



Aula 1

Fatores que impedem a melhora da sua letra:

- 1) Escrever não é somente um ato motor. Você aprendeu a importância de treinar sua mente!
- 2) Sentimento de incapacidade. Isso ficou no passado. Você aprendeu a tomar as rédeas do seu atual processo de transformação.
- 3) Auto-conhecimento: você aprendeu sobre os 7 aspectos que precisa conhecer na sua própria letra!
- 4) Sensação de estar perdida e não saber por onde começar para melhorar. Agora você já aprendeu que existe um caminho!
- 5) Ansiedade. Tentar começar pelo final e sentir frustração pelo que não consegue fazer. Você aprendeu a se entregar e respeitar o passo a passo do processo.



Exercícios

data 06.07.2020

0 1 2 3 4
0 1 2 3 4

Aula 1 - Exercícios

- Ovais de 1 linha: 000000 (1 folha)
- Ovais de 2 linhas: 0000 (1 folha)
- Ovais de 3 linhas: 000 (1 folha)

- Retos de 1 linha: ||||| (1 folha)
- Retos de 2 linhas: ||||| (1 folha)
- Retos de 3 linhas: ||||| (1 folha)

- Laçadas de 1 linha: l o l o l o l o l o (1 folha)
- Laçadas de 2 linhas: l l l l l l (1 folha)
- Laçadas de 3 linhas: l l l l l l (1 folha)

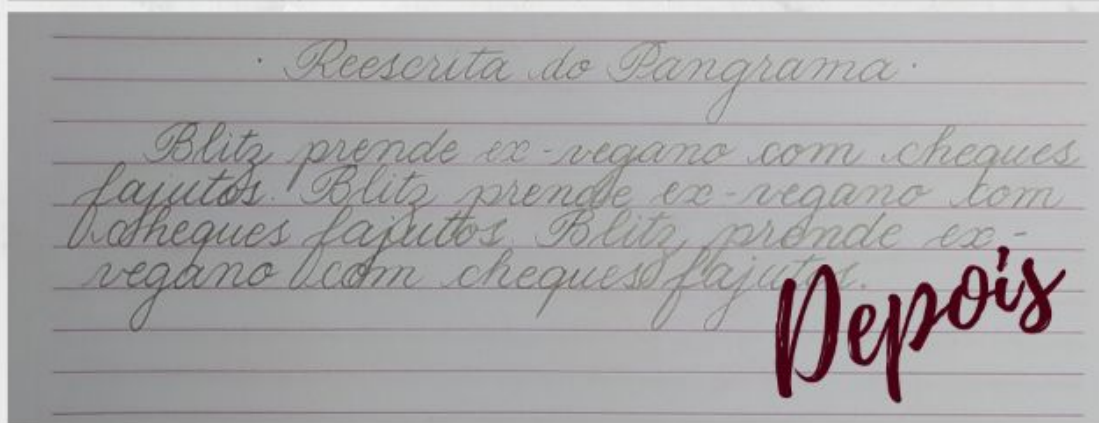
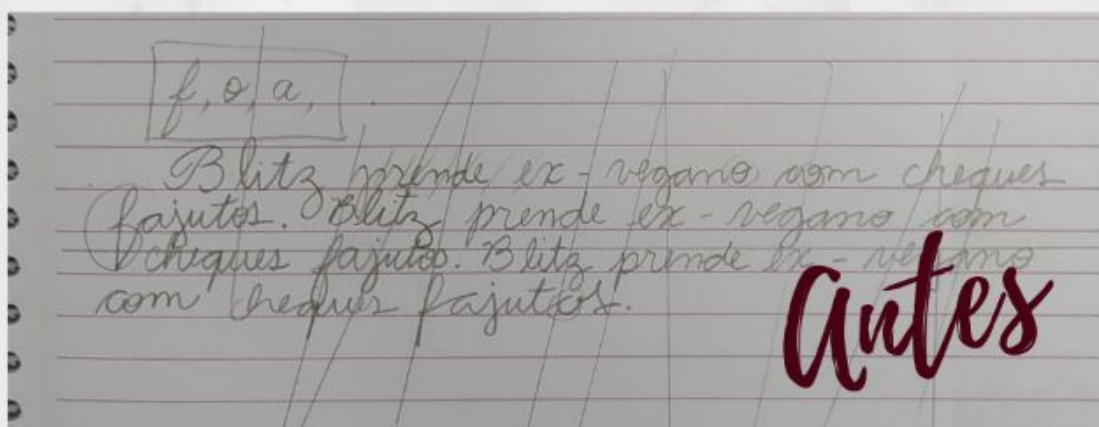


Tarefa de Casa

- 1) Faça uma listinha das letras que você percebeu que precisam mudar de formato, através do método de análise que você viu.
- 2) Verifique a inclinação e o tamanho de suas letras como aprendeu na aula.
- 3) Escolha uma inclinação para treinar e faça os traços paralelos com a régua em suas folhas de treino.
- 4) Faça os exercícios aprendidos, seguindo sempre a mesma inclinação.
- 5) Depois de terminar os exercícios, reescreva o pangrama com calma, atenção e foco, cuidando de cada aspecto que aprendeu.
- 6) Faça uma foto dos pangramas de antes e depois, e poste na comunidade do Facebook com a hashtag #7aspectos, conforme o modelo.



Modelo de Post



Lembre-se de colocar na legenda da postagem o que você descobriu sobre sua letra, o que aprendeu e se ficou com alguma dúvida, e marcar com a hashtag

#7aspectos