

PERÍODO DE ADAPTAÇÃO

INFANTIL I

COMO ESTRUTURAR A ROTINA

Sugestões de brincadeiras, atividades em grupo, alimentação e muito mais.

CONHECENDO A ESCOLA

Siga nossas dicas, e vivencie uma adaptação mais tranquila.

Clubinho
ND

Colégio
ND
Nova Dimensão
A maior prova é a vida.

PERÍODO DE ADAPTAÇÃO

INFANTIL I

COMO ESTRUTURAR A ROTINA

Sugestões de brincadeiras, atividades em grupo, alimentação e muito mais.

CONHECENDO A ESCOLA

Siga nossas dicas, e vivencie uma adaptação mais tranquila.



SUMÁRIO

APRESENTAÇÃO.....	5
A CRIANÇA DE 1 ANO (ATÉ 2 ANOS).....	7
<i>Egocentrismo</i>	<i>7</i>
<i>Exploração do mundo e das relações</i>	<i>7</i>
<i>Aprendizagem.....</i>	<i>8</i>
<i>Seletividade alimentar</i>	<i>8</i>
<i>Sono leve.....</i>	<i>9</i>
<i>Linguagem.....</i>	<i>10</i>
<i>Comportamento</i>	<i>11</i>
<i>Agressividade</i>	<i>12</i>
ADAPTAÇÃO DE PAIS E FILHOS AOS PRIMEIROS DIAS DE AULA NO COLÉGIO ND.....	13
ALGUMAS ATITUDES QUE SE DEVE EVITAR NO PERÍODO DE ADAPTAÇÃO DOS PEQUENOS	18
<i>Culpar-se por deixar seu filho na escola.....</i>	<i>18</i>
<i>Chorar ou demorar ao se despedir de seu filho</i>	<i>18</i>
<i>A ideia de que seu filho passou todo o período chorando.....</i>	<i>19</i>
<i>Atrasar-se para buscá-lo.....</i>	<i>19</i>
<i>Pensar que a criança já está adaptada porque não chorou para entrar.....</i>	<i>20</i>
<i>Oferecer recompensas para a criança ficar na escola</i>	<i>20</i>

SERVIÇOS DO NÚCLEO DE SAÚDE PARA A EDUCAÇÃO INFANTIL.....	22
<i>Psicologia.....</i>	<i>22</i>
<i>Psicopedagogia.....</i>	<i>23</i>
<i>Nutrição.....</i>	<i>23</i>
FALANDO UM POUCO SOBRE A FASE EM QUE SEUS FILHOS SE ENCONTRAM	24
INFANTIL I.....	25
<i>Rotina diária da turma I.....</i>	<i>26</i>
APRENDE-SE MUITO BRINCANDO	27
<i>A importância do brincar no desenvolvimento da criança.....</i>	<i>27</i>
<i>Sugestões de brincadeiras e brinquedos que estimulam o desenvolvimento das crianças nesta faixa etária</i>	<i>28</i>
PARA CRIANÇAS DE 1 ANO A 1 ANO E 4 MESES	29
<i>Esconde-esconde</i>	<i>29</i>
PARA CRIANÇAS DE 1 ANO A 1 ANO E 8 MESES	30
<i>Quase um garçom.....</i>	<i>30</i>
<i>Padrões com bloquinhos.....</i>	<i>30</i>
<i>Rola a bola</i>	<i>31</i>
<i>Pequeno colecionador</i>	<i>32</i>
PARA CRIANÇAS DE 1 ANO E 8 MESES A 2 ANOS.....	33
<i>Hora de dançar!.....</i>	<i>33</i>
<i>Diversão com bexigas.....</i>	<i>33</i>
<i>Os sons do mundo</i>	<i>34</i>
<i>Amassando papel.....</i>	<i>34</i>
<i>Descobrimo o corpo.....</i>	<i>34</i>
<i>Dicas de brinquedos para esta fase</i>	<i>35</i>
PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NO AMBIENTE ESCOLAR.....	38
<i>Seguem algumas dicas que irão ajudar:.....</i>	<i>40</i>



APRESENTAÇÃO

Bem-vindo(a) ao Clubinho ND!

É com muita alegria que o Colégio ND apresenta seu livreto sobre adaptação no Clubinho ND. Entendemos o quanto essa fase na vida da criança e dos pais tem um significado especial.

O período de adaptação é uma fase de transição que representa muito mais do que o simples ingresso da criança na vida escolar; representa um mundo de emoções, cuidados, expectativas e descobertas. Todos esses sentimentos podem ser vividos pela criança e pelos pais de forma intensa. Pensando nisso, construímos este livreto. Nele encontram-se contatos, informações úteis, além de dicas importantes sobre as fases de desenvolvimento e sobre o processo de adaptação. Pensamos em ficar mais pertinho de vocês, papais e crianças, nesse momento que também é especial para nós.

A partir de hoje, **construiremos um laço de confiança!** Acreditamos que esse laço será fortalecido com a parceria entre família e escola, focando sempre no desenvolvimento saudável e feliz de seus filhos, nossos pequenos alunos, que começam a construir suas grandes histórias de vida, de relação e de aprendizado aqui, conosco! Colocamo-nos à disposição para maiores orientações e desejamos boas vindas à Família ND!



