

Brincadeiras Incríveis e Fáceis

para fazer com coisas que você já tem em casa!



Férias Divertidas

Por Poliana Mantovani



Poliana Mantovani

Psicóloga Clínica 18/06043

Graduada em Pedagogia e Psicologia.
Pós graduada em Psicanálise e
MBA em Liderança e Coaching.
Apaixonada pelo
desenvolvimento humano
e saúde mental.

Agendamentos:
(66) 999030069



Você sabia que atividades simples do dia a dia podem ser poderosas ferramentas para o desenvolvimento infantil? O tesouro pode estar nas pequenas coisas que já temos em casa.

Este e-book foi criado para te mostrar como é fácil transformar objetos comuns em grandes oportunidades de aprendizado e diversão. Com 06 brincadeiras práticas, você vai estimular diversas habilidades nas crianças, desde a coordenação motora e o raciocínio lógico até a criatividade e a resolução de problemas.

Prepare-se para momentos de alegria e descoberta, fortalecendo laços e contribuindo para um desenvolvimento pleno, tudo isso com coisas que você já tem à mão!



POLIANA
Mantovani
PSICÓLOGA





A importância da paciência e do estímulo nas brincadeiras

Ao embarcar nessas brincadeiras com produtos do dia -a-dia, lembre-se que o maior tesouro que você pode oferecer ao seu filho é o seu tempo e a sua paciência. É natural que nem tudo saia perfeito de primeira, ou que a criança precise de mais tempo para entender a proposta da brincadeira. É nesse momento que a sua calma e o seu incentivo fazem toda a diferença.

As brincadeiras não são apenas sobre o resultado final, mas sobre o processo, a descoberta e a interação. Permita que seu filho explore, erre e tente novamente. A frustração pode surgir, tanto para você quanto para a criança, mas encare-a como uma oportunidade de aprendizado. Sua presença tranquila e seu apoio são os maiores motivadores para que eles se sintam seguros para experimentar e se desenvolver.

Gelo Divertido



O que você vai precisar:

- Um pote plástico de tamanho médio
- Brinquedos pequenos (que caibam na palma da mão de um adulto)
- Água
- Congelador
- Martelinhos de brinquedo,

Opcional: mangueira com água.

Como fazer:

1. Em um pote plástico, coloque os brinquedos pequenos.
2. Encha o pote com água e leve ao congelador até que congele completamente.
3. Quando estiver bem firme, entregue o bloco de gelo à criança e desafie-a a retirar os brinquedos.
4. Você pode oferecer ferramentas como martelinhos de brinquedo ou até mesmo uma mangueira com um pouco de água para ajudar a derreter o gelo.

Lembrando que a criança pode precisar do exemplo e incentivo dos pais na execução da brincadeira.

Objetivos da brincadeira

- Estímulo à resolução de problemas .
- Desenvolvimento da coordenação motora fina e ampla.
- Estímulo sensorial (percepção de temperatura e textura).

Benefícios

Paciência e persistência: A criança aprende a esperar o tempo necessário para o gelo derreter e a persistir em seu objetivo de resgatar os brinquedos, lidando com a frustração de que a tarefa não é instantânea.

Foco e concentração: A atividade exige atenção para planejar como atingir o objetivo, seja usando ferramentas ou esperando o derretimento.

Autoconfiança: Ao conseguir "libertar" os brinquedos, a criança experimenta uma sensação de realização e competência.

Idade recomendada: A partir de 1 ano (sempre com supervisão).

- Dica Extra: Você pode adicionar corantes naturais na água antes de congelar para tornar o gelo ainda mais atraente

Vermelho/Rosa: Suco de beterraba (cozinhe e bata um pedaço de beterraba com um pouco de água, coe).

Amarelo: Açafrão-da-terra (dissolva um pouco em água quente)

Verde: Suco de couve ou espinafre (bata as folhas com um pouco de água e coe).

Azul/Roxo: Repolho roxo fervido (ferva pedaços de repolho roxo em pouca água, coe e use o líquido. Para azul, adicione uma pitadinha de bicarbonato de sódio ao líquido roxo).

Massinha Maluca

Fluido Não Newtoniano

O que você vai precisar:

- 2 copos de amido de milho (Maizena)
- 1 copo de água

Opcional: 1 colher de café de terra, corante alimentício ou natural da cor preferida.

Como fazer:

1. Em uma bacia, misture o amido de milho e a água.
2. Mexa bem até obter uma mistura homogênea. A textura deve ser estranha: sólida ao pegar rápido e líquida ao manusear devagar.
3. Se desejar, adicione a terra ou corante natural para dar um toque especial.

