



# ATIVIDADES E BRINCADEIRAS



EDUCADORA INTEGRATIVA  
DO SONO INFANTIL

# APRESENTAÇÃO

As brincadeiras e jogos influenciam diversos comportamentos nas crianças desde o nascimento e são cruciais para o desenvolvimento cognitivo. Eles promovem habilidades sociais e motoras na criança, além de aumentar a autoestima e aliviar o estresse.

Brincar ajuda a desenvolver e a melhorar as habilidades sociais, melhora a comunicação, a linguagem corporal e verbal, a segurança, a liberdade, os limites, a cooperação e o trabalho em equipe. Brincar é um poderoso catalisador para a socialização positiva. Através da brincadeira, as crianças aprendem a lidar com os outros para trabalhar em conjunto. A brincadeira pode coibir o desenvolvimento de atitudes violentas.

A brincadeira encoraja e prepara indivíduos inteligentes, socialmente habilidosos e pensadores criativos. Brincar é uma fonte de relaxamento e estímulo para o cérebro e o corpo. A maneira certa e divertida para desenvolver a imaginação, a criatividade, a capacidade de resolver problemas e aprimorar a saúde mental é promover jogos e brincadeiras com a família inteira, filhos, netos e amigos.

Brincar com os carrinhos, bonecas, monta monta e todos os outros brinquedos super divertidos que existem no mercado é muito legal, mas nenhum brinquedo substitui o brincar de correr pela casa, de tomar banho de mangueira no quintal, de subir nas costas do papai e pentear o cabelo da mamãe. As crianças precisam e amam brincar com o simples, com o natural e principalmente com a mamãe e o papai.

Valorize o tempo que tiverem juntos, não importa a quantidade e sim qualidade. Reserve um momento todos os dias para viverem esse momento. Aproveite e desligue o celular e a televisão para criar memórias incríveis na mente e coraçãozinho do seu pequeno(a).

*“É preciso reconhecer o direito da criança ao descanso e ao lazer, propiciar momentos para brincar e desenvolver atividades recreativas, culturais e artísticas. É necessário respeitar e promover o direito da criança de participar de atividades que envolvam arte e cultura, além de criar oportunidades adequadas e iguais para atividades artísticas, recreativas e de lazer.”*

*Art. 31 da Convenção sobre os Direitos da Criança (adotado pela Assembleia Geral das Nações Unidas, em 29 de novembro de 1989)*

Inspirado em Family Wellness International Institute  
Dezembro de 2018



# ÍNDICE

## 0 a 12 meses

Sugestões de atividades números de 1 a 5.....	06
Sugestões de atividades números de 5 a 16.....	07
Sugestões de atividades números de 17 a 25.....	08
Sugestões de atividades números de 26 a 31.....	09

## 1 a 2 anos

1 - Descoberta com Gel.....	10
2 - Brincar nas poças de chuva.....	10
3 - Observar a Natureza.....	11
4 - Pompom no papel colante.....	11
5 - Post-it no papel colante.....	11
6 - Algodão no pote.....	11
7 - Cofrinho de pauzinho de picolé.....	11
8 - Mexer com Massinha.....	12
9 - Brincar com Gelo.....	12
10 - Papel picado e água.....	12
11 - Enfiar o espaguete no escorredor.....	12
12 - Caixa Sensorial de Arroz.....	13
13 - Mexer com Areia.....	13
14 - Espuma de Barbear.....	13
15 - Gelatina com Botão.....	14
16 - Maisena e água.....	14
17 - Caixa Sensorial com Macarrão.....	14
18 - Caminhar no plástico bolha.....	14
19 - Caixa de papel de seda.....	15
20 - Zoológico.....	15
21 - Pescaria.....	15
22 - Algodão Molhado.....	15
23 - Colheres e grãos.....	16

## 2 a 3 anos

1 - Pista de carrinho.....	17
2 - Varal de fitas.....	17
3 - Circuito de atividades em casa.....	17
4 - Professor dos brinquedos.....	17
5 - Contar histórias com desenho.....	17
6 - Que música é essa?.....	17



7 - Caça ao tesouro sensorial.....	17
8 - Afunda ou flutua.....	17
9 - Deixar a criança inventar a brincadeira.....	18
10 - Água e esponja.....	18
11 - Jogo dos pares no arroz.....	18
12 - Brincando com pedaço de papel.....	18
13 - Galhos e lãs.....	18
14 - Brincando com tampas.....	18
15 - Cortina sensorial.....	18
16 - Caixa sensorial jardim de gelatina.....	18
17 - Pintando com os pés.....	18
18 - Carimbos naturais.....	18
19 - Esconde-esconde.....	18
20 - Massinha de modelar.....	18
21- Chocalhos Diferentes.....	19
22 - Serra-serra Serrador.....	19
23 - Caixa Surpresa.....	19
24 - Hora da história.....	19
25 - Hora do Show.....	19
26 - Ache e encaixe.....	19

### 3 a 4 anos

1 - Bandeja de areia e números/letras.....	20
2 - Abrindo e fechando os cadeados.....	20
3 - Desenhos com pedaços de papel.....	20
4 - Galhos enrolados.....	20
5 - Separando as peças de roupa.....	21
6- Limpar a mesa/janela.....	21
7 - Caixa sensorial.....	21
8 - Contêineres com água.....	21
9 - Espumas coloridas.....	21
10 - Balões com água dentro da banheira.....	21
11 - Parque dos dinossauros.....	21
12 - Era do Gelo.....	22
13 - Gelatina divertida.....	22
14 - Banho com letras.....	22
15 - Jardim de Arroz.....	22
16 - Você quer brincar na neve?.....	22
17 - Barcos de Gelo.....	22
18 - Frutinhas na gelatina.....	22
19 - Bambolê sensorial.....	22
20 - Círculos no chão.....	22
21 - Cuidado com a boneca.....	23
22 - Um pincel, muitos papéis.....	23



23 - Esconde-esconde.....	23
24 - A colheita dos passarinhos.....	23
25 - Pega-rabo.....	23
26 - Brincadeiras ao ar livre.....	23
27 - Cuidado com a boneca.....	24
28 – Agua e esponjas.....	24
29 – Jogo dos pares no arroz.....	24
30 – Cortina sensorial.....	24
31 – Pintando com os pés.....	24
32 – Massinha com purpurina.....	24
33 – Foguete de canudo de papel.....	24
34 – Brincadeiras com caixa de papelão.....	24

#### 4 a 5 anos

1 - Fazer caretas em frente ao espelho, desenhar mascara com diferentes carinhas em cartolina.....	25
2 - Quebra cabeça de até 24 peças, inventar historinhas, fazer teatrinho, lembrar objetos que tenham visto em alguma foto ou gravura.....	25
3 - Recorte e colagem.....	25
4 – Amarelinha.....	25
5 - O feiticeiro.....	25
6 - Adivinhação/ mímica.....	26
7 - Caça ao tesouro.....	26
8 – Cabaninha.....	26
9 - Morto – vivo10 - Pular corda.....	26
11 - Andar sobre os pés.....	26
12 - Corre-cutia / pega o rabinho / chicotinho queimado.....	26

#### Referências

Links.....	27
------------	----



# 0 A 12 MESES

A brincadeira é uma atividade capaz de fazer com que a criança preste uma atenção enorme, pois, nesta tão pouca idade, este é o modo natural dela aprender, relacionar-se com os que a cercam, conhecer o ambiente ao seu redor etc. Além disto, a brincadeira é uma das melhores formas de estabelecermos relações afetivas (tão importante no início da vida) com nossos filhos, sendo fundamental para que eles cresçam saudáveis e, sobretudo, felizes!