*“Não me empurre! Eu não
tenho pressa de crescer!
Crescerá, verá, aprenderá,
amanhã. Tudo no seu tempo.”*

A CRIANÇA DE 1 ANO (ATÉ 2 ANOS)



Egocentrismo

Nesta fase, a criança pensa que o mundo gira em torno dela. É por isso que emprestar o brinquedo ou dividir o lanche é tão difícil. Ela ainda será egocêntrica assim por algum tempo. Observe seu filho brincando com um coleguinha e você verá que dificilmente ele parecerá interessado

em realmente interagir com a outra criança. Agora, indiscutivelmente, a mãe continua sendo a pessoa mais importante na vida da criança nessa idade. Ela vai continuar exigindo bastante a sua presença, mas já começa a passar alguns minutos sozinha, desde que consiga vê-la.

Exploração do mundo e das relações

Como já tem condições de se locomover sozinha, a criança começa a explorar o mundo, seja engatinhando, seja andando, e vai querer aproveitar tudo o que puder. Mantê-la no carrinho ou de mãos dadas num lugar cheio de gente pode ser especialmente difícil. As quedas são inevitáveis, mas não há com o que se desesperar! Andar em superfícies irregulares, como degraus (baixos e poucos), areia ou tapetes, é um ótimo treino para os pés do seu filho.

Essa exploração também acontece no campo das relações consigo e com os outros. A criança está conhecendo seu corpo, suas sensações e também o poder que exerce sobre as pessoas com quem convive. Por isso, aparecem comportamentos “estranhos”, atitudes que ela não costumava ter. É assim que ela vai observar, na prática, o que dá certo e o que não dá, vai descobrir quais comportamentos são aceitáveis e quais não são.



Aprendizagem

Crianças nessa idade aprendem rápido quais comportamentos lhes garantem atenção e quais terminam em bronca. O impressionante é ver como elas percebem facilmente que algumas coisas são erradas para uns (pular da cama para o chão) e certas para outros (o irmão mais velho vai achar a brincadeira muito engraçada e reforçar com sorrisos e atenção). Por isso, é importante que todos utilizem a mesma linguagem, para que elas assimilem com clareza o que é certo e o que é errado.

Com essa idade elas também imitam as ações para demonstrar afeto. Se recebem beijos e abraços, provavelmente vão distribuí-los também. A imitação é base para brincadeiras, por isso, tudo o que imite a vida no dia a dia vai interessá-los (telefones de brinquedo, panelinhas, carrinhos, bonecas).

Seletividade alimentar

Talvez a disposição para comer também seja afetada. Se a criança comia bem as sopinhas e papinhas, agora pode começar a recusá-las ou se tornar, de repente, mais seletiva. Nada preocupante! O apetite diminui mesmo um pouco nesta fase, muito porque a criança está tão interessada em explorar o mundo que se alimentar fica nas últimas posições de sua “lista de prioridades”.

E ela quer ter o poder de escolher o que vai comer. Porém, são os pais que definem as opções de alimentos que serão oferecidas à criança, mesmo que não consigam controlar a quantidade.

Continuar oferecendo comida saudável e variada a cada refeição e resistir à tentação de deixá-la comer doces só porque acha que seu filho está com fome são atitudes importantíssimas para manter o hábito alimentar saudável e preservar a saúde.



Sono leve

O sono também pode sofrer alguma variação. Mesmo que seu filho venha dormindo bem há meses, ele pode começar a acordar no meio da noite. É claro que esse comportamento pode aparecer em qualquer fase da infância e por diversas razões, mas, nessa fase, o novo componente que pode modificar o sono são os sonhos. As crianças começam a sonhar ativamente e isso pode acabar fazendo com que despertem. O melhor é manter a rotina na hora de dormir e jamais levar a criança para o seu quarto.

Linguagem

Algumas crianças nessa idade já pronunciam algumas poucas e pequenas palavras, outras ainda não dizem nada. A aquisição da linguagem nessa fase é passiva: as crianças ouvem tudo e vão arquivando para usar mais tarde. Elas entendem bem mais do que conseguem falar.

O difícil para elas não é entender o que é dito, mas coordenar o movimento dos lábios e da língua, além da respiração, para conseguir se fazer entender. E, mesmo que ainda não falem, elas dão um jeito de mostrar o que querem com a linguagem corporal.

Toda vez que a criança aprende uma palavra nova, tende a querer repeti-la sem parar. Aproveite o interesse para contar histórias, cantar músicas e conversar bastante com ela. Também vai começar a acontecer de ela repetir palavras que ouviu mesmo sem saber o que significam. É daí que escapam um ou outro palavrão que você não sabe de onde vêm. Você também pode perceber que uma das palavras preferidas do seu filho nessa fase é “não”. Isso acontece porque ele está aprendendo a reafirmar sua independência. Há crianças que disparam a falar e no meio da fala aparece uma palavra ininteligível. Outras aprendem a dizer uma palavra de cada vez, aumentando o vocabulário aos poucos, meticulosamente. Outras ainda usam um termo sem parar, por semanas, e depois o esquecem. Todas essas variações são normais.

Para estimular ainda mais a linguagem, converse com seu filho o tempo todo, no seu tom de voz normal, sem infantilizar, contando tudo o que está fazendo. Assim, ele começa a perceber as diferenças na entonação e tenta “conversar” com você, mesmo sem palavras inteligíveis.



Quando der uma volta com ele, andando ou no carrinho, aponte para os objetos, lugares, pessoas e diga o nome delas. Procure usar palavras normais e não apelidos fofinhos. Logo ele(a) vai tomar gosto e começar a mostrar e nomear as coisas sozinho(a). Ele também já pode aprender a dizer as “palavras mágicas”: por favor, obrigado e com licença. Não precisa obrigá-lo a dizer toda vez, mas mostre como as pessoas ficam felizes ao vê-lo ser tão educado. Se seu filho ainda não falar muito, converse com ele usando frases curtas, principalmente quando ele parecer confuso ao receber comandos. Em vez de dizer: “Você não está com fome? Por que então não come a bolacha?”, diga apenas: “Coma a bolacha”. Outra dica é usar afirmações (“Coma direitinho”) em vez de frases negativas (“Não jogue a bolacha no chão!”).

