SERVIÇO DE PROTEÇÃO SOCIAL BÁSICA NO DOMICÍLIO PARA O PÚBLICO DE GESTANTES E CRIANÇAS DE 0 A 6 ANOS COMPLETOS NO SUAS

CADERNO DE ATIVIDADES I

GESTANTE | 1 - 12 MESES

2026

MINISTÉRIO DO DESENVOLVIMENTO E ASSISTÊNCIA SOCIAL, FAMÍLIA E COMBATE À FOME

GOVERNO FEDERAL
BRASIL
UNIÃO E RECONSTRUÇÃO

SERVIÇO DE PROTEÇÃO SOCIAL BÁSICA NO DOMICÍLIO PARA O PÚBLICO DE GESTANTES E CRIANÇAS DE 0 A 6 ANOS COMPLETOS NO SUAS

CADERNO DE ATIVIDADES I

GESTANTE | 1 - 12 MESES

ALEXANDRA BRENTANI

ANA CAROLINA SILVA ONOFRE

ANA CÂNDIDA AIRES RIBEIRO

DANDARA FREITAS MONACO

DIEGO FONTANA SIQUEIRA CUNHA

ELIAS DE SOUSA OLIVEIRA

ELISA ALTAFIM

GIRNALDO LEÔNIDAS JORGE DE SOUSA FILHO NETO

GUILHERME ROSA DA SILVA

JAQUELINE LIMA SANTOS

LUANA BESSA

MARIA BEATRIZ LINHARES

NAYARA VIEIRA PERES

SALLY GRANTHAM MCGREGOR

SUSAN CHANG-LOPEZ

TUANNY KAREN SOUZA RAMOS

Agradecimentos:

CARLA BRONZO

DENISE COLIN

JUCIMERI ISOLDA SILVEIRA

MARIA LUIZA RIZZOTTI

ROSILENE ROCHA

2026

DADOS INTERNACIONAIS DE CATALOGAÇÃO NA PUBLICAÇÃO (CIP)

FICHA TÉCNICA

EXPEDIENTE

Ministério do Desenvolvimento e Assistência Social, Família e Combate à Fome

Luiz Inácio Lula da Silva – Presidente da República Federativa do Brasil
Wellington Dias - Ministro de Estado do Desenvolvimento e Assistência Social, Família e Combate à Fome
André Quintão Silva - Secretário Nacional de Assistência Social
Elias de Sousa Oliveira - Diretor do Departamento de Proteção Social Básica
Tuanny Karen Souza Ramos – Coordenadora Geral de Programas Intersetoriais

Parceria

Fundação Maria Cecilia Souto Vidigal
Centro de Desenvolvimento Infantil, Departamento de Pediatria – Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo
Fundação Van Leer
UNICEF/Brasil

ELABORAÇÃO

Centro de Desenvolvimento Infantil - FMUSP

Alexandra Brentani
Ana Carolina Silva Onofre
Ana Cândida Aires Ribeiro
Dandara Fontana Siqueira Cunha
Diego Fontana Cunha
Elisa Altafim Rachel
Luana Bessa
Maria Beatriz Martins Linhares
Nayara Viera Peres

Departamento de Proteção Social Básica

Deborah Akerman
Elias de Sousa Oliveira
Girnaldo Leônidas Jorge de Sousa Filho Neto
Guilherme Rosa da Silva
Mallon Franscisco Felipe Rodrigues de Aragão
Ricardo Rodrigues Dutra
Tuanny Karen Souza Ramos

Reach Up Jamaica

Sally Grantham McGregor
Susan Chang-Lopez
Susan Walker

Revisão

Alexandro Ferreira da Silva
Aurea Santos Faria da Costa
Julia Albino – UNICEF/Brasil
Luiza Teixeira – UNICEF/Brasil
Maíra da Silva Souza – UNICEF/Brasil

Colaboração Técnica

Carla Bronzo
Denise Colin
Jucimeri Isolda Silveira
Maria Luiza Amaral Rizzotti
Rosilene Cristina Rocha

Projeto Gráfico

Voga Planejamento Gráfico-Visual

ÍNDICE

INTRODUÇÃO AO COMPÊNDIO 11

ATIVIDADES PARA GESTANTES

1. PROMOVENDO ADESÃO AO PRÉ-NATAL 14
2. COMO TEM SIDO A GRAVIDEZ? 14
3. DIREITOS DA GESTANTE E DA CRIANÇA 15
4. MITOS OU VERDADES SOBRE A GESTAÇÃO 16
5. APOIO EM REDE 18
6. CULTIVANDO VÍNCULOS 20
7. INCENTIVANDO HÁBITOS SAUDÁVEIS 20
8. MITOS OU VERDADES SOBRE BEBÊS 21
9. PAUSA PARA RELAXAR 23
10. CANTANDO PARA O(A) BEBÊ 24
11. RECEBENDO UM NOVO MEMBRO NA FAMÍLIA 25
12. CAIXA DAS EMOÇÕES 26
13. MOVIMENTANDO O CORPO 26
14. CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS PARA O(A) BEBÊ 27
15. PLANEJANDO A CHEGADA DO(A) BEBÊ 28
16. ALIVIANDO O ESTRESSE 29
17. PROMOVENDO A ALIMENTAÇÃO EM FAMILIA 30
18. PARTO HUMANIZADO 31
19. ÁRVORE DA FAMÍLIA 32
20. INTERAGINDO COM A BARRIGA 32
21. PREPARANDO-SE PARA O PARTO 33
22. OUVINDO MÚSICA COM O(A) BEBÊ 34
23. MITOS OU VERDADES SOBRE PARENTALIDADE 35
24. ACOLHENDO A GESTANTE E A FAMÍLIA ANTES DO PARTO 36

ATIVIDADES AO 1 MÊS

ATIVIDADES RECOMENDADAS

25. ACARICIAR ENQUANTO AMAMENTA 38
26. ATENÇÃO AO(A) BEBÊ 38
27. BATE PAPO COM O(A) BEBÊ 39
28. CANTIGAS 39
29. CARA A CARA 40

30. CONVERSANDO E ACALMANDO O(A) BEBÊ 41
31. EMBALANDO O(A) BEBÊ 41
32. VENDO O QUE ACONTECE PELA CASA 42

ATIVIDADES ADICIONAIS

33. ACONCHEGANDO 42
34. CANTIGAS 43
35. CHOCALHO 43
36. IMITE OS SONS DO(A) BEBÊ 44
37. LIVRO DE HISTÓRIAS SIMPLES 44

ATIVIDADES AOS 2 MESES

ATIVIDADES RECOMENDADAS

38. BALBUCIOS DO(A) BEBÊ 46
39. CANTIGAS 46
40. COMO O BEBÊ SE COMUNICA? 47
41. CONVERSANDO COM O(A) BEBÊ 47
42. FORÇA NA MÃOZINHA 48
43. LEVANTANDO 48
44. SIGA O DEDO 48
45. SUPER-HOMEM 49

ADIVIDADES ADICIONAIS

46. BARRIGA PARA BAIXO 50
47. BATE PAPO COM O(A) BEBÊ 51
48. CONTANDO HISTÓRIAS 51
49. CONVERSANDO COM O(A) BEBÊ 52
50. PROCURANDO O SOM 52

ATIVIDADES AOS 3 MESES

ATIVIDADES RECOMENDADAS

51. ACONCHEGANDO O BEBÊ 53
52. CANTIGAS 53
53. DEIXE O(A) BEBÊ CONHECER O(A) CUIDADOR(A) 54
54. ESCUTAR SONS 54
55. HISTÓRIAS SIMPLES 55
56. MÃOS E PÉS 55
57. OBSERVANDO OS MOVIMENTOS DA CASA 56
58. ROLANDO 56

ATIVIDADES ADICIONAIS

59. BALBUCIOS DO(A) BEBÊ 57
60. CANTANDO ENGRAÇADO 57
61. CONVERSANDO COM O(A) BEBÊ 58
62. DANÇA DIVERTIDA 59

ATIVIDADES AOS 4 MESES

ATIVIDADES RECOMENDADAS

63. ACHOU! 60
64. CAMINHADA 60
65. CONVERSANDO COM O(A) BEBÊ 61
66. HORA DO BANHO 61
67. LIVRO DE FIGURAS 62
68. OLHO NO OLHO 62
69. ROLANDO 63
70. SENTANDO 63

ATIVIDADES ADICIONAIS

71. BRINCANDO COM OS DEDINHOS 64
72. CADÊ O QUEIJINHO QUE ESTAVA AQUI? 64
73. CANTANDO 65
74. FAZENDO ACONTECER 65

ATIVIDADES AOS 5 MESES

ATIVIDADES RECOMENDADAS

75. ACHOU! 67
76. BRINCANDO COM TEXTURAS DIFERENTES 67
77. COISAS DA NATUREZA OU DE CASA 68
78. FAZENDO SONS PARA O(A) BEBÊ 68
79. IMITE OS SONS DO(A) BEBÊ 69
80. LIVRO DE FIGURAS 69
81. PERNAS FORTES 70
82. SEGURANDO O BRINQUEDO E TROCANDO DE MÃOS 70

ATIVIDADES ADICIONAIS

83. ACHOU - DEBAIXO DO PANO 71
84. CONVERSANDO COM O(A) BEBÊ 71
85. DANÇAR COM AJUDA 72
86. HORA DO BANHO 72

ATIVIDADES AOS 6 MESES

ATIVIDADES RECOMENDADAS

87. ATIVIDADES DOMÉSTICAS 73
88. BLOCOS E UM POTE - QUATRO BLOCOS 73
89. CHOCALHO 74
90. COPIANDO OS SONS 75
91. FIO COM OBJETOS AMARRADOS 75
92. HORA DE VESTIR 76
93. NOVOS SONS 76
94. ROLANDO A GARRAFA DE ÁGUA 77

ATIVIDADES ADICIONAIS

95. BOLA 77
96. CADÊ O QUEIJINHO QUE ESTAVA AQUI? 78
97. HORA DO BANHO 78
98. PEGAR DIFERENTES OBJETOS 79

ATIVIDADES AOS 7 MESES

ATIVIDADES RECOMENDADAS

99. ABRAÇANDO E DEMONSTRANDO AMOR 80
100. BOLA 80
101. BOLHAS DE SABÃO 81
102. CADÊ O BRINQUEDO 81
103. CONTANDO HISTÓRIAS 82
104. DONA ARANHA 82
105. HORA DE COMER 83
106. SEU MINGUINHO, SEU VIZINHO 83

ATIVIDADES ADICIONAIS

107. BLOCOS E POTE - QUATRO BLOCOS 84
108. ESCUTANDO O(A) BEBÊ 84
109. GARRAFA COM ÁGUA E OBJETOS QUE CHAMEM A ATENÇÃO DA CRIANÇA 85
110. LIVRO DE FIGURAS 85

ATIVIDADES AOS 8 MESES

ATIVIDADES RECOMENDADAS

111. BATER PALMAS 87
112. BLOCOS E POTE - QUATRO BLOCOS 87
113. BRIQUEDO NO CORDÃO 88

114. CHOCALHO E TAMBOR 88
115. COISAS NA NATUREZA 89
116. JOGO DO ESPELHO 90
117. LIVRO DE FIGURAS 90
118. NOVOS SONS 91

ATIVIDADES ADICIONAIS

119. CHOCALHO 91
120. HORA DE COMER 92
121. HORA DO BANHO 92
122. PUXANDO A FRALDA 93

ATIVIDADES AOS 9 MESES

ATIVIDADES RECOMENDADAS

123. REMA, REMA REMADOR 94
124. AÇÕES 94
125. ATIVIDADES DOMÉSTICAS 95
126. BOLA NA CAIXA 95
127. CADÊ O QUEIJINHO QUE ESTAVA AQUI? 96
128. CAMINHADA 96
129. DANÇA DIVERTIDA 97
130. PARTES DO CORPO 97

ATIVIDADES ADICIONAIS

131. BOLA 98
132. CHOCALHO E TAMBOR 99
133. ESCONDENDO O BRINQUEDO EM DOIS POTES 99
134. NOVOS SONS 100

ATIVIDADES AOS 10 MESES

ATIVIDADES RECOMENDADAS

135. ACHOU! 101
136. ATIVIDADES DOMÉSTICAS 101
137. BLOCOS E POTE - SEIS BLOCOS 102
138. GARRAFA COM OBJETOS 103
139. BRINQUEDO E FRALDA/PANO 103
140. CAMINHADA 104
141. CANTANDO 104
142. LIVRO DE FIGURAS 105

