

(A) colhendo  
emoções: corpo e  
sentimentos

Interações e  
brincadeiras  
entre crianças,  
família e escola

Caderno 5



CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL  
PROFESSOR PAULO ROSAS

*(A) colhendo emoções:  
corpo e sentimentos*

*Interações e brincadeiras  
entre crianças,  
família e escola*

*Caderno 5*



Recife, 2020

# SUMÁRIO

Refletir para agir .....	04
Galeria de fotos .....	07
O pote da calma .....	17

## Histórias

O lugar das histórias no desenvolvimento infantil .....	19
Histórias de brincar .....	20
Histórias de ver e ouvir.....	21
Histórias para ler .....	22
Histórias curativas .....	23

## Arte

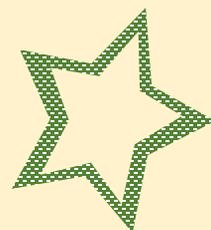
Artes Plásticas .....	26
Musicalização .....	29
Expressão Corporal .....	33

## Propostas por grupos

Berçário e Grupo 1 .....	38
Grupo 2 e Grupo 3 .....	43
Grupo 4 e Grupo 5 .....	48

## Para as famílias

Como comunicar às crianças a morte de um ente querido por covid-19 .....	60
Catalogando ideias .....	67
Desafios de ser adulto diante de uma criança .....	67
Informações Técnicas .....	68



## Refletir para agir...



*“Os educadores antes de serem especialistas em ferramentas do saber, deveriam ser especialistas no amor: intérpretes de sonhos”*  
*Rubem Alves*

No Caderno 5, intitulado **(A)colhendo emoções: corpo e sentimentos - Interações e brincadeiras entre Crianças, Famílias e Escola** pretendemos contribuir para fortalecer as crianças no âmbito da inteligência emocional, uma ação que consideramos importante e possível de ser feita em parceria com as famílias. Assim, buscaremos propor vivências que explorem o universo das emoções e da saúde do corpo, dimensões que se comunicam e se complementam, exigindo dos adultos atenção e “olhar olhando”, como recomenda o mestre Rubem Alves.

Sobre esse assunto, entendemos que as crianças precisam ser respeitadas e compreendidas ao manifestarem suas emoções, inclusive, ao demonstrarem raiva, como as famosas birras. Nesses casos, devemos procurar conduzir com sabedoria, sem fazer julgamentos e comparações, até que elas tornem-se mais seguras e possam expressar-se por meio da linguagem oral.

É importante ainda o cuidado para não reproduzirmos falas que, provavelmente, escutamos na nossa infância, como: “engula o choro!”, “chorar é coisa de menina!” ou “medo é coisa de bobo.”

Lembramos que as emoções podem ser agradáveis e desagradáveis, isto não quer dizer que as desagradáveis não sejam necessárias e não precisem ser manifestadas.

Ao contrário, todas as emoções fazem parte de um sistema complexo que possibilita vivermos. O medo, por exemplo, é uma emoção que gera sensações não tão boas, mas a sua completa ausência seria perigosa para a nossa sobrevivência.

Reconhecemos que a tristeza, a saudade dos espaços, das pessoas, da vida como era vivida, são emoções, particularmente, presentes no momento em que estamos agora. Assim, é importante permitir que as crianças falem sobre o que sentem e reconfortá-las é essencial. Como sabemos, negar tais sentimentos não faz com que eles sejam anulados, ao contrário, até poderá potencializá-los.

Acreditamos que para fortalecermos a educação emocional dos pequenos é fundamental desenvolver uma escuta atenta na acolhida de suas emoções. Dessa forma, combateremos a depressão e a ansiedade, atualmente, tão presentes em adolescentes, adultos e, inclusive, nas crianças. Além disso, estaremos favorecendo o desenvolvimento da empatia, na medida em que adultos de referência de amor e afeto, respeitem os seus sentimentos. Em síntese, permitir que as crianças falem, expressem seus sentimentos sem desqualificá-los, colabora de forma sadia para que elas criem estratégias de lidar com emoções mais dolorosas que podem surgir ao longo da vida e também na infância.

No contato com as famílias, tem sido frequente ouvir relatos de sentimentos de solidão, saudade, problemas de sono, de alimentação, irritabilidade, ansiedade e estresse experimentados pelas crianças. Acreditamos que ler ou contar boas histórias, somando-se a esse olhar atento e amoroso dos adultos de referência e muita conversa poderão colaborar na compreensão e elaboração das emoções pelos pequenos.

Nesse contexto, no quinto Caderno iremos propor experiências envolvendo várias linguagens: a musical, o movimento, a leitura ou contação de histórias, arte com pinturas, modelagens, desenhos, colagens. Por meio dessas propostas, mais uma vez, convidamos as famílias para seguirem atentas e presentes na vida das crianças.

Com base no Projeto Político Pedagógico de CMEI Professor Paulo Rosas, consideramos que a **escuta ativa** dos meninos e meninas é um pilar essencial da nossa prática pedagógica. Frisamos ainda que escuta implica na possibilidade de ouvir e ser ouvido, e de ouvir não somente com orelhas, mas com todos os nossos sentidos, tal como recomenda o educador Loris Malaguzzi.

Permanecemos com muitas saudades de estarmos juntos com as crianças, envolvidos nas ações de cuidar e educar com presença e inteireza, tal como sempre fizemos no nosso CMEI.

Por fim, desejamos que aproveitem as propostas do Caderno 5 e, mais uma vez, lembramos que não deixem de registrar suas memórias para que possamos compartilhá-las no momento de retorno às atividades presenciais.





# GALERIA DE FOTOS DE LOLOS



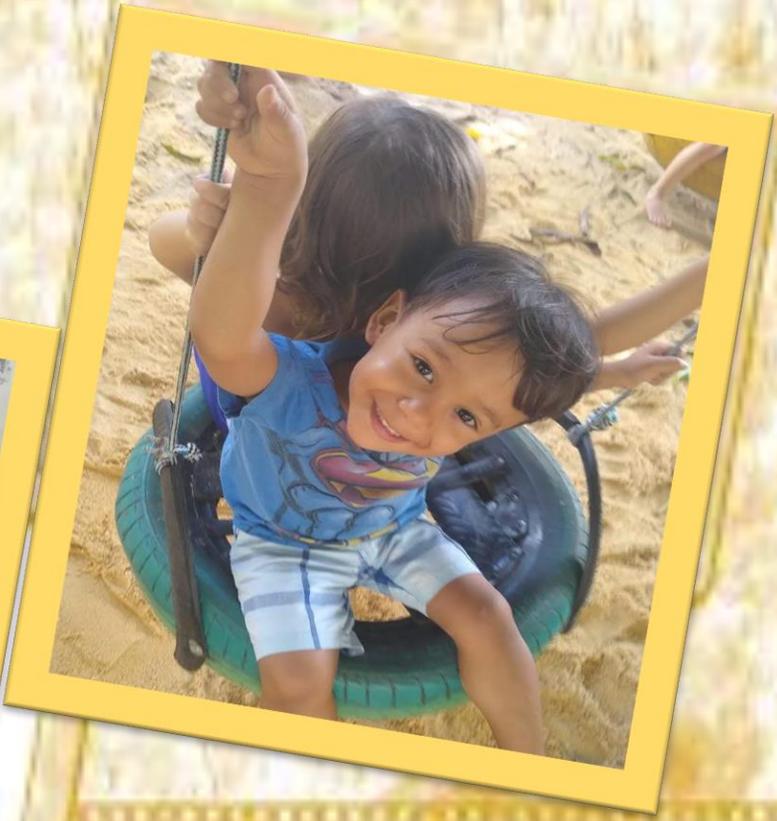














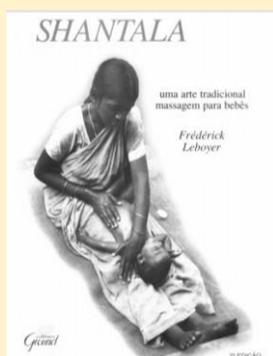


# O POTE DA CALMA

O pote da calma é uma atividade sensorial inspirada na abordagem da pedagogia Montessoriana. Numa situação em que a criança se sente estressada ou irritada, ela é chamada a mexer o pote, sendo atraída pelo brilho, cor e movimento da água. Tal experiência estimula à criança a direcionar seu foco para o momento presente, proporcionando sua conexão com a própria respiração, pensamentos e emoções e facilitando a expressão dos sentimentos envolvidos naquele determinado momento.