Lembre-se de que escutar é fundamental para a aquisição da linguagem. Se seu filho sofre com otites ou se você desconfiar de algum problema de audição, fale com o pediatra.

Comportamento

O ideal de todo pai é ter como controlar o comportamento do seu filho a todo momento. Porém, isso é utópico. É preciso ter em mente que os impulsos são normais, mas a criança precisa aprender a contê-los e a nossa intervenção, no momento e da forma correta, vai ajudar bastante. Quando, por exemplo, ele atira objetos ou até se atreve a bater em você, é seu papel ajudá-lo a se controlar e expressar o que está sentindo de um jeito mais adequado. Tudo para crianças dessa idade é exagerado. Quando estão invadidos por muitas emoções negativas, podem recorrer aos ataques de birra. Quando extravasam toda essa energia e a crise de choro termina, elas se sentem melhores. Por incrível que pareça, carinho e contato físico, além de muita calma, são o que mais resolve nessas situações.

Não ceda à vontade dele. Mostre o quanto ficou feliz se ele finalmente concordar com você e esteja preparado para mudar rápido de assunto, evitando um drama ainda maior. Lembre-se de que esse tipo de escândalo faz parte do desenvolvimento do seu filho. Eles tendem a acontecer quando a criança está cansada, com fome ou excitada demais. Às vezes, ele só quer atenção. Estudos

mostram que um ataque de birra dura entre 12 e 18 minutos em crianças pequenas. Tente manter a calma e esperar que a criança se acalme, dedique um tempinho para um abraço e um bate-papo que as coisas devem melhorar.

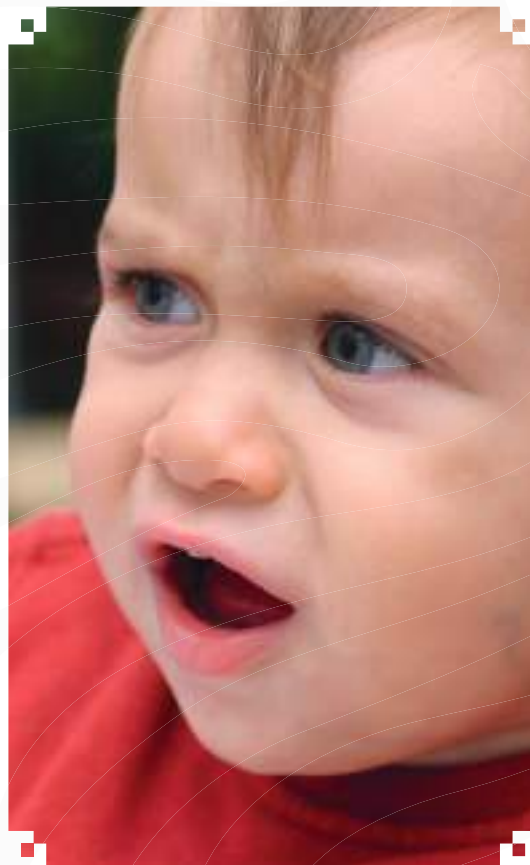
A questão é que nesta idade a criança ainda está adquirindo autocontrole. **Ela quer tudo aqui e agora. Tudo porque ela quer que seu mundo seja previsível, já que assim ela se sente muito mais segura.**

Não significa que você deve atender a todos os seus desejos, pois ela precisa aprender que nem tudo pode acontecer como e quando ela quiser. A criança precisa ampliar seu repertório de comportamentos, conseguindo lidar melhor com as frustrações.

Agressividade

Nesta fase podem começar a surgir indícios de agressividade, principalmente entre amiguinhos da mesma idade. É mais provável que essas atitudes sejam reações à frustrações que a criança vivencia e ainda não sabe como lidar, e não por maldade. É que as crianças ainda não entendem o que as outras pessoas sentem, ou seja, não são capazes de ter empatia. Para elas, os outros amigos não passam de objetos. Todo mundo é assim nessa idade.

Além do mais, lembrando da característica exploratória, é interessantíssimo para eles observar que, quando puxam o cabelo do colega, ele dá um grito engraçado. Quando seu filho(a) estiver brincando com outras crianças, fique por perto para interferir quando necessário. O melhor jeito é dizer “Não pode bater, porque machuca!” e tirar a criança da situação. Procure não dar muita atenção ao mau comportamento, para evitar que a criança o repita de propósito.



ADAPTAÇÃO DE PAIS E FILHOS AOS PRIMEIROS DIAS DE AULA NO COLÉGIO ND

Os primeiros dias de aula são um momento de muitas expectativas e cada criança tem sua forma de reagir. Enquanto algumas ficam bem, demonstrando curiosidade e alegria em estar em um novo ambiente cheio de descobertas intencionalmente preparadas para atraí-las, outras manifestam certa insegurança diante desse novo, que talvez seja bem diferente do porto seguro, que é a sua casa. Por isso, o período de adaptação deve ser vivenciado de forma leve e espontânea, porém, com muito cuidado e atenção, pois cada criança possui ritmos e necessidades diferentes.

É um momento em que os vínculos familiares da criança vão sofrer uma “quebra”, pois o tempo de convívio com os parentes será dividido com outras pessoas, em um novo ambiente. Essa “quebra” faz-se necessária para a criança por ser estruturante no tocante ao seu desenvolvimento, possibilitando e estimulando processos como a individualização, a segurança e a autonomia, bem como a criação e o fortalecimento de novos vínculos afetivos.