ATIVIDADES ADICIONAIS

143. DANÇA DIVERTIDA 105
144. HORA DO BANHO 106
145. LIVRO DE FIGURAS 107
146. PARTES DO CORPO 107

ATIVIDADES AOS 11 MESES

ATIVIDADES RECOMENDADAS

147. AÇÕES 108
148. BOLA 108
149. CANTANDO E DANÇANDO 109
150. FOTOS PARA CONVERSAR 109
151. GARRAFA COM OBJETOS 110
152. HORA DE COMER 111
153. PARTES DO CORPO 111
154. TAMBOR - BATUCADA COM OBJETOS DOMÉSTICOS 112

ATIVIDADES ADICIONAIS

155. CANTANDO 112
156. CONTANDO HISTÓRIAS 113
157. HORA DE VESTIR 113
158. LIVRO DE FIGURAS 114

ATIVIDADES AOS 12 MESES

ATIVIDADES RECOMENDADAS

159. COMENDO COM A MÃO 115
160. CONTANDO HISTÓRIAS 115
161. CONVERSA DIVERTIDA 116
162. EMPURRA-EMPURRA 116
163. GIZ DE CERA E PAPEL - SEGURAR E MARCAR 117
164. HORA DE VESTIR 118
165. LIVRO DE FIGURAS SIMPLES 118
166. TOPOS DE GARRAFA PARA EMPILHAR (TÊS PEÇAS) 119

ATIVIDADES ADICIONAIS

167. ATIVIDADES DOMÉSTICAS 119
168. BLOCOS E POTE - SEIS BLOCOS 120
169. CAMINHADA 121
170. GARRAFA COM OBJETOS PARA ENFIAR 121

CADERNO DE ATIVIDADES I: GESTANTE / 1 - 12 MESES

INTRODUÇÃO

Este compêndio de atividades é parte integrante do Guia Prático de Visitas Domiciliares do Serviço de Proteção Social Básica no Domicílio para o público de gestantes e crianças de 0 a 6 anos completos no SUAS. Seu conteúdo apresenta um conjunto de atividades a serem desenvolvidas nas visitas domiciliares, podendo ser escolhidas e adaptadas de acordo com as necessidades e especificidades das famílias e territórios onde vivem.

As atividades são utilizadas para materialização da interação entre crianças e cuidadores(as) de forma a potencializar o fortalecimento de vínculos afetivos, a segurança emocional da criança para que se sinta segura para explorar o mundo de forma independente, a perpetuação da identidade cultural e o oferecimento de estímulos que permitam o desenvolvimento de habilidades como pensamento abstrato, linguagem, resolução de problemas e formação de autoestima. Assim, por meio de experiências lúdicas durante a visita que engajam a criança e a família, promovemos interações positivas que facilitem ao(à) cuidador(a) sua sensibilidade e capacidade de resposta em relação à criança, evitando, ao mesmo tempo, aspectos da parentalidade negativa.

Dessa forma, a realização das atividades é a etapa da visita domiciliar na qual, por meio da brincadeira, observação, escuta e diálogo, podemos contribuir na ampliação da capacidade protetiva da família e no desenvolvimento de habilidades para um desenvolvimento infantil pleno. É uma forma de apresentar outras possibilidades de cuidado e proteção através de demonstrações e orientações (que permitem ampliar o acesso à informação e direitos), que podem agregar às formas de cuidado e proteção que a família conhece e utiliza. É ainda um momento de valorização do domicílio e do território como espaços de promoção da proteção social para a concretização das seguranças socioassistenciais de acolhida, convívio e autonomia. Embora a ênfase da atividade seja a criança, o foco do trabalho sempre será a família, suas relações e contextos no qual se insere. As atividades podem envolver não apenas o(a) cuidador(a) principal, mas também outros membros da família, promovendo o convívio intergeracional e fortalecimento de vínculos.

As atividades para as gestantes contemplam todas as fases da gestação e focam em dinâmicas e orientações. Já para as crianças, as atividades são organizadas por meses e divididas em quatro temas:

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

As atividades agrupadas nesse tema buscam sensibilizar o(a) cuidador(a) sobre a importância da comunicação para o desenvolvimento da criança. O desenvolvimento da linguagem (que pode ser verbal ou não) diz respeito a compreender e se fazer entender. Por isso, é fundamental trabalhar a linguagem nas atividades, pois seus objetivos finais são: acolher as necessidades da criança (segurança de acolhida), incluí-la e respeitá-la como sujeito ativo nas relações (convívio, autonomia). As atividades desse tema abrangem também músicas e contação de histórias e, desse modo, são oportunidades para valorizar a cultura e identidade dessas famílias, relacionadas aos territórios aos quais pertencem.

APRENDENDO BRINCANDO

As atividades desse tema visam contribuir no desenvolvimento das capacidades de resolução de problemas e adaptação da criança (conhecidas como habilidades cognitivas), como também na realização de movimentos mais “complexos”, como pinçar objetos com os dedos das mãos (habilidades motoras finas). A realização dessas atividades favorece diretamente a autonomia, permitindo que a criança alcance, aos poucos, graus de independência.

MOVIMENTANDO O CORPO

As atividades desse tema visam contribuir no desenvolvimento das capacidades de resolução de problemas e adaptação da criança (conhecidas como habilidades cognitivas), como também na realização de movimentos mais “complexos”, como pinçar objetos com os dedos das mãos (habilidades motoras finas). A realização dessas atividades favorece diret

USANDO A IMAGINAÇÃO E FORTALECENDO LAÇOS

Esse tema enfatiza brincadeiras que promovem o incentivo à criatividade e ao desenvolvimento socioemocional. As atividades focam essencialmente nas relações (consigo mesmo e com os outros), contribuindo diretamente para o fortalecimento de vínculos e materialização da segurança de convívio e o autocuidado. amente a autonomia, permitindo que a criança alcance, aos poucos, graus de independência.



ATIVIDADES COM A GESTANTE



CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS



APRENDER BRINCANDO



USANDO A IMAGINAÇÃO E FORTALECENDO LAÇOS



MOVIMENTANDO O CORPO

ATIVIDADES PARA GESTANTES

1. PROMOVENDO ADESÃO AO PRÉ-NATAL

OBJETIVO

- Verificar a adesão ao pré-natal e, se necessário, estimular o comparecimento às consultas, promovendo a intersetoralidade e o acesso a direitos para gestante, bebê e família.

DESCRIÇÃO

Converse com a gestante sobre o acompanhamento pré-natal. Verifique o entendimento que ela tem sobre a importância desse acompanhamento. Pergunte se ela já foi a alguma consulta ou se tem atendimento agendado.

Ofereça escuta, dê atenção, valorize os conhecimentos e acolha o que a gestante compartilhar sem fazer julgamentos. A partir disso, diga ou reforce que o pré-natal é um direito dela e do(a) bebê e que as consultas permitem checar sua saúde e a da criança ao longo da gravidez, prevenindo possíveis doenças e complicações, e são momentos para tirar dúvidas sobre a gestação, o parto e a amamentação, além de oportunidades para realizar os exames pedidos.

Se for possível e do desejo da gestante, identifique familiares ou outras pessoas de seu convívio que poderiam acompanhá-la nas consultas.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Reconheça e respeite o contexto sociocultural e econômico da mãe, de sua família e do território.

Caso a gestante mencione ou você notar outros interesses, necessidades e demandas que podem estar dificultando ou impossibilitando a adesão ao pré-natal, encaminhe-os após a visita e leve uma devolutiva para a gestante sobre a questão no próximo encontro.

2. COMO TEM SIDO A GRAVIDEZ?

OBJETIVO

- Incentivar que a gestante compartilhe as mudanças e diferentes sensações experimentadas na gestação com as pessoas de seu convívio próximo, promovendo o fortalecimento de vínculos familiares e comunitários.

DESCRIÇÃO

Fale com a gestante sobre as principais alterações físicas e emocionais do início da gestação e a incentive a compartilhar essas experiências com seus familiares e outras

pessoas que desejar (na visita anterior com a gestante diga que ela pode convidar quem quiser para esta atividade).

Você pode propor uma dinâmica para tornar a atividade mais descontraída e atraente:

- Escreva os nomes dos(as) participantes em tiras de papel e dobre-as. Então, coloque-as em uma caixinha ou saquinho.
- Escreva perguntas relacionadas a sintomas e sensações comuns durante a gestação (como sono, enjoos, cãibras, mudanças de paladar e olfato, alterações de humor, preocupações, ansiedades) em pequenos pedaços de papel e dobre-os. Coloque-os em outra caixinha ou saquinho (recomenda-se que esta etapa seja feita no planejamento da visita).
- Peça que a gestante sorteie o nome de um(a) familiar. Esse(a) participante será o(a) entrevistador(a) da vez e terá a chance de escolher o que quer perguntar para a entrevistada (a gestante) sobre a gravidez ou poderá sortear do saquinho (ou caixinha) uma pergunta.

Se houver crianças na casa, essa pode ser uma atividade divertida para elas e sua participação aumenta o objetivo de interação e fortalecimento de vínculos familiares dessa proposta.
(Essa atividade pode ser repetida a cada trimestre da gestação, esclarecendo as dúvidas e apontando as mudanças no período.)

MATERIAIS

- Papel e caneta/lápis

ATENDENDO COM EQUIDADE

A notícia da gravidez tem diferentes efeitos em cada família e em cada pessoa. A gestante, via de regra, é quem sente esses efeitos de maneira mais direta e intensa. Deixe-a livre para se expressar durante a atividade.

3. DIREITOS DA GESTANTE E DA CRIANÇA

OBJETIVO

- Reconhecer a compreensão da gestante e família sobre seus direitos e de seu(sua) filho(a) ao nascer. Se necessário, informar e esclarecer dúvidas, contribuindo para a ampliação do universo de informações dos(as) beneficiários(as), promovendo o acesso a direitos e potencializando a função protetiva da família.

DESCRIÇÃO

Peça à gestante e aos(às) familiares presentes que lhe contem sobre os direitos relacionados à gestante e ao(à) recém-nascido(a)/bebê que conhecem. Pergunte à gestante quais deles ela já acessou e como foi a experiência de acesso a esses direitos.

Você pode citar outros direitos que se apliquem ao território e contexto de vida da gestante, como direitos socioassistenciais; atendimento prioritário em repartições públicas e bancos; assento prioritário em transporte público; na legislação trabalhista, estabilidade no emprego e licença-maternidade para as profissionais com carteira registrada; no caso das estudantes grávidas, direito à licença-maternidade sem prejudicar

o período escolar e a cumprir suas atividades escolares em casa a partir do oitavo mês de gestação e, no acesso à saúde, direito a atendimento no período do pré-natal, durante o parto e no período pós-natal.

Acolha possíveis interesses, necessidades e demandas que surgirem, encaminhe-os após a visita e dê uma devolutiva sobre esses encaminhamentos para a gestante e sua família na próxima visita.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Procure saber das crenças e atitudes do contexto cultural da gestante e de seu território relacionadas à gestação. Lembre-se de não julgar e respeitar a diversidade sociocultural e econômica de cada família.

4. MITOS OU VERDADES SOBRE A GESTAÇÃO

OBJETIVO

- Esclarecer mitos e instruir sobre a gestação, construindo com a gestante e a família um repertório de informações, potencializando a função protetiva e a autonomia da família.

DESCRIÇÃO

Comece a atividade conversando com a gestante e familiares sobre o que esperam do comportamento do(a) bebê quando ele(a) chegar. Valorize as respostas e reconheça os elementos culturais relacionados à família e seu território.

Diga que recém-nascidos(as) estavam no útero, um ambiente onde se sentiam seguros e que agora tudo é novo e diferente para eles(as).

Escreva em um pedaço de papel algumas das sentenças abaixo e as recorte em pequenos cartões ou tiras de tamanho similiar (recomenda-se que esta etapa seja feita previamente, no planejamento da visita).

Peça que sorteiem um cartão e leia o conteúdo questionando se consideram que a afirmação é um mito ou uma verdade. Em seguida, de maneira descontraída, levando em conta e respeitando o contexto da família, converse com a gestante e demais participantes sobre o tema.

