herrán Gascón (Univ. Autónoma de Madrid)
Prof. Dr. Claudio Luis de Camargo Penteado (UFABC)
Prof. Dr. Cosimo Laneve (Società Italiana di Pedagogia)
Profa. Dra. Maria do Rosário Silveira Porto (FE-USP)
Prof. Dr. Juan José Mena Marcos (Univ. Salamanca)
Prof. Dr. Tiago Vieira Cavalcante (UFC)

EDIÇÕES HIPÓTESE é nome fictício da coleção de livros digitais de distribuição gratuita editados e publicados, desde 2020, pelo coletivo Cazulo – Itapetininga/SP/Brasil.

O Cazulo não se responsabiliza pelo conteúdo dos textos publicados, uma vez que os textos são de autoria única e exclusiva dos(as) autores(as) e não traduzem, necessariamente, a opinião do coletivo.

E-BOOK DE DISTRIBUIÇÃO LIVRE E GRATUITA disponível em:
https://hipotesebooks.wixsite.com/cazulo

AUTORAS

Victoria Zonta de Almeida

Luciana Mello

Thaís Sporkens Magna

Paula Teixeira Fernandes

GEPEN
FEF / UNICAMP

GRUPO DE ESTUDOS EM PSICOLOGIA DO ESPORTE E NEUROCIÊNCIAS

GEPEN
FEF / UNICAMP

Formado em 2013 e certificado pela UNICAMP (Universidade Estadual de Campinas) junto ao CNPQ, o GEPEN começou para ser núcleo sustentável na área de Psicologia do Esporte na FEF/UNICAMP, tendo repercussões na área de ensino, pesquisa e extensão e na produção de conhecimento nacional e internacional.

Motivado pela estreita relação construída entre a Psicologia do Esporte e as Neurociências, fortalece a área e busca explicações psicológicas e biológicas que podem beneficiar o rendimento no contexto esportivo e do exercício físico, as funções cognitivas, a tomada de decisões e o controle emocional.

paula@fef.unicamp.br

www.gepen.org

GEPEN - @gepen.unicamp

gepenunicamp

Olá, eu sou o Gepenzinho!
Hoje vou contar uma das minhas aventuras para você!
Vamos nessa?!

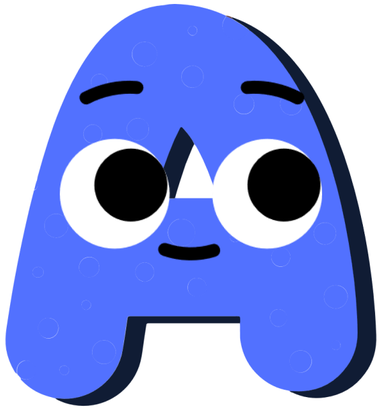
Gepenzinho era um menino muito alegre, que adorava brincar e fazer atividades durante o seu dia!

Adorava passar um tempo com seus amigos!

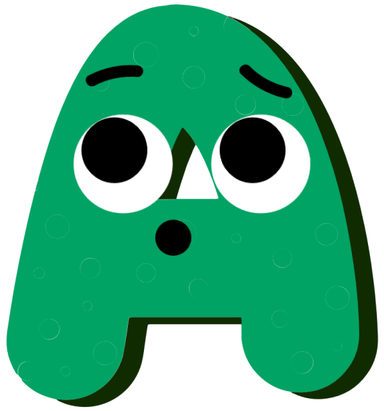
Um belo dia, Gepenzinho estava brincando em seu quarto, e descobriu que tinha super poderes: os " 5 as"!

Esses poderes o deixavam mais forte!

AUTOCONFIANÇA

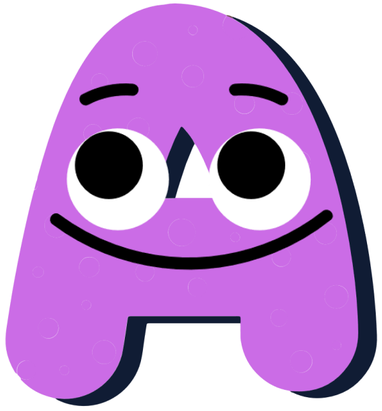


AUTOEFICÁCIA



AUTOESTIMA

AUTOIMAGEM



AUTOCONCEITO

AUTOCONFIANÇA

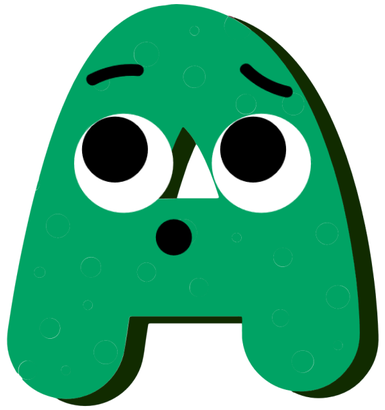
Eu sou quem deixa o Gepenzinho mais confiante, que o ajuda a acreditar que ele consegue fazer as coisas!

