

# Conversando com a Família

Educação Infantil



## CARTA AOS PAIS

Este material foi elaborado para ajudar as famílias no acompanhamento da vida de seus filhos na escola e também no seu convívio diário, afim de compartilhar conhecimentos, descobertas e aprendizados, e a respeitar as brincadeiras espontâneas das crianças, atitudes e momentos para enriquecer a bagagem e experiências de cada um. Para isso, devem ser propostos espaços e momentos no dia a dia, para que as crianças possam explorá-los com segurança, estabelecer vínculos entre professores / família, no intuito de construir limites, promover a autonomia, afetividade e interação.

### Autoras

Márcia Regina Ferreira Escrovi  
Tânia Cristina Ferreira Fagundes

2020

## ÍNDICE

CONVERSANDO COM A FAMÍLIA.....	3
FASES DO DESENVOLVIMENTO INFANTIL.....	4
AFETIVIDADE.....	7
AUTOESTIMA.....	9
LIMITES SÃO ESSENCIAIS.....	10
VACINAR É IMPORTANTE.....	12
ALIMENTAÇÃO ADEQUADA.....	18
PERÍODO DE ADAPTAÇÃO.....	19
PARCERIA FAMÍLIA/ESCOLA.....	21
A IMPORTÂNCIA DA ROTINA.....	24
O PRAZER DA LEITURA.....	27

# CONVERSANDO COM A FAMÍLIA

Os pais criam seus filhos com autonomia quando os ensinam o que precisa ser feito, das melhores e variadas maneiras para que eles sejam corretos, ajudando a compreender a vida e não os abandonando.

O que lhes foi ensinado os ajudarão a caminhar e a tomar suas próprias decisões com sabedoria e autonomia.

Ao cobrar atitudes de seus filhos observe o que conseguem realizar e, se necessário, oriente-os, caso não consigam.

A base para desenvolver a autonomia está em ensinar a seus filhos os valores que você acredita serem corretos e estabelecer regras convenientes. E também deixar claro aquilo que espera deles.

A família que está preparada para dar uma educação de qualidade a seus filhos, sabe dar responsabilidades a eles, o que podem e até onde exigir deles, deixando claro a autoridade para impor a disciplina necessária.

Para você que deseja ser um bom pai ou uma boa mãe, deve se capacitar nessa tarefa por meio de muito diálogo, muito interesse, muita paciência e determinação. O resultado é o melhor possível.

A autoridade é responsabilidade dos pais, com ela é conquistado o respeito, atitudes, valores. As crianças precisam de pessoas com determinação, autoridade, amor e atitude, para que possam obedecer a quem está no comando.

Os pais que deixam os filhos fazer tudo aquilo que querem, na hora que desejam, torna-os inseguros, sem direção e infelizes.

A orientação e o controle das crianças, são as oportunidades para não se tornarem perdidas sem sabem o que fazer. Quando isso não acontece, está aberto o caminho que, possivelmente, levará seus filhos a tornarem-se crianças problemáticas e com atitudes incorretas.

# FASES DO DESENVOLVIMENTO INFANTIL

## CONTEXTO - AS FASES DA INFÂNCIA!

### 0 A 1 ANO E 6 MESES

Nessa fase é ideal que a alimentação seja exclusivamente o leite materno.

### 1 ANO E 6 MESES A 3 ANOS

Aprendem a correr pequenas distâncias, gastando bastante energia, começam a comer sozinhas. A fala é desenvolvida aprendendo muitas palavras.

### 3 A 5 ANOS

Passam a controlar as necessidades fisiológicas abandonando a fralda, geralmente começam a frequentar a escola.

### 5 A 9 ANOS

Fase da curiosidade, os famosos “por quês” entram em ação. Aos 6 anos, mais ou menos, as crianças passam a tentar entender o mundo a sua volta e não aceitam qualquer explicação.

### DE 10 A 13 ANOS

Essa fase é chamada de pré-adolescência, é marcada pelo aumento do ritmo de crescimento corporal.



[novaescola.org.br/plano-de-aula/2083/cardapio-infantil-o-que-uma-crianca-deve-comer](http://novaescola.org.br/plano-de-aula/2083/cardapio-infantil-o-que-uma-crianca-deve-comer)  
Acessado em 22/12/19

# CRIANÇAS DE 4 A 5 ANOS



É importante sabermos como é o desenvolvimento, comportamento e as atitudes que as crianças na faixa etária de 4 e 5 anos apresentam. Na sequência vamos conhecer um pouco mais sobre nossos filhos:

## DESENVOLVIMENTO FÍSICO:

- Rápido desenvolvimento muscular;
- Grande atividade motora, com maior controle dos movimentos;
- Consegue escovar os dentes, pentear-se e vestir-se com pouca ajuda.