Lembre-se que em nenhuma outra fase, seu filho aprenderá tantas coisas e será capaz de criar tantas novas conexões quanto em seu 1º ano de vida, portanto, a qualidade dos estímulos que ele recebe, é de extrema importância.

As brincadeiras aqui propostas têm objetivos sensoriais, psicomotores, cognitivos, sociais e afetivos. Então use e abuse delas nos momentos de atividade com seu filho!

## Sugestões

1 - Esta é para quando seu bebê estiver com 3 ou 4 meses e já puder ficar “sentado” com apoio. Traga algumas especiarias, e aproxime uma de cada vez pra que ele possa sentir o cheiro. Explique o que é cada uma delas e observe as reações dele com os diferentes cheiros.

2 - Com uma escovinha macia para pentear o cabelo, passe no pezinho, cotovelos, dobras dos joelhos, barriga, que são áreas de bastante sensibilidade. Aproveite por exemplo o momento da troca de fraldas ou depois do banho para fazer esta atividade.

3 - Fale ou faça barulhinhos através de um rolo de papel higiênico vazio. Experimente ficar de frente e de lado para o bebê perceber as diferenças de som e ruído.

4 – Prenda 1 ou 2 folhas de papel de seda sob as almofadas de um sofá ou sob um colchão, deixando uma parte grande pendurada, como uma cortina. Deixe o bebê descalço e deite-o de barriga para cima próximo das folhas. Incentive-o a começar a chutar o papel fazendo um farfalhar com a sua mão no papel.

5 - Com uma bexiga sem estar totalmente cheia, coloque o bebê deitado de barriga pra cima e jogue a bexiga para o alto, deixando que o bebê se alongue tentando alcançá-la. Dá para deixar a bexiga na mão dele para que sinta a textura, aperte e brinque com ela. Para bebês que engatinham, os deixem de barriga pra baixo pra que consigam ir atrás da bexiga. Deixar o bebê sentado, faz com que ele se alongue, tentando jogar a bexiga para cima e empurrando para outra pessoa.



**6** – Ligue uma música e faça uma bagunça com almofadões. Aproveite e cante com seu filho, fazendo movimentos de dança com seus braços e pernas.

**7** - Pegue um papel adesivo, tire a proteção e prenda-o no chão, com a parte colante para cima. Use uma fita adesiva ou crepe para deixar o papel adesivo bem firme no chão. Deixe um pedaço de algodão (prefira em bolinha ou quadradinho) próximo de você e traga seu bebê para brincar.

**8** - Com uma bola de pilates da para brincar de diversas maneiras. A primeira brincadeira pode ser deixar o bebê sentir a textura da bola. Logo em seguida, mostrar que bater na bola faz um som diferente. Se o bebê já sabe andar com mais firmeza, uma outra sugestão é brincar deixando-o rolar a bola, empurrando-a e caminhando com ela. Uma outra opção é deitar o bebê sobre a bola e fazer movimentos de vai e vem.

**9** – Brinque de pula-pula na bola, primeiro com o bebê sentado, depois em pé.

**10**- Encha uma banheira de sagu colorido e deixe que seu filho brinque com a textura, cor, cheiro diferentes, proporcionando momentos de pura bagunça. Atente-se para que ele não coma o sagu!

**11**- Para dias de calor, faça gelos em cores e formatos diferentes e coloque em uma vasilha de plástico, deixando que seu filho pense na possibilidade de transferir as pedras para a banheira.

**12** - Construa um caminho para a água percorrer dentro de tubos e garrafas plásticas até cair dentro da banheira ou do box. Use diversos materiais, como tubos e plásticos e prenda com fita adesiva na parede do banheiro.

**13** - Esconda os objetos do bebê (como os brinquedos) debaixo de um pano e os descubra logo em seguida.

**14**- Faça sons variados com a boca, por exemplo, estale a língua, imite pássaros e animais. Isto ajudará seu bebê a distinguir os sons, além de se divertirem muito!

**15** - Coloque o chocalho na mão do bebê, chacoalhe suavemente e diga "Ouvii esse som? Você que fez!" Enfatizar a recompensa faz o bebê tentar de novo!

**16** - Deixe o móbile tocar e cantarole junto, mude a posição do móbile de vez em quando ou mude a posição do bebê para dar uma visão diferente.



**17** - Brinque de fazer caretas. Bebês adoram olhar rostos e vai adorar ver sua boca, seus olhos e suas mãos em movimentos diferentes. Mesmo que ele não demonstre grandes reações, como dar risadas, ficará entretido tentando entender.

**18** - Segurando o bebê no colo, rode, leve na altura da sua cabeça e desça, pule. Eles vão adorar as novas sensações que esses movimentos proporcionam. Tome cuidado apenas para sempre deixar a coluna e o pescoço apoiados em seus braços. Nada de grandes malabarismos enquanto o bebê não estiver firme.

**19** - A tradicional brincadeira de "Cadê? Achou!" é sempre um sucesso. Esconda seu rosto com as mãos ou com um pedaço de pano e brinque bastante. Se o bebê não ficar irritado, vale também esconder o rostinho dele. Além de diverti-lo, seu filho aprenderá que quando algo desaparece, não significa que deixa de existir. O objeto vai e volta. E isso vai ajudá-lo inclusive a aprender que você também vai e volta.

**20** - Outra brincadeira bem tradicional e simples: finja que seus dedos são formiguinhas e vá "andando" pelo corpo do bebê. As risadinhas estão garantidas...

**21** - Use os olhos para piscar! Pisque devagar, depois rápido, revire os olhos, feche e abra em velocidades diferentes. Os bebês adoram ficar observando essas ações e com o tempo tentarão imitar.

**22** - Deixe o bebê perto de bichinhos de pelúcia de diferentes cores, formatos e texturas para ele conhecer novas sensações táteis e visuais. Encoste o ursinho nele e deixe que sua mãozinha o toque da forma como ele conseguir. Use os bichinhos também como um tipo de fantoche para conversar e cantar.

**23** - Deite ao lado do seu filho na cama ou no edredom e estimule os seus movimentos rolando seu corpinho, colocando ele de bruços. Aperte o colchão para seu corpo dar pulinhos, como se estivesse em uma cama elástica.

**24** - Brinque de empilhar coisas juntamente com ele. Pode ser brinquedos próprios para isso ou objetos caseiros com os quais você improvisa. Mostre como colocar um em cima do outro. Talvez demore alguns meses para ele conseguir fazer isso, mas a parte de derrubar tudo com a mãozinha já será uma curtição.

**25** - Conte histórias, sempre pequenas para não cansar a criança, imitando vozes e fazendo caretas. Folhear livros infantis com ilustrações grandes e bonitas também irá diverti-lo, além de estimular sua relação com a literatura no futuro. Existem alguns que oferecem algum tipo de interação, como texturas diferentes, janelas do tipo pop-up e sons. Mas nada se compara a você contando uma história...





