

# SEMANA - 24 A 28 DE MAIO

## BERÇÁRIO

**Tema: Elementos que precisamos para termos uma boa saúde (sono, água e sol)**

### SEGUNDA-FEIRA:

#### HORA DE DORMIR

##### Por que precisamos dormir?

Sentimos sono porque o nosso corpo está precisando descansar um pouco e para isso precisamos dormir. Enquanto estamos dormindo, acontecem várias coisas importantíssimas no nosso organismo. É durante o sono que repomos as energias e crescemos. Isso mesmo! Crescemos enquanto dormimos. Por isso, quem dorme mal tem chance de apresentar problemas no desenvolvimento físico.

Durante o sono também há descanso e relaxamento de nossos músculos, por isso uma boa noite de sono favorece a memorização e o aprendizado.

Quando temos uma boa noite de sono, passamos o dia seguinte bem!

#### **Materiais:**

Cama, berço ou colchão.

#### **Desenvolvimento da atividade:**

Hoje a atividade consiste em realizar uma massagem no bebê, para que ele fique bem relaxado na hora de dormir.

Segue algumas dicas:

#### **Como fazer massagem no bebê**

Uma massagem delicada pode acalmar o seu bebê, contribuir para seu desenvolvimento e até ajudá-lo a dormir melhor. É fácil e leva apenas alguns minutos.

#### **Rotina de massagem**



## Barriga e tórax

Use ambas



## Braços e pernas rolando

Role suavemente as mãos para cima e para baixo pelos braços e pernas do bebê, indo do tornozelo para o quadril, do ombro para o pulso.



## Termine com uma massagem nas costas

Encerre a massagem com uma massagem suave nas costas. Mova as mãos em direções opostas, dos ombros para o quadril e voltando.

## 8 Dicas e truque de massagem para bebês

- 1 Escolha um momento em que seu bebê estiver acordado e alerta, sem fome ou sem ter acabado de comer
- 2 Assegure-se de que o quarto não esteja frio e a luz não esteja muito clara
- 3 Tenha à mão tudo o que precisa: óleo ou loção hidratante para massagem, toalha, fraldas e roupas limpas
- 4 Lave suas mãos e retire joias e bijuterias
- 5 Encontre um local confortável para fazer a massagem, para que o bebê possa ver seu rosto claramente
- 6 Antes de começar, relaxe com algumas respirações profundas — isso pode ajudar seu bebê a relaxar também
- 7 Os bebês estão sempre mudando. Alguns podem se sentir mais seguros se estiverem perto dos pais
- 8 Use óleo ou loção hidratante para bebês e deslize de maneira confortável sobre a pele do bebê

**AVISO:** Mantenha todos os produtos fora do alcance de crianças. Mantenha óleos para bebê fora do alcance de crianças, para evitar ingestão ou inalação acidental, que podem causar ferimentos graves.

<https://www.johnsonsbaby.com.br/massagem/6-semanas>

### **Objetivos:**

Proporcionar momentos de interação em família e desenvolvimento do esquema corporal;

## **TERÇA-FEIRA:**

### **BANHO DE SOL**

Por que o banho de sol é importante para o bebê?

Levar o bebê para tomar sol é uma das atividades que mamãe e papai gostam de fazer. Afinal, dar um passeio é sempre bom para distrair e relaxar. Entretanto, não é só para isso que o hábito serve. Expor-se à luz solar por alguns minutinhos por dia é benéfico à saúde, inclusive para a dos pequenos.

Vale lembrar que, quando falamos em banho de sol, nos referimos a uma exposição controlada e adequada, e não ao excesso, ok? Uma das vantagens da prática é a síntese de vitamina D, que nada mais é do que uma substância responsável pela absorção do cálcio no organismo, fundamental para ter ossos e dentes fortes e saudáveis.

Embora esse nutriente possa ser encontrado no leite materno e nos alimentos, é durante a exposição solar que o nosso corpo consegue sintetizar a maior parte. Em um estudo realizado em Nova Deli pela Universidade de Ciências Médicas, pesquisadores concluíram que os bebês que tomam sol regularmente conseguem boas quantidades de vitamina D, o que ajuda no bom desenvolvimento.