## DESENVOLVIMENTO INTELECTUAL:

- Adquiriu já um vocabulário alargado, constituído por 1500 a 2000 palavras; manifesta um grande interesse pela linguagem, falando incessantemente;
- Compreende ordens com frases na negativa;

- Articula bem consoantes e vogais e constrói frases bem estruturadas;
- Exibe uma curiosidade insaciável, fazendo inúmeras perguntas;
- Compreende as diferenças entre a fantasia e a realidade;
- Compreende conceitos de número e de espaço: "mais", "menos", "maior", "dentro", "debaixo", "atrás";
- Começa a compreender que os desenhos e símbolos podem representar objetos reais;
- Começa a reconhecer padrões entre os objetos: objetos redondos, objetos macios, animais.

## DESENVOLVIMENTO SOCIAL:

- Gosta de brincar com outras crianças; quando está em grupo, poderá ser seletiva acerca dos seus companheiros;
- Gosta de imitar as atividades dos adultos;
- Está a aprender a partilhar, a aceitar as regras e a respeitar a vez do outro.

## DESENVOLVIMENTO EMOCIONAL:

- Os pesadelos são comuns nesta fase;
- Tem amigos imaginários e uma grande capacidade de fantasiar;
- Procura frequentemente testar o poder e os limites dos outros;
- Exibe muitos comportamentos desafiantes e opositores;
- Os seus estados emocionais alcançam os extremos: por ex., é desafiante e depois bastante envergonhado;
- Tem uma confiança crescente em si própria e no mundo;

## DESENVOLVIMENTO MORAL:

- Tem maior consciência do certo e errado, preocupando-se geralmente em fazer o que está certo; pode culpar os outros pelos seus erros (dificuldade em assumir a culpa pelos seus comportamentos).

Fonte: Mundo ABC

<https://mamaesfacilidadesedicas.com/desenvolvimento-infantil-de-4-a-5-anos/> Acessado em 20/12/19

# AFETIVIDADE



A correria do dia a dia, a vida moderna e a rotina pesada de trabalho, faz com que os pais se distanciem cada vez mais dos seus filhos, dificultando as relações, mas isso pode ser diferente quando há qualidade nos poucos momentos que estão juntos. É preciso reservar um momento da rotina familiar para ficar com os filhos; conversar, brincar, passear, ou seja, estar juntos de verdade, fazendo o que gostam e dá prazer.

A afetividade entre pais e filhos pode crescer ao longo do tempo, por meio do envolvimento que ambos vão tendo no cotidiano de suas vidas. A criança precisa se sentir amada e para isso algumas atitudes simples do dia a dia fazem toda a diferença na formação do vínculo afetivo.

É importante conversar com os filhos, mostrando para eles que mesmo não estando perto o tempo todo, se preocupam com tudo o que envolve suas vidas. Conversar dizendo como foi o dia de cada um, o que sentiram ao ficarem afastados, como transcorreram as situações vivenciadas por cada um, ajuda na construção do vínculo entre pais e filhos e faz com que se sintam confiantes.



Ouvir nossos filhos é muito importante, olhar nos olhos, dar atenção é uma atitude essencial para quem quer construir vínculos afetivos.

Participar com interesse da vida escolar do filho é uma forma de aproximação. Os pais devem manter esse tipo de diálogo todos os dias para que os filhos se sintam amparados, seguros de que alguém se preocupa com eles. Ligar de vez em quando para saber se está tudo bem ou mandar uma mensagem pelo celular, também os deixa muito feliz.

Elogiar e valorizar as qualidades dos filhos os ajuda na construção da autoestima, deixando-os mais seguros para realizar suas atividades.

Compartilhar atividades domésticas também é uma boa forma de estreitar laços entre pais e filhos. Estabelecer uma rotina junto com os filhos, onde possam ajudar nos afazeres da casa. Durante as refeições, por exemplo, poderão conversar sobre momentos de prazer, com conversas muito agradáveis e produtivas.

O importante é demonstrar por meio de gestos, atitudes e diálogo o quanto amam seus filhos, mesmo não estando o dia todo com eles, mas quando estiver, aproveitar organizando passeios, brincadeiras para se divertirem muito e ficarem juntos.



# AUTOESTIMA



A autoestima das crianças é fundamental para que se sintam mais seguras, felizes e realizadas. Além disso, crianças que se sentem amadas tornam-se mais companheiras e amigas, contribuindo ainda no seu desempenho escolar e na conquista dos seus sonhos. Sabendo disso, é muito importante que os pais se preocupem em fortalecer a autoestima e autoconfiança dos filhos, desde cedo, e isso é algo que pode ser feito de forma simples no dia a dia da família.