**26** - Quando aprender a engatinhar, o bebê começará a explorar a casa. Os móveis se transformarão em brinquedos também. Participe da brincadeira montando cabaninhas e túneis para vocês passarem por baixo. Lençóis, cadeiras e sofás vão ajudar bastante.

**27** - Coloque diversas almofadas e travesseiros em cima de um edredom e deixe o bebê rolar pra lá e para cá, explorando as alturas e os obstáculos que esses objetos proporcionam. Faça isso no chão – e não em cima da cama – assim, você poderá brincar mais relaxada, sem se preocupar com que seu filho caia.

**28** - Carrinhos ou bichinhos que possam ser puxados por vocês dois são um sucesso nesta fase. Se não tiver um pronto, improvise amarrando suas pelúcias preferidas e saia puxando pela casa.

**29** - Toda criança fica fascinada com bolinhas de sabão e essa pode ser uma ótima forma de brincar com elas. Vá fazendo bolinhas de forma que elas caiam sobre o seu filho e ele possa andar um pouquinho para pegá-las.

**30** - Coloque papel kraft no chão, pinte seus pés e suas mãozinhas e saiam fazendo carimbos. Rende uma bela recordação.

**31** - Lembra do "serra, serra, serrador..."? Pois invista em todas as brincadeiras que seus pais faziam com você quando criança. Esta, em particular, por causa dos movimentos, da sua atenção e da canção bacana, é uma das preferidas dos pequenos.



# 1 A 2 ANOS

Agora, seu bebê já tem autonomia e está crescendo! Provavelmente já anda e começa a se arriscar ao explorar cantinhos novos e objetos desconhecidos. Uma forma de acompanhar seu crescimento é fazer brincadeiras que, além de muito divertidas, farão com que você veja, de perto, como é possível aprender todos os dias, brincando. Perto dos dois anos, é um bebê que já nem se parece mais um! Chegou a fase que a criança começa a fazer relações entre formas e objetos e consegue ter habilidades motoras bem mais desenvolvidas. Por isso, o legal é explorar ao máximo a curiosidade e proporcionar a ela momentos que mexam mais ainda com sentidos e sensações.

## Sugestões

**1 - Descoberta com Gel:** Um saco cheio de gel pode despertar a curiosidade das pequenas mãos. Essa brincadeira é bastante sensorial, os bebês têm contato com a textura do gel, mas sem fazer bagunça nem sujeira. Ou seja, perfeita para fazer rapidinho e não ter trabalho nenhum pra limpar depois. E ainda ver o bebê super feliz e encantando com a experiência.

Pegue um saco plástico tipo ziploc, gel e alguns objetos pequenos, podem ser olhinhos ou botões.

Coloque um pouco do gel dentro do saco, não precisa encher, e alguns dos objetos.

Prenda na janela ou numa parede com fita adesiva, daquelas de embalar caixa de mudança e chame o bebê para brincar.

Dicas importantes: Feche bem o seu ziploc. Pode colocar uma fita adesiva para lacerar melhor. Se quiser, pode colocar um pouco de corante ou misturar alguns objetos coloridos.

**2 - Brincar nas poças de chuva:** Chuva encanta os pequenos. Desde cedo, podemos colocá-los para assistirem a chuva pela janela. Mas quando crescem um pouco, a experiência sensorial pode ser ter contato com as poças de água. Vamos brincar e aproveitar junto com os bebês! Vai ser um ótimo estímulo para quem está dando os primeiros passinhos.

Levem os bebês para conhecer algumas poças, deixem que andem nelas, e até coloquem as mãos. Aproveitem e divirtam-se juntos!

Dica importante: Coloque roupas confortáveis no bebê e em você. Não ligue muito para sujeira e corram para o banho quando a brincadeira acabar.



**3 - Observar a Natureza:** Mostrar para o bebê e ver com ele a natureza, redescobrimo cada árvore e canto dos pássaros. Afinal, para os pequenos, tudo é novidade e beleza! Acorde cedinho e vá lá pra fora. Pode ser um quintal, um parque ou uma praça. Tente ver a natureza como sei fosse a primeira vez. Para o bebê será.

Mostre as plantas das árvores e escutem os sons dos pássaros. Conte para o bebê tudo que estão vendo; converse com ele e aponte para cada novidade.

Dica importante: Deixe o bebê explorar o chão e tocar nas pedrinhas e grama. Sempre de olho para não colocar na boca.

**4 - Pompom no papel colante:** A textura do papel colante junto com a possibilidade de grudar e desgrudar os pompons (tem em armarinhos e lojas de artesanato) dele são fascinantes para crianças e bebês. Eles ficam encantados e as possibilidades são muitas. E ainda trabalham a coordenação motora fina e o movimento de pinça.

Prenda uma folha de papel colante na janela com fita adesiva nas bordas. E grude um pompom para que o bebê copie a ideia com outros.

Coloque os pompons no chão e o papel colante numa altura que o bebê precise se abaixar para pegar e ficar em pé para colar, assim vai trabalhar o equilíbrio e força.

Dica importante: Se não achar pompom, vale usar algodão bolinha colorido.

**5 - Post-it no papel colante:** Essa brincadeira é uma evolução de colar o post-it no cadeirão. A ideia é aumentar a brincadeira sensorial com outra textura: o papel colante. Agora ele vai aproveitar ainda mais!

1. Grude com fita adesiva um pedaço de post it na mesa do cadeirão, com a parte que gruda do papel colante para cima.

2. Destaque alguns post -it e cole na bandeja e no papel colante e deixe o bebê explorar.

**6 - Algodão no pote:** A curiosidade dos bebês é incrível. Com um pote e algodão, daqueles de bolinha, eles podem se divertir por muito tempo só com as possibilidades de descobrir como as coisas funcionam.

Separe algumas bolinhas de algodão e um pote de plástico. Deixe algumas bolinhas dentro do pote e outras no chão.

Entregue e deixe o bebê explorar.

Dicas importantes: Fique sempre de olho para evitar que o bebê coloque o algodão na boca. Lembre que não tem certo ou errado na brincadeira, deixe o bebê explorar livremente os objetos. Se você quiser, pode também mostrar como colocar dentro do pote, que o bebê deve tentar copiar.

**7 - Cofrinho de pauzinho de picolé:** Bebês nessa idade adoram brincadeiras de tirar e por. Faça um pequeno orifício na tampa de uma lata de leite vazia. Mostre ao bebê como enfiar os pauzinhos pelo orifício e depois como abrir a lata e tirar tudo de novo.

A lata deverá ter a tampa plástica.



**8 - Mexer com Massinha:** Massinha faz sucesso com os pequenos. E também é importante para o desenvolvimento motor. Alguns adultos ficam preocupados e evitam a massinha por medo dos bebês colocarem na boca, por isso a massinha caseira pode ser uma solução.