A adaptação pode ser um momento difícil também para os pais, que sofrem igualmente com essa ruptura, necessitando, da mesma forma, de atenção e orientação. Por isso é tão importante a parceria constante entre a família e a escola, para que os pais possam construir a confiança nesse novo espaço e nos profissionais que estarão à frente dos cuidados e da educação de seus filhos. Uma vez estabelecida a confiança, os pais dão à instituição escolar autoridade para exercer essa função e passam para os filhos o sentimento de segurança fundamental a um processo de adaptação saudável. **O diálogo constante com a escola e o estabelecimento de uma rotina para a criança são essenciais nesse processo.**

*Veja, a seguir,
seis dicas de
como facilitar
o processo de
adaptação de
seu filho.*



01 // *PREPARE UMA EXPECTATIVA POSITIVA*

Avinda da criança para a escola deve ser preparada pelos pais ou responsáveis através de conversas sobre o que ela encontrará no ambiente escolar. **Cabe à família transmitir segurança ao seu filho**, incentivando-o a entrar na escola caminhando, evitando colocá-lo no braço e não deixando para o professor a função de retirar a criança do colo do responsável. Cuidado para não criar expectativas demais ou antecipar comportamentos negativos. Evite dizer: “não chore no primeiro dia”, “não vá ficar com medo da professora”.

02 // *PARTICIPE INTEGRALMENTE DAS ATIVIDADES DE ADAPTAÇÃO*

Reserve pelo menos dois dias para acompanhar as crianças nesse processo de adaptação. Nos dois primeiros dias, o responsável ou alguém que tenha uma boa vinculação com a criança deve permanecer dentro da sala para apresentá-lhe a escola, fazendo, aos poucos, a passagem da referência para a professora e auxiliares que estarão acompanhando a turma. **A duração do tempo de adaptação é variável de criança para criança e é necessário respeitá-lo;**

03 // *TRANSMITA SEGURANÇA E TRANQUILIDADE*

Siga as orientações da professora e/ou da equipe pedagógica em relação à sua participação nas atividades e, aos poucos, incentive a criança a solicitar ajuda quando necessitar de algo, como beber água, ir ao banheiro, pegar lanches. Assim que a educadora sinalizar o momento da saída dos responsáveis da sala de aula, ainda que seu filho esteja chorando, despeça-se dele com segurança e dirija-se à recepção da escola. Este é o momento em que a professora e as auxiliares poderão oferecer-lhe apoio e ele aprenderá que, com elas, também estará seguro. É de extrema importância essa despedida, **os responsáveis jamais deverão sair escondidos, para que não haja a quebra da confiança da criança e ela não se sinta insegura no novo ambiente.** Caso seja necessário, os responsáveis serão chamados novamente;

04 // *COMPREENDA O CHORO*

O choro na hora de se separar dos familiares acontece com frequência e nem sempre significa que a criança não queira ficar na Escola. Ela pode estar apenas querendo mostrar que os ama e que sentirá falta deles. Da mesma forma, o fato da criança não chorar não significa que ela não sinta falta da família. Nesses momentos, também pode ser difícil para os pais se separarem da criança, pois ficam preocupados de deixarem o filho chorando ou até de causarem algum trauma. Se esse for o seu caso, tranquilize-se! Sua tranquilidade é fundamental para que a criança também se acalme. Explique que logo vocês se reencontrarão, passando segurança para ela. Com o tempo, essa fase do choro vai acabar. Evite demonstrar ansiedade ou impaciência ao trazer a criança para Escola e ao se despedir dela, especialmente neste período;

05 // *SEJA ASSÍDUO E PONTUAL*

Vale ressaltar que a permanência inicial dos pais ou responsáveis na sala de aula deve favorecer a aproximação com o novo ambiente, transmitindo a ideia de que é um lugar seguro e confiável. Contudo, quando essa adaptação é realizada em um momento diferenciado, onde não existem outras crianças em adaptação, esse período de permanência não deve ser prolongado, pois pode gerar desconforto para as demais crianças, interrompendo a dinâmica das atividades. **É fundamental que os pais evitem, ao máximo, que a criança falte nessa fase.** Um grande número de faltas prejudica o estabelecimento do vínculo da criança com a escola. **A criança pequena precisa ter rotina e constância de lugares e pessoas no seu dia a dia, para que consiga se organizar internamente e se sentir segura;**

06 // CONFIE NA ESCOLA

Nossos educadores e nosso ambiente foram cuidadosamente preparados para oferecer segurança, conforto, novas descobertas e satisfação aos nossos alunos, visando a proporcionar um **período de adaptação mais suave para as crianças e suas famílias, levando em conta as particularidades de cada um.** A “angústia de separação” é um processo natural, que inevitavelmente acontece. Conte com os profissionais e serviços de que escola dispõe para esclarecer dúvidas, compartilhar angústias e solicitar orientações. Confiamos no sucesso da parceria entre a família e a escola.



ALGUMAS ATITUDES QUE SE DEVE EVITAR NO PERÍODO DE ADAPTAÇÃO DOS PEQUENOS



Culpar-se por deixar seu filho na escola

Se a mãe trabalha e seu período de licença-maternidade expirou, ela acha que deveria estar em casa, dedicando-se exclusivamente ao filho. Se a mãe é dona de casa, acha que não deveria ter essa janela, que deveria estar o tempo todo com a criança. **Não é preciso sentir culpa.** Seu filho precisa adquirir autonomia e independência, e isso ele só vai conseguir se aprender a se distanciar da mãe.