Segue abaixo algumas dicas importantes para ajudar na autoestima dos nossos filhos:

- **Valorizar os seus esforços:** estimular a tentar novamente e a se esforçar cada vez mais.
- **Não o compare nunca com ninguém:** corrija por suas atitudes e esforços e não por ele ser pior ou melhor do que alguém.
- **Incentivar novas ideias:** estimular seus filhos quando decidir se aventurar em novas ideias.
- **A atenção e escuta são muito importantes:** ouvir o que seu filho tem a dizer, passando confiança, para que ele se sinta confortável para se expressar, sabendo que está escutando com atenção.
- **Emoções e sentimentos levados a sério:** ao perceber seu filho triste, chateado ou com medo, não diminua o que ele está sentindo. Diga que isso vai passar e pergunte o que pode ser feito para que ele se sinta melhor.
- **Evite rotular seus filhos: nunca diga a seus filhos:** “desajeitado”, “bagunceiro”, “distraído”. Isso pode fazer com que eles se sintam rotulados a essas características. Utilize palavras e frases positivas para corrigir suas atitudes, como por exemplo: “se você se organizar, vai ter mais tempo e espaço para brincar”, “que tal tentar fazer de outra maneira?”, “você pode melhorar nisso e naquilo”.

# LIMITES SÃO ESSENCIAIS

Limites são regras ou normas de conduta que devem ser passadas para as crianças desde a mais tenra idade, pois é essencial na educação de uma criança, ajudando-a manter equilíbrio quanto ao seu desenvolvimento moral, psíquico, afetivo, cognitivo e nas suas relações sociais, preparando-a para a vida real. Ensinar limites para as crianças é ensinar a respeitar o outro para que o outro possa lhe respeitar e isso é algo que será muito útil na sua vida adulta, no convívio familiar e no plano profissional.

Desde os primeiros anos, se uma criança aprende a ter limites, na família, começa a entender a importância de se respeitar, respeitar os outros, acatar regras, essencial para seu convívio em comunidade e no exercício da cidadania.

Vale ressaltar que é em casa, com a família, que a criança começa a aprender sobre limites; com seus pais, irmãos, avós, primos e tios, um ambiente favorável para a construção e o desenvolvimento de regras, onde cada pessoa poderá expor o seu ponto de vista, seu pensamento, sua perspectiva de vida, respeitando o espaço do outro.



Quem nunca viu uma criança esperneando, gritando, chutando e xingando em algum lugar público, na maioria das vezes por um motivo aparentemente fútil.

Tudo isso é **birra** e os pais não sabem onde esconder o rosto. Mas por quê as crises de birra acontecerem?



# DEZ PASSOS PARA LIDAR COM A BIRRA DE UMA CRIANÇA, SEM PERDER O EQUILÍBRIO.

1. **Por pior que seja o “espetáculo”, NUNCA, JAMAIS,** em tempo algum bata em seu filho.
2. Antes de sair, previna-se de possíveis contratempos. Se vai ao supermercado, fale que a criança tem direito a escolher dois doces, por exemplo.
3. Não ceda às manipulações. Mostrar que birras não dão resultado é um jeito de desestimulá-la a repetir a cena.
4. **Avise seu filho que só conversará com ele** depois que ele se acalmar (e você também...).
5. Se precisar dar uma bronca na criança, espere ela terminar de espernear e explique por que está sendo punida. É importante que ela entenda o que fez de errado e, para isso, precisa estar tranquila para conseguir ouvir o que você tem a dizer.
6. **Não brigue com seu filho na frente de todo mundo;** isso o fará se sentir humilhado.
7. **Desvie o foco da criança. Mostre um objeto diferente,** o cachorrinho passando na rua, o avião lá no céu...  
Use a criatividade!
8. **Algumas vezes, por trás da birra existe uma criança** com fome, sono ou carente. Se for esse o caso, responda pacientemente e faça um carinho. Às vezes, é só disso que ela precisa.
9. Simplesmente ignorar a birra também pode dar bons resultados. Respire fundo.
10. Se não tiver como conter o show no meio da loja, simplesmente pegue seu filho no colo e vá embora.  
Sem escândalos. Ele vai perceber que não adiantou nada e você evita o constrangimento.



Elogiem as crianças e as abracem mostrando seu amor com frequência e sempre expressando gratidão.

**Nunca permitam que um problema a ser resolvido se torne mais importante do que uma pessoa a ser amada.**

Os amigos se mudam, as crianças crescem e os entes queridos morrem. É muito fácil deixar de dar o devido valor às pessoas, até o momento em que saem de nossa vida e ficamos com o sentimento de que as coisas poderiam ter sido diferentes.

Não adiemos o que é mais importante – dizer, mas também demonstrar o quanto amamos aqueles que fazem parte e trazem brilho a nossa vida.

(Dicas sobre limites)

Material preparado pelo Psicólogo Sidinei Rolim (CRP 06/105109)

# VACINAR É IMPORTANTE

A vacinação é muito importante para a saúde de todas as pessoas, principalmente às crianças para evitar doenças. É importante destacar que bebês e crianças pequenas são mais frágeis e possuem menos imunidades. Assim, a vacinação deve ser cumprida seguindo atentamente o **Calendário de Vacinação**, para evitar doenças que podem ser graves ou até levar a morte.