Material:

4 xícaras de farinha de trigo

1 xícara de sal

1 colher de sopa de óleo

1 colher de sopa de vinagre

Água

Corante de alimentos

Misture a farinha e o sal e depois acrescente o óleo. Continue mexendo e acrescente o vinagre. Depois coloque água aos poucos até chegar na consistência de massinha. Água demais deixa grudenta, então, coloque aos poucos. Divida a massinha em partes e pingue gotas de corantes de alimentos e misturar para ficarem coloridas. Você pode apresentar a massinha em forma de bolinhas para o bebê.

Dicas importantes: Mesmo sendo caseira é importante ficar de olho enquanto o bebê brinca. A quantidade de sal na massinha, para ajudar na textura e na conservação, é muito grande, o que pode provocar uma reação desagradável caso o bebê engula.

**9 - Brincar com Gelo:** Sentir o gelo derreter, tentar segurar e ele escapar são algumas possibilidades que os bebês podem descobrir brincando. E podem contar que os pequenos vão se divertir muito! Essa dica pode funcionar muito bem para distrair bebês em viagens de avião ou em restaurante.

Basta um copo plástico e uma pedra de gelo de cada vez.

Deixe o bebê pegar o gelo dentro do copo. Se escapar na mesa, deixe que tente segurar.

Pegue dois copos e mostre como passar o gelo de um copo para o outro e deixe que o bebê tente copiar.

Dicas importantes: Como gelo derrete devagar, não é uma brincadeira que molha muito.

**10 - Papel picado e água:** Papel molhado é diferente de papel seco. Adultos sabem disso, mas e os bebês, será que eles sabem? Ou será que precisam mexer, pegar, sentir para poder entender? Vamos fazer a brincadeira e ver como os bebês vão fazer!

Rasgue algumas folhas de revista impressa em papel tipo couchê e coloque num pote com água.

Entregue para o bebê, junto com algumas colheres ou pás de brinquedo.

**11 - Enfiar o espaguete no escorredor:** Separar um pouco de espaguete cru. Virar o escorredor de macarrão de cabeça para baixo. Enfiar o espaguete nos buraquinhos



**12 - Caixa Sensorial de Arroz:** O arroz está bastante presente nas brincadeiras sensoriais pois possibilita algumas atividades bem divertidas. A caixa de arroz atíça a curiosidade e ainda pode trabalhar a coordenação motora, com a transferência do arroz de um pote para outro.

Coloque o arroz em uma caixa organizadora (pode ser de papelão também) e misture alguns brinquedos como animais, colheres e panelinhas.

Deixe a criança explorar. Ela pode transferir o arroz usando a colher para uma panelinha. Pode procurar os animais. Pode até só brincar com o arroz e jogar um pouco para fora. Não tem problema, a brincadeira é assim mesmo.

Dicas importantes: Que tal aumentar a experiência e colorir o arroz? Basta pintar antes de brincar, usando corante de alimentos e vinagre. Junto os 3 em um saco, misture bem e depois deixe secar aberto em uma bandeja. As cores são fascinantes para bebês. Experimente!

Fique sempre de olho para que não comam o arroz cru. Se a criança quiser andar no arroz que caiu no chão, ajude dando a mão pois o arroz deixa o chão muito escorregadio.

**13 - Mexer com Areia:** O tanque de areia, presente em pracinhas e creches, guarda muitas possibilidades para o bebê. A brincadeira sensorial com areia é fascinante. Deixe o bebê descalço para aproveitar ainda mais a atividade.

Leve alguns brinquedos como baldinhos, pás, formas para o tanque de areia e deixe o bebê explorar.

Se quiser, faça seu próprio tanque em casa com areia colorida e uma caixa grande que dê para o bebê entrar

Dicas importantes: Fique atento para evitar areia nos olhos.

**14 - Espuma de Barbear:** Brincadeira com espumar de barbear e corante pode ser um sucesso sensorial para os bebês. A textura é macia e gostosa de pegar. Vamos testar? Alguns bebês passam pela fase do nojinho e não querem pegar, mas essa experiência vale a pena.

Coloque um pouco de espuma de barbear sobre a mesa do cadeirão de alimentação do bebê e pingue algumas gotas de corante.

Vale colocar várias cores diferentes para eles misturarem.

Dicas importantes: Que tal esconder um brinquedo, daqueles de banho, e pedir para o bebê achar no meio da espuma?

Se o bebê ficar com nojinho, coloque você a mão para que ele veja que não ruim. Mas que tranquilo, que é normal ter essa reação e com o tempo passa.



**15 - Gelatina com Botão:** Brincar de encontrar botões na gelatina une uma atividade sensorial com desenvolvimento motor. Ah, e muita diversão também! Imaginem a delícia que é apertar a gelatina até encontrar o botão! Que tal experimentar!

Faça a gelatina normalmente.

Quando colocar na geladeira, jogue alguns botões dentro. Quando ficar pronta, tire do pote e entregue para o bebê.

Deixe o bebê explorar livremente com as mãos

Dica importante: Se o bebê estiver na fase de sentir mais nojinho, pode ser uma opção dar uma colher para ajudar a retirar os botões.

**16 - Maisena e água:** Sentir a textura da maisena seca, como farinha, é muito gostoso. Comparar a textura com ela molhada é mais divertido ainda. Isso porque a maisena com água fica diferente, parece uma geleca, mas escorre como água. É sensacional e até os adultos vão amar!

Coloque em um pote plástico um pouco de farinha de maisena.

Deixe alguns brinquedos juntos e uma colher para o bebê mexer.

Vale deixar outro pote perto para o bebê fazer a transferência com a colher.

Depois do bebê sentir a maisena como farinha, coloque água e veja a diferença.

Dicas importantes: Coloque uma toalha ou tapete grande para proteger o chão e diminuir a bagunça. Sempre brinque junto com os pequenos.

**17 - Caixa Sensorial com Macarrão:** Deixar o bebê sentir o macarrão cru, manipular entre um pote e outro ou pegar com uma colher. São inúmeras possibilidades de brincadeiras apenas com macarrão.

Coloque um pouco de macarrão em um pote de plástico.

Deixe outros potes e colheres perto para que o bebê escolha como brincar.

Dicas importantes: Ideal esperar que a fase oral tenha passado para evitar que o bebê coma o macarrão cru. Se cair um pouco de macarrão no chão, faz parte da brincadeira. Evite corrigir e pegar. Na hora de limpar, vale pedir ajuda do bebê.

**18 - Caminhar no plástico bolha:** Estourar plástico bolha é uma delícia! Quem nunca pegou um pedaço e ficou um tempão na mão até não ter nenhuma bolinha pra contar história? Essa brincadeira é ainda mais legal e vai divertir pequenos e grande pisando no tapete de plástico bolha.

Compre uns 2 metros de plástico bolha. Use novo para poder estourar.

Coloque no chão e prenda com fita adesiva nas laterais.

Chame o bebê para brincar e andar estourando as bolhas. Brinque junto!

Dicas importantes: Pés descalços são mais divertidos nessa brincadeira. O bebê pode engatinhar e estourar com as mãos e joelhos também.



**19 - Caixa de papel de seda:** Aquele papel fininho que alguns presentes são embrulhados podem virar uma atividade sensorial para os bebês.

Rasgue algumas folhas, se forem coloridas ainda melhor. Coloque em um pote plástico e entregue para o bebê brincar.