Eu ajudo o Gepenzinho a entender quem ele é, seus gostos, atitudes, comportamento, quem ele é por dentro!

AUTOCONCEITO

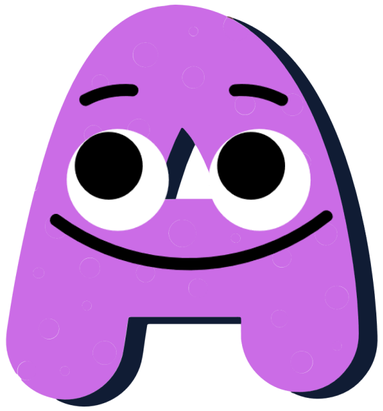
Eu ajudo ele a entender que consegue fazer as coisas, e de maneira muito boa, que ele é bom no que faz!

AUTOEFICÁCIA



Eu mostro para o Gepenzinho quem ele é, seu corpo, sua imagem! Ajudo ele a se enxergar e se reconhecer!

AUTOIMAGEM



Eu sou a líder de todo o grupo! Ajudo os outros "As" a fazerem seu papel!

AUTOESTIMA

Eu também ajudo o Gepenzinho a conhecer seus pontos fortes e pontos fracos. **Sou eu quem o ensino a gostar de si mesmo!**

Foi então, que um dia, voltando da escola, Gepenzinho resolveu brincar no parquinho e usar seus super poderes para subir na escalada mais alta do parque!
E assim fez...

O que ele não esperava é que iria cair do brinquedo!

Gepenzinho foi para casa, tentou usar seus super poderes para sua dor passar, mas não adiantou!
Ele ficou dias cansado, com dores no corpo, sem vontade de comer....

Sem saber o que fazer, a mãe de Gepenzinho o levou ao hospital!
Ele sentia muita dor e parecia que estava perdendo seus super poderes!

No hospital, Gepenzinho descobriu que um mini vilão estava atacando seu corpo, fazendo ele se sentir cansado, fraco, com dores, e sem poderes!!

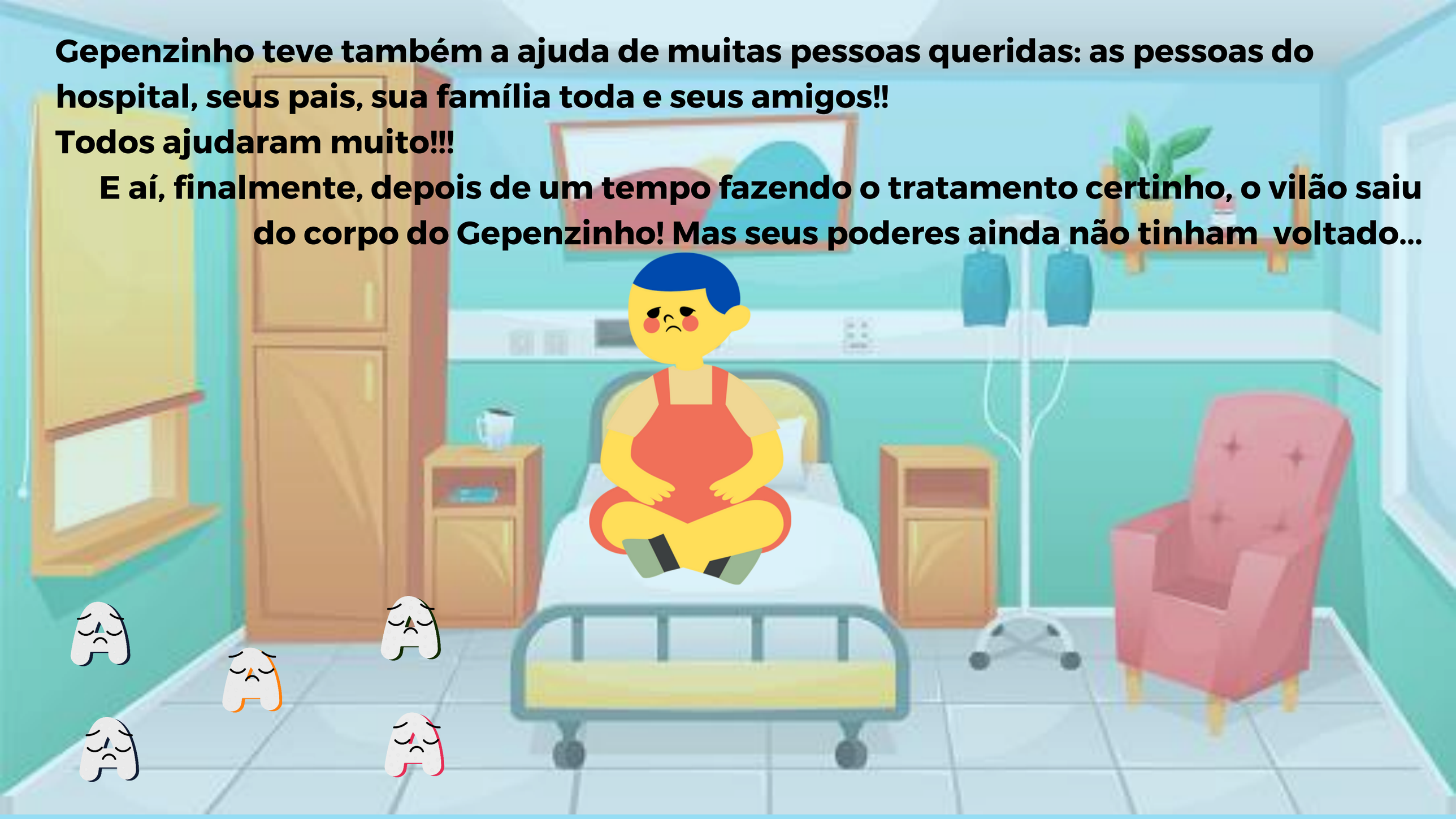
Foi então que o doutor Girassol, depois de vários exames, entendeu melhor este mini vilão: câncer. E aí, conseguiu ajudar Gepenzinho a se livrar desse desafio!