Muitas vacinas podem causar algumas reações, como febre e dor local, devido a alguns componentes que elas possuem. Assim, é importante informar-se com o agente de saúde sobre as possíveis reações que podem surgir e os cuidados pós-vacina. Também é fundamental informar ao agente de saúde se a criança apresenta alguma restrição a algum possível componente da vacina.

Segue abaixo informações importantes sobre o Calendário de Vacinação que foi atualizado pelo Ministério da Saúde, determinando as vacinas e os reforços para as crianças entre 4 e 5 anos:

## CRIANÇAS DE 4 ANOS:

- Reforço da vacina Tríplice Bacteriana (DTPa), que protege contra difteria, tétano e coqueluche. As três primeiras doses da vacina devem ser feitas nos primeiros meses de vida, sendo a vacina reforçada aos 18 meses, aos 4 anos de idade e depois a cada 10 anos. Essa vacina se encontra disponível nas Unidades Básicas de Saúde e em clínicas particulares.
- Reforço da vacina VIP, que protege contra a poliomielite, também conhecida por paralisia infantil. As três primeiras doses da vacina devem ser feitas nos primeiros meses de vida e depois reforçada aos 18 meses e aos 4 anos de idade. O Ministério da Saúde, todos os anos, lança a campanha de vacinação contra a poliomielite, em que crianças entre 12 meses e 4 anos podem tomar a vacina oral contra a poliomielite (VOP) gratuitamente nos postos de saúde.

## CRIANÇAS DE 5 ANOS:

- Vacina Meningocócica conjugada (MenACWY), que protege contra todos os tipos de meningite. Essa vacina pode ser tomada entre os 3 e 7 meses de vida em duas ou três doses, dependendo da vacina utilizada, e depois deve ser tomada nova dose entre os 12 e 15 meses de vida e, finalmente, entre os 5 e 6 anos. Caso não tenha sido feito o reforço aos 4 anos das vacinas VIP e DTPa, a criança pode receber o reforço aos 5 anos de idade.



## DICAS IMPORTANTES:

Após tomar vacinas, é importante ficar atento para sinais de reação à vacina, como manchas vermelhas e irritação na pele, febre superior 39 °C, convulsões, tosse e dificuldade para respirar.

Esses sinais normalmente começam a surgir cerca de 2h após a administração da vacina, sendo necessário ir ao médico caso os sinais de reação à vacina não passem após 1 semana.

Alguns fatores podem impedir a vacinação, como por exemplo febre alta e o uso de alguns tipos de remédios. Por isso é importante informar a medicação utilizada quando levar as crianças ou tomar vacinas.

# VACINAÇÃO INFANTIL



Confira as principais vacinas que devem ser tomadas durante os quatro primeiros anos de vida, segundo o Ministério da Saúde de Vacinação:

## NO NASCIMENTO:

- Vacina BCG – Dose única – Evita a tuberculose.
- Vacina Hepatite B – Primeira dose – Evita a Hepatite B.

## COM 2 MESES DE VIDA:

- Vacina Pentavalente (DTP, Hib, HB) – Primeira dose – Evita Difteria, Tétano, Coqueluche, Meningite e outras doenças causadas pelo Haemophilus influenzae tipo B.
- Vip (vacina inativada contra pólio-injetável) – Primeira dose – Evita a Poliometite (paralisia infantil).
- VORH (vacina oral de rotavírus humano) – Primeira dose – Evita a diarreia e a desidratação causada pelo rotavírus.
- Vacina Pneumocócica 10 (conjugada) – Primeira dose – Evita a pneumonia, otite, meningite e outras doenças causadas pelo Pneumococo.

## COM 3 MESES DE VIDA:

- Vacina Meningocócica C (conjugada) – Primeira dose – Evita doença invasiva causada pelo Neisseria meningitidis do sorogrupo C.

## COM 4 MESES DE VIDA:

- Tomar a segunda dose das quatro vacinas recebidas no segundo mês de vida. (Vacina Pentavalente, VIP, VORH e Pneumocócica 10).

## COM 5 MESES DE VIDA:

- Tomar a segunda dose da vacina Meningocócica C, recebida no terceiro mês de vida.

## COM 6 MESES DE VIDA:

- Tomar a terceira dose de três das quatro vacinas recebidas no segundo mês de vida. São elas: Vacina Pentavalente, VIP e Pneumocócica 10.

## COM 9 MESES DE VIDA:

- Febre amarela – Primeira dose – Evita febre amarela em áreas endêmicas.

## COM 1 ANO DE VIDA:

- Vacina Tríplice Viral (SRC) – Primeira dose – Evita Sarampo, Rubéola e Caxumba.
- Tomar um reforço da vacina Pneumocócica 10.

## COM 1 ANO E 3 MESES DE VIDA:

- Tomar o primeiro reforço da vacina Tríplice Bacteriana – Evita difteria, tétano e coqueluche.
- Tomar um reforço da vacina VOP (vacina oral contra pólio-gotas) – Evita a Poliomielite (paralisia infantil)
- Tomar um reforço da vacina Meningocócica C.
- Vacina Tetra Viral – dose combinada – Evita rubéola, sarampo, caxumba e varicela (catapora). Doce única para varicela e segunda dose para as demais.