Dicas importantes: Uma ideia é rasgar o papel com o bebê para a preparação da brincadeira.

**20 - Zoológico:** Conforme o bebê aprende a falar, começa a fazer sons diversos. Portanto, faça uma viagem imaginária ao zoológico e aprenda sobre os animais, enquanto aprimora as capacidades auditivas e de linguagem do seu bebê.

#### Materiais

Bichinhos de pelúcia, figuras ou fotos grandes de animais.

Assento para criança.

Sua voz

#### Modo de fazer

Pegue vários bichinhos de pelúcia ou fotos grandes de animais.

Coloque o bebê na cadeirinha e sente-se de frente para ele.

Segure um dos bichinhos de pelúcia ou uma das figuras próximo ao seu rosto, para que o bebê possa ver a sua boca, então imite o som do animal.

Deixe o bebê também fazer a imitação do som do animal.

Segure o próximo bichinho ou figura e faça o som apropriado.

Repita com todos os animais ou figuras.

Segure novamente os bichinhos e as figuras, e faça uma pausa antes de imitar o som do animal, assim o bebê poderá antecipar o som.

Dicas importantes: Não faça os barulhos muito altos, o objetivo não é assustar o bebê.

**21 - Pescaria:** Encher uma bacia de água e colocar brinquedinhos dentro.

Entregar uma peneirinha nas mãos do bebê e ensiná-lo a “pescar” os brinquedinhos.

Dicas importantes: Fique sempre ao lado do bebê com recipientes cheios de água.

**22 - Algodão Molhado:** Descobrir como as bolinhas de algodão funcionam na água pode ser muito legal para os bebês. Eles vão poder sentir as bolinhas mais pesadas. E quando apertar, podem sentir a água sair da bolinha. Uma brincadeira com muitas possibilidades e com diversão garantida para os bebês!

Coloque água na caixa organizadora, não precisa encher, jogue algumas bolinhas de algodão dentro.

Deixe o bebê explorar e mexer nas bolinhas e na água.





**23 - Colheres e grãos:** Integrar o bebê na rotina da família é super importante para aumentar o tempo junto com eles. Então, que tal fazer uma brincadeira enquanto prepara o café da manhã ou o almoço? Brincando com grãos e algumas colheres vocês vão aproveitar o momento juntos e o bebê ainda vai desenvolver a coordenação motora fina e a coordenação olho-mão.

Na bandeja do cadeirão, coloque um pote com alguns grãos. Pode ser café, arroz, feijão, o que forem cozinhar! E deixe outro pote vazio e algumas colheres.

Se o bebê já participa da rotina, provavelmente ele vai imitar os adultos e tentar transferir os grãos de um pote para o outro.

Dica importante: Nas tentativas, o bebê pode derrubar um pouco de grãos. Nessa hora não brigue com ele, pois é o momento de tentar, errar e aprender. Valorize o esforço dele.





# 2 A 3 ANOS

As atividades lúdicas são os meios pelos quais as crianças se comunicam, se divertem e desenvolvem habilidades. Com imaginação e criatividade é possível inventar muitas brincadeiras lúdicas, manuais, artísticas ou que estimulem seu raciocínio e concentração. A partir dos 2 ou 3 anos o brinquedo assume uma forma simbólica. Onde a criança observa seu meio e gosta de imitar. Com objetos de casa ou materiais recicláveis podemos desenvolver brincadeiras diferentes e divertidas. Não precisa ser um brinquedo de fato, o que interessa é sua representatividade lúdica.

## Sugestões

**1 - Pista de carrinho:** Usando fita crepe para fazer a pista no chão. Junto com a criança brincar com os carrinhos.

**2 - Varal de fitas:** Com uma linha ou barbante fazer o varal e junto com a criança pendurar as fitas com prendedores. Estimula a coordenação motora fina.

**3 - Circuito de atividades em casa:** Usando almofadas, objetos de casa. Pede para a criança achar cores, formas diferentes.

**4 - Professor dos brinquedos:** Exemplo seria fazer a criança ensinar uma boneca (o) a dar cambalhotas. Faz com que a mesma demonstre seu entendimento do mundo.

**5 - Contar histórias com desenho:** Usar desenhos para contar histórias para a criança, ajudando-a a desenvolver a fala.

**6 - Que música é essa?** Brincadeira simples para desenvolver habilidades como: atenção, foco, memória, linguagem, podendo ser realizada em qualquer lugar e ambiente com a criança.

**7 - Caça ao tesouro sensorial:** Espalhar pela casa brinquedos e objetos com cores e texturas diferentes e fazer a criança procurar.

**8 - Afunda ou flutua:** Com objetos variados e uma bacia com água, a criança brinca de adivinhar o que afunda ou flutua.



**9 - Deixar a criança inventar a brincadeira:** Estimular a imaginação e entrar na onda da criança.

**10 - Água e esponja:** Cortar uma esponja em pedacinhos e colocar em uma bacia com água e outra bacia ao lado vazia, dar a criança um pegador de gelo e ensina-la a transferir as esponjas para outra bacia. Outra ideia é usar esponjas grandes e pede para criança encher de água e espremer na bacia vazia.

**11 - Jogo dos pares no arroz:** Pegar uma bacia, coloca arroz e esconde objetos iguais e faz a criança procurar os pares, tipo duas colheres, dois blocos de montar.

**12 - Brincando com pedaço de papel:** Picar papéis velhos e propor colagens de papeis, formando algum desenho, ou forrar objetos com as sobras de papéis.

**13 - Galhos e lãs:** Enrolar a lã coloridas nos galhos formando lindos arranjos.

**14 - Brincando com tampas:** São lúdicas, fáceis de encontrar, criam desenhos, empilham... basta juntar diversas com tamanhos diferentes e deixar a criança usar a imaginação.

**15 - Cortina sensorial:** Requer espaço e mãos, é uma brincadeira coletiva. Usar diversas garrafas sensoriais diferentes e montar uma cortina com elas.

**16 - Caixa sensorial jardim de gelatina:** Fazer uma enorme travessa de gelatina e jogar pedacinhos de frutas e legumes feitos com cortadores de biscoitos para a brincadeira ficar atraente, para a criança explorar formas, cores e sabores.

**17 - Pintando com os pés:** O ideal é que seja realizada ao ar livre, pois é uma brincadeira que faz muita sujeira. Pode usar papel bolha para fazer uma botinha e não sujar os pés. Use um papel ou tecido grande e tintas de diferentes cores para a criança brincar de pintar com os pés.

**18 - Carimbos naturais:** Usando cortadores de biscoitos transforma batatas, cenouras, pimentões em carimbos naturais. Use tintas de varias cores e deixe a criança criar lindos desenhos.

**19 - Esconde-esconde:** uma das brincadeiras mais tradicionais e que ainda fazem muito sucesso entre 2 e 3 anos é a brincadeira de esconde-esconde, muito divertida e empolgante para as crianças nessa faixa etária;

**20 - Massinha de modelar:** Com certeza as massinhas de modelar não podem faltar, é uma brincadeira para as crianças de 2 anos que pode estimular vários sentidos ao mesmo tempo e as crianças adoram!



