



# BIOLOGIA

2ª SÉRIE  
Prof. ÉCIO

Lista:

**01**

Data: 05 / 08 / 2020

Aluno (a): \_\_\_\_\_

Nº \_\_\_\_\_

## ATIVIDADE:

Como está a saúde mental de vocês e de suas famílias devido às incertezas provocadas pela pandemia?

Para abordarmos uma possível resposta à pergunta acima, após assistirmos ao documentário da Netflix “Explicando o coronavírus - episódio 03” quero que façam um relatório em forma de artigo de opinião respondendo às seguintes perguntas:

- Como lidar com o estresse de ficar em casa devido a pandemia?
- O que fazer para evitar a ansiedade e possíveis ataques de Pânico?
- O que fazer para controlar as nossas emoções?
- Já que estamos vivendo em mundo imprevisível devido à pandemia, criar uma rotina pode nos ajudar de alguma forma?
- A pandemia nos fez enxergar, de alguma forma, o que não está dando certo em nossas vidas e em nossa sociedade?

Critérios em seu artigo:

- mínimo de três parágrafos contendo separadamente a introdução, o desenvolvimento e a conclusão;
- mínimo de 20 linhas;
- deve ser manuscrito.