## COM 4 ANOS DE VIDA:

- Tomar o segundo reforço para a vacina Tríplice Bacteriana (DTP) para evitar difteria, tétano e coqueluche.



## TIPOS DE VACINAS E PARA QUE SERVEM:



### VACINA BCG

Segundo o Programa Nacional de Imunizações do Ministério da Saúde, a vacina BCG deve ser dada o quanto antes para o recém-nascido a fim de prevenir a tuberculose. Se isso não for possível por conta do local em que o parto foi realizado ou qualquer outro fator, é muito importante que os pais procurem meios de vacinar a criança até o primeiro mês de vida.

### VACINA HEPATITE B

O Programa Nacional de Imunizações recomenda que a vacina seja feita ainda na maternidade, mas se isso não for possível, a criança deve tomá-la na primeira consulta ao serviço de saúde. Geralmente ela é aplicada simultaneamente à vacina BCG. Nas áreas de alta prevalência, é muito interessante vacinar as crianças com seis anos de idade.

### VACINA PENTAVALENTE

Com o intuito de diminuir o número de injeções nas crianças, criou-se vacinas que são combinadas como uma forma de coquetel. No caso da Pentavalente, somou-se 5 vacinas diferentes que antes eram dadas separadamente. Ele é indicada a partir dos dois primeiros meses de vida e evita uma série de doenças que podem ser adquiridas durante a vida, como por exemplo o tétano e a coqueluche.

## VACINA FEBRE AMARELA

A vacina para Febre Amarela é indicada a partir dos seis meses de vida nas áreas em que há casos da doença. Caso contrário, a vacina pode ser dada por volta dos nove meses de idade, junto da vacina contra o sarampo. No caso dos adultos, também é importante saber: os que vão viajar para regiões que apresentam sintomas da doença devem ser vacinados cerca de dez dias antes da viagem.

## VACINA DA GRIPE

As crianças de até nove anos devem receber duas doses da vacina, dando um espaço de 1 mês ou 1 mês e meio entre elas. Os pequenos que já tem mais de nove anos e os adultos recebem apenas uma dose. Ela já pode ser dada a partir dos seis meses de idade anualmente! O mais indicado é que essa vacinação ocorra antes do inverno, período em que as pessoas estão mais suscetíveis para contrair a gripe.

## VACINA H1N1

A gripe H1N1 foi responsável por uma pandemia que assustou diversos países em 2009, sendo que em 2010 começaram as campanhas de vacinação para reduzir os índices da doença. A vacina pode ser aplicada a partir dos seis meses de idade e todas as crianças abaixo de nove anos que estejam sendo vacinadas com a H1N1 pela primeira vez devem receber duas doses com um mês de intervalo entre elas.

## VACINA CATAPORA

A vacina contra a catapora não é obrigatória mas certamente pode evitar um desconforto na vida da criança. Ela é indicada a partir do primeiro ano de vida e não tem limite de idade, mas quanto antes a criança for vacinada, melhor. Ela é mais indicada para a proteção dos baixinhos que frequentam ambientes hospitalares, mas seu uso também é interessante para as outras crianças.

O mais importante é cuidar da saúde dos pequenos. Seu filho já tomou todas as vacinas indicadas? Se não, corra até o posto de saúde mais próximo para que ele tenha toda a saúde que as crianças precisam!

Fonte e mais informações sobre as vacinas:

<https://www.casadevacinasgsk.com.br/> e <http://www.minhavidacom.br/>

Adaptado: <https://blog.tricae.com.br/mundo-materno/saude-e-bem-estar/vacinas-infantis/> Acessado em 23/12/19



# ALIMENTAÇÃO ADEQUADA



A alimentação das crianças, nos dias de hoje, vem sendo muitas vezes baseada em alimentos processados, frituras, doces, prejudicando de forma significativa a saúde física e mental como consequência. As famílias precisam se conscientizar da importância de manter uma alimentação balanceada e equilibrada, essencial para que o corpo da criança funcione corretamente. Para ter uma boa alimentação é preciso haver variedade, moderação e equilíbrio.

Variedade consiste em ingerir alimentos de diferentes grupos alimentares, como: verduras e legumes, arroz, massas, farinhas e tubérculos, carnes, ovos, leite, grãos e fibras.

Moderação significa estar atenta a quantidade, não comer nem a menos e nem a mais que o organismo precisa.

Equilíbrio quer dizer comer de tudo um pouco, ou seja, variar a alimentação baseando-se nos grupos que compõe a pirâmide alimentar, mas não se esquecer de manter a moderação.

Uma alimentação saudável não precisa ser cara ou de difícil acesso. A maioria dos alimentos "in natura", como: frutas, legumes, verduras, feijão, milho, trigo, castanhas, por exemplo, devem ser consumidos em porções adequadas todos os dias para garantir os nutrientes essenciais ao organismo.