[POTE DA CALMA](#)



Sugerimos ainda que as famílias acessem o documento [Shantala para bebês – uma arte tradicional](#) e experimentem as dicas com a sua criança. Abaixo, algumas sugestões de músicas que podem ser usadas neste momento, caso desejem.

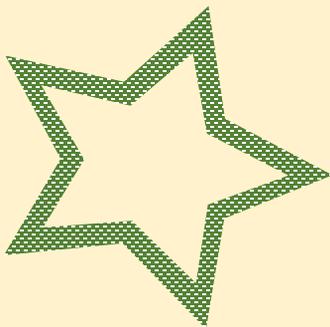


[Dreams - Richard Clayderman](#)



[Enya - Only Time](#)





# HISTÓRIAS



# O LUGAR DAS HISTÓRIAS NO DESENVOLVIMENTO INFANTIL

Livros e histórias ocupam um lugar especial no desenvolvimento das crianças. São essenciais para o fortalecimento da criatividade e da imaginação. Sejam fábulas, histórias de assombração, histórias fantásticas, lendas, poemas, histórias de tradição oral, histórias infantis ou contos. Elas permeiam o imaginário e se acomodam em algum lugarzinho no interior de cada criança. As histórias também assumem um papel muito importante no trabalho com as emoções. As crianças geralmente se identificam com alguma personagem, reconhecem problemas e buscam alternativas para resolvê-los, trazendo à tona sentimentos e emoções por vezes guardados bem dentro da gente. Há quem diga, que as histórias funcionam como uma válvula de escape para explosão de sentimentos.

Neste caderno, preparamos diversas histórias que abordam temáticas relacionadas a esse tema. Pretendemos possibilitar às crianças, um instrumento em que possam externalizar seus sentimentos e emoções; refletindo sobre nossas ações diante do que sentimos. Algumas histórias são lidas ou contadas pelas educadoras do CMEI; outras são ofertadas em formato PDF através de link para leitura, e ainda outras são narradas por contadoras de história através do canal youtube. Disponibilizamos também, em áudio, algumas histórias curativas.

Esperamos que aproveitem todas elas !

# HISTÓRIAS DE BRINCAR

## HISTÓRIAS DE BRINCAR - SAI PIABA



## TRUPE TRUPÉ -CHORA NÃO, MANÉ

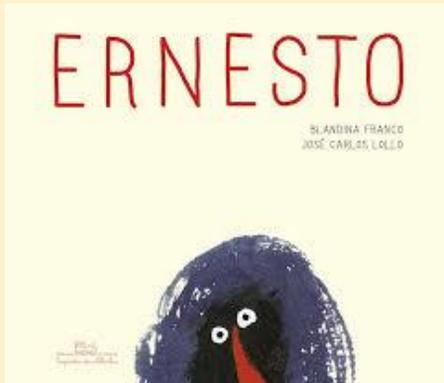


## TRUPE TRUPÉ -CHORA NÃO MANÉ (PASSA ANEL)

BRINQUEDOS E  
BRINCADEIRAS

# HISTÓRIAS PARA VER E OUVIR

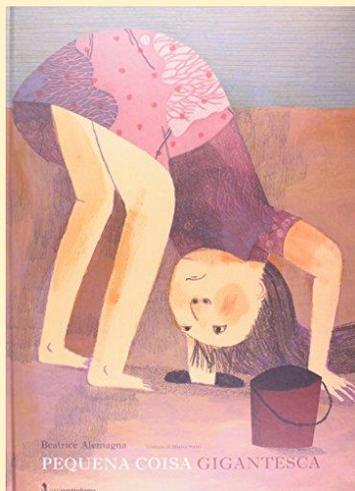
## ERNESTO



## VAZIO



## PEQUENA COISA GIGANTESCA



## PEDRO VIRA PORCO ESPINHO



## O MONSTRO DAS CORES

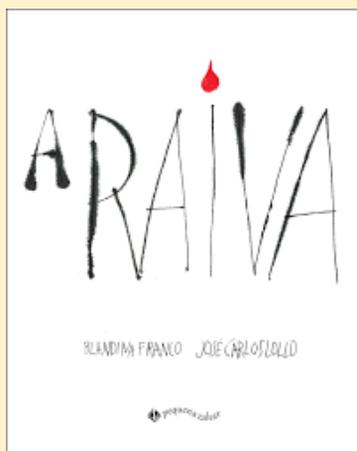


## O MENINO QUE TINHA MEDO, MAS MUITO MEDO

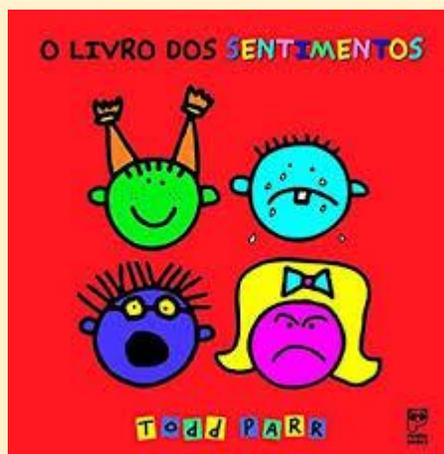


# HISTÓRIAS PARA LER

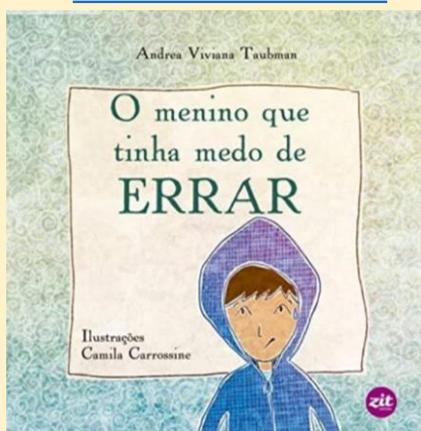
## A RAIVA



## O LIVRO DOS SENTIMENTOS



## O MENINO QUE TINHA MEDO DE ERRAR



## O GRANDE LIVRO DAS EMOÇÕES



# HISTÓRIAS PARA ESCUTAR E MEDITAR (CURATIVAS)



## O INQUIETO PÔNEI VERMELHO



## A VELHA E AS FORMIGAS



## A ZEBRINHA IMPACIENTE





**ARTE**  
**ABILE**

*“O ser humano que não conhece a arte tem uma experiência de aprendizagem limitada, escapa-lhe a dimensão do sonho, da força comunicativa dos objetos à sua volta, da sonoridade instigante da poesia, das criações musicais, das cores e formas, dos gestos e luzes que buscam o sentido da vida”. (PCNs)*

O cuidado com as emoções passa pelas experiências com as diferentes linguagens artísticas, favorecendo o desenvolvimento da inteligência emocional.

Na Educação Infantil, as crianças devem participar de experiências de apreciação e manifestações artísticas, como o desenho, a pintura, a modelagem, os jogos teatrais, a musicalização e dança.

Por isso, propomos às crianças e às famílias, um passeio por diferentes linguagens artísticas, envolvendo Artes Plásticas, Música e Dança e Expressão Corporal através do movimento e da brincadeira.