<https://blog-pt.kinedu.com/banho-de-sol-bebe/>

### **Desenvolvimento da atividade:**

Hoje a atividade será, realizar um banho de sol (passeio ou brincadeira ao sol).

O adulto deverá levar a criança para um local ensolarado (pode ser um passeio na rua, brincar no quintal ou até mesmo um passeio no parque), mostre o sol para o bebê para que ele aprenda onde esta e como é o sol.

No horário entre as 8:00 e 10:00 ou das 16:00 às 17:30 e explique que estão "tomando banho de sol" para que os ossos fiquem fortes.

### **Objetivos:**

Desenvolver percepções: auditivas, olfativas, táteis, gustativas e visuais;  
Adquirir conhecimento das propriedades dos objetos (cor, forma, textura, tamanho, espessura, peso, odor, sabor, consistência, temperatura e som);  
Manipular e explorar diferentes objetos, utilizando-se dos movimentos básicos tais como: pegar, largar, jogar, empurrar, lançar, chutar, amassar etc.;  
Desenvolvimento do esquema corporal; Coordenação motora fina e ampla.

## **QUARTA-FEIRA:**

### **LUZ E SOMBRA**



<https://www.escolavillare.com.br/luz-e-sombra-grupo-amarelo-profa-sabrina/>

## **Materiais:**

Local ensolarado.

## **Desenvolvimento da atividade:**

Esta atividade assim como a de ontem deverá ser realizada em um local ensolarado.

O adulto se posicionará e também a criança de uma forma que consigam ver a suas sombras.

Então mostrar a sombra para a criança. Fazer movimentos diferente como levantar e abaixar os braços, correr, pular... Mostrando para a criança que a sombra se move conforme ela se move.

## **Objetivos:**

Desenvolver coordenação motora ampla; Desenvolver percepções: auditivas, olfativas, táteis, gustativas e visuais; Desenvolvimento do esquema corporal.

# **QUINTA-FEIRA:**

## **Atividade: O Sol**

## **Materiais:**

Acesso à internet.

Papel

Tintas amarela e laranja

Cola

Tesoura

## **Desenvolvimento da atividade:**

Assistir com a criança ao vídeo do link a seguir:

<https://youtu.be/mp57Li8mFpI?list=TLPQMjMwOTIwMjCNnTXgd66o3g>

Mostrar para a criança que o sol é um astro e é responsável por iluminar e clarear o Dia. Ou seja o Sol é o astro que governa o Dia.

Então, construir com a criança um sol utilizando o papel e a tinta, segue sugestões:

Deixe que a criança manipule as tintas e participe ativamente da atividade pintando e carimbando as mãos.



Imagem do site: <https://www.pragentemiuda.org/2012/09/sol-com-carimbo-das-maozinhas.html>



Imagem do site: <http://kemuelpresentedededeus.blogspot.com/>

## **Objetivos:**

Desenvolver percepções: auditivas, olfativas, táteis, gustativas e visuais;  
Adquirir conhecimento das propriedades dos objetos (cor, forma, textura, tamanho, espessura, peso, odor, sabor, consistência, temperatura e som);  
Manipular e explorar diferentes objetos, utilizando-se dos movimentos básicos tais como: pegar, largar, jogar, empurrar, lançar, chutar, amassar etc.;  
Desenvolvimento do esquema corporal; Coordenação motora fina e ampla.

## **SEXTA-FEIRA:**

### **ÁGUA**

#### **Materiais:**

Banheira ou bacia com água.

Papel.

#### **Desenvolvimento da atividade:**

A água ajuda as substâncias a serem transportadas pelo nosso organismo, garantindo que cada célula (pedacinho) do corpo receba nutrientes e oxigênio (ar que precisamos para viver).

Além de levar as substâncias para as células, a água também ajuda a transportar as substâncias ruins para que elas possam ser eliminadas. A urina (xixi) é um bom exemplo desse papel desempenhado pela água, pois é por meio dela que se joga fora muitas substâncias tóxicas que estão em nosso organismo.