Além de alimentos variados, as crianças precisam de rotina em relação à alimentação que deve ser demonstrada e cobrada pelos pais. Horário para se alimentar e em ambiente

adequado são muito importantes. A criança que come frutas e vegetais em sua alimentação pode acabar deixando esses hábitos de lado quando os pais passam a não consumir esses alimentos. É responsabilidade da família ajudá-los a manter os bons hábitos adquiridos na primeira infância.

É importante também que a família incentive a criança a se movimentar, praticando atividades simples como brincadeiras no parque, caminhadas, jogo de futebol, andar de bicicleta, nadar, pular corda, amarelinha etc.

Seguindo esses princípios básicos as famílias conseguirão manter uma alimentação saudável, saúde, bem-estar físico e mental das crianças.

## PERÍODO DE ADAPTAÇÃO

O período de adaptação é muito importante para as crianças pequenas. O primeiro dia de aula está chegando e muitas dúvidas podem surgir:

Será que meu filho vai se sentir bem no novo ambiente? Será que os amiguinhos vão tratá-lo bem? Enfim, muitas dúvidas e pensamentos nos preocupam, ao mesmo tempo que temos que lidar com uma nova etapa que nossos filhos irão viver.



Segue algumas sugestões para facilitar a adaptação de seus filhos na escola, devido a ansiedade que muitas vezes são necessárias tanto para os filhos como para os pais:

- **Passar segurança e controlar seus sentimentos:** a criança deve sentir-se segura e que a mãe vai deixá-la, mas logo irá buscá-la. Nunca deixar a criança insegura em relação aos sentimentos familiares da separação dela e da mãe ao deixá-la na escola.
- **Converse sobre a escola:** as crianças de 4 e 5 anos já têm idade para entender. Converse bastante sobre a escola, sempre falando sobre como ela é, que vão gostar, aprender, se divertir e sempre dando exemplos de como primos ou irmãos mais velhos vão à escola e gostam muito.
- **Conhecer a escola com seu filho antes do primeiro dia de aula é muito importante:** fazer uma visita informal na escola, suas dependências, as pessoas e outras crianças, estabelecerá vínculo com o espaço e as pessoas.
- **Novos amigos e aprendizagens:** conhecer e estar em um ambiente novo é muito importante. Os pais devem conversar com seus filhos e explicar que irão gostar muito de conhecer e estar com novas crianças e fazer novos amigos. Perguntar como foi o dia na escola e se interessar pelo que a criança irá relatar, irá motivar o interesse e entusiasmo em conhecer como vai ser o próximo dia.
- **Comprar o uniforme ou material escolar:** levar seus filhos para comprar o uniforme ou os materiais solicitados pela escola é uma estratégia muito boa, ajudará ele a se sentir importante e a se envolver com as novidades que a escola está oferecendo.
- **Prestar atenção no choro é importante:** quando acontecer o choro na hora da separação tentar demonstrar segurança e não significa, que a criança não queira ficar na escola. Levá-la caminhando e segurando sua mão dará a ela uma forma mais segura de entregá-la à professora ou outra funcionária que a receberá na escola, pois é sempre mais difícil sair do colo. Confortá-la se necessário, ou quando estiver chorando muito, conversar e explicar que a escola é um lugar agradável, que terá amiguinhos para brincar e as professoras serão amigas e muito carinhosas.
- **Nunca fazer trocas ou prometer recompensas:** explicar a seus filhos que a escola é um lugar divertido e de novas aprendizagens e nunca oferecer algum tipo de recompensa ou de troca, pois eles devem encarar a ida à escola como um fato normal e que isso deve ser entendido como um acontecimento natural da vida.
- **Confiança e segurança na nova rotina é muito importante:** deixar claro aos seus filhos que irá buscá-los, assim eles irão ganhar confiança de que voltarão normalmente para casa. Conversar como foi seu dia, o que fizeram, brincaram e o que comeram, serão importantes para que ele se sinta seguro na escola e sinta vontade de retornar no próximo dia.



## PARCERIA FAMÍLIA/ESCOLA

O papel dos pais é decisivo para o bom desempenho dos filhos na escola e no meio social. Para o bom desempenho escolar, nada melhor que o incentivo familiar.

Para despertar a curiosidade intelectual do aluno e cultivar seu apreço pelo estudo, não existe uma fórmula mágica, pois devem ser consideradas as variáveis envolvidas: talento individual, estímulos providenciados pela escola e ambiente favorável ao aprendizado em casa. Apesar disso, é importante que tenhamos claro qual é o fator que causa mais impacto no progresso das crianças: a interferência da família.