# ARTES PLÁSTICAS

Para começar, vamos ouvir a Poesia Acordar, de Tetê Brandão, recitada por Emília. Enquanto ouvimos, vamos apreciar a obra de Orlando Teruz, que representa uma brincadeira.

## Acordar

"A cor dar"  
A menina  
Acorda  
Amarra  
Pula  
e brinca  
com a corda  
Acorda  
Pra pular  
Pula  
Pra brincar  
Brinca  
Pra sonhar  
A cor dar

Tetê Brandão

Esta obra representa uma brincadeira. Você conhece? Quais emoções a obra desperta em você? Já brincou assim antes? O que você sentiu?



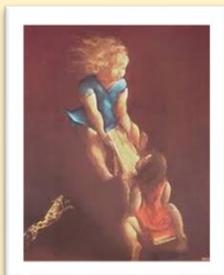
Vamos continuar apreciando mais algumas obras de arte que retratam outras brincadeiras:



O que você consegue perceber nessas pinturas?

Você conhece alguma dessas brincadeiras?

Há brincadeiras que você pode brincar só, mas há outras, que precisam de mais pessoas para brincar, não é verdade? Como você prefere brincar? Sozinho/ sozinha, ou com outras crianças?



Nessa brincadeira, por exemplo, conhecida como gangorra, será que dá pra brincar sozinho? Como você se sente, quando alguém não quer brincar com você?

Que tal agora, você colocar as mãozinhas pra trabalhar e usar sua criatividade para expressar-se, fazendo uma pintura? O artista representou várias brincadeiras em suas obras, mas você pode pintar livremente expressando sentimentos e emoções.

Você pode usar as próprias mãos, uma esponja ou pincéis. Veja algumas ideias para se inspirar:



Você também pode expressar-se através da modelagem. Que tal, usar a argila que você recebeu do CMEI para fazer uma composição? Você pode modelar o brinquedo que gosta de brincar, ou você e sua família, podem modelar rostos alegres, tristes... Use a criatividade e mãos na massa! Ou melhor, na argila !



# MÚSICA E DANÇA

Músicas despertam emoções...

O som e a música sempre estiveram ligados ao ser humano e, portanto, há uma relação estreita entre a música e as nossas emoções. Desde bebês, as canções de ninar, por exemplo, embalam e tranquilizam o nosso sono, nos ajudando a dormir melhor.

Já adultos, a música nos ajuda a relaxar em momentos de ansiedade, irritabilidade e também nos momentos felizes.

Quem nunca sentiu grandes sensações ao ouvir uma música? Lembrou de uma situação vivida ou de um breve momento, apenas ao ouvir ou cantarolar uma melodia? A música, de fato, evoca uma grande variedade de emoções...

Não por acaso, a musicoterapia é utilizada com grande eficácia para o tratamento e reabilitação de pessoas com problemas emocionais. Assim, podemos dizer que a música representa muito mais na nossa vida do que um entretenimento. Como afirma J. Jauset: "A música é uma atividade que requer grandes e múltiplos recursos cognitivos."

As crianças têm uma relação muito forte e benéfica com a música e, por isso, ela está sempre presente no cotidiano do CMEI como fonte de expressão e comunicação. Esperamos, então, que isso possa ser estendido para o ambiente familiar e que vocês possam usufruir das vivências prazerosas que a música pode proporcionar!

TRUPE TRUPÉ  
CESTO DE ALEGRIA



BADULAQUE  
SAUDADE



CORAÇÃO PALPITA  
MUDE O PENSAMENTO



OS OLHOS DO MUNDO -  
GRANDES PEQUENINOS



VIRO, VIRA, VIROU  
GRUPO TRIII



O SONHO - CLARICE LISPECTOR



CIRANDA DA SAUDADE



PALAVRA CANTADA - DÁ SUA MÃO



ERA UMA VEZ - SANDY E JÚNIOR E TOQUINHO



DANÇA DA MÁSCARA-PAULECO, SENNINHA E SANDRINHA



GRANDES PEQUENINOS  
ESPELHO MEU



EMOÇÕES SHOW  
NO PAIOL



MÚSICA DO MOVIMENTO



AMANHÃ  
GUILHERME ARANTES



# EXPRESSÃO CORPORAL

## CUIDANDO DAS EMOÇÕES E DO CORPO

Vocês sabiam que uma maneira simples e rápida de controlar as emoções mais difíceis como medo e raiva é através da respiração? Respirar com tranquilidade, percebendo a entrada e a saída do ar no seu corpo fará sua atenção voltar-se para seu corpo e não para aquilo que está provocando sensações e sentimentos perturbadores.

Assista ao vídeo e aprenda como funciona a nossa respiração:

### CORPO HUMANO - PULMÕES

Quando respiramos corretamente, nosso peito enche de ar e esvazia em seguida. Para conseguir acalmar precisamos repetir uma respiração profunda por pelo menos cinco vezes e depois voltamos a respirar naturalmente.

Agora siga o peixinho e experimente relaxar enquanto respira:

### TÉCNICA DE RESPIRAÇÃO

Já que estamos falando de corpo, de emoções e de como podemos controlar nossas emoções para vivermos mais felizes e saudáveis, vamos fazer alguns exercícios. Começaremos com um alongamento. Assista ao vídeo ALONGAMENTO da Professora Magna.

Agora, vamos vivenciar uma prática chamada Yoga. No yoga, há algumas posturas legais que imitam animais. Vocês poderão fazer em casa e ganhar mais saúde, equilíbrio e tranquilidade. Vamos tentar?

Primeiro assistam ao vídeo YOGA COM ANIMAIS PARA CRIANÇAS

Gostaram? Vocês podem repetir essas posturas pelo menos uma vez na semana e colocar essa prática relaxante na agenda. Em seguida, temos algumas imagens que deixaremos como sugestão para que vocês possam praticar.

Para começar, acesse o link [SAUDAÇÃO DO SOL DO RATINHO RAUL](#) e escute uma história muito especial, que vai inspirar vocês a fazerem as posições do yoga.





E, agora, que tal movimentar esse corpinho?

Com os materiais que o CMEI enviou, juntamente com o texto que explica como produzir o brinquedo, vamos viver mais um momento dessa pequena coisa gigantesca chamada **FELICIDADE!**

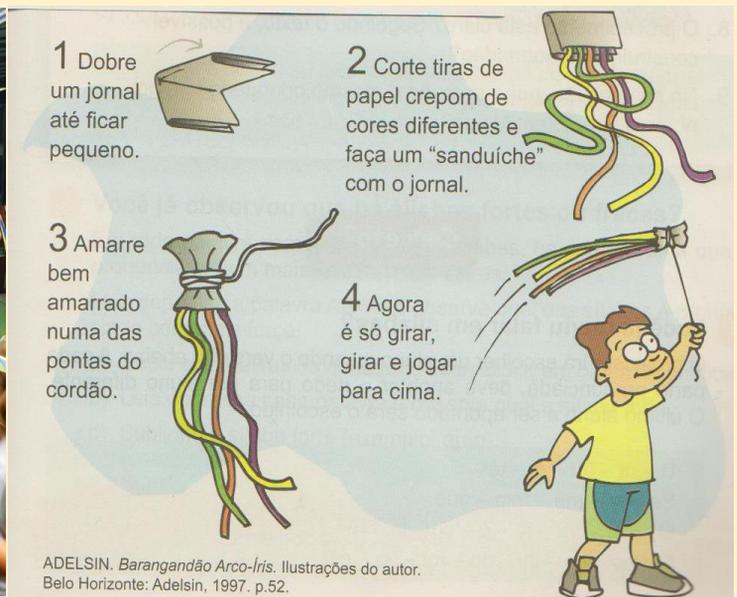
A proposta é fazer o “barangandão” foguetinho para brincar em família e viver pedacinhos de FELICIDADE...