Chorar ou demorar ao se despedir de seu filho

Num dia seu filho entra chorando, esperneando, querendo voltar pra casa e seus olhos de mãe aflita se enchem de lágrimas. No outro dia, ele entra feliz da vida, que até se esquece de te dar tchau e as suas lágrimas rolam novamente. **A escola é um ambiente em que os pais devem expressar confiança, segurança e boas expectativas.** Seus filhos precisam sentir isso para ficarem bem na escola sem a sua presença. Se virem os pais chorando, vão achar que algo está errado.



A ideia de que seu filho passou todo o período chorando

Na escola há estímulos diferentes, amiguinhos, outros cheiros, outros sabores, outros brinquedos e pessoas acostumadas a lidar com crianças que sentem a falta da mãe em algum momento do dia.

Atrasar-se para buscá-lo

Você prometeu buscar seu filho tal hora, certo? Esteja lá, então. Nada mais triste para uma criança do que achar que foi esquecida. Uma coisa é você se atrasar vez ou outra por um motivo qualquer, mas se atrasar na época da adaptação escolar pode atrapalhar tudo.

Pense em você, numa sala estranha, com pessoas estranhas e objetos legais, mas estranhos. Você vai se acostumando, mas dá um certo frio na barriga. Nada como encontrar alguém conhecido – a Família – para aliviar aquela tensão do novo atrapalhar tudo.





Pensar que a criança já está adaptada porque não chorou para entrar

“Meu filho nem precisou da adaptação escolar, nunca chorou para entrar”

Não é porque seu filho não chora que ele já está adaptado. Muitas vezes, ele se manifesta de outras formas – sendo apático, deixando de comer, fazendo xixi na roupa. É normal. Cada criança reage de um jeito e num tempo. E estar adaptado é se modificar para se encaixar. É um processo lento. Às vezes demora mais tempo para a criança entender que aquela será sua nova rotina. Mas quando ela se encaixa, a escola vira uma festa.

Oferecer recompensas para a criança ficar na escola

Balas, tablet, lanches, sorvete, casa da vó. A escola deve ser algo legal, deve ser a própria recompensa.

Pais, a sua participação é fundamental para o nosso sucesso! Vocês são sempre bem-vindos ao Colégio Nova Dimensão. Visitem a escola, colaborem, tragam ideias, apresentem críticas. Estamos abertos a acolhê-los.



“Ensinar não é transferir conhecimento, mas criar as possibilidades para a sua própria produção ou a sua construção.”

Paulo Freire

SERVIÇOS DO NÚCLEO DE SAÚDE PARA A EDUCAÇÃO INFANTIL

Psicologia

- Programa de Adaptação da Educação Infantil;
- Atendimento por demanda de pais, alunos, professores e funcionários;
- Intervenções individuais e em grupo com os alunos e, se for o caso, encaminhamento para acompanhamento de profissionais especializados;
- Projetos e ações com foco em valores humanos e comportamento;
- Palestras aos pais sobre temas relacionados ao desenvolvimento e comportamento;
- Mediação do contato com os profissionais especializados que acompanham os alunos, articulando as estratégias definidas em acordo com a família e a escola.



Psicopedagogia

- Avaliação, acompanhamento e intervenção junto aos alunos que apresentam dificuldades de aprendizagem;
- Coordenação do Programa de Inclusão de alunos com necessidades educacionais especiais, através de atendimentos a alunos, pais e profissionais especializados.



Nutrição

- Acompanhamento do restaurante;
- Acompanhamento (com intervenção) dos lanches de casa;
- Atendimentos por demanda de pais, professores e alunos;
- Acompanhamento da Cozinha Experimental.

FALANDO UM POUCO SOBRE A FASE EM QUE SEUS FILHOS SE ENCONTRAM

Quando uma criança entra na escola, acontecem mudanças na sua vida, na sua rotina, pois agora já não tem deveres apenas em casa, com os pais e familiares, mas para com a sociedade representada pela comunidade escolar. Portanto, ela vai ganhar um novo papel social, fora do seu núcleo familiar, suas relações sociais serão ampliadas, ela entrará em contato com regras e combinados não tão flexíveis como podem ser em casa, e isto deve ser considerado quando se busca compreender o universo do desenvolvimento psíquico de uma criança.

Com a inserção social, repleta de aprendizagens e significados, o comportamento humano se modifica, deixando de ser primitivo e regido por impulsos motores para se desenvolverem atividades intelectuais, como por exemplo, a atenção voluntária, a memória, o pensamento lógico e outras capacidades. É exatamente na troca, no diálogo, no movimento que a criança aprende e se desenvolve plenamente.



INFANTIL I

Composto por crianças a partir de um ano completo até 31 de março do ano corrente. Neste período, são observados progressos dos estágios iniciais da caminhada, do controle dos esfíncteres, do uso do banheiro, a evolução da personalidade e do desenvolvimento cognitivo. Disposição e muita energia são uma constante nessa fase.

É a fase em que se iniciam as birras, advindas do contato com os “nãos” de forma mais consciente. Diante das frustrações, necessárias à constituição psíquica das crianças, as primeiras reações são as birras, choros, escândalos e, algumas vezes, mordidas e empurrões. Todos esses comportamentos são naturais nessa fase e necessitam de intervenção imediata de educadores e pais para mostrar às crianças as possibilidades corretas de lidar com as situações incômodas.

Em geral, muito diálogo, regras claras e firmeza no seu cumprimento, sem concessões a choros ou outras manifestações de descontentamento, costumam solucionar a fase das birras sem maiores consequências. A intervenção adequada fará toda a diferença no comportamento da criança e a parceria forte da família, continuando o trabalho que é feito na escola, é imprescindível para que alcancemos sucesso neste aspecto.

