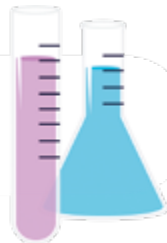


VOCÊ É O CIENTISTA



VOCÊ CONSEGUE SENTIR UM MINUTO?

O tempo passa o tempo todo?
Como passa o tempo para todos?

Você sabe quanto tempo dura um minuto? No relógio, a resposta é fácil: 60 segundos. Mas será que um minuto parece ter sempre a mesma duração? Quando estamos brincando ou fazendo algo de que gostamos, o tempo pode parecer passar rapidinho. Quando estamos esperando alguma coisa, o mesmo minuto pode parecer muito mais demorado. Isso acontece porque o relógio mede o tempo, mas nosso cérebro percebe a passagem do tempo de acordo com vários fatores, como aquilo que estamos fazendo e o quanto estamos prestando atenção.

Faça o desafio

Vamos testar nossa percepção do tempo?

1 Antes de começar, pense:
Para você, 1 minuto vai parecer...

- ☐ Muito rápido
- ☐ Muito demorado
- ☐ Exatamente como imagino

2 Agora começa o desafio!

- O professor ou a professora marcará o tempo sem mostrar o relógio para a turma.
- Quando você achar que passou exatamente 1 minuto, levante a mão.
- Não vale contar os segundos nem olhar para o relógio!

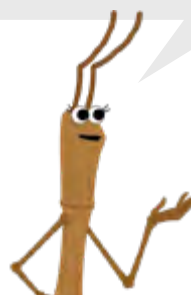
E aí! Todo mundo sentiu o tempo igual?



Depois que todos participarem, conversem sobre o que aconteceu:

- Quem levantou a mão primeiro?
- Quem chegou mais perto de 1 minuto?
- Todos levantaram a mão ao mesmo tempo?
- O minuto pareceu rápido ou demorado?
- O que você estava pensando enquanto esperava?

UÉ... SE CADA MINUTO TEM 60 SEGUNDOS,
POR QUE CADA PESSOA LEVANTOU A MÃO EM
UM MOMENTO DIFERENTE?



O que a Ciência explica?

O relógio mede o tempo de maneira padronizada. Já a nossa percepção do tempo é construída pelo cérebro e pode variar de acordo com a atenção, a atividade que estamos realizando e outros fatores. Por isso, um mesmo intervalo de tempo pode parecer mais rápido em algumas situações e mais demorado em outras. Para os humanos o ciclo circadiano é o relógio biológico interno que regula as funções vitais do nosso corpo ao longo de um período de aproximadamente 24 horas. Não usamos relógio para isso, somente a luz do Sol e o escurecer da noite, são fundamentais para a produção de hormônios benéficos para nossa saúde.



UM TEMPO QUE NÃO APARECE NO RELÓGIO

Na natureza existem muitos ciclos e ritmos:

- Germinação
- Floração
- Metamorfose
- Migração
- Crescimento
- Sono e vigília

Nem todo tempo precisa ser contado em minutos!

E a natureza? Ela precisa de relógio?

Não. As plantas, animais e outros seres vivos apresentam ritmos biológicos relacionados às mudanças do ambiente, como a alternância entre dia e noite, as estações do ano, a disponibilidade de água e alimento e as variações de temperatura. Esses ritmos ajudam os organismos a realizarem diferentes atividades nos momentos adequados.