Coloquem a música [FELICIDADE - SEU JORGE COM EQUIPE CMEI](#) e dancem muito!

Links como fazer o BARANGANDÃO/ FITA MÁGICA/ BALANGANDÃ

## COMO FAZER BARANGANDÃO

### FITA MÁGICA BALANGANDÃ



Esperamos que essas propostas tenham ajudado as crianças a perceberem seu próprio corpo, explorando possibilidades e limites, bem como a identificar e reconhecer seus sentimentos, acomodando cada um em seu lugar.

**PROPOSTAS**

**POR**

**GRUPOS**

**GRUPOS**

**GRUPOS**



**Berçário**  
**e**  
**Grupo 1**

Olá, famílias!

Neste quinto Caderno, vamos trazer propostas de brincadeiras que ajudam as crianças a experimentar emoções, sensações e sentimentos. Para isso, iremos brincar utilizando o espelho, fazer massagens e proporcionar banhos aromáticos!

Sobre o espelho, ao contrário do que muitos pensam, colocar o bebê de frente para ele não atrasa a fala. Na verdade, o espelho pode ser um promotor de descobertas sobre si e sobre o outro, num processo de identificação e diferenciação gradual. Desde pequenas, as crianças estão atentas a tudo que existe e acontece ao seu redor. Brincar com seu bebê em frente ao espelho pode trazer muitos benefícios. E quais são eles?

- **Conhecer o próprio corpo** - O espelho vai ensinar a criança sobre a linguagem corporal e sobre como ela enxerga a si mesma.
- **Empatia** - A criança que se olha, sorri e encontra uma resposta para a sua alegria. Com isso aprende a sentir empatia pelos outros.
- **Desenvolvimento cerebral** - Sempre que puder acompanhe seu/sua filho(a) nos momentos de brincadeira em frente ao espelho. Além de observar a própria imagem e interagir com ela, o fato de se ver enquanto está no colo e receber beijos e carinhos produz grande satisfação. Embora não estando totalmente consciente de que se trata dele mesmo, ver os gestos e a relação estabelecida entre o bebê e aquela “outra mamãe” ou “outro papai” produzem sentimentos prazerosos. Todos os estímulos positivos que você dá ao seu/sua filho (a) vão ajudá-lo no desenvolvimento cerebral.
- **Segurança e tranquilidade** – Ao ver a sua imagem refletida no espelho, as crianças se tranquilizam e sentem-se seguras. Uma criança se sente segura e confiante quando está junto com outra criança. Ver a outra criança sorrir, brincar, mexer as perninhas também produz o mesmo efeito de calma e relaxamento.

Agora que você já sabe sobre alguns benefícios, vamos começar as brincadeiras?

**ATENÇÃO!** Para realizar a brincadeira com o espelho, ele deve estar fixado de forma segura na parede. Também é importante que o espelho tenha medidas próximas ao tamanho dos bebês. Dessa forma, eles poderão ter a experiência da imagem refletida do seu corpo por inteiro.

## ESPELHO MEU

# 1

A brincadeira consiste em colocar o bebê na frente do espelho e a uma curta distância. Comece com um movimento simples, como franzir o nariz. Repita várias e várias vezes. Outra opção é mostrar a língua, mover músculos da boca e da face. O bebê vai tentar imitar o que está vendo.



## QUEM ESTÁ AÍ?

### BRINCADEIRA COM PANO E ESPELHO

# 2

Organize previamente um varal com panos (podem ser de lençóis, tecidos e/ou TNTs) por cima de um espelho grande já fixado na parede. A ideia é uma brincadeira de revelar e esconder a imagem do bebê refletida no espelho para que, a partir dessa observação, ele possa realizar descobertas sobre si e sobre quem brinca com ele.

No espelho também podem ser fixadas imagens de crianças se abraçando, pessoas sorrindo, dançando, entre outras manifestações corporais e gestuais, recortadas de revistas ou fotografadas de crianças no contexto familiar. Em relação às imagens, caso sejam retiradas de revistas, vale usar fotos de crianças brancas, negras, indígenas, orientais, meninas e meninos, com diferentes características físicas.

## 3

**SHANTALA PARA O BEBÊ**

A interação cotidiana do bebê por meio da massagem envolvendo toques de afeto, a comunicação tranquila e acolhedora com gestos de carinho e cuidado promovem o desenvolvimento e comunicação com os bebês. São várias as técnicas para massagem e é importante conhecê-las para garantir uma boa experiência ao bebê.

Indicamos aqui um vídeo [SHANTALA PARA BEBÊS: MASSAGEM RELAXANTE PARA SEU FILHO](#)

**MATERIAIS**

Suporte de mídia com músicas clássicas já previamente selecionadas e que transmitam sensação de relaxamento e tranquilidade. Brinquedos como potes com tampas, tecidos, entre outros apreciados pelo bebê. É importante que os objetos sejam conhecidos dos bebês para que eles brinquem enquanto acontece a massagem.

**ESPAÇOS**

O espaço deverá ser amplo, convidativo e confortável para o bebê deitar. Ele pode estar forrado com colchonetes ou tatames. É importante que o material seja firme para que o corpo do bebê não afunde. Deixe a música clássica tocando em som ambiente.



## 4

**BANHOS AROMÁTICOS/IMERSÃO**

Banhos de imersão são uma boa alternativa. São recomendados tanto em banheiras normais, como nos baldes, o famoso banho de ofurô.

As ervas mais indicadas para serem usadas no banho do bebê são:



**Camomila** é uma erva ótima para a pele, além de ser calmante e digestiva.

**Calêndula** também indicada para problemas de pele.

**Hortelã** refrescante e melhora resfriados e vias aéreas congestionadas.



**Sálvia** indicada para gripes, resfriados e vias aéreas congestionadas.

**Manjeriço** ajuda o bebê a relaxar, é digestivo, alivia as cólicas.



**Aveia ou amido de milho** bom para aliviar coceiras, dermatites e melhorar a pele sensível e seca do bebê.

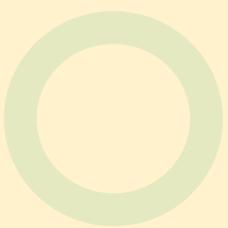
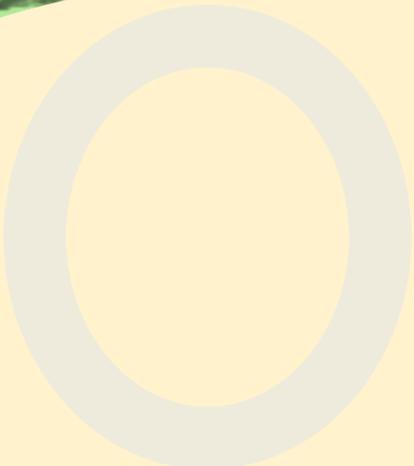
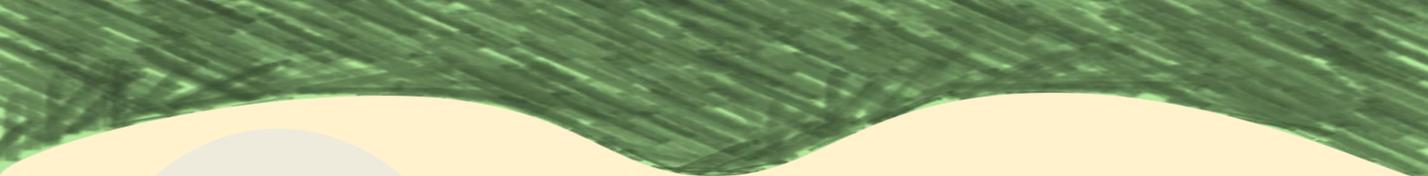
Para terminar, vamos matar um pouco a saudade com DIEGO, que relembra uma canção muito divertida entre os pequenos.