As professoras planejam a rotina observando a necessidade de cada criança, sempre intercalando atividades com momentos de reflexão. As necessidades físicas serão atendidas com jogos e brincadeiras que desenvolvam o aspecto motor das crianças, como: correr, pular e dançar, sob o cuidadoso olhar das professoras e auxiliares.





Rotina diária da turma I

- Chegada/Recebimento, jogos livres e atividades individuais;
- Roda de conversa (canções, movimentos, diálogo sobre a vivência cotidiana e jogos em grupos);
- Currículo planejado em sala de aula (linguagem, movimento, coordenação motora, jogos, construção, expressões dramáticas, criação, raciocínio lógico matemático, exploração e descobertas sócio-científicas e formação humana);
- Lanche;
- Parque;
- Atividades motoras dentro ou fora da sala de aula;
- História / soninho;
- Saída.

No aspecto da rotina, vale ressaltar a importância da assiduidade e da pontualidade para a criança conseguir adaptar-se integralmente e aproveitar melhor tudo o que a escola oferta de oportunidades para sua aprendizagem e desenvolvimento. Muitas vezes se pensa que, como são crianças bem pequenas, vão para a escola só para brincar, então, podem faltar muitos dias ou chegar após o horário sem grandes prejuízos. Este é um pensamento equivocado e contraditório. Toda criança precisa de rotina para se sentir segura e aprender melhor e a brincadeira é a melhor via de aprendizagem nessa faixa etária.

APRENDE-SE MUITO BRINCANDO

A importância do brincar no desenvolvimento da criança.

Essa manifestação humana, o brincar, é altamente recomendável para manutenção da saúde mental de crianças. Brincar é essencial à saúde física, emocional e intelectual do ser humano. Brincar é coisa séria, pois na brincadeira a criança se reequilibra, recicla suas emoções e sacia sua necessidade de conhecer e reinventar a realidade. Tudo isso desenvolve atenção, concentração e muitas outras habilidades. Se observarmos uma criança enquanto brinca, certamente a entenderemos melhor, entraremos em sua realidade, pois no brincar espontâneo a criança expressa sua verdade. A Educação Infantil é o espaço pedagógico por excelência para o desenvolvimento dos aspectos psicomotores e socioafetivos da criança.



Sugestões de brincadeiras e brinquedos que estimulam o desenvolvimento das crianças nesta faixa etária

Você não sabe como brincar com uma criança tão pequena? Temos algumas ideias bem simples que também podem servir como sugestão. O objetivo é dar risada, mexer o corpo e não recorrer tanto a aparelhos eletrônicos e televisão.

Uma observação: como a criança é muito pequena, você precisa ajustar suas expectativas. Tente não se irritar, se decepcionar ou se preocupar caso seu filho não embarque na brincadeira proposta. Siga os sinais que ele dá e adapte a atividade, ou faça uma nova tentativa em algum outro momento.



PARA CRIANÇAS DE 1 ANO A 1 ANO E 4 MESES

Esconde-esconde

Nessa idade, seu filho pode brincar de um esconde-esconde mais elaborado que aquele de simplesmente cobrir o rosto com uma fraldinha. Leve-o para a sua cama e vocês dois podem se esconder, um de cada vez, debaixo dos lençóis. Para provocar ainda mais risadinhas, vá apalpando o bebê por cima do lençol e perguntando: "Será que isso é uma perna?", "será que é uma barriguinha?". Esse tipo de brincadeira ajuda a criança a entender que, embora ela não consiga ver um objeto, ele continua lá.

Outra ideia é, depois do banho, usar uma toalha bem grandona para enrolar totalmente o seu filho e levá-lo para outro lugar diferente, como a sala ou o seu quarto. Pergunte, antes de revelar onde vocês estão: "Adivinha onde a gente está? No banheiro? Não!!" Ele vai se surpreender de aparecer em outro lugar.



PARA CRIANÇAS DE 1 ANO A 1 ANO E 8 MESES

Quase um garçom

Num dia de sol, brinque de comidinha enchendo com água uma jarriinha ou chaleira de plástico e peça para seu filho “servir” você, colocando água em copinhos ou xicarazinhas. Se você não tiver bule ou jarra de brinquedo, pode pegar uma garrafinha de refrigerante vazia e limpa e recipientes descartáveis para guardar alimentos.

Em todo o caso, use água filtrada. É bem possível que seu filho queira dar uma experimentada no “chá” ou “suco” que vai estar servindo.



Essa atividade ajuda a criança a treinar a coordenação motora fina e também a perceber as propriedades da água: por exemplo, ela sempre corre para baixo, nunca para cima. Ajuda também a demonstrar conceitos matemáticos como o de cheio e vazio.

Padrões com bloquinhos

Essa atividade exige um pouco de concentração, por isso é melhor experimentá-la quando seu filho estiver bem descansado. Pegue bloquinhos de madeira coloridos e crie padrões simples, como fazendo uma fileirinha de três ou um quadrado. Peça à criança que construa um igual. Deixe-a, depois, criar seu próprio padrão ou construção para você copiar.

Se você não tiver os bloquinhos de madeira, pode usar qualquer outro objeto, como embalagens, caixinhas, colheres etc. Brincadeiras de organização de formas e objetos ajudam a criança a aprender a solucionar problemas, trabalham a coordenação motora fina, a noção de espaço e até a concentração.

Se a criança quiser fazer outra coisa com os bloquinhos, deixe. Nesse caso, ela estará exercitando a imaginação e a criatividade.

Rola a bola

Uma bola é sempre um sucesso para crianças de 1 ano. É bom oferecer tanto bolas grandes e leves, para brincar no quintal ou no parque, quanto bolas pequenas, para brincar dentro de casa. A variação dos pesos das bolas ajuda na percepção das diferenças.