Sugestões de sentenças:

- ***"Devemos impedir que o(a) bebê tire sonecas durante o dia para que ele(a) durma melhor à noite."***

  MITO: O sistema nervoso do(a) bebê ainda está em desenvolvimento e sua necessidade de sono vai mudando de acordo com a sua idade. Recém-nascidos precisam dormir muitas horas, mas só conseguem fazê-lo por duas ou três horas por vez. A partir de quatro ou seis semanas de vida, a maioria dos(as) bebês consegue manter ciclos de quatro horas de sono e quatro de vigília, mas em geral só após o primeiro ano de vida é que conseguem dormir cerca de oito ou nove horas seguidas durante a noite. Ou seja, bebês precisam dormir durante o dia para que tenham as horas de sono de que necessitam e isso regula seu organismo fazendo com que estejam relaxados(as) e possam dormir também à noite.

- ***"Os(as) bebês têm sempre muito frio, então, devem ser sempre bem agasalhados(as)."***

  MITO. Os(as) bebês não conseguem regular a sua própria temperatura tão bem quantos adultos, então, eles sofrem mais tanto em situações de temperaturas muito frias quanto em situações muito quentes. Observe sempre os sinais que o(a) bebê pode apresentar de frio (pescoço e cabeça frios, lábios azulados, irritabilidade e choro) ou calor (rosto avermelhado, suor na cabeça e pescoço, barriga muito quente), adequando suas roupas sempre que necessário.

- ***"Bebês com menos de seis meses que só mamam no peito não precisam beber água (ou outros líquidos), mesmo nos dias mais quentes."***

  VERDADE. A quantidade produzida e as características do leite materno estão sempre se modificando de acordo com as necessidades do(a) bebê. Em dias mais quentes, o leite materno terá uma quantidade maior de água que o habitual, assim como em situações em que o(a) bebê estiver adoentado(a) o leite materno vai ter maior quantidade de anticorpos para ajudar em sua recuperação.

- ***"A pessoa que amamenta deve tomar cuidado com o que come, pois alguns alimentos dão cólicas ao(à) bebê."***

  NEM MITO NEM VERDADE. A princípio, a pessoa que amamenta pode comer de tudo, mas sempre tentando manter uma alimentação saudável e equilibrada ou o mais próximo disso. Em alguns casos, porém, a pessoa que amamenta pode perceber que alguns alimentos estão causando desconfortos a ela e ao bebê. Esses alimentos devem, portanto, ser evitados.

- ***"Os(as) bebês devem dormir de lado e com travesseiros para mantê-los(as) nessa posição a noite toda."***

  MITO. A posição mais segura para o(a) bebê dormir é de barriga para cima e sem almofadas, protetores de berço, travesseiros, brinquedos ou quaisquer outros objetos soltos que poderiam causar asfixia se fossem deslocados para cima do rosto do(a) récem-nascido(a), já que ele(a) não tem capacidade de removê-los. Também deve-se evitar deixar o bebê dormindo em bebê-conforto na posição meio sentada.

Outras sugestões para material de apoio:

- ***"Andadores devem ser evitados, pois são perigosos e prejudicam o desenvolvimento das crianças."***

  VERDADE. Andadores aumentam o risco de acidentes graves, pois a criança não consegue controlar a velocidade do movimento e pode cair em um degrau ou na escada, por exemplo. Além disso, bebês que utilizam andadores levam mais tempo para ficar de pé e caminhar sem apoio, engatinham menos e podem ter seu desenvolvimento prejudicado.

- ***"O(a) bebê não deve ser colocado de bruços até que seja capaz de se virar sozinho(a)."***

  MITO. A criança pode ser colocada de bruços por pouco tempo e enquanto está supervisionada por adultos para incentivar o desenvolvimento motor.

MATERIAIS

- Papel e caneta/lápis

ATENDENDO COM EQUIDADE

Reconheça as reflexões e elogie os compartilhamentos.

5. APOIO EM REDE

OBJETIVO

- Auxiliar a gestante e a família a estabelecer uma rede de apoio, de modo a fortalecer a inserção social, a autonomia, o bem-estar, as potencialidades e a função protetiva da família por meio da vinculação familiar e comunitária.

DESCRIÇÃO

Inicie a atividade perguntando à gestante e aos(às) familiares presentes sobre como está sendo a gestação até o momento, se houve mudanças na rotina da casa e situações ou sentimentos não esperados nesse período.

Escreva em um pedaço de papel algumas das sentenças abaixo e as recorte em pequenos cartões ou tiras de tamanho similiar (recomenda-se que esta etapa seja feita previamente, no planejamento da visita).

Peça que a gestante ou os(as) familiares sorteiem um cartão e leia o conteúdo questionando se consideram que a afirmação é um mito ou uma verdade. Em seguida, de maneira leve e descontraída, converse com a gestante e demais participantes sobre o tema

Sugestões de sentenças:

- ***"Grávidas não podem fazer atividades físicas ou nenhum outro esforço."***

  MITO. A não ser que o médico tenha contraindicado, as gestantes podem e devem fazer atividades fisicas, como caminhadas, natação, hidroginástica.

- ***"Tomar bebidas alcoólicas na gestação faz mal para o feto."***

  VERDADE. Não existe quantidade segura para o consumo de álcool na gestação, então, mesmo pequenas quantidades de álcool podem causar malformações no(a) bebê.

- ***O feto consegue sentir o gosto do que a gestante come."***

  VERDADE. No começo do segundo trimestre, as papilas gustativas (a parte da língua responsável por sentir os gostos) já se desenvolveram e o feto já engole o líquido amniótico. O que a gestante come altera levemente o sabor do líquido amniótico.

- ***"Quando a gestante tem muita azia, o(a) bebê vai nascer cabeludo(a)."***

  MITO. A genética define se o(a) bebê vai nascer cabeludo ou careca. A azia é causada pelo aumento dos hormônios da gravidez e pelo útero pressionar o estômago e os outros orgãos abdominais.

- ***"Se a grávida cruzar as pernas, pode enrolar o cordão umbilical e enforcar o feto."***

  MITO. O feto fica protegido dentro do saco gestacional - que é como uma bolsa cheia de líquido amniótico dentro do útero - e os movimentos habituais da gestante não interferem na posição do cordão umbilical.

- ***"Se a gestante tiver um desejo e este não for atendido, isso fará mal para o(a) bebê."***

  MITO. Apesar de ser verdade que os desejos são reais (podem estar relacionados às novas necessidades fisiológicas e alterações emocionais da gestação) e que atendê-los pode trazer conforto e tranquilidade para a gestante, o fato de não serem satisfeitos não traz nenhum prejuízo para o(a) bebê. Não atender aos desejos não causa malformações ou faz com que "nasçam com a cara da comida" desejada.

Outras sugestões:

- ***"As mulheres podem ficar muito emotivas ou ter mudanças bruscas de humor durante a gestação."***

  VERDADE. Durante a gestação ocorre maior secreção de hormônios, mudanças no sistema nervoso central e também alterações corporais que mexem com o humor, deixam as grávidas mais emotivas e mais sensíveis.

- ***"Fumar durante a gestação não tem efeito nenhum sobre o desenvolvimento do feto."***

  MITO. As substâncias tóxicas do cigarro podem causar malformação da placenta, restrição de crecimento do feto dentro do útero, malformação do feto e maior risco de aborto.

- ***"As gestantes precisam comer por dois."***

  MITO. É importante uma alimentação saudável e balanceada, mas isso não significa comer por dois. O ganho de peso excessivo na gestação pode trazer riscos à gestação (como diabestes e pré-eclâmpsia) e interferir no peso do feto.

- ***"Gestante não pode praticar sexo."***

  DEPENDE. Se for uma gestação de risco, com sangramento vaginal ou inserção baixa da placenta (placenta na parte inferior do útero), a prática sexual pode aumentar o risco de parto prematuro. Se essas condições não estiverem presentes, a prática sexual pode acontecer normalmente. Na dúvida, converse com o(a) médico(a) que está fazendo o seu pré-natal.

- ***"O feto consegue sentir quando há relação sexual entre o casal."***

  MITO. O feto está dentro do útero e não na vulva ou na vagina, não existe nenhuma possibilidade do pênis atravessar o colo do útero e chegar até o feto. Além disso, existem membranas da placenta que protegem o feto de possíveis contrações mecânicas que podem ocorrer durante o sexo.

MATERIAIS

- Papel e caneta/lápis

ATENDENDO COM EQUIDADE

Verifique previamente se a gestante sabe escrever e se sente confortável para fazê-lo. Se não for o caso, você pode perguntar se alguém da família pode auxiliar, pode se voluntariar para fazer os registros ou pode realizar a atividade oralmente apenas.

6. CULTIVANDO VÍNCULOS

OBJETIVO

- Construir com a gestante e a família estratégias para conversar com o(a) bebê para promover a interação e o vínculo afetivo entre os membros da família e o(a) bebê e dos membros da família entre si, favorecendo a capacidade protetiva da família, a superação de fragilidades e a prevenção da violência.

DESCRIÇÃO

Convide previamente outros membros da família/do domicílio a estar presentes nesta visita, se possível. Inicie a atividade perguntando se a gestante e os(as) familiares têm conversado com o(a) bebê. Se responderem que não, diga que é compreensível, pode mesmo ser estranho falar com alguém que não estamos vendo.

Fale, então, sobre a importância da conversa com o(a) bebê. Diga que ele(a) já está ouvindo e que isso vai fazer com que reconheça a voz deles(as) depois que nascer, facilitando a criação de laços entre eles(as) e a realização dos cuidados com a criança (como ajudar a acalmá-la quando estiver angustiada ou chorando, fazendo com que se sinta protegida). Diga ainda que o contato amoroso entre a família e o(a) bebê é muito importante para que ele(a) se desenvolva melhor.

Aproveite para dialogar sobre o valor da boa comunicação entre os membros da família, já que um ambiente harmonioso, livre de ameaças e violência também contribui para o bom desenvolvimento do(a) bebê, das demais crianças da casa e para o bem-estar geral. Para tanto, é importante que todos(as) possam expressar suas necessidades e emoções com clareza e sentir que são reconhecidos(as) e acolhidos(as.

Sugira dinâmicas que podem fazer juntos para conversar com o(a) bebê e entre si, como:

- Contar como foi o dia dos(as) irmãos(ãs) na escola;
- Cada membro da casa dizer sua comida/música/brincadeira preferida na natureza;
- Cada membro da casa dizer ao(à) bebê uma característica que gosta de outro membro;
- Descrever ao(à) bebê como é o ambiente/as pessoas do lado de fora.”

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

7. INCENTIVANDO HÁBITOS SAUDÁVEIS

OBJETIVO

- Organizar com a gestante e a família um planejamento para adoção e conservação de hábitos saudáveis durante a gestação, buscando garantir o acesso a direitos, a autonomia e o protagonismo à gestante e à família.

DESCRIÇÃO

Inicie a visita por uma conversa com a gestante procurando saber quais são os hábitos na gravidez considerados saudáveis em sua cultura e família. Valorize os comparilhamentos e elogie os hábitos benéficos mencionados.

Lembrando de considerar e não julgar as especificidades socioculturais e econômicas da gestante, de sua família e do território, reforce a importância de cultivar hábitos saudáveis durante a gestação, tais como: ter a alimentação mais sadia possível*, ingerir bastante líquido, procurar dormir bem e descansar quando possível, não permanecer muito tempo em pé para evitar inchaços, evitar carregar muito peso, manter-se em movimento (ex.: fazer caminhadas, dançar, delocar-se a pé), não consumir substâncias que possam prejudicar ela e o(a) bebê (ex.: remédios sem orientação médica, cigarro, drogas e bebidas alcoólicas) e procurar ficar tranquila, buscando conviver bem com a sua família.

Diga que se o(a) médico(a) do pré-natal não tiver feito nenhuma contraindicação, ela pode conservar uma vida normal, continuar trabalhando, fazer exercícios físicos e manter atividade sexual.

Peça que a gestante planeje o que gostaria de manter e o que gostaria de alterar em sua rotina para torná-la mais saudável. Vocês podem registrar esse planejamento em um caderno ou diário e pensar em estratégias para colocar os hábitos em prática.

Se for da vontade da gestante, vocês podem convidar outros membros da família ou pessoas do seu convívio para apoiá-la a incorporar esses novos costumes.

*Apesar da situação de muitas famílias atendidas ser de extrema vulnerabilidade socioeconômica, é possível orientar para que açúcar, bebidas açucaradas, doces e sal sejam consumidos com moderação e que, tanto quanto possível, seja dada preferência a “comida de verdade” em oposição a alimentos de pacote, ultraprocessados. É interessante valorizar os alimentos naturais do território (como as frutas e vegetais da região) e receitas que os utilizem.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esteja atento(a) a interesses, necessidades e demandas que possam aparecer durante esta atividade e os encaminhe após a visita.