O SAPO NA LAGOA

Estaremos aguardando que vocês nos contem como foram vivenciados esses momentos de interação com seu/sua filho(a) em casa! Tirem fotos, façam vídeos, descrevam estas interações, os diálogos... e enviem por e-mail para o CMEI. Nos contem como sua criança reagiu diante da sua imagem refletida no espelho. Também queremos ouvir como foram os momentos da massagem e do banho.

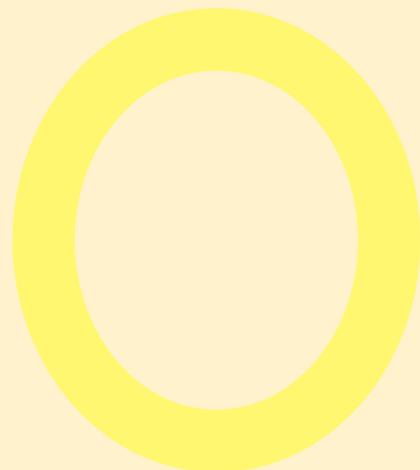
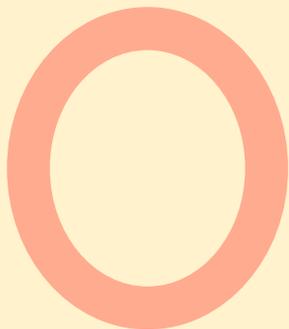
Lembrando que é preciso primeiro fazer o chá bem concentrado da erva a ser usada, para depois diluí-lo na água do banho, e assim acertar a temperatura.

Divirtam-se!!



# Grupos

## 2 e 3



A brincadeira tem um lugar especial em nossas vidas, elas fazem parte da nossa história. Crescemos aprendendo a brincar com o outro.

**“Quando as crianças brincam”**

“Quando as crianças brincam  
E eu as ouço brincar,  
Qualquer coisa em minha alma  
Começa a se alegrar.

E toda aquela infância  
Que não tive me vem,  
Numa onda de alegria  
Que não foi de ninguém.

Se quem fui é enigma,  
E quem serei visão,  
Quem sou ao menos sinta  
Isto no coração.”

**Fernando Pessoa**

O corpo é o nosso universo, nossa casa, nossa identidade. É a partir dele que passamos a nos perceber, a perceber o outro e o mundo. Por isso, nosso corpo está em constante mudança, nele há movimento, há sentimento, ação, percepção e descoberta desse novo mundo. E, é na infância que determinamos o que será mais relevante para ficar gravado nesse corpo.

São nossos avós e nossos pais os “guardiões” de uma memória de repertório próprio de brincadeiras, cheio de regionalidade, valores culturais, afetividade, que mantem viva uma identidade familiar na infância.

Na busca por esta identidade, convidamos os adultos da família a resgatar suas memórias de brincadeiras e contar esses bons momentos para as crianças. Nesta hora, os olhos de uma infância brilharão no rosto do adulto e encantarão os olhos das nossas crianças.

Para ajudar neste resgate, trazemos um repertório de brincadeiras passadas de geração em geração e acrescentamos outras que fazem parte da memória das nossas crianças e do CMEI.

# 1

## BATATINHA FRITA 1,2,3!



### Regra do jogo:

Um participante deverá ficar de costas para o grupo junto a uma parede os outros ficam lado a lado e vão andando a medida em que o participante de costas conta: “batatinha frita um, dois, três” e ao virar-se rapidamente, quem for visto se movimentando volta para o começo.

Ganha o participante que chegar primeiro ao lugar do contador!

# 2

## CABRA-CEGA

Escolha um lugar nem tão grande nem tão pequeno. Tire a sorte no par ou ímpar, no 0 ou 1 para ver quem será a cabra-cega. A cabra-cega deverá ter os olhos vedados com um lenço. Depois as crianças deverão rodar a cabra-cega e iniciar a brincadeira com as perguntas e respostas:

Todos então saem correndo e a cabra-cega deverá tentar pegar alguém. Quando conseguir ela deverá adivinhar quem é. Se acertar a presa deverá ser a próxima cabra-cega, se errar a cabra-cega continua sendo a mesma de antes.



# 3

## A DANÇA DAS CADEIRAS



Coloca-se uma música para tocar enquanto as pessoas circulam em volta das cadeiras e quando a música parar, todos devem sentar em alguma cadeira. Quem

Não conseguir sentar, é eliminado e tira-se mais uma cadeira. Ganha quem sentar na última cadeira!



Material: pés e mãos de cartolina.

# 4

## TWISTER OU CAMINHO

As crianças deverão andar no caminho colocando os pés e as mãos, conforme os desenhos.

# 5

## BRINCADEIRAS COM OBSTÁCULOS

Esse tipo de atividade é voltado ao desenvolvimento da coordenação motora ampla. Em uma área aberta, como pátio da escola ou o jardim de casa, coloque objetos que sirvam como obstáculos no caminho das crianças, fazendo com que elas tenham que desviar, pulá-los ou empurrá-los. Caixas de papelão ou um simples bambolê no chão já servem para fazer brincadeiras com os pequenos.



A atividade pode ir se tornando mais complexa de acordo com a idade e progresso da criança.

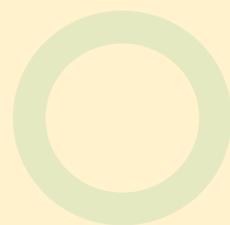
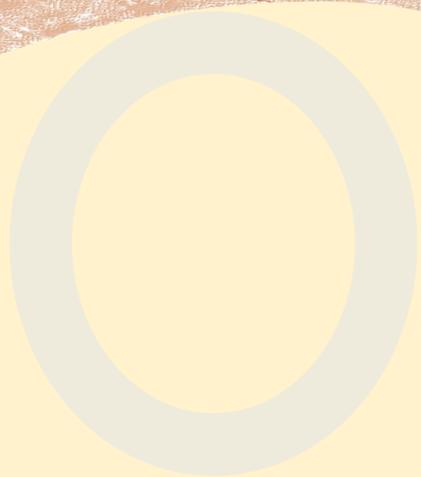
## TRABALHANDO O EQUILÍBRIO

# 6

Algumas brincadeiras ajudam na consolidação do equilíbrio desde bebês, até os mais velhos, função fundamental para toda a vida.

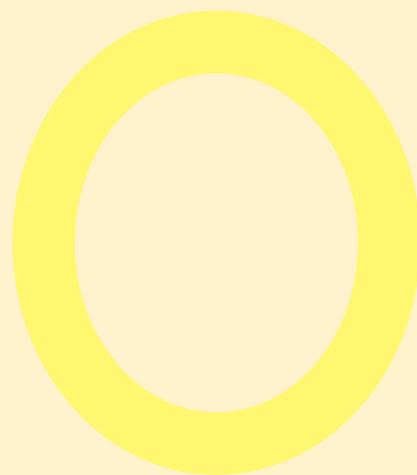
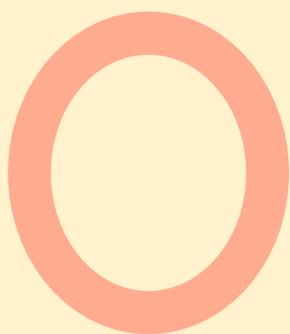
Agora é a vez das famílias contarem suas brincadeiras de infância e brincarem juntos!





# Grupos

4 e 5



Olá, crianças! Olá, famílias!

Mais um mês se passou e estamos aqui novamente. Agora com o Caderno 5, que traz para todos nós a importância de observar os nossos sentimentos, de perceber como as nossas emoções se refletem no nosso corpo, nas expressões de nosso rosto, na tensão de nossos músculos.

Às vezes, ficamos tristes e nossa cabeça fica baixa e o corpo parece que diminuiu. Mas, quando estamos felizes, nos sentimos enormes!!! Verdadeiros gigantes!