O doutor disse que ele precisava de um super remédio...
Apesar de deixar Gepenzinho um pouco cansado, sem fome, com o cabelo caindo, este remédio matava, aos poucos, o mini vilão!

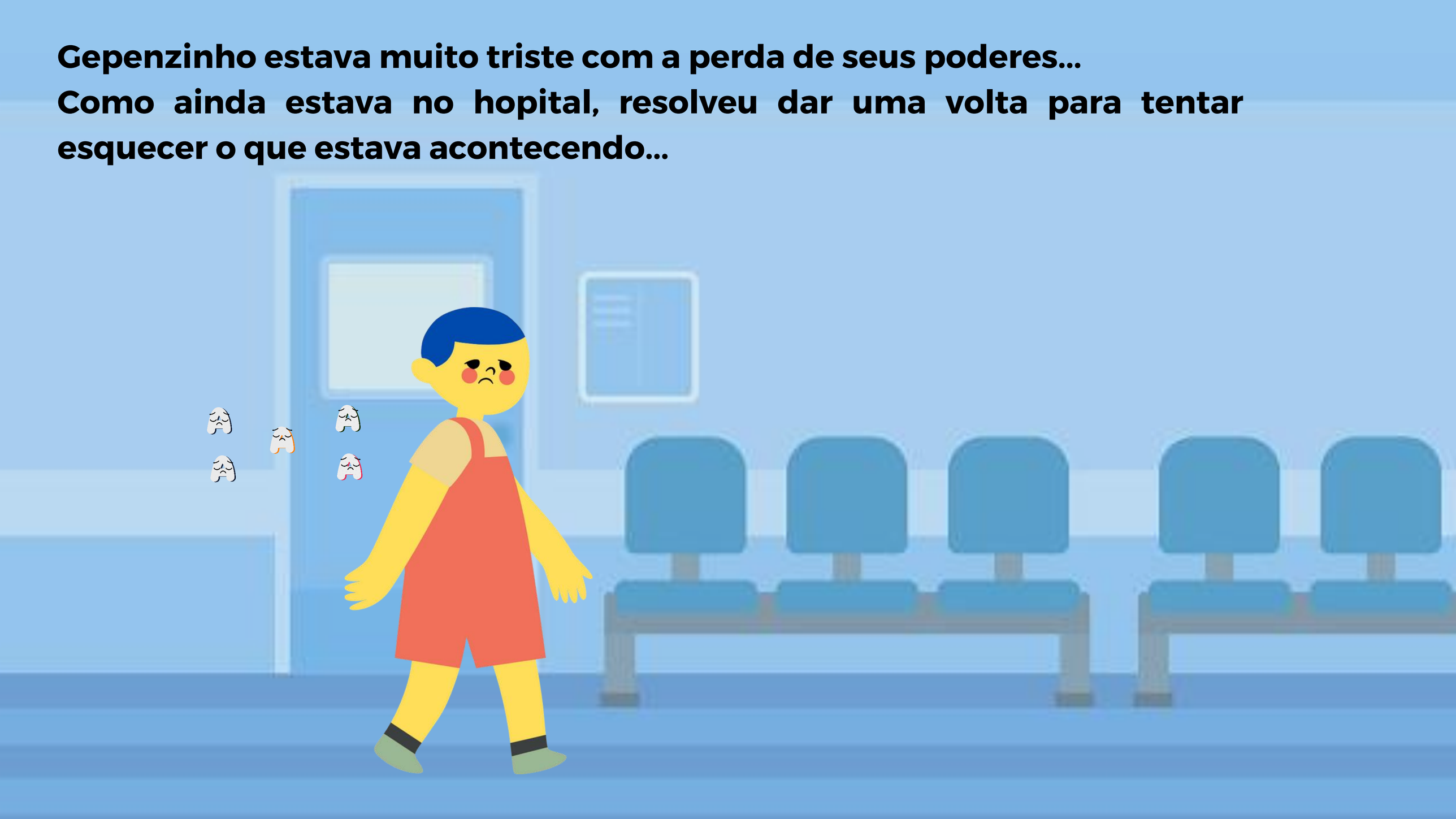
Gepenzinho teve também a ajuda de muitas pessoas queridas: as pessoas do hospital, seus pais, sua família toda e seus amigos!!