8. MITOS OU VERDADES SOBRE BEBÊS

OBJETIVO

- Esclarecer mitos e instruir sobre bebês e como cuidar de bebês pequenos, construindo com a gestante e a família um repertório de informações, potencializando a função protetiva, a autonomia e o protagonismo da família.

DESCRIÇÃO

Comece a atividade conversando com a gestante e familiares sobre o que esperam do comportamento do(a) bebê quando ele(a) chegar. Valorize as respostas e reconheça os elementos culturais relacionados à família e seu território.

Diga que recém-nascidos(as) estavam no útero, um ambiente onde se sentiam seguros e que agora tudo é novo e diferente para eles(as).

Escreva em um pedaço de papel algumas das sentenças abaixo e as recorte em pequenos cartões ou tiras de tamanho similiar (recomenda-se que esta etapa seja feita previamente, no planejamento da visita).

Peça que sorteiem um cartão e leia o conteúdo questionando se consideram que a afirmação é um mito ou uma verdade. Em seguida, de maneira descontraída, levando em conta e respeitando o contexto da família, converse com a gestante e demais participantes sobre o tema.

Sugestões de sentenças:

- ***"Devemos impedir que o(a) bebê tire sonecas durante o dia para que ele durma melhor à noite".***

  MITO. O sistema nervoso do(a) bebê ainda está em desenvolvimento e sua necessidade de sono vai mudando de acordo com a sua idade. Recém-nascidos precisam dormir muitas horas, mas só conseguem fazê-lo por duas ou três horas por vez. A partir de quatro ou seis semanas de vida, a maioria dos(as) bebês consegue manter ciclos de quatro horas de sono e quatro de vigília, mas em geral só após o primeiro ano de vida é que conseguem dormir cerca de oito ou nove horas seguidas durante a noite. Ou seja, bebês precisam dormir durante o dia para que tenham as horas de sono de que necessitam e isso regula seu organismo fazendo com que estejam relaxados(as) e possam dormir também à noite.

- ***"Os(as) bebês tem sempre muito frio, então, devem ser sempre bem agasalhados(as)."***

  MITO. Os(as) bebês não conseguem regular a sua própria temperatura tão bem quanto os adultos, então, eles sofrem mais tanto em situações de temperaturas muito frias quanto em situações muito quentes. Observe sempre os sinais que o(a) bebê pode apresentar de frio (pescoço e cabeça frios, lábios azulados, irritabilidade e choro) ou calor (rosto avermelhado, suor na cabeça e pescoço, barriga muito quente), adequando suas roupas sempre que necessário.

- ***"Bebês com menos de seis meses que só mamam no peito não precisam beber água (ou outros líquidos) mesmo nos dias mais quentes."***

  VERDADE. A quantidade produzida e as características do leite materno estão sempre se modificando de acordo com as necessidades do(a) bebê. Em dias mais quentes, o leite materno terá uma quantidade maior de água que o habitual, assim como em situações em que o(a) bebê estiver adoentado(a) o leite materno vai ter maior quantidade de anticorpos para ajudar em sua recuperação.

- ***"A pessoa que amamenta deve tomar cuidado com o que come, pois alguns alimentos dão cólicas ao(à) bebê."***

  NEM MITO NEM VERDADE. A princípio, a pessoa que amamenta pode comer de tudo, mas sempre tentando manter uma alimentação saudável e equilibrada ou o mais próximo disso. Em alguns casos, porém, a pessoa que amamenta pode perceber que alguns alimentos estão causando desconfortos a ela e ao(à) bebê. No caso, esses alimentos devem ser evitados.

- ***"Os(as) bebês devem dormir de lado e com travesseiros para mantê-los(as) nessa posição a noite toda."***

  MITO. A posição mais segura para o(a) bebê dormir é de barriga para cima e sem almofadas, protetores de berço, travesseiros, brinquedos ou quaisquer outros objetos soltos que poderiam causar asfixia se fossem deslocados para cima do rosto do(a) récem-nascido(a), já que ele(a) não tem capacidade de removê-los. Também deve-se evitar deixar o bebê dormindo em bebê-conforto na posição meio sentada.

Outras sugestões para material de apoio:

- ***"Andadores devem ser evitados, pois são perigosos e prejudicam o desenvolvimento das crianças."***

  VERDADE. Andadores aumentam os risco de acidentes graves, pois a criança não consegue controlar a velocidade do movimento e pode cair em um degrau ou na escada, por exemplo. Além disso, bebês que utilizam andadores levam mais tempo para ficar de pé e caminhar sem apoio, engatinham menos e podem ter seu desenvolvimento prejudicado.

- ***"O(a) bebê não deve ser colocado de bruços até que seja capaz de se virar sozinho(a)."***

  MITO. A criança pode ser colocada de bruços por pouco tempo e enquanto está supervisionada por adultos para incentivar o desenvolvimento motor.

MATERIAIS

- Papel e caneta/lápis

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

9. PAUSA PARA RELAXAR

OBJETIVO

- Promover a redução do estresse no dia a dia da gestante e da família, planejando junto a ela e aos(às) familiares estrátegias com o intuito de estimular a vinculação familiar, o bem-estar e a garantia de direitos.

DESCRIÇÃO

Converse com a gestante sobre como a gravidez pode ser um evento de satisfação e alegria, mas que implica uma série de transformações e pode trazer também desconfortos, preocupações, ansiedades, cansaço, oscilações emocionais e de humor, mudanças corporais, entre outros fatores, que podem gerar ou intensificar tensões tanto na vida dela como na vida de sua família.

Peça que identifique se há fatores em sua rotina que lhe causam estresse ou o acentuam. Diga que é importante controlar os níveis de estresse na gravidez e pergunte se ela tem estratégias para amenizá-lo.

Proponha, então, que pensem juntos(as) em pequenas atividades, atitudes ou momentos que poderiam ser feitos no dia a dia para aliviar o estresse.

Se outros(as) familiares estiverem presentes, convide-os(as) a pensar em alternativas e como poderiam colaborar. Coloquem em prática uma das sugestões feitas por ela ou algum(a) familiar ou uma das dinâmicas abaixo (que podem ser adaptadas de acordo com o contexto de vida da gestante):

- Pausa para respirar: procurar um lugar mais calmo, buscar uma posição confortável (pode ser sentada ou deitada) e fazer algumas respirações profundas, prestando atenção na inspiração e na expiração.
- 2. elaxamento com massagem: a gestante pode fazer uma automassagem ou receber uma massagem de um(a) dos(as) familiares (oriente para que o toque seja suave e com o intuito de oferecer carinho e relaxamento).
- Momento da música: fazer uma lista de algumas das músicas preferidas da gestante e colocar para tocar enquanto aproveita para relaxar um pouco ouvindo, cantando e/ou dançando sozinha ou junto com outras pessoas de seu convívio.
- Caminhada na natureza: tirar alguns minutos para andar sozinha ou acompanhada por um(a) ou mais familiares em uma praça, quintal, terreiro ou nas imediações da própria casa, procurando contemplar árvores, plantas e pássaros, por exemplo.

Recomende que a gestante faça outras pausas para relaxamento ao longo da semana, repetindo a atividade ou escolhendo dentre as demais sugeridas.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Ofereça escuta e acolha os compartilhamentos feitos por ela.

10. CANTANDO PARA O(A) BEBÊ

OBJETIVO

- Incentivar que a mãe e os(as) familiares cantem para o(a) bebê e resgatem cantigas do seu contexto de vida, estimulando a interação e a vinculação familiar e comunitária e a afirmação das potencialidades e cultura da família e de seu território, promovendo o protagonismo e a autonomia da família.

DESCRIÇÃO

Inicie a atividade perguntando à gestante e aos(às) familiares as músicas que eles(as) lembram da sua infância. Valorize as respostas e peça que falem sobre quem cantava, em que momentos, quais músicas e se havia gestos ou coreografias que acompanhavam a música.

Reforce que o(a) bebê já consegue escutar os sons ao redor e os(as) oriente a cantar para ele(a), podem ser as mesmas músicas que escutavam na infância ou até outras músicas atuais que sejam apropriadas para crianças.

Essa é uma boa atividade para realizar com vários membros da família - especialmente com as demais crianças da casa - como forma de fortalecer os vínculos com o(a) bebê, familiares e comunitários, assim como a identidade cultural das famílias e do território. Incentive que repitam a atividade em áreas externas, em contato com a natureza, e que aproveitem para se movimentar fazendo gestos e coreografias que acompanham as músicas com outras gestantes, crianças da família e da comunidade.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Estimular o uso de contos e cantigas do território que fortaleçam os laços socioculturais e identitários do grupo atendido. Pesquise quais são, estimule a família e a pessoa cuidadora a trazer seus referenciais.

Não adotar referências externas e estranhas ao contexto que possam produzir algum tipo de violência e ataque às práticas culturais locais.

11. RECEBENDO UM NOVO MEMBRO NA FAMÍLIA

OBJETIVO

- Envolver os membros da família/domicílio na preparação para a chegada do(a) bebê, promovendo a interação e o vínculo afetivo entre os(as) familiares, a ampliação da capacidade protetiva da família e prevenção da violência.

DESCRIÇÃO

Converse com a gestante sobre as expectativas que tem em relação à chegada do bebê. Procure saber sobre crenças e atitudes de sua cultura familiar e do território relacionadas a esse tema.

A partir do que foi compartilhado pela gestante e respeitando seu contexto de vida, proponha reflexões sobre a importância da família se preparar para a chegada do(a) bebê. Dialogue a respeito das mudanças no cotidiano da casa. Você pode abordar questões trazidas pela gestante e outras como:

- **CHORO DO BEBÊ:** todos os(as) bebês choram; no entanto, há fases em que o choro pode ser mais frequente e crianças que choram mais que outras.
- **INTERVALOS DE AMAMENTAÇÃO:** podem variar tanto ao longo do dia quanto da noite e ao longo do desenvolvimento do(a) bebê.
- **SONO DO BEBÊ:** o(a) bebê pode acordar mais ou menos à noite, dependendo de características e condições individuais, dos diferentes momentos do desenvolvimento e de aspectos do ambiente.
- **OUTRAS CRIANÇAS DA CASA:** é normal que tenham ciúmes, podendo apresentar alterações de comportamento. É fundamental que sejam acolhidas e sintam que são insubstituíveis.

É importante que a família se prepare para esse momento, começando por coisas simples, como ter uma conversa entre os(as) componentes da casa sobre as expectativas de mudanças que cada um(a) tem com a chegada do(a) bebê e como podem se preparar para acolher a nova criança e acomodar seus interesses e essas expectativas.

Sugira que a gestante comece a conversar com os membros da família sobre os temas abordados nesta atividade e os(as) convide a estar presentes em uma próxima visita para que possam planejar juntos(as) aspectos ligados à chegada do(a) bebê.”

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

12. CAIXA DAS EMOÇÕES

OBJETIVO

- Incentivar que a gestante compartilhe os diferentes sentimentos experimentados durante a gestação com pessoas de seu convívio próximo, promovendo o fortalecimento de vínculos familiares e comunitários.

DESCRIÇÃO

Em uma caixa ou saquinho, deposite cartões ou tiras de papel com nomes de diferentes sentimentos e emoções (recomenda-se que esta etapa seja feita previamente, no planejamento da visita).

Peça à gestante que retire um dos cartões e, então, pergunte se ela se sentiu assim nos últimos meses, quando e como foi a experiência. Se outros(as) familiares e pessoas próximas estiverem presentes, proponha a mesma dinâmica a cada um(a) e estimule que todos(as) compartilhem suas reflexões.

Acolha as respostas e diga que a gestação e a chegada de uma nova criança são um momento de muitas mudanças para todos(as) da família, especialmente para a gestante que está experimentando modificações no próprio corpo, oscilações hormonais, emocionais e de humor.

Diga que é importante que possam se cuidar mutuamente e respeitar seus próprios sentimentos e dos(as) outros(as), fortalecendo os vínculos familiares e comunitários para acolher a gestante e o(a) bebê.

MATERIAIS

- Caixa ou recipiente, papel e lápis

ATENDENDO COM EQUIDADE

Ofereça escuta e acolha os compartilhamentos feitos por ela.

13. MOVIMENTANDO O CORPO

OBJETIVO

- Enfatizar a importância da realização de exercícios físicos leves durante a gestação e construir com a gestante e a família um plano para viabilizar esse hábito.