Quando estamos em perigo, o medo pode nos paralisar. No entanto, é esse mesmo medo que pode nos proteger, ajudando-nos a tomar decisões mais acertadas em momentos arriscados.

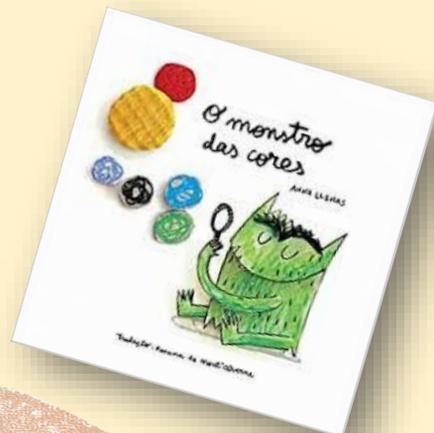
O nosso corpo é mesmo precioso... Devemos cuidar bem dele, nos alimentando corretamente, cultivando bons sentimentos, protegendo-o de pessoas estranhas. Aliás, se qualquer desconhecido ou desconhecida quiser tocar o corpo de vocês, não deixem e contem logo para alguém de confiança, tá combinado?

Então, vamos para as nossas novas propostas! Convido a todos vocês a embarcarmos em mais uma viagem, explorando todas as possibilidades do Caderno 5, aproveitando as novas aprendizagens e ampliando os conhecimentos que já foram construídos até aqui.

Então, senta, que lá vem história...



## O MONSTRO DAS CORES



O que acharam da história? Vocês também acham que as emoções têm cores diferentes? Conseguiram identificar o último sentimento da história? Com quais cores vocês pintariam os sentimentos e emoções que sentem?

Hora de se expressar através de desenhos!

No caderno de desenho ou em qualquer outra folha, façam desenhos representando diferentes sentimentos e emoções. Utilizem cores diferentes para cada uma. Sozinhos ou com a ajuda de um adulto, escrevam os nomes dos sentimentos que estão representando. Vocês podem incrementar as produções, fazendo colagens e usando materiais diferentes.

Para inspirar:



# 2

Que tal jogar um pouco com a família? Aproveitem que receberam o “Jogo de Memória dos Sentimentos”! Mas, antes, vocês podem brincar de se olhar no espelho e fazer caretas ou de representar alguns sentimentos e emoções.

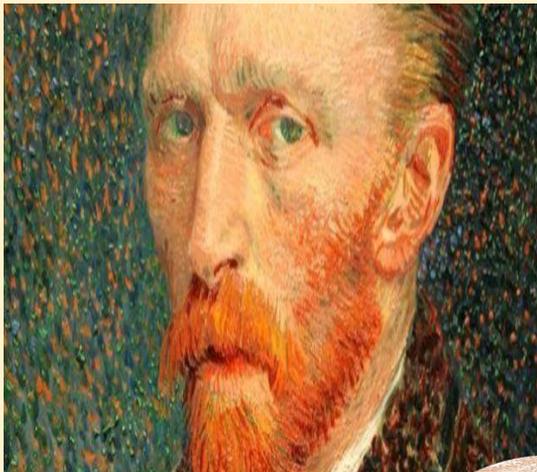


Peçam para outras pessoas registrarem as caretas que fizeram tirando fotos. Depois vocês podem escolher qual a melhor foto e desenhar um autorretrato desse momento.

Ah! E não esqueça de escrever seu nome no desenho: afinal, todo artista assina sua obra! Tentem escrever o nome sozinhos mas, se precisarem, peçam a ajuda de alguém.



## VOCÊ SABIA...



... que alguns artistas plásticos famosos, como Vincent Van Gogh, pintaram autorretratos, olhando-se no espelho?

# 3

Vocês podem tentar primeiro e depois conferir na cartela do jogo se escreveram corretamente. Se quiserem, cole as letrinhas na ordem correta após confirmar e registrem com desenho o sentimento correspondente.

Vocês receberam o Jogo de Memória dos Sentimentos e letras móveis para montar os nomes dos sentimentos que estão no jogo. Experimentem combinar as letras e montar as palavras.

Observem alguns exemplos e se inspirem:



Compartilhar memórias e falar dos sentimentos nos ajuda a entender nossas emoções e a não ficar todo embrulhado e confuso como o monstro das cores da história que a professora Sandra compartilhou na seção de Histórias deste Caderno.

Vamos aproveitar, então, para apreciá-las no aconchego da família, construindo memórias especiais para guardar com muito carinho.

Seguiremos conhecendo os nossos sentimentos e as situações que podem despertar cada um deles.

Memórias da Tarde de Autógrafo 2018



Memórias da Tarde de Autógrafo 2019

# 4

## Hora da brincadeira, para esquentar!

Convidem alguém da sua família para o desafio do “não vale sorrir!” A brincadeira é ficar bem sério, um olhando fixamente para o outro, até alguém sorrir. Quem desafiou também pode fazer muitas gracinhas até arrancar sorrisos do oponente! Keila já brincou assim e foi muito divertido!



Vamos conversar sobre emoções: como você se sente diante de algumas situações do dia a dia que despertam emoções como: raiva, medo, tristeza, alegria...?

Vamos produzir com apoio de alguém da família, um material chamado “**pote das emoções**”. A ideia é estimular uma boa conversa em família, ampliando a compreensão desses sentimentos. Deixem os potes das emoções num local de fácil acesso e retornem a eles sempre que desejarem falar sobre o que estão sentindo.



### **Material para confeccionar os potes das emoções:**

- Potes (é possível reciclar garrafas de plástico, potes de azeitonas ou compotas)
- Lãs com cinco cores diferentes (também pode usar outros materiais, como pompom, bolas de algodão, bolinhas coloridas, papéis coloridos)
- Etiquetas para as crianças escreverem os nomes de cada emoção e colar nos potes.

Escolham uma cor para emoções diferentes (alegria, tristeza, raiva, calma, medo...) e conversem por que uma determinada cor foi associada a um certo sentimento.

## Atenção, famílias!

O pote das emoções, sugestão do blog “criando com apego” desenvolve as habilidades socioemocionais das crianças, sendo um forte aliado na sua educação emocional, já que incentiva o autoconhecimento e a empatia, facilitando a convivência com amigos e familiares.

Para ajudar no reconhecimento das emoções elas são associadas às cores de cada potinho. Diariamente, ao fim do dia, os adultos podem conversar com a criança e pedir que ela escolha qual potinho corresponde ao sentimento que ela sentiu em uma ou duas situações que tenham sido vividas durante dia.

Ao final da semana ou mês, os pais poderão observar que emoções seus filhos vivem com mais intensidade. Isso pode ser um termômetro importante não só para reconhecer essas emoções, mas também uma forma de se aproximar das crianças e ampliar o diálogo com elas.



Agora vamos brincar mais um pouco em família e conversar! Será que vocês conseguem perceber as emoções que as imagens despertam?

Vocês receberam 20 cartões com imagens de situações do dia a dia que despertam algumas emoções e expressões faciais correspondentes. Explore com um familiar essas imagens e converse sobre os sentimentos que vocês percebem em cada uma delas.

1-Espalhem os cartões com as imagens viradas para baixo;

2-Cada participante da brincadeira desvira um cartão e fala sobre a emoção que a imagem despertou. Podem também tentar relacionar as imagens aos potinhos da emoção que foram produzidos e contar uma situação que viveu e que despertou o mesmo sentimento.

Modelos de alguns cartões:



A música ajuda a equilibrar as emoções. Quem não tem aquela música que nos faz lembrar de momentos especiais? Memórias que nos fazem derramar lágrimas de saudade ou de felicidade.