**21- Chocalhos Diferentes:** Guarde garrafas pequenas tipo Pet, você pode criar diferentes tipos chocalhos com elas. Você pode colocar dentro milho de pipoca, areia (você colorir a areia com corantes específicos), mistura de água com glitter, lantejoulas, estrelinhas e afins, feijão, arroz, e o que preferir. O efeito que esses chocalhos causam nas crianças é encantador, as crianças se apaixonam! A partir dos 2 anos elas mesmas podem ajudar você nessa confecção;

**22 - Serra-serra Serrador:** essa brincadeira é ótima para crianças de 2 anos e pode ser feita com bebês a partir dos 6 meses também! Coloque a criança no colo. Segure os bracinhos dela estendidos e faça movimentos para frente e para trás cantando:

“Serra, serra, serrador  
Serra o papo do vovô!  
Quantas tábuas já serrou?  
Uma, duas, três!”

**23 - Caixa Surpresa:** Muito utilizada em escolinhas e por muitas babás, a Caixa Surpresa é uma das brincadeiras favoritas para crianças de 2 anos. Dentro de uma caixa você pode colocar materiais diversos: bichos de pelúcias, um porta-retrato, uma garrafinha de plástico, uma colher, um óculos de brinquedo, e o que desejar! Você pode fazer um orifício grande o suficiente para que a criança de 2 anos coloque a mão lá dentro e consiga pegar o objeto, estimulando sempre sua imaginação, perguntando o que será que tem lá dentro;

**24 - Hora da história:** a “Hora da História” pode se tornar uma das brincadeiras mais divertidas para as crianças de 2 anos, crie um momento dentro da rotina da criança que tenha a “Hora da História”, você perceberá como essa hora será aguardada pela criança. As crianças de 2 anos adoram história repetida, é uma maneira deles tentarem memorizar também e é fundamental para seu desenvolvimento;

**25 - Hora do Show:** use um microfone de brinquedo ou improvise um e crie com a criança um repertório de músicas que vocês cantarão. Escolha um ou mais dias da semana em que terá a “Hora do Show” e se divirtam, pois essa brincadeira para as crianças de 2 anos estimula a falar, ouvir e tentar pronunciar várias sílabas novas para elas;

**26 - Ache e encaixe:** é uma brincadeira para as crianças de 2 anos que a deixam bem concentradas. Coloque à disposição da criança diversos potes com tampas plásticas do tipo tupperware e que tenham encaixe fácil, de diversos tamanhos e formatos espalhe tudo em um espaço do chão. A criança vai adorar encontrar as tampas dos respectivos potes;



# 3 A 4 ANOS

As crianças nesta idade estão a todo vapor buscando alimentar a sua curiosidade, aprendendo a pensar mais claramente, e iniciando a fase de perguntar o por quê de tudo o tempo todo. O desenvolvimento motor esta cada vez melhor, o desenvolvimento cognitivo deixa o senso de tempo mais claro e ele além de conhecer sua rotina ele(a) tentará descobrir a dos outros, quando por exemplo, aguardar ansiosamente pela chegada do carteiro, que passa em dias específicos. A disposição para brincar e fazer arte aumenta junto com a energia para se divertir.

Aproveite esse momento ao lado do(a) pequeno(a), passem tempo ao ar livre, dancem, pulem, observem bastante, explorem a natureza. Ela renderá boas conversas e com certeza muitos sorrisos e lembranças maravilhosas desse tempo junto.

## Sugestões

**1 - Bandeja de areia e números/letras:** Desenhe letras e números em cartões e peça que a criança reproduza-os com os dedos em uma bandeja com areia. Quando ela tiver escolhido um cartão, diga em voz alta o que está desenhado nele (“a letra A”, “o número 6” etc.). Os desenhos da areia não precisam ser perfeitamente iguais aos dos cartões: o importante aqui é a criança se familiarizar com o alfabeto e os números de forma física. Benefício: Auxilia em casa o começo da alfabetização escolar.

**2 - Abrindo e fechando os cadeados:** Existem duas versões desta atividade. Na primeira, coloque cadeados e suas chaves soltos e separadamente em uma bandeja. Entregue tudo à criança e peça que ela abra os cadeados, tentando chave a chave. Quando todos estiverem abertos, a tarefa é fechá-los, misturar as chaves e começar tudo de novo. Trabalha a coordenação motora fina e a noção de pares.

**3 - Desenhos com pedaços de papel:** Corte vários pedaços de papel de presente, daqueles bem coloridos, e coloque à disposição da criança uma cartolina branca. Peça para ela pode fazer uma colagem a partir dos pedaços ou preencher com eles um desenho já pronto.

**4 - Galhos enrolados:** Colha alguns galhos de árvore pequenos e separe novelos de lã e linhas coloridas. A atividade consiste em enrolar os pedaços de madeira em seus mais diferentes formatos com o material, fio a fio. Ao final, você terá um belo arranjo de galhos coloridos, que pode ser utilizado para decorar o quarto de seu filho! Durante as atividades de colagem de papeis e galhos de lã, que podem ser feitas dentro de casa e demandam mais atenção, coloque uma música relaxante no ambiente para estimular a concentração!



**5 - Separando as peças de roupa:** Organizar as roupas limpas é uma ótima atividade para o desenvolvimento da criança. Ao tirar as roupas da criança do varal ou da secadora, empilhe-as sem ordem e peça que ela as separe em pilhas: uma de camisetas, uma de shorts, uma de calças e assim por diante. Para evitar que as meias, tão pequenas, se percam, coloque-as isoladamente em um cesto. Benefícios: Desenvolve a organização e o senso de responsabilidade pelos próprios pertences. E, de quebra, ajuda a mamãe e o papai.

**6- Limpar a mesa/janela:** Pegar um borrifador com água e um pano. Borrife um pouco de água na superfície a ser limpa e oriente a criança a passar o pano por cima, limpando e secando onde está molhado. Caso a criança ainda não consiga utilizar o borrifador, apenas umedeça o pano e mostre à criança como prosseguir. Desenvolve e treina o movimento de pinça.

**7 - Caixa sensorial:** Coloque diferentes objetos dentro de uma caixa e faça dois buracos em uma de suas laterais (grandes o suficiente para que a mão da criança passe por ele). A criança deverá colocar as mãos dentro da caixa e, apalpando os objetos, descobrir o que eles são. É importante que sejam objetos que a criança conheça, para a brincadeira não ficar difícil demais e desinteressar o pequeno. Uma variação: colocar dentro da caixa frutas com que a criança esteja familiarizada. Uma variação dessa brincadeira é vendar os olhos da criança com um lenço ou uma máscara, caso ela permita, e oferecer três frutas para que a criança possa tentar adivinhar qual fruta é. Benefícios: Trabalha o tato, paladar, a imaginação e a fixação de palavras/vocabulário.

**8 - Contêineres com água:** Contêineres cheios de água dão asas à imaginação para espaços de banho, laguinhos ou aquários. Desafie os pequenos a adivinhar quais objetos vão flutuar. Brincar com variações de temperatura também é ótima ginástica para o cérebro.

**9 - Espumas coloridas:** Creme de barbear, gelatina e massinha de modelar proporcionam exercício de familiarização com texturas e desenvolvem a coordenação motora fina e o movimento de pinça do polegar com o indicador.