O melhor jogo de bola para crianças de 1 aninho é bem simples: sente-se no chão com as pernas abertas, peça a seu filho que faça a mesma coisa, encostando os pés nos seus. Aí role a bola para ele e peça que ele role de volta, sem deixar que ela saia da área criada pelas pernas de vocês. Essa brincadeira exercita os músculos dos braços e ajuda seu filho a treinar a coordenação entre os movimentos das mãos e dos olhos.



Pequeno colecionador

Leve seu filho para um pequeno passeio no quintal ou no jardim, se não der para ir ao parque ou a uma praia, e carregue um baldinho ou saco plástico. Peça para ele ir recolhendo objetos que o interessarem: pedrinhas, folhas, conchinhas.



Você também pode levar alguns pequenos brinquedos ou bloquinhos junto, ir espalhando à medida que caminharem alguns metros e depois pegar na volta.



Ele vai querer carregar o baldinho e não se surpreenda se ele simplesmente jogar tudo no chão e começar de novo. Nesta idade, as crianças adoram esvaziar potes, caixas e sacolas só para poder enchê-los de novo. Enquanto faz isso, ele está treinando os movimentos das mãos, a percepção tátil e a coordenação motora.

PARA CRIANÇAS DE 1 ANO E 8 MESES A 2 ANOS

Hora de dançar!

Toque músicas que permitam pequenas coreografias e mostre ao seu filho como fazer. Você pode inventar a dança: se a música falar sobre algum animal, imite-o. Não tenha vergonha de fazer caras e bocas. Escolha músicas que você goste, mesmo que não sejam para crianças, afinal seu filho vai se divertir muito mais se você estiver se divertindo também.

Esse tipo de brincadeira de representação é um dos melhores jeitos de exercitar a imaginação e também o senso de ritmo.



Diversão com bexigas

Balões de aniversário são ótimos para brincar dentro de casa. Como são leves, não quebram as coisas e se movimentam devagar, dando chance aos pequeninhos de brincar de vôlei. Encha um, amarre, jogue para cima e brinque de contar quanto tempo a bexiga leva para chegar até o chão. Ou então, peça para seu filho tentar tocar nela, evitando que ela caia no chão. Esse tipo de brincadeira de representação é um dos melhores jeitos de exercitar a imaginação e também o senso de ritmo.

Essa é uma boa atividade para ensinar os números e também para desenvolver a coordenação mão-olho. Ativa também a coordenação motora ampla, o equilíbrio e a noção de espaço.



Os sons do mundo

Quando vocês estiverem no quintal, num parque, na praia ou na pracinha, estique uma toalha ou esteira no chão e deite-se com seu filho. Peça a ele que feche os olhos e escute com atenção os sons que o cercam. Depois de mais ou menos um minuto, pergunte a ele o que ouviu: o barulho do vento, passarinhos, um carro passando, crianças brincando. Essa atividade ajuda a desenvolver as habilidades auditivas da criança, além da concentração e da comunicação.

Amassando papel

Já com um pouco mais de desenvoltura e habilidade, possibilite que ele folheie revistas velhas, rasgue-as e amasse as páginas, é uma ótima maneira de estimular a coordenação motora das mãos.

Descobrimo o corpo

Fale os nomes das partes do corpo e peça que vá apontando, uma por uma, para despertar a consciência corporal e treinar o controle do indicador estendido quando os outros dedos estão abaixados.

Dicas de brinquedos para esta fase

Seu filho já consegue correr, então, leve-o para um parque e incentive-o a brincar de pega-pega, dar pulos e ficar apoiado em um pé só, o que desenvolve o equilíbrio. Também já é possível permitir que ele lave o corpo durante o banho, o que desenvolve a coordenação, como quando faz movimentos de sobe e desce com o sabonete. Para promover o senso de direção e fortalecer a musculatura das pernas, uma ótima opção são as bicicletas ou motocicletas. Monte um espaço divertido para brincarem com argila, massa de modelar e tinta guache. Brincar de artista ajuda a controlar a força na ponta dos dedos e o movimento do punho e das mãos.

Tenha bolas, muitos blocos de brinquedos de tamanhos e formas variadas para empilhá-los e colocá-los dentro de caixas, brinquedos de encaixar e desmontar, brinquedos musicais, carrinhos, bonecas, cavalinho de balanço, brinquedos para praia ou piscina, brinquedos de equilibrar um em cima do outro. Nessa idade, deve-se ensinar a criança a organizar e recolher os brinquedos.





CADA ATIVIDADE PROPORCIONA UM TIPO DE APRENDIZADO

As histórias de faz-de-conta representam experiências da vida real e acabam trazendo à tona os desejos, as preocupações e os medos infantis;

Os jogos desenvolvem a linguagem e as habilidades sociais, pois levam a criança a negociar com os colegas as regras e a divisão de papéis;

Na formação de atitudes, desde cedo, é possível ensinar regras de conduta que os acompanharão por toda a vida. Dar exemplo, nesse caso, é tão importante quanto falar;

As crianças adquirem atitudes imitando os adultos que têm como referência. A educação deve incluir não só o que se diz, mas, sobretudo, o que se faz.

“A infância é o tempo maior de criatividade na vida de um ser humano.”

Jean Piaget

PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NO AMBIENTE ESCOLAR



A promoção da saúde é um conceito muito importante nos dias de hoje, que consiste em ações com o fim de evitar que as pessoas se exponham a fatores condicionantes e determinantes de doenças. Sabe-se que muitas doenças são provenientes de escolhas alimentares inadequadas.