Vamos escutar duas músicas que tratam da “Felicidade”. A primeira, de Caetano Veloso, é mais suave. A outra, de seu Jorge, é bem animada. Aproveitem e cantem juntinhos.

Vamos enviar para as crianças do grupo 5, a letra impressa dessas canções, para que vocês possam acompanhar a leitura com seus familiares.

**Soltem a voz e lembrem que cantar juntos é uma vivência muito presente no CMEI!**

FELICIDADE  
(CAETANO VELOZO)

FELICIDADE FOI-SE EMBORA  
E A SAUDADE NO MEU PEITO AINDA MORA  
E É POR ISSO QUE EU GOSTO LÁ DE FORA  
PORQUE EU SEI QUE A FALSIDADE NÃO VIGORA

A MINHA CASA FICA LÁ DETRÁS DO MUNDO  
ONDE EU VOU NUM SEGUNDO QUANDO COMEÇO A CANTAR  
O PENSAMENTO PARECE UMA COISA À TOA  
MAS COMO É QUE A GENTE VOA QUANDO COMEÇA A PENSAR

FELICIDADE FOI-SE EMBORA  
E A SAUDADE NO MEU PEITO AINDA MORA  
E É POR ISSO QUE EU GOSTO LÁ DE FORA  
PORQUE EU SEI QUE A FALSIDADE NÃO VIGORA

NA MINHA CASA TEM UM CAVALO TORDILHO  
QUE É IRMÃO DO QUE É FILHO DAQUELE QUE O JUCA TEM  
E QUANDO PEGO O MEU PINGO E ENCILHO  
CORRO MAIS QUE LIMPA TRILHO E CHEGO NA FRENTE DO TREM

**Atenção, famílias!**

Perguntem como as crianças se sentiram ao escutarem essas duas canções? Que emoções foram vivenciadas? Qual das duas canções elas apreciaram mais? Convidem para que desenhem o que sentiram nesse momento e convide para que escrevam o nome da música que acabaram de escutar juntos: FELICIDADE.

Em seguida, desafiem as crianças a descobrirem a palavra FELICIDADE dentro da letra da música que enviamos. Será que elas conseguem perceber a repetição da palavra no texto?

Colem as letras das duas músicas no caderno de pauta das crianças e sempre que desejarem cantar essas canções retornem ao caderno para acompanhar a leitura das letras. Essa “brincadeira de ler” (antes de saber ler) é muito importante para as crianças entenderem o significado da leitura.

## FELICIDADE – SEU JORGE

FELICIDADE É VIVER NA SUA COMPANHIA  
FELICIDADE É ESTAR CONTIGO TODO DIA  
FELICIDADE É SENTIR O CHEIRO DESSA FLOR  
FELICIDADE É SABER QUE EU TENHO SEU AMOR

FELICIDADE É SABER DE VERDADE  
QUE A GENTE SENTE SAUDADE  
QUANDO NÃO CONSEGUE SE VER  
FELICIDADE É ACORDAR AO SEU LADO  
TOMAR UM CAFÉ REFORÇADO  
DEPOIS SAIR PARA CORRER COM VOCÊ

FELICIDADE É PODER JOGAR UM PANO  
COLAR NO SHOW DO CAETANO  
CANTAR ODARA ATÉ O DIA RAIAR  
FELICIDADE É NO FIM DE SEMANA  
CURTIR UMA PRAIA BACANA  
COM UM PÔR DO SOL DE ARRASAR

FELICIDADE É VIVER NA SUA COMPANHIA  
FELICIDADE É ESTAR CONTIGO TODO DIA  
FELICIDADE É SENTIR O CHEIRO DESSA FLOR  
FELICIDADE É...



Olha essa foto de um animado karaokê! Vocês podem escolher outras músicas de que gostem e viver mais momentos felizes, juntinhos, soltando a voz.

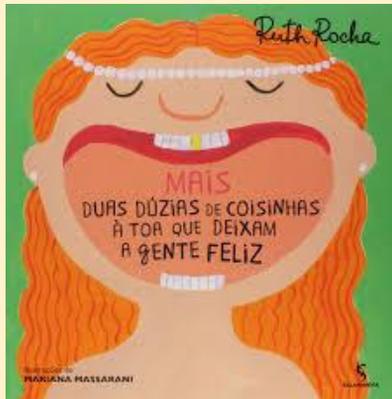
A leitura ou a contação de boas histórias podem ser ricas oportunidades para expressar e compreender nossas emoções.

7

Para completar essa conversa sobre **FELICIDADE**, senta aí no seu cantinho favorito que lá vem mais história!

Vamos apreciar a leitura do livro “Mais duas dúzias de coisinhas à toa que deixam a gente feliz”. Nesse livro, Ruth Rocha brinca com as palavras e faz rimas bem engraçadas.

[CLIQUE AQUI PARA OUVIR A HISTÓRIA](#)



Para que vocês possam ler e reler quantas vezes quiserem, o texto também seguirá impresso, no formato de um livrinho que será entregue no CMEI.

**Atenção, famílias!**

Depois de ler o texto várias vezes, aproveitem para brincar de fazer pausas na leitura e incentivar a criança a completar as frases rimadas. Por exemplo:

**CASTELO DE AREIA**

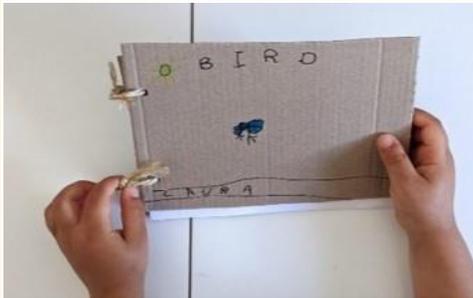
**UMA HISTÓRIA DE \_\_\_\_\_**

Quem sabe as crianças se encantam com esse texto de Ruth Rocha e o memorizam, assim como fizeram com o livro do Gato Xadrez, nas primeiras vivências do Grupo 5, nesse ano de 2020?

8

Contem para um adulto “algumas coisinhas à toa que te deixam feliz”. Esse adulto irá escrever o que você contar nas páginas em branco do livrinho que o CMEI irá enviar

Agora, você  
serão autores de  
um livro!



Soltem a criatividade e planejem uma capa bem legal para o seu livrinho! Uma sugestão para inspirar

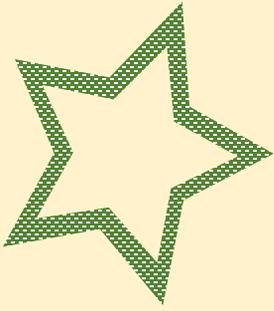
Depois do livro escrito, capriche nas ilustrações!

Eu estou lembrando aqui de uma porção de coisinhas que me deixam feliz! E você?

Esperamos que vocês divirtam-se muito com as propostas que oferecemos nesse Caderno 5!

A infância é um tempo especial, cheio de poesia e descobertas! Temos certeza de que amor não haverá de faltar nas casas de cada um de vocês! Haverá sempre um colinho, bem quentinho, para os momentos em que precisarem e ouvidos atentos para escutar e acolher seus sentimentos com respeito e compreensão!

Aproveitem ao máximo que puderem, divirtam-se e sejam felizes! Muito felizes!



# PARA AS FAMÍLIAS

# Como comunicar às crianças a morte de um ente querido por covid-19?



Maria Juliana Vieira Lima  
(CRP 11/09320)

Fernanda Gomes Lopes  
(CRP 05/60578)





Existem manuais e historinhas que explicam o COVID-19.

**Leia-os junto à criança.**

Mesmo que não tenha nenhum familiar doente, é importante que a criança esteja por dentro do assunto



**Foque em explicações concretas e biológicas** acerca da doença



**Não apavore a criança em relação ao vírus.**

Explique a gravidade, mas faça com que ela se sinta segura e protegida



Explique que existem medidas de prevenção ao vírus, **mas que muitos outros fatores estão fora do nosso controle**. Isso faz com que a criança não se sinta frustrada e impotente diante do vírus



Explique, aos poucos, a seriedade da doença e a **possibilidade de ocorrência de morte nos casos graves**

Controle o que puder, quando a situação está fora de controle

Se ajudar, use essa frase do Olaf em Frozen 2.