DESCRIÇÃO

Retome a conversa com a gestante sobre hábitos saudáveis, procure saber quais hábitos ela tem adotado em seu dia a dia e se algum está relacionado com a movimentação do corpo.

Enfatize que exercícios físicos moderados como caminhar auxiliam a circulação do sangue, promovendo a redução de inchaço, cãibras e melhora da respiração. Podem ainda prevenir uma série de doenças e promover bem-estar.

Se a gestante já estiver fazendo alguma atividade física, parabenize-a e a estimule a continuar. Caso ela esteja com dificuldade de começar, pensem juntos(as) em estratégias para fazê-lo. Você pode dar sugestões como:

- Realizar caminhadas algumas vezes na semana. O passeio deve ser leve, agradável, descontraído e relaxante. O ritmo deve estar em acordo com as possibilidades da gestante.
- Buscar alguma instituição pública próxima ao domicílio (ex.: clube, centro de convivência, praça) que ofereça atividade física monitorada e adequada a gestantes e frequentar as aulas semanalmente.
- Reservar alguns momentos na semana para ouvir e dançar músicas de sua preferência (a duração e intensidade da atividade deve ser leve e respeitar os limites da gestante).

Incentive que as atividades, sempre que possível, sejam realizadas ao ar livre, em contato com a natureza (ex.: praças, parques, quintal, terreiro ou imediações da casa) e na companhia de familiares ou de outras pessoas do convívio da gestante. Diga que essa convivência pode fortalecer os vínculos familiares e com a comunidade e a motivar na realização dos exercícios.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

14. CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS PARA O(A) BEBÊ

OBJETIVO

- Incentivar que a gestante e os(as) familiares conversem com o(a) bebê e contem ou leiam histórias do seu contexto de vida, estimulando a interação e a vinculação familiar e comunitária e a afirmação das potencialidades e cultura da família e de seu território, promovendo o protagonismo e a autonomia da família.

DESCRIÇÃO

Inicie a atividade perguntando à gestante e aos(às) familiares se eles(as) têm conversado com o(a) bebê. Valorize as respostas e elogie os compartilhamentos.

Enfatize que o(a) bebê consegue escutar os sons ao seu redor e já começa, desde a gestação, a reconhecer as diferentes vozes das pessoas que falam com ele(a).

Incentive a gestante e os membros da família a conversar com o(a) bebê, falando de forma carinhosa com ele(a), bem como a contar ou ler histórias para a criança.

Peça que relembrem algumas histórias de suas próprias infâncias, resgatem outras com pessoas mais velhas com quem convivem ou em encontros com outros integrantes da comunidade e contem essas histórias ao(à) bebê ao longo da gravidez e após seu nascimento.

Se houver crianças mais velhas na família, elas também podem participar contando histórias que conhecem ou lendo livros infantis para o(a) bebê.
Caso haja bibliotecas públicas acessíveis, incentive a visita a elas e o empréstimo de livros como um passeio divertido em família.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Estimule o uso de contos e cantigas do território que fortaleçam os laços socioculturais e identitários do grupo atendido. Pesquise quais são, estimule a família e a pessoa cuidadora a trazer seus referenciais.

Não adote referências externas e estranhas ao contexto que possam produzir algum tipo de violência e ataque às práticas culturais locais.

15. PLANEJANDO A CHEGADA DO(A) BEBÊ

OBJETIVO

- Construir com a gestante e a família um planejamento para a chegada do(a) bebê, buscando promover interação entre a família e o(a) bebê e dos membros da família entre si, identificando potencialidades e fragilidades e fortalecendo os vínculos familiares e comunitários.

DESCRIÇÃO

Para esta atividade convide previamente outros membros da família/do domicílio a estarem presentes, se possível - além dos(as) cuidadores(as), é importante que irmãos(ãs) possam participar.*

Comece a atividade pedindo que os(as) participantes contem suas expectativas em relação à chegada do(a) novo(a) integrante da família e como isso pode alterar suas rotinas. Acolha os compartilhamentos e pergunte o que imaginam que podem fazer para se preparar para a chegada do(a) bebê.

Proponha a reflexão sobre a importância de participação de toda a família na divisão de tarefas da casa, do(a) bebê, das outras crianças e pessoas com necessidades de cuidados (se existirem).

A partir das reflexões e do que foi compartilhado e das possibilidades da família, vocês podem registrar, por exemplo:

- Uma divisão das tarefas domésticas entre os(as) moradores(as) da casa, respeitando as capacidades e características de cada um(a).

- Uma divisão entre cuidadores(as) dos cuidados com o(a) bebê, outras crianças da família e pessoas com necessidades de cuidados (se for o caso).
- Uma lista de atividades que podem ser feitas com o bebê (ex.: momento da conversa, contação de histórias, momento da música, passeio pela casa, caminhada na natureza - que pode ser numa praça, parque, terreiro, quintal ou nas imediações da própria casa).
- Um planejamento para organização de um espaço para o(a) bebê e para amamentação.
- Construção de objetos com os quais o(a) bebê possa interagir (como um móbile ou um chocalho), utilizando materiais da própria casa ou elementos da natureza.

*Caso não seja possível que outros membros da família participem, você pode pedir que a gestante compartilhe as próprias expectativas e que retome com os(as) demais familiares/moradores(as) da casa esse assunto em outro momento e que pensem juntos(as) nos preparativos que gostariam de fazer.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

16. ALIVIANDO O ESTRESSE

OBJETIVO

- Promover a redução do estresse na gravidez, planejando com a gestante atividades visando seu bem-estar e da família e a garantia de direitos.

DESCRIÇÃO

Comece a atividade retomando a importância de reduzir o estresse e ter momentos de calma e tranquilidade durante a gestação para a saúde da gestante, o adequado desenvolvimento do(a) bebê e cultivo do bem-estar e dos vínculos familiares.

Pergunte à gestante se ela tem se sentido estressada ultimamente e se tem feito algo para relaxar um pouco. Ofereça escuta sobre o que tem lhe causado estresse e, se for o caso, incentive que ela siga usando a(as) estratégia(as) de relaxamento que citou - desde que seja(m) segura(s) e não comprometa(m) sua saúde.

Tendo em conta as características do território, da gestante e da família, selecione algumas das dinâmicas abaixo, descreva-as para ela e peça que escolha uma para fazerem juntos(as) hoje. Vocês também podem pensar juntos(as) em outras possibilidades.

Sugestões de dinâmicas:

- **OUVINDO OS BARULHOS DO AMBIENTE:** sentar em uma posição confortável, fechar os olhos e prestar atenção por alguns minutos nos sons que pode escutar (um alarme/cronômetro pode ser útil nesta dinâmica).
- **PRESTANDO ATENÇÃO À MÚSICA:** colocar uma música tranquila (ou algumas) e sentar para escutá-la(s) sem realizar outras atividades e sem se distrair com equipamentos eletrônicos ou outras tarefas.

- **SEGUINDO A RESPIRAÇÃO:** em uma posição confortável, sentada ou deitada, fechar os olhos e prestar atenção à própria respiração por alguns minutos sem interferir nela. Procurar voltar o foco para a respiração cada vez que um pensamento surgir (um alarme/cronômetro pode ser útil nesta dinâmica).
- **NOTANDO A NATUREZA:** caminhar por uma praça, quintal, terreiro ou pelas imediações da casa prestando atenção em um elemento escolhido (exemplos: formato das folhas das árvores/plantas, texturas dos troncos das árvores, diferentes tipos de pássaros que aparecem, diferentes cores e tonalidades de flores, pequenas plantas que crescem em lugares inusitados).

Oriente a gestante a repetir a dinâmica feita ou experimentar as outras descritas ao longo da semana em momentos de tensão. Diga que ela pode pedir o apoio dos(as) familiares para ter esse breve momento para si sem ser interrompida ou para ser acompanhada por eles(as) se assim preferir.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

17. PROMOVENDO A ALIMENTAÇÃO EM FAMILIA

OBJETIVO

- Incentivar a preparação dos alimentos e as refeições em família, promovendo a interação e a vinculação com o(a) bebê e entre os membros da família, além da afirmação das potencialidades, cultura, protagonismo e autonomia da família.

DESCRIÇÃO

Inicie a atividade perguntando à gestante e aos(às) outros(as) participantes sobre os hábitos alimentares dos(as) moradores(as) do domicílio, pergunte quem prepara as refeições, em que local são feitas, se todos(as) comem juntos(as).

Diga que o que comemos é importante para nossa saúde, mas "o" COMO comemos também é muito importante. Tanto quanto possível, devemos nos alimentar com regularidade e atenção: tentar fazer as refeições sempre nos mesmos horários, com concentração e sem nos envolvermos em outras atividades como assistir televisão ou usar o celular; comer em locais apropriados - limpos, confortáveis e tranquilos; e com companhia - assim como compartilhar o preparo dessas refeições.**

Considerando e respeitando a cultura alimentar da gestante e de sua família, sugira que façam um planejamento para fazer uma refeição por dia ou algumas vezes na semana reunidos(as) e que cozinhem juntos(as) quando possível.

Eles(as) podem combinar de cozinhar uns para os(as) outros(as) e, especialmente, para a gestante; assim, ela e o(a) bebê poderão experimentar novos sabores e afetos. Podem ainda resgatar receitas e ingredientes usados pela família e pela comunidade e até mesmo começar a cultivar os temperos e outros vegetais que costumam utilizar.

Incentive que as crianças da casa, se for o caso, sejam envolvidas de forma lúdica e

supervisionada, fazendo o que forem capazes e estiverem dispostas. Isso pode ampliar o propósito dessa atividade.

** Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia alimentar para a população brasileira / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – 2. ed., 1. reimpr. – Brasília : Ministério da Saúde, 2014.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

E pessoas com necessidades de cuidados.

18. PARTO HUMANIZADO

OBJETIVO

- Reconhecer a compreensão da gestante e família sobre seus direitos e os direitos do(a) seu(sua) filho(a) durante o parto. Se necessário, informar e esclarer dúvidas, contribuindo para a ampliação do universo de informações dos(as) beneficiários(as), promovendo o acesso a direitos e afirmando a função protetiva da família, sua cultura, autonomia e seu protagonismo.

DESCRIÇÃO

Em visita anterior sugira que a gestante convide outras pessoas da família e de seu convívio próximo para esta atividade, especialmente aquelas que já passaram pela experiência do parto.

Inicie a atividade sentando em roda com a gestante e participantes presentes e peça que compartilhem sobre as suas experiências com partos, incentive a gestante a contar como foram seus partos anteriores, se for o caso, ou peça para outros membros da roda contarem sobre suas próprias experiências ou de familiares. Valorize os compartilhamentos e estimule que troquem vivências.

Procure compreender as crenças e atitudes do contexto cultural da gestante, dos(as) participantes e de seu território relacionadas ao parto. Lembre-se de não julgar e de repeitar as particularidades de cada família e suas comunidades. Busque verificar também os conhecimentos que a gestante e os(as) participantes têm sobre os direitos da parturiente (pessoa em trabalho de parto ou que acabou de dar à luz).

Diante do que demonstraram saber, complemente ou reforce que toda parturiente tem o direito de ser tratada com respeito, sem sofrer violência de nenhuma natureza, sem ser xingada ou ser alvo de piadas durante o seu atendimento, assim como sofrer qualquer tipo de discriminação (ex.: motivada por identidade de gênero, raça, etnia, classe social ou orientação sexual). Além disso, a parturiente tem direito a saber sobre o seu estado de saúde e os procedimentos indicados.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Orientar para que o supervisor converse sobre violência obstétrica com a equipe.

19. ÁRVORE DA FAMÍLIA

OBJETIVO

- Construir com a gestante e seus familiares uma “árvore”, registrando os(as) antepassados(as) da família e informações sobre eles(as). Contar para o(a) bebê sobre a história e cultura de sua família a partir da árvore, promovendo a afirmação das potencialidades, identidade, protagonismo e autonomia da família, além da interação e da vinculação com o(a) bebê e entre os membros da família.

DESCRIÇÃO

Converse com a gestante e a família sobre a importância de conhecerem a história e a cultura de seus antepassados como um processo de manter costumes e tradições que os(as) fortaleçam e apoiem sua autonomia, bem como para repensarem hábitos que gostariam de modificar ou deixar para trás.