Objetivos da brincadeira:

- Exploração sensorial (textura, consistência).
- Estímulo à curiosidade e à experimentação.
- Introdução a conceitos de física de forma lúdica.

Benefícios:

Criatividade e imaginação: A natureza imprevisível do fluido estimula a criança a experimentar diferentes formas de interação e a imaginar o que mais ela pode fazer com a "massinha maluca".

Regulação emocional: A textura única pode ser muito relaxante e tátil, ajudando a criança a liberar tensões e a se acalmar através do contato sensorial.

Tolerância à ambiguidade: A criança aprende a lidar com algo que não se encaixa nas categorias habituais de sólido ou líquido, desenvolvendo flexibilidade mental.

Idade recomendada: A partir de 2 anos (sempre com supervisão, pois as crianças podem querer levar à boca).

- **Dica Extra:** Peça para a criança tentar pegar o fluido rapidamente e depois de vagar. Ela vai se surpreender com as diferentes reações! Para colorir naturalmente, use:

Vermelho/Rosa: Suco concentrado de beterraba.

Amarelo: Açafrão -da-terra em pó (misture diretamente na água).

Verde: Suco concentrado de espinafre ou couve.

Marrom: Cacau em pó ou café solúvel.



Espuma Divertida

O que você vai precisar:

- ★ • Uma garrafa plástica descartável (de água ou refrigerante)
- Elástico
- Lenço umedecido ou um pedaço de tecido fino
- Detergente líquido
- Corante alimentício ou natural (opcional)
- Recipiente com água e sabão

Como fazer:

1. Corte a garrafa plástica, reservando a parte superior (onde está o bico). Descarte a parte inferior e a tampa.
2. Prenda um lenço umedecido (ou um pedaço de tecido fino) na parte cortada da garrafa com um elástico, cobrindo a abertura.
3. Em um recipiente, prepare uma mistura de água e detergente. Se quiser, adicione algumas gotas de corante natural na mistura.
4. Molhe a parte do lenço/tecido na mistura de água e sabão.
5. Peça para a criança assoprar pelo bico da garrafa enquanto levanta do recipiente. Uma longa e colorida "cobra" de espuma se formará!





Benefícios:

★ **Expressão da alegria e do prazer:** A formação da "cobra" de espuma é um evento visualmente gratificante que naturalmente gera sorrisos e risadas, promovendo bem-estar emocional.

Estímulo da imaginação: A criança pode imaginar a espuma como uma "cobra", um monstro ou qualquer outra coisa, desenvolvendo a capacidade de brincar simbolicamente.

Causa e efeito: A criança percebe a relação direta entre seu sopro e a formação da espuma, compreendendo conceitos básicos de causa e efeito e o poder de suas ações.

Idade recomendada: A partir de 2 anos (com supervisão para garantir que a criança não inale a espuma ou coloque a boca no detergente).

- Dica Extra: Para colorir a espuma naturalmente, use:

Vermelho/Rosa: Suco concentrado de beterraba.

Amarelo: Açafrão-da-terra (dissolva um pouco em água quente).

Verde: Suco concentrado de espinafre ou couve.

Azul/Roxo: Chá de repolho roxo (ferva pedaços de repolho roxo em pouca água, coe e use o líquido. Para azul, adicione uma pitadinha de bicarbonato de sódio ao líquido roxo).