Quando a pessoa doente necessitar de internação, **empenhe-se para incluir a criança nos contatos realizados** (através de cartas, recados ou contato por telefone ou vídeo), para que a criança também possa ter contato com o familiar.

**Quando o caso da pessoa doente for agravando**, é importante ir conversando com a criança sobre a possibilidade de morte.

Mantenha a criança informada sobre a evolução do quadro da pessoa doente, para que, caso ocorra a morte, **ela não se sinta traída e não seja pega de surpresa**.

Esteja atento às **falas que podem provocar culpa na criança**, tais como: “*you were so stubborn and that’s why bad things happened to people like this*”; “*she was so sad about you*”; “*you didn’t wash your hands right and that’s why you got sick*”.

Caso ocorra a morte, tire um tempo e um momento adequado para comunicar à criança. **É importante que a pessoa que a criança mais confia, seja quem comunique a morte**, caso seja possível.

## Lembre

a criança de experiências de perdas anteriores, como a de um bichinho de estimação ou de uma plantinha, ou até mesmo de outro ente querido que já tenha morrido. E use essa experiência para ajudar na situação atual

## Mantenha-se

física e emocionalmente perto da criança. Esteja sempre disposto a abraçá-la, ouvi-la e acarinhá-la

## Responda

às perguntas feitas por ela de forma honesta e repita quantas vezes for necessário. Muitas vezes, a criança pergunta as mesmas histórias diversas vezes na intenção de compreender tudo o que aconteceu

## Certifique

a criança de que a pessoa querida não está mais sentindo dor, e que fizeram tudo para cuidar dela

## Permita

que a criança expresse todos os seus sentimentos sobre a perda, por exemplo: raiva, medo e tristeza

## Acolha

as reações e os sentimentos da criança.

## O adulto

pode expressar e compartilhar um pouco da sua dor, seus medos e ansiedades na frente da criança para que ela se sinta à vontade para fazer isso também

## Deixe

a criança chorar. Não diga coisas como: "Não chore", "não fique triste", "você tem de ser corajosa", "não é bom ter tanta raiva". A expressão dos sentimentos permite sua elaboração

## Construa

em casa seus próprios rituais, tais como vídeo chamada com toda a família, momento de oração, construção de um altar para homenagear o ente querido, dentre outros

## Caso

a criança não participe dos rituais e queira saber, explique para ela como foi

## Permita

que ela participe dos rituais de despedida que ocorrerem (nesse momento, de forma virtual). Antes, pergunte se ela quer participar e explique como são esses rituais

## Se houver

rituais virtuais, esforce-se para que as homenagens da criança cheguem até lá. Valide o esforço e a criação da criança



Algumas reações emocionais e comportamentais ocorrem nas crianças e são consideradas normais e esperadas para esse momento, tais como:



# O luto na criança

O luto é **individual e necessário;**

O luto é um processo normal e ocorre como **uma tentativa da criança de se restabelecer no mundo** após uma perda significativa;

Não existe um tempo certo para o luto e nem um prazo de validade. Ele **dura o tempo que precisa durar e depende muito da relação que a criança tinha com a pessoa** que morreu.



Compreenda que ela expressa sua dor de uma forma diferente dos adultos e esteja atento às suas formas de comunicação



Tenham momentos em família



A criança tende a ficar mais carente de afeto e de atenção após uma perda. É comum ela fica mais sensível a brigas e mais apegada às figuras de confiança



Caso ocorram muitas mortes por COVID-19 na família da criança ou com pessoas próximas, fique mais atento a todas essas



Não pense que “se ela não fala, ela não sente”. A criança sempre sente, apenas tem uma forma diferente de se comunicar



Caso a família perceba muitas reações complicadas e de difícil manejo, procure ajuda de um profissional especializado



Use a linguagem lúdica para acessar o mundo dela. A criança se expressa bastante através das brincadeiras e dos desenhos



Incentive a alegria na criança, auxilie-a a estar, mesmo que virtualmente, com os amigos e estimule-a em novos projetos



Incentive a criança a participar de tarefas diárias e hábitos estabelecidos pela família



Evite mudanças drásticas no ambiente familiar e tente, na medida do possível, manter a rotina

## Cuidados a médio e longo prazo





## Conheça

o que a criança entende sobre a morte. Em cada fase da vida, ela entenderá de maneira diferente;



## Evite

falas vagas e fantasiosas que possam gerar sentimentos de revolta e abandono na criança, como: *“papai do céu levou”, “foi fazer uma viagem muito longa”, “foi passear”*;



## Use

o verbo morrer. Não tenha medo de usar essa palavra;

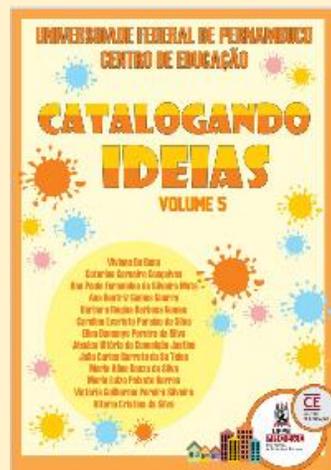


## Não esconda

da criança a morte de alguém próximo. A criança sempre sabe, pois ela sente o ambiente e tem uma percepção muito aflorada.

# CATALOGANDO IDEIAS

O trabalho com as emoções é uma ação permanente e diária. Os adultos precisam estar atentos aos sinais da criança para atuar de forma precisa e tranquila. Por isso, sugerimos que visitem o material produzido por estudantes e professores do Centro de Educação da UFPE [CATALOGANDO IDEIAS - VOLUME 5](#) que traz mais sugestões de brincadeiras centradas no autocuidado, além de propostas de meditação como possibilidade de aproximação das próprias emoções e da estabilidade físico-emocional.



## DESAFIOS DE SER CRIANÇA DIANTE DE UM ADULTO



Neste caderno estamos refletindo sobre o desafio cotidiano de lidar com as emoções, todas elas: medo, confiança, tristeza, euforia, raiva, alegria, angústia, apatia... Às vezes são tantos sentimentos em tão curto espaço de tempo, não é? E as crianças? Vale a pena ampliar nosso olhar sobre nossas posturas, enquanto adulto, diante delas. Por isso, convidamos as famílias para ler e refletir sobre [OS DESAFIOS DE SER ADULTO DIANTE DE UMA CRIANÇA](#) com a professora Patrícia Pifano.

Esperamos muito em breve, retornar as nossas atividades presenciais. Aguardamos todos e todas com muita alegria e desejamos que aproveitem as indicações de leituras e as propostas ofertadas neste Caderno.

## **Elaboração**

Débora da Rocha Cordeiro Alves

Edite Xavier

Keila Patrícia Vanderlei Macedo

Marcela de Cássia de Melo Figueiredo

Maria Cristina Coutinho Primo

Patrícia Pifano

Roselita Carmelita da Silva

Sandra Vasconcelos de Lima

## **Contribuições**

Alexandre

Andrezza

Diego Florêncio

Emília Juliana

Fábio Luís Coelho

Magna Ferreira

Priscila Mayara



Recife, 2020

Centro Municipal de Educação Infantil  
Professor Paulo Rosas

**Gestora**

Keila Patrícia Vanderlei Macedo

**Coordenadora pedagógica**

Roselita Carmelita da Silva

**Diagramação**

Débora da Rocha Cordeiro Alves

**Leitura crítica e revisão dos textos**

Ana Carolina Perrusi Brandão



Recife, Outubro 2020

# EQUIPE