**Ela é muito importante.**

**Por isso hoje faremos uma atividade utilizando **ÁGUA**.**

O adulto deverá separar alguns objetos (potes, brinquedos de plástico...) então colocá-los na banheira com água e deixar que a criança brinque com os mesmos, enchendo os potinhos de água, mergulhando-os e etc...



(Como estamos em um período de frio, a atividade poderá ser realizada na hora do banho quentinho)



Imagem do site: <http://crescerphd.com.br/category/bercario/page/2/>

#### **OBJETIVO DA ATIVIDADE:**

Desenvolver coordenação motora ampla; Desenvolver percepções: auditivas, olfativas, táteis, gustativas e visuais; Adquirir conhecimento das propriedades dos objetos (cor, forma, textura, tamanho, espessura, peso, odor, sabor, consistência, temperatura e som); Desenvolvimento do esquema corporal.

# SEMANA - 31 DE MAIO A 04 DE JUNHO

## TEMA: MINHA CASA (NOÇÕES ESPACIAIS)

### O que é ter noção espacial?

Noção espacial ou [orientação espacial](#) é a capacidade que o indivíduo tem de situar-se e orientar-se, em relação aos objetos, às pessoas e o seu próprio corpo em um determinado espaço. É saber localizar o que está à direita ou à esquerda; à frente ou atrás; acima ou abaixo de si, ou ainda, um objeto em relação a outro. É ter noção de longe, perto, alto, baixo, longo, curto (ASSUNÇÃO; COELHO, 1996, p.91-96)

Essa noção espacial é desenvolvida nas crianças a partir da experimentação. Sendo que a referência principal da criança é o próprio corpo.

Como acontece com quase todos os aspectos do desenvolvimento infantil, cada criança desenvolve a noção espacial em um determinado ritmo. Por isso, o ideal é estimulá-las, desde cedo, com brincadeiras que proporcionem jeitos diferentes de vivenciar os conceitos que mencionei acima.

## SEGUNDA-FEIRA

### Atividade: Dentro e Fora de casa

#### **Materiais:**

Apenas o corpo e a casa.

#### **Desenvolvimento da atividade:**

Nesta atividade o adulto juntamente com a criança deverá entrar e sair da casa onde mora.

Se o bebê já conseguir andar ele deverá realizar a atividade andando, se não o adulto poderá realizar a atividade com o bebê no colo.

Exemplo:

O adulto com o bebê deve sair da casa e gritar: Fora!! (caso more em apartamento poderão ir para a sacada do mesmo), então entrar na casa e gritar: Dentro!!

Repetir algumas vezes para que a criança comece a compreender o que é dentro da casa e fora da mesma.

### **Objetivos:**

Adquirir noções de direção e posição através de brincadeiras com o corpo;

Desenvolver as diferentes linguagens oral e corporal.

## **TERÇA-FEIRA**

### **Atividade: Passeio pela casa.**



<https://www.tempojunto.com/2014/11/06/toalha-vira-brinquedo/>

### **Materiais:**

Uma toalha ou lençol.

### **Desenvolvimento da atividade:**

Nesta atividade o adulto deverá colocar o bebê em uma extremidade da toalha e então puxar devagar e com cuidado a outra ponta, e então fazer uma passeio pelos cômodos da casa. Lembrar de dizer o nome de cada cômodo quando entrarem no mesmo.

Como na imagem, o ideal é que o bebê esteja na posição de engatinhar ou com a barriguinha encostando na toalha, pois assim ele fica mais equilibrado não correndo o risco de cair.

### **Objetivos:**

Desenvolver coordenação motora ampla; Adquirir conhecimento das propriedades dos objetos (cor, forma, textura, tamanho, espessura, peso, odor, sabor, consistência, temperatura e som); Desenvolvimento do esquema corporal; Desenvolvimento de noções espaciais.

## **QUARTA-FEIRA**

### **Cabaninha**



## **Materiais:**

Lençol ou tecidos diversos.

Cadeiras, sofás...