Para que essa parceria funcione o que a família deve comunicar à escola:

### 1. FREQUÊNCIA NO SONO:

Os pais devem informar, na hora da entrada ou por meio da agenda, se a criança dormiu menos horas ou fora do horário de costume e a qualidade do sono - tranquilo? Agitado? Uma noite bem ou mal dormida ajuda no desenvolvimento cognitivo e influencia no humor dos pequenos durante o dia. Ao saber desse tipo de detalhe, a escola tem elementos para analisar eventuais mudanças no comportamento e adequar a rotina à necessidade da criança.



## 2. QUESTÕES FAMILIARES:

Na primeira reunião de pais, informe acontecimentos importantes, como a morte de parentes próximos ou separação conjugal. Nesses casos os pequenos podem mudar seu comportamento, demonstrando irritabilidade, agressividade ou falta de atenção.

## 3. PROBLEMAS DE SAÚDE:

Quando as crianças não estiverem bem, com gripe, mal-estar, devem ser comunicadas pessoalmente ao professor no horário de entrada. Os medicamentos não podem ser ministrados na escola sem prescrição médica e autorização dos responsáveis. Os pais devem preencher, no ato de matrícula, uma ficha com dados sobre a saúde do filho, indicando se há uso regular de algum medicamento, alergias etc. Isso permitirá prever alternativas para as crianças que tenham sensibilidade a algum material.

## 4. NECESSIDADES EDUCACIONAIS ESPECIAIS (NEE):

Os pais deverão preencher um formulário específico e anexar a ele um laudo médico. É com base nesse documento que serão planejadas as adaptações pelo professor regular com a ajuda do profissional do Atendimento Educacional Especializado (AEE). Esse controle permite oferecer à equipe docente a formação específica necessária para lidar com as necessidades e providenciar materiais.



## O QUE A ESCOLA DEVE INFORMAR À FAMÍLIA

### 1. MUDANÇAS NO COMPORTAMENTO:

Tudo que fuja das atitudes habituais- dormir mais ou menos do que o normal na hora da soneca, fazer birra ou desentender-se com o amigo. Isso pode ser relatado pessoalmente ou por meio da agenda. Diante de ocorrências mais graves, o melhor é marcar uma reunião. Os pais podem ajudar a esclarecer as causas de possíveis incômodos e, ao ser informados, ficarão atentos caso os fatos se repitam no âmbito familiar



## 2. ALIMENTAÇÃO:

O cardápio mensal pode ser divulgado em uma tabela colada no caderno, na agenda, em recados no mural. Vale falar pessoalmente no horário de entrada e saída ou por meio de bilhete avulso quando um alimento novo for introduzido ou quando houver rejeição a determinado prato. A família tem o direito de saber se está sendo oferecida uma dieta saudável ao filho e se ele já está usando talheres, servindo-se sozinho etc.

## 3. RELATÓRIO DE AVALIAÇÃO E REUNIÕES DE PAIS:



Receber o relatório de avaliação e participar das reuniões de pais, para que você acompanhe o que está acontecendo na vida e aprendizagem de seus filhos, buscando alternativas junto com a escola quando o resultado não for o esperado, é o caminho para manter ou melhorar o aproveitamento de seu filho.

A família e a escola devem estar preparadas para educar a criança de maneira que ela possa enfrentar os desafios da vida e superá-los sem medo, com força e respeito, conquistando aprendizagens significativas em cada etapa de sua vida escolar.

Adaptado: <https://gestaoescolar.org.br/conteudo/154/comunicacao-com-os-pais-na-educacao-infantil>  
Acessado em 18/12/19



# A IMPORTÂNCIA DA ROTINA



Estabelecer rotina na vida das crianças não é nada fácil, ainda mais na correria dos dias de hoje, onde as famílias saem muito cedo de casa e quando voltam, já é noite. No entanto, é extremamente importante adotar regras e alguns hábitos no dia a dia das crianças, pois isso colabora para que elas cresçam mais seguras e independentes. Saber o que vai acontecer durante o dia e a repetição destes acontecimentos cria tranquilidade nas crianças, tornando-as mais confiantes.

Estabelecer uma rotina como: depois de acordar, tem o café da manhã ou que, antes de dormir, tem a história, dá uma sensação de segurança, possibilitando que as crianças se tornem menos ansiosas.

UNIVERSO  
 Editora e Produtos Gráficos e Pedagógicos

# A ROTINA NA FAMÍLIA

Para os pais, as rotinas trazem muitos benefícios. Depois dos 3 anos, é muito importante que a família construa a rotina juntamente com a criança, fazendo com que ela se sinta ainda mais responsável no cumprimento do que foi determinado. Isso a ajuda, desde cedo, entender e assimilar os horários e regras do cotidiano.

Por exemplo, a hora de ir embora da pracinha ou de se despedir dos pais ao irem trabalhar, não se tornam momentos tão difíceis, pois eles entendem que vão voltar. A rotina favorece as crianças a se tornarem adolescentes com senso de organização e responsabilidade, ajudando os a estabelecer seus horários de estudos e de obrigações, como ajudar a família nas atividades da casa. Além disso, elas também colaboram na organização da vida dos pais. Ter horários estabelecidos para as refeições, sono, banho, passeios e brincadeiras, faz com que a família toda possa se organizar melhor e ter mais tempo para curtir os momentos juntos.