Caçando Minhocas

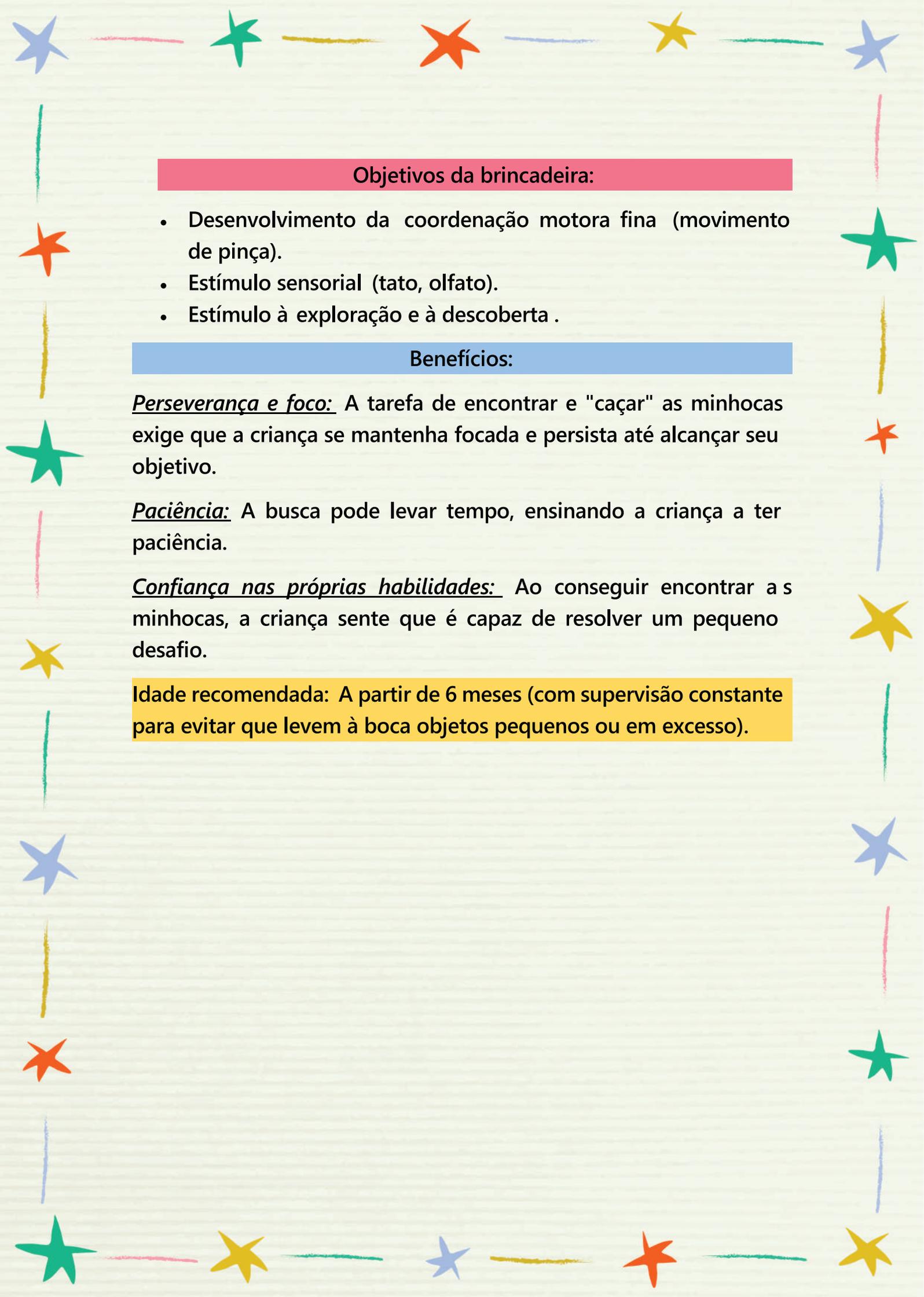


O que você vai precisar:

- Macarrão (espaguete ou similar)
- Corante natural vermelho (para o macarrão)
- Aveia
- Cacau em pó
- Bacia ou recipiente
- Pinça de plástico (ou colher grande, ou os próprios dedos da criança)

Como fazer:

1. Cozinhe o macarrão e, antes de escorrer a água, adicione algumas gotas de suco concentrado de beterraba para dar a aparência de minhocas. Escorra e reserve.
2. Em uma bacia, misture aveia e um pouco de cacau em pó para criar a "terra".
3. Esconda as "minhocas" de macarrão na "terra" de aveia e cacau.
4. Entregue uma pinça de plástico (ou uma colher grande) para a criança e a desafie a "caçar" as minhocas. Ela também pode usar os próprios dedos para explorar!

A decorative border surrounds the page, featuring a repeating pattern of colorful stars (blue, green, orange, yellow) and short horizontal and vertical lines in various colors (pink, yellow, blue, green).

Objetivos da brincadeira:

- Desenvolvimento da coordenação motora fina (movimento de pinça).
- Estímulo sensorial (tato, olfato).
- Estímulo à exploração e à descoberta .

Benefícios:

Perseverança e foco: A tarefa de encontrar e "caçar" as minhocas exige que a criança se mantenha focada e persista até alcançar seu objetivo.

Paciência: A busca pode levar tempo, ensinando a criança a ter paciência.

Confiança nas próprias habilidades: Ao conseguir encontrar as minhocas, a criança sente que é capaz de resolver um pequeno desafio.

Idade recomendada: A partir de 6 meses (com supervisão constante para evitar que levem à boca objetos pequenos ou em excesso).

Afunda e Flutua

O que você vai precisar:

- Uma bacia grande cheia de água
- Diversos objetos da casa (brinquedos, utensílios de cozinha, frutas, etc.) com materiais e tamanhos variados (plástico, metal, madeira, pequenos, grandes).
- Uma colher grande ou peneira.

Como fazer:

1. Encha uma bacia grande com água.
2. Peça à criança para escolher diferentes objetos da casa.
3. Para cada item, pergunte: "Será que afunda ou flutua?" e deixe a criança levantar hipóteses.
4. Em seguida, a criança deve jogar um a um os itens na água e verificar o resultado.