Verifique se faz sentido para o contexto da família e da comunidade e se é do desejo deles(as) construir uma árvore da família em que registrem os nomes dos(as) antepassados(as), características deles(as), de onde vieram e onde viveram/vivem, aspectos de seus modos de vida e o que mais quiserem registrar.

Diga que podem envolver as crianças e as pessoas mais velhas da família, se for o caso, e sugira que sentem com a gestante e contem para o(a) bebê sobre sua famíla a partir do que registraram na árvore.

Essa é uma ótima atividade para realizar com participação de vários membros da família como forma de fortalecer os vínculos com o(a) bebê, familiares e comunitários, bem como de afirmar a ancestralidade, a identidade cultural das famílias e do território. Incentive que seja feita em áreas externas em contato com a natureza, como quintal, terreiro, praça ou nas imediações do domicílio.

MATERIAIS

- Papel e caneta/lápis

ATENDENDO COM EQUIDADE

Estimular que a gestante fale sobre elementos relacionados às práticas culturais e de rotina locais e descreva cenários da comunidade.

20. INTERAGINDO COM A BARRIGA

OBJETIVO

- Incentivar que membros da família interajam com o(a) bebê por meio da barriga da gestante, buscando promover o fortalecimento dos vínculos entre a família e o(a) bebê e dos membros da família entre si.

DESCRIÇÃO

Para esta atividade convide previamente outros membros da família/do domicílio - especialmente o pai ou outro(a) cuidador(a) principal e as demais crianças da família,

se for o caso - a estar presentes. Inicie a atividade pedindo à gestante que compartilhe como tem sido carregar o(a) bebê nessa fase da gestação, o que ela sente, se percebe o(a) bebê se movimentando, reagindo a mudanças do ambiente e se nota alterações no formato da barriga ao longo do tempo.

Pergunte, então, aos(às) familiares se eles(as) têm conversado com o(a) bebê, se acariciam a barriga, se sentem os movimentos do(a) bebê. Elogie as participações. Sugira que os(as) participantes presentes conversem com o(a) bebê, chamem-no(a) pelo nome (caso já tenha sido escolhido) e acariciem a barriga.

Se a gestante estiver disposta, as crianças (e outras pessoas) podem fazer desenhos ou uma pintura na barriga com tinta atóxica.

Sugira dinâmicas que as crianças podem fazer para interagir com a barriga, como:

- Desenhar a casa da família e seus membros, incluindo o(a) bebê.
- Escrever os nomes dos membros da família, incluindo o do(a) bebê.
- Desenhar a cara da personagem de uma história ou desenho animado que faz parte do contexto cultural da família.

Incentive que repitam esta atividade em áreas externas em contato com a natureza - pode ser um parque, praça, quintal, terreiro ou imediações da casa.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade é uma boa oportunidade para interação e fortalecimento de vínculos dos membros da família entre si e com o(a) bebê.

21. PREPARANDO-SE PARA O PARTO

OBJETIVO

- Construir com a gestante e a família o planejamento para o parto, com o intuito de promover seu bem-estar e garantia de direitos, além da vinculação familiar e comunitária.

DESCRIÇÃO

Retome com a gestante e a família a importância do planejamento para o parto.

Pergunte a eles(as) como tem sido a preparação para esse momento, se já programaram onde poderá ocorrer e identificaram quais são as unidades de saúde que darão apoio ao(à) recém-nascido(a). Indague também sobre quem a gestante gostaria que a acompanhasse no parto e o que gostaria de levar para a maternidade.

Vocês podem fazer uma lista com registros de apoio à gestante e à família na ocasião do parto para ajudar a diminuir possíveis ansiedades relacionadas a esse momento. A lista pode incluir:

- Entrar em contato com a maternidade, hospital ou casa de parto, se for o caso
- Identificar a unidade de saúde onde será realizado o acompanhamento do(a) recém-nascido(a).

- Conversar com as pessoas que a gestante deseja que sejam acionadas para levá-la até o local do parto, para acompanhá-la nesse momento e checar a real disponibilidade delas.
- Adotar o mesmo procedimento em relação às pessoas que poderão cuidar das outras crianças ou pessoas da família que demandem cuidados.
- Verificar como irão chegar ao local determinado para o parto.
- Anotar o nome e contato das pessoas escolhidas por ordem de preferência (e disponibilidade).
- Preparar uma bolsa com os itens que serão necessários à gestante e ao(à) bebê.

Se possível, convide previamente familiares e outras pessoas da comunidade que a gestante considera para acompanhá-la durante o parto e primeiros cuidados com o(a) bebê para estarem presentes nessa visita.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta é uma boa oportunidade para fortalecer vínculos familiares e comunitários.

22. OUVINDO MÚSICA COM O(A) BEBÊ

OBJETIVO

- Incentivar a gestante e os familiares a escolher músicas de seu contexto de vida para ouvir com o(a) bebê e outras pessoas de seu convívio próximo, estimulando a interação e a vinculação familiar e comunitária e a afirmação das potencialidades e cultura da família e de seu território.

DESCRIÇÃO

Pergunte à gestante e aos(às) familiares presentes se eles(as) têm conversado com o(a) bebê. Lembre-os(as) de que ele(a) consegue escutar sons do ambiente e que essa interação fortalece o vínculo com o(a) bebê e entre os(as) familiares.

Diga que, além da voz das pessoas, o(a) bebê pode ouvir outros sons. Assim, é interessante que coloquem músicas calmas para ele(a) escutar; esta atividade estimula seu desenvolvimento auditivo.

Peça que a gestante escolha uma música e posicione o aparelho de som (ex.: rádio ou celular) próximo à sua barriga, para ajudar o som a se propagar. Dependendo do estágio da gravidez, ela pode prestar atenção às possíveis reações do(a) bebê ao ritmo e à melodia da música e pode compartilhar essas sensações com os(as) familiares.

Oriente que repitam essa atividade como um momento de criação de laços e cultivo de bem-estar. A gestante pode refazer a atividade sozinha - somente ela e o(a) bebê - ou envolvendo a família e outras pessoas de seu convívio. Nesse caso, cada um(a) dos(as) presentes pode sugerir uma música que gostaria de oferecer para a gestante e o(a) bebê Estimule que valorizem e resgatem canções de seu contexto cultural (como aquelas que avós e avôs costumavam ouvir) e que cantem e dancem se sentirem à vontade para fazê-lo.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Busque utilizar cantigas tradicionais do grupo atendido e do território. Pergunte quais são, estimule a família e a pessoa cuidadora a trazer seus referenciais.

23. MITOS OU VERDADES SOBRE PARENTALIDADE

OBJETIVO

- Esclarecer mitos e instruir sobre cuidados com o(a) bebê e educação de crianç construindo com a gestante e a família um repertório de informações sobre parentalidade positiva como ferramenta para fortalecimento de vínculos, ampliaç da capacidade protetiva, desenvolvimento de autonomia, superação de fragilidades familiares e sociais, prevenção e combate à violência doméstica.

DESCRIÇÃO

Inicie a atividade perguntando à gestante e aos outros(as) cuidadores(as) presentes sobre como eles imaginam que serão os comportamentos do(a) bebê quando ele(a) chegar e como pretendem lidar com esses comportamentos.

Escreva em um pedaço de papel algumas das sentenças abaixo e as recorte em pequenos cartões ou tiras de tamanho similiar (recomenda-se que esta etapa seja feita previamente, no planejamento da visita).

Peça que sorteiem um cartão e leia o conteúdo questionando se consideram que a afirmação é um mito ou uma verdade. Em seguida, de maneira descontraída, converse com a gestante e demais participantes sobre o tema.

Sugestões de sentenças:

- ***"Devemos deixar o recém-nascido chorando para que ele(a) não fique mal acostumado e só queira ficar no colo."***

  MITO: Recém-nascidos(as) estão completando seu desenvolvimento fora do útero nos três meses que se seguem ao nascimento (exterogestação) e precisam ser acolhidos(as). Quanto maior o acolhimento, melhor tende a ser o desenvolvimento do(a) bebê, que se sente seguro(a) e confiante para começar a explorar o ambiente.

- ***"Bebês não entendem o que dizemos, por isso não precisamos conversar com eles(as) até que comecem a dizer as primeiras palavras."***

  MITO: Conversar com o(a) bebê ajuda muito no fortalecimento do vínculo com ele(a) e permite que desenvolva a linguagem e outras habilidades adequadamente mais adiante. Parte importante das aprendizagens da criança acontece por imitação, por isso é imprescidível que o(a) bebê observe cuidadores pronunciando as palavras e simulando conversas.

- ***"O(a) bebê tende a se comportar de maneira semelhante ao(s) irmão(s) mais velhos quando eram bebês."***

  MITO: Cada criança tem características e comportamentos próprios nas diferentes fases de seu desenvolvimento. Algumas choram mais e outras menos, algumas

são mais agitadas que outras, algumas estranham mais pessoas de fora da família e outras menos. Devemos respeitar as particularidades de cada uma e não fazer comparações para que criem uma autoimagem positiva e confiança que as encorajará em seu desenvolvimento.

Para material de apoio:

- ***"É normal que recém-nascidos(as) chorem bastante."***

  VERDADE: Recém-nascidos(as) estão se adaptando à vida fora da barriga da mãe. O útero era um ambiente a que estavam acostumados(as) e onde se sentiam seguros(as). Além disso, o choro é a maneira que têm de expressar suas necessidades e desconfortos (ex.: fome, sono, calor, frio, dor, estranhamentos). Por isso é importante ter atenção aos diferentes tipos de choro e procurar atender às necessidades que comunicam de modo que a criança se sinta segura e possa ficar tranquila.

- ***"Somente as mães podem cuidar adequadamente dos recém-nascidos."***

  MITO. Apesar de no caso de bebê amamentado exclusivamente ao seio, somente a lactante conseguir alimentá-lo(a), outros membros da família podem suprir as outras necessidades do bebê, como trocar fraldas, dar banhos, colocar para dormir, acalentar, dar atenção e amor.

- ***"Crianças que não levam palmadas ficam malcriadas."***

  MITO. Crianças que sofrem castigos físicos ou agressões verbais tendem a desenvolver comportamentos desequilibrados, como maior agressividade, maior retração e medo, mau comportamento na escola e menores habilidades cognitivas. Hoje em dia, recomenda-se uma abordagem firme, com apresentação clara de limites, mas respeitosa e gentil no cuidado com as crianças, considerando que estão em desenvolvimento, que ainda não têm capacidade de regular devidamente seus comportamentos e expressões das emoções, que aprendem por repetição e que o erro faz parte do processo de aprendizagem. Além disso, as crianças aprendem também por imitação, assim os adultos devem oferecer bons modelos de regulação emocional e de controle dos impulsos violentos.

MATERIAL

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

24. ACOLHENDO A GESTANTE E A FAMÍLIA ANTES DO PARTO

OBJETIVO

- Acolher expectativas, informar e esclarecer dúvidas da gestante e da família relacionadas ao momento do parto, contribuindo para a ampliação do universo de informações dos(as) beneficiários(as), promovendo o acesso a direitos e afirmando a função protetiva da família, sua cultura, sua autonomia e seu protagonismo.

DESCRIÇÃO

Converse com a gestante e familiares sobre suas expectativas relacionadas ao momento do parto. Acolha medos e ansiedades, procure esclarecer dúvidas e encaminhar questões que você não souber responder.

Lembre-os(as) de que durante o momento do pré-parto, parto e pós-parto imediato a gestante tem o direito a estar acompanhada de uma pessoa de sua escolha para fazer companhia e dar suporte. Se o(a) bebê nascer bem, ele(a) poderá ser colocado(a) em contato pele a pele com a gestante e com o(a) acompanhante - se todos(as) estiverem confortáveis com isso - e a parturiente também poderá já iniciar a amamentação.

Nos atendimentos pelo Serviço Único de Saúde (SUS), quando o(a) bebê nasce bem e saudável, ele(a) e a mãe ficarão no mesmo quarto ou enfermaria, momento em que a equipe de saúde vai esclarecer dúvidas e promover cuidados com o(a) recém-nascido(a), inclusive sobre a amamentação. Diga à gestante e aos(às) familiares que essa é uma ótima oportunidade para fazer perguntas sobre como cuidar do(a) bebê.

Em algumas maternidades pode ser possível já emitir gratuitamente a certidão de nascimento do(a) bebê ainda antes da alta. Lembre-se de quais os documentos necessários para a certidão de nascimento.