Em alguns momentos, a rotina pode ser flexível. Por exemplo, nos finais de semana ou férias, se necessário alterar a rotina, é importante conversar com a criança e reorganizá-la. Dormir até mais tarde, tomar café em horário diferenciado, podem ocorrer de forma tranquila, não tornando a rotina imposta e negativa. O importante é estabelecer horários e construir hábitos saudáveis que tornem o ambiente mais organizado e confortável para toda a família.

## DICAS PARA ESTABELECEER UMA ROTINA EM CASA

Algumas dicas que podem ajudar você a estabelecer uma rotina em sua casa com as crianças:

### HORA DE DORMIR

Hora de dormir é a primeira ideia de rotina dos pequenos, eles precisam saber a diferença entre o dia e a noite.

- Sonecas durante o dia devem ser sempre em ambiente claro, sem evitar barulhos ou mudar a rotina da casa.
- Para o sono da noite é necessário que os pais realizem uma “higiene do sono”, como um ritual. Pode ser um banho relaxante, seguido de uma história. O quarto deve estar pouco iluminado e sem barulho.

## HORA DE ALIMENTAR

- É saudável fazer as refeições em família, todos sentados à mesa e degustando alimentos variados.
- Aproveite a oportunidade para conversar e perceber que seu pequeno está crescendo. Você também pode aproveitar para montar um novo cardápio para a semana seguinte.

## ESTABELECEER HORÁRIOS

- É importante que os pequenos tenham horários para acordar, realizar as atividades, brincar e dormir. Seguir os horários faz com que a criança se acostume e estabeleça uma rotina.
- Você pode montar para seu pequeno um quadro de horários com desenhos, mostrando como será a ordem do seu dia, isso trará mais segurança para ele.

## ESPAÇOS ORGANIZADOS

Ter um ambiente organizado auxiliará os pequenos. Para que isto aconteça é muito importante que eles saibam que:

- Depois de brincar devem guardar seus brinquedos;
- Roupas usadas devem ser colocadas no cesto;
- Desde muito cedo os pequenos podem e devem auxiliar nas tarefas domésticas, afinal eles também fazem parte da casa!

Adaptado <https://leiturinha.com.br/blog/rotina-para-crianca/> Acessado em 28/12/2019

# O PRAZER DA LEITURA



Em casa é que começam os primeiros contatos com a leitura e a escrita. Os pais que estimulam as crianças desde cedo, elas apresentam uma boa participação na vida escolar, ajudam a terem interesse e facilidade para terem bom desempenho na aprendizagem. É importante estimular sempre o aprendizado de seus filhos em casa, mas também participando da vida escolar deles.

Leia histórias e incentive sempre o interesse a ouvir e ter contato com livros de histórias, revistas, gibis, receitas, bilhetes, jornais, criando um ambiente alfabetizador.

Os pais são exemplos para os filhos em casa.

Sua casa também ensina a ler, isso acontece quando você a transforma em um ambiente leitor, onde a leitura tem espaço e função. Construa locais que possam conter, livros, revistas e jornais pela casa. Monte uma minibiblioteca em casa.

Não faz sentido um pai esperar que seu filho tenha interesse pela leitura se ele mesmo não tiver.

Sempre que ler algo interessante em um livro ou uma revista, compartilhe com seu filho e convide-o a ler junto. Estimule seu filho a ler tudo o que for escrito: rótulos, embalagens, cartazes, outdoors, placas, nomes de ruas, escolas, letreiros etc. - Procure mostrar ao seu filho exemplos de como a leitura e a escrita são importantes para a vida. Fiquem sócios de bibliotecas públicas de sua cidade.

Ofereça livros e histórias para as crianças sempre, até mesmo como presentes em ocasiões especiais.

Deixe os livros à mão para eles folhearem e inventarem histórias quando quiser.

A leitura deve ser feita para as crianças, desde bebês, com entusiasmo e emoção. Leia o mesmo livro mais de uma vez. Isso é importante para a criança pequenas, comecem a conhecer as histórias e depois com o livro de apoio possam reconta-las fazendo papel de leitoras.

A leitura deve ser feita como momento de prazer e divertimento, com a participação de alguns amiguinhos com um lanche diferente para acompanhá-la.

Seja um pai educador, dê exemplos de boas práticas de leitura.

Uma das melhores maneiras de colaborar com o trabalho de leitura em casa ou na escolar é ter noção de que educação não é só aquilo que a escola oferece, mas é tudo aquilo que a família pode e deve proporcionar a seus filhos.



[www.portaluniverso.com.br](http://www.portaluniverso.com.br)

UNIVERSO  
Editora e Produtos Gráficos e Pedagógicos

UNIVERSO  
Editora e Produtos Gráficos e Pedagógicos