## **Desenvolvimento da atividade:**

Nesta atividade o adulto deverá construir uma cabaninha para o bebê e então brincar com ele dentro da mesma.

O adulto poderá colocar almofadas, brinquedos diversos e até mesmo ler uma historinha para o bebê dentro da cabaninha.

### **CABANINHA**

*Tudo acontece no improviso e, nela as crianças têm a chance de criar, imaginar, inventar e ainda experimentar coisas que normalmente não fazem no dia a dia. A brincadeira não tem regras nem procedimentos especiais, o que vale é a imaginação!*

*É muito fácil de brincar!*

*Junte cadeiras ou poltronas. Separe alguns lençóis, cangas ou cobertores e, em seguida, prenda as coberturas nas cadeiras, formando as cabanas. Vale também usar cabos de vassoura ou rodos para fixar melhor a estrutura e ainda pregadores de roupa para prender os lençóis. Se você tiver quintal ou jardim, pode montar as cabanas ao ar livre. Pronto, a cabaninha já está no ponto para a criançada começar a brincar! Também é permitido inventar histórias para explorar a brincadeira com mais emoção e criatividade. Pode sonhar que tudo acontece numa floresta ou num planeta bem distante ou até que estão perdidos numa caverna.*

*Essa brincadeira ajuda no desenvolvimento da criatividade e da imaginação. Estimula o senso de equipe e a improvisação.*

<https://maternarebrincar.wordpress.com/2014/08/28/cabaninha/>

## **Objetivos:**

Desenvolver coordenação motora fina; Desenvolver percepções: auditivas, olfativas, táteis, gustativas e visuais; Adquirir conhecimento das propriedades dos objetos (cor, forma, textura, tamanho, espessura, peso, odor, sabor, consistência, temperatura e som); Manipular e explorar

diferentes objetos, utilizando-se dos movimentos básicos tais como: pegar, largar, jogar, empurrar, lançar, chutar, amassar etc.; Desenvolvimento do esquema corporal.

## QUINTA-FEIRA

### Atividade: BRINCANDO COM CAIXAS



<https://novaescola.org.br/conteudo/8969/tudo-cabe-na-caixa-dos-bebes>

#### **Materiais:**

Caixa de Papelão

#### **Desenvolvimento da atividade:**

Nesta atividade o adulto deves disponibilizar uma ou mais caixas de papelão para o bebê. E então deixar que ele a explore, entrando dentro dela, saindo, empurrando, puxando...

#### **Objetivos:**

Interagir com seus pares e adultos em situações variadas; Desenvolver coordenação motora ampla;

Brincar; Desenvolver as diferentes linguagens oral e corporal;

Adquirir noções de direção e posição através de brincadeiras com o corpo.

## SEXTA-FEIRA

### Atividade: Jogo de encaixe com papelão



<https://www.youtube.com/watch?v=ILbBJkZnyX4>

#### **Materiais:**

Papelão.

Tesoura.

Tinta para pintar as peças.

#### **Desenvolvimento da atividade:**

Nesta atividade o adulto deverá recortar um círculo, um quadrado, um retângulo e um triângulo no papelão e então pintar as formas recortadas cada uma com uma cor diferente.

Depois de pronto é só brincar de encaixar com o seu bebê. Lembrando que cada criança se desenvolve de uma forma diferente portando deixe que o bebê utilize a mão que preferir para fazer os encaixes, ele esta descobrindo qual o seu lado do corpo é dominante, portando não o faça pegar com a mão direita se caso ele pegar com a esquerda e vice versa.

### **Objetivos:**

Desenvolver percepções: auditivas, olfativas, táteis, gustativas e visuais;  
Adquirir conhecimento das propriedades dos objetos (cor, forma, textura, tamanho, espessura, peso, odor, sabor, consistência, temperatura e som);  
Manipular e explorar diferentes objetos, utilizando-se dos movimentos básicos tais como: pegar, largar, jogar, empurrar, lançar, chutar, amassar etc.;  
Desenvolvimento do esquema corporal; Coordenação motora fina e ampla.