Todos ajudaram muito!!!

E aí, finalmente, depois de um tempo fazendo o tratamento certinho, o vilão saiu do corpo do Gepenzinho! Mas seus poderes ainda não tinham voltado...



Gepenzinho estava muito triste com a perda de seus poderes...
Como ainda estava no hopital, resolveu dar uma volta para tentar esquecer o que estava acontecendo...



Cansado de andar, Gepenzinho se sentou em um dos bancos do hospital...
De repente, viu que havia uma sala com várias crianças iguais a ele, e com os mesmos poderes!!!

Tentando entender tudo, entrou nessa sala!

Ele viu que as crianças estavam alegres e com todos os seus poderes!!!

Olá,
quem é você?
Sou o
Gepenzinho!
Eu sou a professora
Algodão Doce!
Como posso te
ajudar ?
Fui atacado por um
mini vilão!
Tinha poderes iguais
aos dessas crianças,
mas sumiram!
Eu posso te ajudar!
Como?!
Sem eles, eu me
sinto fraco, triste,
sem coragem, não
gosto de mim!!
Fica tranquilo, é só
brincar que eles
voltam! Eu sou
especialista em
brincar!
Vou te ajudar!

Gepenzinho, então, começou a brincar com as outras crianças...

Estava muito feliz! E aí, começou a ver que seus podereres começaram a voltar!

A professora Algodão Doce, o doutor Girassol, as crianças e a família do Gepenzinho estavam ajudando também e muito felizes por ele!

Gepenzinho foi melhorando aos poucos e voltou para sua rotina!
Voltou para a escola, para seus amigos e para sua família!!

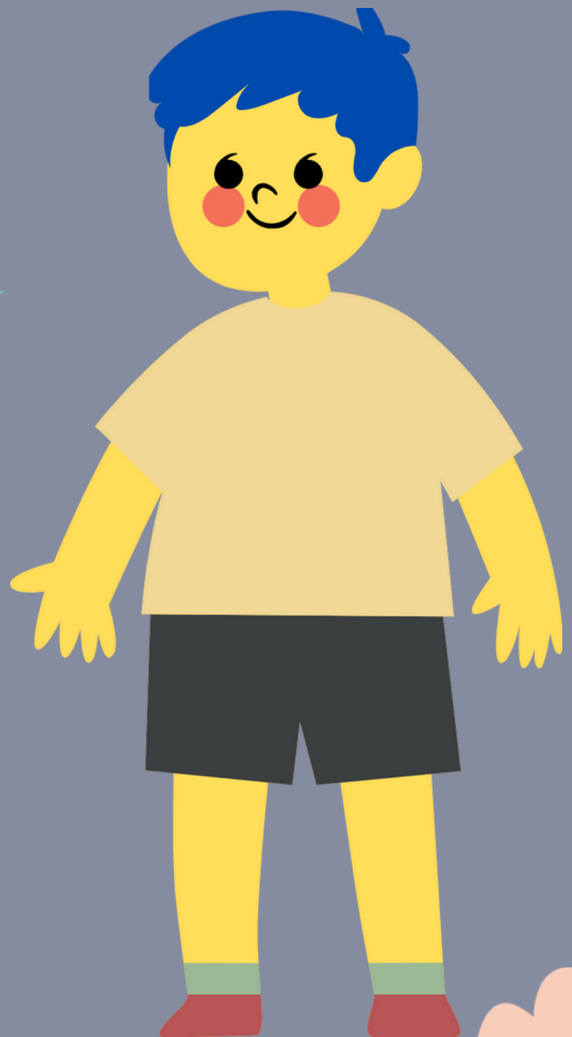
Hoje, Gepenzinho já está ótimo, e continua indo ao hospital para ajudar outras crianças com a professora Algodão Doce!!!