Na alta, a família deve receber um resumo de alta, com as informações sobre o parto e as condições de saúde da mãe e do(a) bebê, assim como a carteirinha de vacinação, além de instruções sobre as próximas vacinas e os exames de triagem neonatal (que variam de acordo com o local de nascimento).

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

ATIVIDADES AO 1 MÊS

ATIVIDADES RECOMENDADAS

25. ACARICIAR ENQUANTO AMAMENTA

TEMA

USANDO A IMAGINAÇÃO E FORTALECENDO LAÇOS

OBJETIVO

- Cuidador(a) e bebê curtirem o momento da amamentação, fortalecendo o vínculo

DESCRIÇÃO

O momento de amamentar ou dar a mamadeira ao(á) bebê pode ser uma boa oportunidade para demonstrar amor e carinho. Pergunte ao(à) cuidador(a) sobre esse momento. Elogie as respostas. Fale para o(a) cuidador(a) acariciar o corpinho do(a) bebê, passar a mão suavemente no rostinho do(a) bebê, conversar, cantar ou simplesmente manter contato visual durante esse momento.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Estimular o uso de contos e cantigas do território que fortaleçam os laços socioculturais e identitários da família. Pesquise quais são, estimule a família e a pessoa cuidadora a trazer seus referenciais. Lembre-se de não adotar referências externas e estranhas ao contexto que possam produzir algum tipo de violência e ataque às práticas culturais locais.

26. ATENÇÃO AO(A) BEBÊ

TEMA

USANDO A IMAGINAÇÃO E FORTALECENDO LAÇOS

OBJETIVO

- Dar atenção à criança para que ela se sinta segura e receba afeto

DESCRIÇÃO

Pergunte ao(à) cuidador(a) sobre o que ele(a) faz quando o(a) bebê começa a chorar.

Diga “Quando o(a) bebê estiver chorando, nunca o(a) deixe chorar por tempo demais. Não se preocupe em mimar o(a) bebê, é importante que a criança se sinta segura e receba afeto”.

Diga que, após se certificar de que as necessidades da criança estejam supridas (alimentação e fralda trocada, por exemplo), nem sempre o(a) cuidador(a) precisa pegar o(a) bebê no colo, pode apenas acariciar as suas costas e conversar com ele(a), dizendo “Volte a dormir” ou “Calma, bebê”.

Lembre o(a) cuidador(a) da importância de dar bastante atenção ao(à) bebê, mesmo quando não estiver chorando, pois isso faz com que a criança se sinta segura e ajuda nessa adaptação da vida fora do útero. O útero era um ambiente ideal, no qual a criança tinha todas as necessidades supridas o tempo todo. É novidade para a criança perceber as sensações de fome, frio, etc.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

27. BATE PAPO COM O(A) BEBÊ

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Contar para o(a) bebê sobre o que acontece ao redor para fortalecer o vínculo e a criança se familiarizar com as palavras

DESCRIÇÃO

Comece a atividade perguntando ao(à) cuidador(a) se ele(a) fala com o(a) bebê enquanto interage com ele(a), elogie as respostas e sugira outras oportunidades para conversar com a criança. Diga que mesmo que o(a) bebê ainda não consiga responder, podemos conversar com ele(a) sempre - durante a troca de fraldas, a alimentação e o banho. Sugira que o(a) cuidador(a) converse sobre o que ele(a) ou o(a) bebê está fazendo ou até mesmo sobre algo que acontece ao redor.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Estimular que a pessoa cuidadora fale sobre elementos relacionados às práticas culturais e de rotina locais e descreva cenários da comunidade. Pesquise quais são, estimule a família e a pessoa cuidadora a trazer seus referenciais

28. CANTIGAS

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Envolver a criança em uma atividade com músicas para estímulo da linguagem e fortalecimento de vínculo

DESCRIÇÃO

Inicie a atividade perguntando se o(a) cuidador(a) canta para o(a) bebê.

Pergunte sobre quais músicas e em que momentos ele(a) canta para o(a) bebê. Elogie as respostas.

Sugira que cante fazendo movimentos com as mãos para "ilustrar" a música (por exemplo, fazer movimentos com as mãos simulando a aranha na música "A dona aranha subiu pela parede..."). Sugira músicas, é importante que você aprenda as músicas que são comuns na sua região. Ou sugira outros momentos que podem ser apropriados para a atividade, como a hora do banho, troca da fralda, amamentação ou a hora de dormir. Também é possível cantar apenas para se divertir com ele(a) a qualquer momento.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Busque utilizar cantigas tradicionais do grupo atendido e do território. Pergunte quais são, estimule a família e a pessoa cuidadora a trazer seus referenciais.

29. CARA A CARA

TEMA

APRENDENDO BRINCANDO

OBJETIVO

- O(a) bebê aprender a reconhecer o rosto do(a) cuidador(a) para fortalecer o vínculo

DESCRIÇÃO

Peça ao(à) cuidador(a) para colocar a criança no colo ou deitada em alguma superfície.

O(a) cuidador(a) deve aproximar o seu rosto do(a) bebê (cerca de 30 centímetros). Diga para o(a) cuidador(a) colocar a mão do(a) bebê no seu rosto e observe se o(a) bebê olha para ele(a) e percebe os movimentos da boca, ou tenta tocar no seu nariz. Sugira que o(a) cuidador(a) abra e feche a boca, faça sons e continue observando as reações do(a) bebê.

Lembre-se de elogiar o(a) cuidador(a) e o(a) bebê durante a atividade e diga para o(a) cuidador(a) que ele(a) pode repetir essa atividade enquanto alimenta o(a) bebê ou troca sua fralda.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas

30. CONVERSANDO E ACALMANDO O(A) BEBÊ

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Conversar com o(a) bebê enquanto o(a) acalma para estimular a sensação de afeto e segurança da criança

DESCRIÇÃO

Inicie a atividade perguntando ao(à) cuidador(a) sobre o que ele(a) faz quando o(a) bebê chora. Elogie as respostas.

Diga ao(à) cuidador(a) "Quando o(a) bebê chorar, pense no que ele(a) pode estar precisando - será que está molhado(a), com fome, cansado(a) ou precisa de carinho?".

Sugira que o(a) cuidador(a) acalme o(a) bebê, segurando-o junto ao seu corpo. Diga o nome dele(a) baixinho, converse com ele(a), movimentando-se lentamente. Toque-o(a) suavemente e afague suas costas.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

31. EMBALANDO O(A) BEBÊ

TEMA

USANDO A IMAGINAÇÃO E FORTALECENDO LAÇOS

OBJETIVO

- Bebê escutar a música e sentir os movimentos de balanço e sensação de aconchego

DESCRIÇÃO

Pergunte ao(à) cuidador(a) se ele(a) costuma balançar gentilmente o(a) bebê. Pode ser no colo, cadeira de balanço, rede... Elogie as respostas.

Sugira que o(a) cuidador(a) balance o(a) bebê enquanto canta uma canção de ninar ou uma música apropriada para a idade. Elogie.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Estimule o uso de contos e cantigas do território que fortaleçam os laços socioculturais e identitários do grupo atendido. Pesquise quais são, estimule a família e a pessoa cuidadora a trazer seus referenciais. Há várias formas de embalar o bebê, que podem incluir a cadeira de balanço, a rede, caminhando ou sentando e balançando o corpo.

32. VENDO O QUE ACONTECE PELA CASA

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- O(a) bebê aprender a reconhecer a voz do(a) cuidador(a) para fortalecer o vínculo e estimular a linguagem

DESCRIÇÃO

Pergunte ao(à) cuidador(a) se ele(a) conversa com o(a) bebê sobre a casa e o ambiente em que eles moram. Elogie as respostas. Diga ao(à) cuidador(a) que, com o(a) bebê nos braços, ande pela casa ou quintal e mostre o que acontece, as pessoas ao redor, os objetos dos cômodos. Lembre-se de elogiar durante a atividade.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

ATIVIDADES ADICIONAIS

33. ACONCHEGANDO

TEMA

USANDO A IMAGINAÇÃO E FORTALECENDO LAÇOS

OBJETIVO

- Demonstrar amor à criança ao aconchegá-la para que ela se sinta segura e pertencente

DESCRIÇÃO

Pergunte ao(à) cuidador(a) que tipo de carinho a criança parece gostar mais. Elogie as respostas.

Diga: “Cada bebê gosta de tipos de carinho diferentes, vamos descobrir o que (nome da criança) gosta mais”. Peça para que o(a) cuidador(a) acaricie gentilmente os braços, pernas, barriga, cabeça e costas do(a) bebê, dê beijos no seu rosto e corpo. Observe as reações do(a) bebê.

Pergunte ao(à) cuidador(a) sobre o que ele(a) observou e como se sentiu ao fazer essa atividade. Elogie e recomende que o(a) cuidador(a) sempre aconchegue e abrace o(a) bebê, não somente quando ele(a) reclama ou chora.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

34. CANTIGAS

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Envolver a criança em uma atividade com músicas para estímulo da linguagem e fortalecimento de vínculo

DESCRIÇÃO

Inicie a atividade perguntando se o(a) cuidador(a) canta para o(a) bebê.

Pergunte sobre quais músicas e em que momentos ele(a) canta para o(a) bebê. Elogie as respostas.

Sugira que cante fazendo movimentos com as mãos para “ilustrar” a música (ex: fazer movimentos com as mãos simulando a aranha na música “A dona aranha subiu pela parede...”).

Se o(a) cuidador(a) não souber de uma música, peça para lembrar as músicas que ouvia quando era criança; caso necessário, sugira músicas. É importante que você aprenda as músicas que são comuns na sua região. Ou sugira outros momentos que podem ser apropriados para a atividade, como a hora do banho, troca da fralda, amamentação ou a hora de dormir. Também é possível cantar apenas para se divertir com ele(a) a qualquer momento.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Busque utilizar cantigas tradicionais do grupo atendido e do território. Pergunte quais são, estimule a família e a pessoa cuidadora a trazer seus referenciais.

35. CHOCALHO

TEMA

APRENDENDO BRINCANDO

OBJETIVO

- Estimular o bebê a responder e escutar

DESCRIÇÃO

Use um chocalho ou algum objeto que faça barulho e peça ao cuidado(a) para fazer barulho de leve perto do rosto do bebê. Observe se ele(a) responde de alguma forma ao barulho. Diga ao cuidador(a) para fazer o barulho do lado do bebê para ver se ele(a) procura o som, movendo os olhos ou a cabeça.

MATERIAIS

- Chocalho ou outro objeto que faça barulho, como um molho de chaves, por exemplo

ATENDENDO COM EQUIDADE

Os objetos utilizados podem ser aqueles produzidos na comunidade, como chocalho feito com cabaça e sementes, garrafa de plástico e arroz, etc. Caso não haja um chocalho, utilize outros objetos que façam barulho, estimule a família e a pessoa cuidadora a trazer seus referenciais

36. IMITE OS SONS DO(A) BEBÊ

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Incentivar o(a) bebê a reagir aos estímulos e perceber que pode emitir sons

DESCRIÇÃO

Posicione o(a) bebê de frente para o(a) cuidador(a). Diga para que preste atenção e ouça os sons que o(a) bebê faz.

Quando o(a) bebê fizer um som, peça que repita o mesmo som para ele(a) e veja se o(a) bebê faz o som novamente.

Sorria e elogie o(a) bebê: “”O(a) bebê sabe falar!””. Peça que o(a) cuidador(a) repita a atividade e lembre-se de elogiá-lo(a) também.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas

37. LIVRO DE HISTÓRIAS SIMPLES

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- O(a) bebê deve ouvir a voz do(a) cuidador(a) para se familiarizar com ela e dessa forma fortalecer o vínculo

DESCRIÇÃO

Pergunte ao(à) cuidador(a) se ele(a) conta histórias para o(a) bebê - podem ser histórias de um livro da casa ou histórias inventadas, ou até mesmo histórias de sua própria infância. Elogie as respostas.

Diga ao(à) cuidador(a) para segurar o(a) bebê nos braços e ler ou inventar uma história. Lembre o(a) cuidador(a) que o(a) bebê vai escutar a sua voz; então oriente-o(a) a falar gentilmente. O som da voz do(a) cuidador(a) vai deixar o(a) bebê contente.

MATERIAIS

- Livro de figuras simples ou nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Adotar livros que representem as identidades dos grupos que estão sendo atendidos, em que a criança possa se reconhecer e reconhecer os seus semelhantes. Utilizar figuras simples. Se não houver livros disponíveis, a atividade pode ser realizada com histórias.