**10 - Balões com água dentro da banheira:** Encher balões com água e coloca-los na banheira enquanto a criança toma banho. Eles flutuam, podem ser apertados e ainda servem como bola. Usar uma gota de corante alimentício diferente dentro da água em cada balão aumenta a diversão e ainda pode ensinar sobre misturas de cores. (Do site [www.learning4kids.net](http://www.learning4kids.net))

**11 - Parque dos dinossauros:** Encher uma caixa de areia e colocar miniatura de animais, que podem ser dinossauros, além de plantas e pedras. Outra sugestão: escavação arqueológica para encontrar um "tesouro"; caça às letras do alfabeto enterradas na areia... (Mais no site [www.botoezinhos.com](http://www.botoezinhos.com) ).



**12 - Era do Gelo:** Um mundo gelado emerge de uma bacia de plástico com água e pedaços de gelo que foram congelados em copos ou outras vasilhas com formatos variados. Pequenos animais marinhos completam o visual. (Do site [www.learning4kids.net](http://www.learning4kids.net))

**13 - Gelatina divertida:** A gelatina, preparada em diferentes sabores podem ser desenhadas sobre uma bandeja, para deleite de mãos curiosas ( <http://www.mothingwithcreativity.com>)

**14 - Banho com letras:** Recorte letras de esponja e coloque na água da banheira. (site [www.learning4kids.net](http://www.learning4kids.net) )

**15 - Jardim de Arroz:** Coloque arroz colorido em uma caixa e miniaturas formando um pequeno jardim, que com certeza vai render horas divertidas cheias de imaginação. (Também no blog [www.botoezinhos.com](http://www.botoezinhos.com))

**16 - Você quer brincar na neve?** Um pouco de neve, mesmo no verão? É só usar creme de barbear. E ainda dá para montar uns cenários. (Veja mais em <http://growingajeweledrose.com/>)

**17 - Barcos de Gelo:** Gelo também pode ser matéria-prima de barquinhos coloridos. São blocos de gelo feitos com água tingida com corante. Na hora de congelar, ponha junto um palito, para fazer o mastro. (Do site [www.learning4kids.net](http://www.learning4kids.net))

**18 - Frutinhas na gelatina:** Além de prender a atenção dos pequenos, essa brincadeira é muito gostosa e educativa. Faça uma travessa grande de gelatina e depois pique tudo em cubinhos, insira na mistura pedaços pequenos de diferentes frutas, como carambola, morango, uva e maçã. A tarefa de seu filho, então, será explorar a gelatina, encontrar as frutinhas e experimentar a mistura!

**19 - Bambolê sensorial:** Essa brincadeira é um grande sucesso entre os pequenos! O processo de confecção do bambolê é bastante simples, porém demanda algum tempo. Amarre várias fitas e retalhos de tecidos coloridos de diferentes comprimentos em um bambolê e deixe que seu filho exercite a imaginação ao experimentar o objeto, correndo, saltitando e rodando ao ar livre.

**20 - Círculos no chão:** Desenhe ou marque circuitos lineares no chão, com fitas adesivas ou cordões coloridos. Elas deverão andar sobre o caminho marcado, um pé na frente do outro. Benefícios: Desenvolve a psicomotricidade, as noções do próprio corpo e o equilíbrio.





**21 - Cuidado com a boneca:** Objetivo: Brincar de faz-de-conta e despertar o senso de responsabilidade. Como fazer: Espalhe pelo sofá e pelo chão bonecas, suas roupinhas e acessórios (como fraldas, mamadeiras e chupetas). Proponha que o bebê cuide dela como os adultos cuidam dele. Ajude a colocar e tirar roupinhas e fraldas e a encaixar a boneca no colo do bebê, para que ela fique “confortável”. Proponha banhos imaginários na boneca e passeios com ela pela casa.

**22 - Um pincel, muitos papéis:** Objetivo: Explorar possibilidades de registros gráficos e permitir que a criança se expresse de forma não-verbal. Como fazer: Disponibilize tintas guache e um pincel ao lado de papéis de diferentes materiais e texturas (cartolina, EVA, papel kraft, papel enrugado) e deixe a criança explorar, pintar, se expressar. Esta brincadeira pode fazer um pouco de sujeira, então forre o que for necessário ao redor e deixe a criança com uma roupinha que possa ir direto para a máquina de lavar na sequência. (jackf/Thinkstock/Getty Images)

**23 - Esconde-esconde:** Objetivo: Trabalhar a paciência e a capacidade de dedução da criança. Como fazer: Escolha ou sorteie uma criança para ser o primeiro pegador. Ela terá de cobrir os olhos e contar até 20, enquanto os outros participantes se escondem. Acabada a contagem, ela sai atrás dos outros participantes. O primeiro a ser encontrado é o próximo pegador.

**24 - A colheita dos passarinhos:** Objetivo: Integrar as crianças e trabalhar o senso de colaboração. Como fazer: Você precisará preparar passarinhos de origami ou imprimir/recortar de revistas passarinhos das cores amarelo, vermelho, verde e azul. Cada criança receberá uma cestinha marcada com uma dessas cores e um envelope com diversos desses passarinhos, de cores variadas. A primeira instrução será colocar em sua cestinha os passarinhos da mesma cor dela. Em seguida, as crianças trocarão entre elas os passarinhos que sobrarem, com o objetivo de encher todas as cestinhas com os origamis ou recortes das respectivas cores.

**25 - Pega-rabo:** Objetivo: Divertir e trabalhar os sentidos de autoproteção e estratégia. Como fazer: Cada participante ganha algumas tiras de papel ou de tecido e as prende na parte traseira da cintura da calça, para simular um rabo. Ao sinal do adulto que estiver supervisionando, todos têm o mesmo objetivo: proteger os próprios rabinhos e pegar os rabinhos dos amigos. Depois de 5 minutos, o adulto sinaliza que é para todos pararem e faz a contagem de rabinhos de cada um. Os rabinhos são distribuídos novamente e a brincadeira recomeça.

**26 - Brincadeiras ao ar livre:** Passear com a criança, pisar na grama, abraçar árvores, sentir o cheiro de flores, pisar em folhas secas. Pedir para a criança identificar as cores ao observar flores/ plantas nas praças ou parques.



27 - **Água e esponjas:** Brincar com água é um jeito superdivertido de estimular os sentidos. Cortamos uma esponja de banho em pequenos cubos e colocamos os pedacinhos em uma bacia com um pouco de água. Deixamos ao lado outra bacia vazia e entregamos para Alice um pegador de gelo. A ideia era transferir as esponjas de uma bacia para a outra. Outra maneira divertida de brincar é transferir toda a água de uma bacia para a outra usando apenas esponjas. Use esponjas grandes e peça para a criança encher de água e espremer na outra bacia até a primeira ficar seca.

28 - **Jogo dos pares no arroz:** Você vai precisar de uma bacia, arroz (não precisa necessariamente ser colorido) e alguns objetos para a criança buscar no arroz. Forre o chão com uma toalha, fica mais fácil recolher a bagunça depois. A dica é criar o seu próprio jogo de encontrar os iguais usando objetos da casa. Duas colheres, dois blocos de montar, duas bolinhas... qualquer par serve!