E agora, conte mais sobre você...

Você gosta de você mesmo? Você se acha inteligente, legal, bonito (a) ...?

Você também tem esses super poderes?

Você gosta de brincar? Fica mais feliz, mais animado, forte?



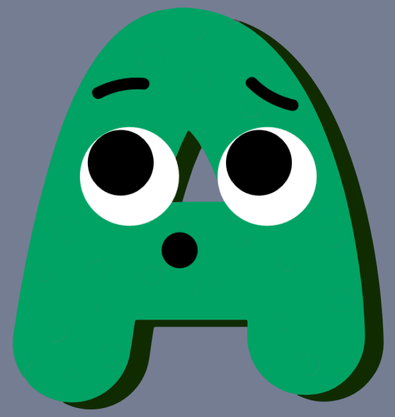
Você consegue fazer suas atividades? Tem coragem para novos desafios?

Você acredita em você mesmo? Sabe seus pontos positivos e negativos?

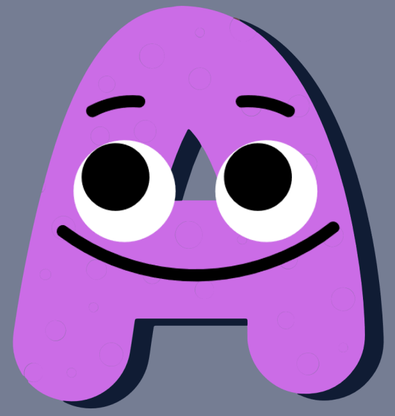
FEF

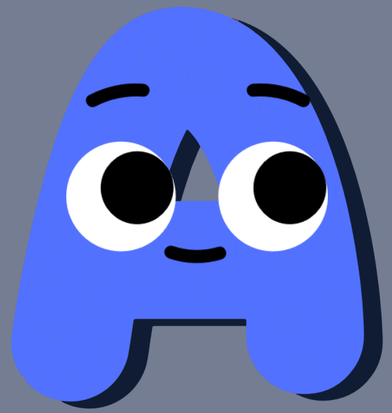
UNICAMP

GEPEN
FEF / UNICAMP



FIM





FEF

UNICAMP

GEPEN
FEF / UNICAMP

VICTORIA ZONTA DE ALMEIDA

Profissional de Educação Física formada pela FEF-UNICAMP (Bacharelado e Licenciatura), membro do GEPEN, FEF-UNICAMP. Professora de ginástica, *cheerleader* e multiesportes em escolas, na cidade de Campinas-SP.

LUCIANA MELLO

Pedagoga Empresarial em Oderson Treinamento & Desenvolvimento e Coordenadora Pedagógica Em Hospital Boldrini. Formada pela PUC-Campinas, em Pedagogia e especialista em Educação pela Universidade de Franca.

FEF

UNICAMP

GEPEN
FEF / UNICAMP

THAÍS SPORKENS MAGNA

Doutoranda e Mestre em Gerontologia pela Faculdade de Ciências Médicas (FCM-UNICAMP). Graduada em Educação Física pela PUC-Campinas. Membro do GEPEN, FEF-UNICAMP.

PAULA TEIXEIRA FERNANDES

Professora Livre Docente do Departamento de Ciências do Esporte da FEF-UNICAMP, na área de Psicologia do Esporte e Neurociências. Coordena o GEPEN, FEF-UNICAMP. Trabalha com Psicologia do Esporte, Psicologia do Comportamento, Neurociências e Saúde Mental.

FEF

UNICAMP

GEPEN
FEF / UNICAMP