Dica Extra: Ao final da experiência, vocês podem usar uma colher grande ou peneira para "pescar" os objetos flutuantes e colocá-los em outra bacia.

Objetivos da brincadeira:

- Desenvolvimento do pensamento crítico e da resolução de problemas.
- Estímulo à percepção de cores, tamanhos e pesos.
- Introdução a conceitos básicos de física (densidade).
- Estímulo à curiosidade e à observação.

Benefícios:

Desenvolvimento do raciocínio lógico: A criança é incentivada a fazer previsões e a testá-las, o que fortalece sua capacidade de observação e dedução.

Flexibilidade cognitiva: Quando um objeto não se comporta como esperado, a criança é levada a ajustar suas hipóteses e a entender que o mundo nem sempre segue suas expectativas, promovendo a adaptabilidade.

Estímulo à fala e à interação social: A brincadeira convida ao diálogo sobre o que pode acontecer, incentivando a criança a expressar suas ideias e a interagir com o adulto.

Idade recomendada: A partir de 2 anos (com supervisão para evitar que a criança engula ou coloque objetos perigosos na boca).



Resgate na Gelatina



O que você vai precisar:

- Mini animais de brinquedo ou carrinhos (Hot Wheels, etc.)
- Gelatina (do sabor e cor de sua preferência)
- Recipiente de boca larga (como uma forma, assadeira ou tigela)
- Opcional: Pinça de plástico, colheres, outros utensílios.

Como fazer:

1. Com a criança, escolha os animais ou carrinhos que serão "resgatados".
2. Prepare a gelatina conforme as instruções da embalagem.
3. Despeje a gelatina em um recipiente de boca larga e adicione os brinquedos enquanto a gelatina ainda está líquida. Certifique-se de que eles fiquem bem distribuídos.
4. Leve à geladeira e espere até que a gelatina esteja bem firme.
5. Quando a gelatina estiver pronta, entregue -a à criança e a desafie a explorar os objetos, tentando retirá-los com as mãos ou usando uma pinça, colheres ou outros utensílios para transferi-los para outro recipiente.

Sugestão: Você pode usar gelatina verde para representar um "habitat terrestre" para os animais ou azul para "rios/oceanos".





Objetivos da brincadeira:

- Estímulo da paciência (esperar a gelatina firmar).
 - Fortalecimento dos músculos das mãos e dos dedos.
 - Desenvolvimento da coordenação olho-mão.
 - Aperfeiçoamento da pressão e do controle motor fino.
 - Estímulo da curiosidade e da resolução de problemas.
 - Exploração sensorial (textura, cheiro, cor).
- 

Benefícios:

Desenvolvimento da perseverança: A tarefa de resgatar os brinquedos da gelatina pode ser desafiadora, pelo fato da criança poder estranhar a sensação da textura e temperatura, ensinando a criança a não desistir facilmente e a tentar diferentes abordagens.

Regulação sensorial e emocional: A textura suave e vibrante da gelatina pode oferecer um estímulo sensorial agradável que pode ajudar a acalmar e a envolver a criança.

Estímulo à linguagem e ao faz de conta: Ao "resgatar" os brinquedos, a criança pode criar narrativas, dialogar sobre a situação e desenvolver seu vocabulário.

Foco e atenção plena: A natureza da brincadeira exige que a criança se concentre na tarefa de manipular a gelatina e os objetos, aprimorando sua capacidade de concentração.



Idade recomendada: A partir de 1 ano (com supervisão, pois a gelatina pode ser ingerida).



Observação Geral sobre Corantes Naturais:

- **Intensidade:** A intensidade das cores naturais pode variar. Para cores mais vibrantes, use uma quantidade maior do ingrediente ou concentre o líquido por fervura.
- **Manchas:** Alguns corantes naturais (como beterraba e açafrão) podem manchar roupas e superfícies. Recomende o uso de aventais e a proteção da área de brincadeira.
- **Segurança:** Sempre supervisione as crianças, especialmente as mais novas, para garantir que não ingiram os materiais em grandes quantidades. Embora sejam naturais, a ingestão excessiva pode causar desconforto.

Referências Bibliográficas:

PIAGET, Jean. *A Formação do Símbolo na Criança: Imitação, Jogo e Sonho, Imagem e Representação*. Rio de Janeiro: Zahar, 2004.

VYGOTSKY, Lev S. *A Formação Social da Mente*. São Paulo: Martins Fontes, 1998.

WINNICOTT, Donald W. *O Brincar e a Realidade*. Rio de Janeiro: Imago, 1975