29 - **Brincando com tampas:** Tampinhas são muito lúdicas. Criam desenhos, empilham, encaixam, transformam-se em chapéu, em instrumentos musicais, bandeja, copo, roda e em tantas outras coisas que a imaginação pedir. Para brincar, basta juntar diversas com tamanhos diferentes e deixar a criançada usar a imaginação.

30 - **Cortina sensorial:** Essa brincadeira requer espaço e mãos, é uma brincadeira coletiva. A ideia é usar garrafas sensoriais diferentes e diversas para montar uma enorme cortina. Para fazer, basta usar a criatividade, soltar a imaginação e usar um pouquinho de tudo para montar as garrafas.

31 - **Pintando com os pés:** Essa brincadeira faz sujeira! O ideal é escolher espaços ao ar livre. Com papel bolha, você pode fazer uma 'botinha' para os pequenos, assim não suja os pés. Use um pedaço de papel grande, estenda no chão, e tintas de diferentes cores para as crianças brincarem de pintar com os pés. Ah, pode ser que no meio da brincadeira as botinhas sejam deixadas totalmente de lado. E tudo bem.

32 - **Massinha com purpurina: fábrica de cupcakes:** Usando massinha colorida, dá para brincar de cozinhar, fazer *cupcakes*, por exemplo. Com outros materiais, é possível enfeitar os *cupcakes*. Essa é uma brincadeira que as crianças adoram por ser puramente criativa e eles podem criar o que quiserem.

33 - **Foguete de Canudo de Papel:** Super simples de fazer e diversão garantida para aqueles momentos em que bate um tédio dentro de casa. Com a vantagem de ser ótimo também para brincar lá fora.

34 - **Brincadeiras com caixa de papelão:** Aqui tem tanta coisa legal para fazer com uma caixa de papelão, que você não vai desperdiçar a próxima que aparecer na sua frente!





# 4 A 5 ANOS

Crianças nesta faixa etária estão em pleno desenvolvimento e tentam a todo instante compreender o mundo de pessoas e objetos que as cercam. Elas estão buscando por conhecimento e estão na fase em que entendem ideias e conceitos cada vez mais complexos, conhecida como a fase dos “por quês?”. Também estão com uma melhor coordenação motora e muito mais energia para o dia a dia.

Permita que seus filhos(as) brinquem ao ar livre. Crianças ativas fisicamente são mais saudáveis, fortes e sociáveis. Além disso, dormem melhor e desenvolvem mais cedo habilidades físicas e emocionais importantes para sua formação.

## Sugestões

**1 - Fazer caretas em frente ao espelho, desenhar mascara com diferentes carinhas em cartolina** – ajuda no desenvolvimento emocional, já que permite a criança reconhecer sentimentos próprios e de outras pessoas, desenvolve a capacidade de sentir empatia;

**2 - Quebra cabeça de até 24 peças, inventar historinhas, fazer teatrinho, lembrar objetos que tenham visto em alguma foto ou gravura** – permite a criança tentar entender e agir de acordo com as situações, favorecendo desenvolvimento cognitivo, assim como auxilia no desenvolvimento do raciocínio lógico;

**3 - Recorte e colagem** – a partir dos quatro anos a criança já pode utilizar a tesoura e esta atividade permite desenvolver a coordenação motora fina e imaginação, já que pode criar historinhas a partir dos recortes;

**4 - Amarelinha** – auxilia a criança a conhecer e escrever os números, exercita as habilidades de contar, raciocinar e ter equilíbrio;

**5 - O feiticeiro** – Atividade em grupo, onde todas as crianças devem ficar de pé e uma delas será escolhida como o feiticeiro. Ao sinal, ele deve perseguir os coleguinhas. Quem for tocado, estará enfeitado e deve ficar parado com as pernas afastas. Enquanto a perseguição continua, as outras crianças podem passar por baixo das pernas do colega, quebrando o feitiço. Substitua o feiticeiro de tempos em tempos – boa atividade física que desenvolve o senso de cooperação entre as crianças, tanto para salvar os colegas do feitiço, quanto para distrair o feiticeiro;



**6 - Adivinhação/ mímica** – utilizando palavras simples (como sentar, comer, prato e outros), permite que a criança dê sentido as palavras que conhece e com isso desenvolve seu raciocínio, permite correlacionar os objetos com as palavras e aumenta o vocabulário;

**7 - Caça ao tesouro** – você só precisará de lápis, papel, fitas ou postites coloridos. Demarque uma área da casa ou do quintal, espalhe as pistas dentro da área escolhida para que a criança encontre o tesouro – estimula a agilidade, atenção, concentração, raciocínio lógico, socialização, cooperação e estratégia;

**8 - Cabaninha** – utilize lençóis, cobertores ou toalhas, até com um par de cadeiras é possível criar uma cabana. As cabanas podem ser montadas no quintal, na sala ou no quarto. Dentro da cabana as crianças podem levar brinquedos para se divertir e soltar a imaginação criando histórias;

**9 - Morto – vivo:** Crianças formam uma fila, lado a lado. Uma delas fica de frente para as outras. Quando for dito “morto”, os colegas devem se agachar. Quando for dito “vivo”, todas precisam ficar de pé. As palavras podem ser alternadas e na velocidade que bem entender. Quem errar a posição, fica de fora até começar tudo de novo – atividade auxilia no desenvolvimento de coordenação motora e capacidade de concentração e atenção das crianças;

**10 - Pular corda:** umas das brincadeiras mais populares e divertidas da infância, além de ser muito divertida. A criança pode pular sozinha a corda ou com adulto ou outro coleguinha – principais habilidades motoras desenvolvidas com essa atividade são saltar com um e dois pés, agachar, girar e equilibrar-se;

**11 - Andar sobre os pés:** Criança sobe nos pés do seu pai ou da sua mãe e juntos andam pela casa ou dançam – atividade de alta conexão que auxilia no equilíbrio e na coordenação motora;

**12 - Corre-cutia / pega o rabinho / chicotinho queimado:** Crianças sentadas em roda e uma de fora segurando um lenço na mão (pegador). Enquanto todos cantam a música “Corre cotia na casa da tia, corre cipó na casa da avó, lencinho na mão, caiu no chão, mocinha bonita do meu coração”, o pegador que segura o lenço, disfarçadamente deixa cair atrás de alguém sentado na roda. Quando esta pessoa descobre que o lenço está atrás de si, deve correr para pegar o pegador, antes que ele sente em seu lugar na roda – brincadeira de muito movimento, junta atividade de correr e se movimentar com música e rima, o que ajuda no desenvolvimento do vocabulário.

*Dica Especial:* Sempre que possível brinque com seus filhos(as) e eternize esses momentos no coração de vocês, vale registrar com fotos e vídeos, mas lembre-se de se conectar com ele(a) e viver esse momento com intensidade.



## Referências

<https://www.tempojunto.com/>

<https://www.learning4kids.net/>

<https://paisefilhos.uol.com.br/mais/50-brincadeiras-para-o-seu-filho/>

<https://cursodebaba.com/brincadeiras-para-criancas-de-4-anos/>

[www.botoezinhos.com](http://www.botoezinhos.com)