A alimentação é um dos fatores mais importantes em qualquer fase da vida para promover a saúde e prevenir doenças. Através de uma alimentação balanceada, o organismo obtém energia e nutrientes necessários ao seu desenvolvimento. O período da infância e adolescência é caracterizado pelo crescimento físico e desenvolvimento rápido, ganho de massa muscular e óssea, acarretando o aumento da necessidade de nutrientes.

Os benefícios da alimentação saudável são sinônimos de mais saúde e qualidade de vida, diminuição do risco de doenças com o aumento da imunidade, aumento da energia e redução do cansaço físico e mental. Já uma má alimentação, como o consumo de alimentos de alta densidade calórica e ultraprocessados, associada à redução da atividade física, conduzindo ao sedentarismo, reflete em danos e diversos prejuízos à saúde, como déficit no aprendizado, obesidade e possível surgimento de doenças crônicas não transmissíveis.

A obesidade infantil é considerada uma doença nutricional importante, que vem crescendo de forma preocupante, não apenas na sociedade brasileira contemporânea, mas a nível mundial. Além disso, está alcançando índices

preocupantes no tocante à saúde pública, com alta prevalência e apresentando resultados impactantes na vida das crianças, como consequências físicas, sociais, econômicas e psicológicas.

O ambiente escolar, bem como a alimentação familiar, exerce influência na formação do hábito alimentar infantil. Logo, a escola é considerada um ambiente propício de incentivo para a promoção de hábitos saudáveis que, em parceria com as famílias, pode gerar resultados maravilhosos.



Pensando na promoção da saúde, o Colégio Nova Dimensão possui projetos voltados à saúde nutricional e solicita parceria dos familiares para desenvolvê-los. Os projetos possuem objetivos diferentes e vão desde o incentivo ao consumo de alimentos saudáveis através de atividades educativas, cardápio planejado de acordo com as orientações do Programa de Alimentação Escolar e ausência de alimentos (refrigerantes e frituras) na venda da cantina, como monitoramento do consumo dos lanches trazidos de casa e acompanhamento do estado nutricional infantil.

A participação da família é imprescindível nesse processo, pois a oferta dos alimentos se faz por meio da família ou da escola. Logo, solicitamos o encaminhamento de lanches saudáveis para escola, com a presença de frutas e alimentos integrais, evitando alimentos industrializados ricos em gordura e açúcar. Para estimular o consumo de frutas e sucos naturais, temos, para toda a comunidade escolar, o projeto “Frutas todos os dias”, para que possamos construir hábitos alimentares saudáveis com ênfase em uma alimentação saborosa, simples e equilibrada, possibilitando que nossas crianças sejam mais saudáveis e felizes!

Seguem algumas dicas que irão ajudar:

01 //

Evitar monotonia de opções. Procure variar o máximo possível as opções de lanches e as cores para a criança sentir prazer e desejar comer;

02 //

Cuidado com lanches que necessitam de refrigeração como queijos, frios, requeijão e iogurte. Ao trazer esse tipo de lanche oriente a auxiliar de sala para colocar na geladeira. Não esqueça de identificar o alimento com o nome da criança;

03 //

Sempre coloque uma fruta na lancheira. As frutas são fontes essenciais de vitaminas, minerais e fibras. Terças e Quintas são os dias oficiais da fruta no colégio;

04 //

Sempre pergunte sobre os lanches dos colegas. Assim ficará mais fácil identificar quando o seu filho comeu algo do amigo. As trocas de lanches escolares são comuns, mas para crianças com obesidade isso pode agravar mais o ganho de peso, bem como para crianças com restrições alimentares, as trocas de lanches não são favoráveis;

05 //

Além da fruta, é importante levar uma opção de carboidrato preferivelmente do tipo integral;

06 //

Os sucos naturais de frutas são uma importante fonte de vitaminas, auxiliam na hidratação e são muito bem aceitos pelas crianças. No momento do preparo coloque pouco açúcar, pois as frutas já possuem. Evite sucos de caixa, por serem ricos em sódio, aditivos e corantes.

07 //

Quando enviar biscoitos ou bolachas, não coloque na lancheira o pacote inteiro. Sempre separe as porções de 4 a 5 biscoitos para não correr o risco de a criança ingerir quantidade superior à recomendada para sua necessidade alimentar;

08 //

Coloque uma garrafinha de água na mochila.

09 //

Os achocolatados possuem muita gordura e açúcar. Evite colocá-los na lancheira.

10 //

Os salgadinhos como “Cheetos” e similares contêm muito sódio e gordura. Evite colocá-los na lancheira.

A seguir, há algumas sugestões de combinações e lanches. Mas lembrem-se de que cada criança tem uma necessidade energética diferente e que há patologias alimentares específicas que necessitam de

alimentos diferenciados. Consulte um profissional nutricionista para adequação da dieta do seu filho. Outra dica: existem marcas interessantes de produtos naturais com excelentes sugestões saudáveis, gostosas e apetitosas!

Opção 1:

Maçã, biscoito Integral e suco natural de maracujá.

Opção 2:

Banana, cookies integrais e suco natural de acerola.

Opção 3:

Goiaba, barra de cereais e suco natural de laranja.

Opção 4:

Uva, sanduíche de pão integral com queijo e suco natural de goiaba.

Opção 5:

Manga, torrada integral com requeijão e suco de cajá.

Opção 6:

Morango com calda de chocolate meio amargo, bolo de cenoura e suco natural de graviola.

Opção 7:

Laranja, castanhas e suco natural de goiaba.





SIGA NOSSAS MÍDIAS SOCIAIS

 /colegiond

 @colegiond

 @clubinho.nd



www.colegiond.com.br