ATIVIDADES AOS 2 MESES

ATIVIDADES RECOMENDADAS

38. BALBUCIOS DO(A) BEBÊ

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Bebê aprender a balbuciar para estimular o desenvolvimento da linguagem

DESCRIÇÃO

Enquanto conversa com o(a) bebê, o(a) cuidador(a) deve prestar atenção aos sons dele(a) balbuciando. Quando ele(a) balbuciar, repita os sons para ele(a). Isso mostra ao(à) bebê que o(a) cuidador(a) aprecia seu balbucio e o(a) incentiva a falar. No início, o(a) bebê vai balbuciar sons, como “aaa, oooo, eeee”. O(a) cuidador(a) deve ouvir todos os sons que ele(a) balbucia.

Diga para o(a) cuidador(a) fingir que o(a) bebê está lhe dizendo algo e responder. Espere para ver se ele(a) balbucia novamente. Eles vão ter uma conversa. Lembre-se de elogiar o(a) cuidador(a) e o(a) bebê durante a atividade.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

39. CANTIGAS

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- O(a) bebê se divertir com a música e estimular o desenvolvimento cognitivo

DESCRIÇÃO

Inicie a atividade perguntando se o(a) cuidador(a) canta para o(a) bebê.

Pergunte sobre quais músicas e em que momentos ele(a) canta. Elogie as respostas.

Sugira que cante fazendo movimentos com as mãos para “ilustrar” a música (ex: fazer movimentos com as mãos simulando a aranha na música “A dona aranha subiu pela parede...”). Sugira músicas, é importante que você aprenda as músicas que são comuns na sua região. Ou sugira outros momentos que podem ser apropriados para a atividade como a hora do banho, troca da fralda, amamentação ou a hora de dormir. Também é possível cantar apenas para se divertir com ele(a) a qualquer momento.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Busque utilizar cantigas tradicionais do grupo atendido e do território. Pergunte quais são, estimule a família e a pessoa cuidadora a trazer seus referenciais.

40. COMO O BEBÊ SE COMUNICA?

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Cuidador(a) observar a criança e tentar entendê-la, mesmo que ela ainda não pronuncie palavras

DESCRIÇÃO

Colocar uma atividade que proponha abordar a comunicação não verbal dos bebês, pensando em estimular o(a) cuidador(a) a se conectar e ser mais responsivo(a) ao bebê.

Oriente o(a) cuidador(a) a observar o(a) bebê e a tentar entender o que a criança quer. Por exemplo, o(a) bebê pode dar sinais de fome antes do choro, como abrir a boca, movimentar a cabeça para os lados e mexer o corpo.

Diga para o(a) cuidador(a) verbalizar “Você já está ficando com fome? Quer mamar?” Diga para o(a) cuidador(a) observar se a criança apresenta semblante calmo, se apresenta sons além do choro e oriente a responder às tentativas de comunicação da criança, porque, mesmo que ela não fale ainda, ela se expressa.

Diga para o(a) cuidador(a) fazer isso em vários momentos do dia e lembre-se de elogiar o(a) cuidador(a).

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

41. CONVERSANDO COM O(A) BEBÊ

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Conversar com o(a) bebê para desenvolver a linguagem

DESCRIÇÃO

Oriente o(a) cuidador(a) a conversar com o(a) bebê incentivando-o(a) a reagir a sua voz e às tentativas de comunicação dele(a).

Escute os balbucios do(a) bebê e responda, fingindo que estão conversando. Encoraje o(a) cuidador(a) a repetir a atividade e elogie. O(a) cuidador(a) pode perguntar ao(à) bebê: “Por que você está chorando? Você tem fome?”, “Você escutou isso? Foi o cachorro que latiu”... Lembre ao(à) cuidador(a) que, mesmo que a criança ainda não fale, ela pode se comunicar.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Estimular que a pessoa cuidadora fale sobre elementos relacionados às práticas culturais e de rotina locais e descreva cenários da comunidade.

42. FORÇA NA MÃOZINHA

TEMA

APRENDENDO BRINCANDO

OBJETIVO

- Bebê aprender a segurar objetos desenvolvendo a motricidade fina

DESCRIÇÃO

Coloque um brinquedo pequeno na mão do(a) bebê. Ajude-o(a) a segurar fechando os seus dedos em volta do brinquedo. Você também pode usar os dedos em vez do brinquedo. Estimule o(a) cuidador(a) a cantar para o(a) bebê e colocar um dos dedos de cada mão no meio das mãos do(a) bebê até que ele(a) os segure. Gentilmente bata as palmas do(a) bebê ao ritmo da música.

Lembre o(a) cuidador(a) de sempre supervisionar o(a) bebê enquanto ele(a) segura algo nas mãos para garantir que ele(a) não vá se machucar.

MATERIAIS

- Brinquedo pequeno ou outro objeto que o(a) bebê consiga segurar, mas que não seja pequeno demais, de forma que o(a) bebê possa colocá-lo inteiro na boca. Ou nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Identifique brinquedos e/ou objetos já utilizados no cotidiano da própria comunidade que sejam apropriados para realizar essa atividade.

43. LEVANTANDO

TEMA

USANDO A IMAGINAÇÃO E FORTALECENDO LAÇOS

OBJETIVO

- Cuidador(a) se divertir com o(a) bebê para fortalecer o vínculo e o(a) bebê levantar a cabeça

DESCRIÇÃO

Colocando o(a) bebê de bruços, peça ao(à) cuidador(a) para ajudá-lo(a) a erguer a cabeça e o tronco colocando sobre a sua cabeça um objeto colorido que chame a atenção. O(a) bebê vai tentar se erguer com a ajuda dos braços. O(a) cuidador(a) pode ajudar colocando um travesseiro ou almofada sobre o peito do(a) bebê. Tente bater palmas em frente e em cima do(a) bebê para ver se ele(a) procura o som.

Lembre o(a) cuidador(a) para elogiar e conversar enquanto faz a atividade, sem cansar demais o(a) bebê.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas

44. SIGA O DEDO

TEMA

APRENDENDO BRINCANDO

OBJETIVO

- Bebê se divertir enquanto fixa o olhar e segue o movimento do dedo

DESCRIÇÃO

Peça ao(à) cuidador para colocar o dedo na altura dos olhos do(a) bebê fazendo um zumbido como uma abelha. Em seguida, ele(a) deve mover o dedo e ver se o(a) bebê segue a “abelha”, fazendo a “abelha” pousar no seu rosto. Riam e se divirtam. Elogie e estimule o(a) cuidador(a) a continuar a atividade durante a semana.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas

45. SUPER-HOMEM

TEMA

MOVIMENTANDO O CORPO

OBJETIVO

- Incentivar o(a) bebê a aprender a rolar para estimular o desenvolvimento motor

DESCRIÇÃO

Peça ao(à) cuidador(a) para colocar o(a) bebê deitado de costas.

Ajudando-o(a) gentilmente a rolar para o lado, e depois para as costas novamente, algumas vezes para cada lado. Cantem uma música enquanto brincam. Elogie e lembre-o(a) de dar muito carinho e se divertir. Faça por pouco tempo para que a criança não fique muito cansada.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

ATIVIDADES ADICIONAIS

46. BARRIGA PARA BAIXO

TEMA

MOVIMENTANDO O CORPO

OBJETIVO

- Incentivar o(a) bebê a levantar a cabeça e/ou localizar sons para estímulo do desenvolvimento motor

DESCRIÇÃO

Peça ao(à) cuidador(a) para colocar o(a) bebê deitado(a) sobre a barriga e mostrar algo que ele(a) gosta de olhar ou algum objeto que atraia a atenção dele(a) (ex.: chocalho, chaves, brinquedos).

Segurando o objeto sobre a sua cabeça, converse com ele(a). Exemplo: "Veja, eu estou mexendo o chocalho. Ele faz barulho!". O(a) bebê pode tentar levantar a cabeça e o tronco com ajuda dos braços. Você pode ajudar o(a) bebê colocando uma almofada pequena ou uma toalha dobrada embaixo do seu peito. Elogie e estimule a criança.

Peça ao(à) cuidador(a) para repetir a atividade com o(a) bebê e parabenize o(a) cuidador(a).

Você também pode sugerir ao(à) cuidador(a) bater palmas na frente ou em cima da criança. Só faça isso por pouco tempo para que ela não fique muito cansada.

MATERIAIS

- Algum objeto que chame a atenção do(a) bebê: chocalho, chaveiro, brinquedo colorido ou que faça barulho

ATENDENDO COM EQUIDADE

Os objetos utilizados podem ser aqueles produzidos na comunidade, como chocalho feito com cabaça e sementes, garrafa de plástico e arroz, etc. Caso não haja um chocalho, utilize outros objetos que façam barulho, estimule a família e a pessoa cuidadora a trazer seus referenciais.

47. BATE PAPO COM O(A) BEBÊ

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Estimular a interação e conversa com o(a) bebê

DESCRIÇÃO

Comece a atividade perguntando ao(à) cuidador(a) se ele(a) fala com o(a) bebê enquanto interage com ele(a). Elogie as respostas e sugira outras oportunidades para conversar com a criança. Diga que, mesmo que o(a) bebê ainda não consiga responder, podemos conversar com ele(a) sempre - durante a troca de fraldas, a alimentação e o banho.

Sugira que o(a) cuidador(a) converse sobre o que ele(a) está fazendo, o que o(a) bebê faz, ou até mesmo sobre algo que acontece ao redor.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Estimular que a pessoa cuidadora fale sobre elementos relacionados às práticas culturais e de rotina locais e descreva cenários da comunidade.

48. CONTANDO HISTÓRIAS

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- A criança deve ouvir a voz do(a) cuidador(a); isso faz com que ela se familiarize com as palavras e também fortalece o vínculo

DESCRIÇÃO

Pergunte ao(à) cuidador(a) se ele(a) conta histórias para o(a) bebê - podem ser histórias de um livro da casa, inventadas ou até mesmo histórias de sua própria infância. Elogie as respostas. Diga ao(à) cuidador(a) para segurar o(a) bebê nos braços e ler ou inventar uma história.

Lembre o(a) cuidador(a) de que o(a) bebê vai escutar a sua voz; então oriente-o(a) a falar gentilmente. O som da voz do(a) cuidador(a) vai deixar o(a) bebê contente.

MATERIAIS

- Livro de figuras simples ou nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Estimule o uso de contos e cantigas do território que fortaleçam os laços socioculturais e identitários do grupo atendido. Pesquise quais são, estimule a família e a pessoa cuidadora a trazer seus referenciais.
Não adote referências externas e estranhas ao contexto que possam produzir algum tipo de violência e ataque às práticas culturais locais.

49. CONVERSANDO COM O(A) BEBÊ

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Conversar com o(a) bebê para desenvolver a linguagem

DESCRIÇÃO

Oriente o(a) cuidador(a) a conversar com o(a) bebê, incentivando-o(a) a reagir a sua voz e às tentativas de comunicação dele(a). Escute os balbucios do(a) bebê e responda, fingindo que estão conversando. Encoraje o(a) cuidador(a) a repetir a atividade e elogie. O(a) cuidador(a) pode perguntar ao(à) bebê: "Por que você está chorando? Você tem fome?", "Você escutou isso?. Foi o cachorro que latiu"...

Lembre o(a) cuidador(a) que, mesmo que a criança ainda não fale, ela pode se comunicar.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Estimular que a pessoa cuidadora fale sobre elementos relacionados às práticas culturais e de rotina locais e descreva cenários da comunidade.

50. PROCURANDO O SOM

TEMA

APRENDENDO BRINCANDO

OBJETIVO

- Atividade para que a criança localize a origem dos diferentes sons

DESCRIÇÃO

Utilizando um objeto que faça barulho, como um chocalho, molho de chaves, caixa de fósforos, o(a) cuidador deve colocá-lo próximo ao ouvido do(a) bebê fazendo um leve barulho. Observe a reação do(a) bebê. Em seguida, peça que movimente o chocalho e veja se o(a) bebê procura de onde vem o som, movendo a cabeça em direção ao som. Peça para o(a) cuidador(a) repetir a atividade. Lembre-se de elogiar o(a) cuidador(a) e o(a) bebê.

MATERIAIS

- Chocalho ou objeto que faça barulho

ATENDENDO COM EQUIDADE

Os objetos utilizados podem ser aqueles produzidos na comunidade, como chocalho feito com cabaça e sementes, garrafa de plástico e arroz, etc. Caso não haja um chocalho, utilize outros objetos que façam barulho, estimule a família e a pessoa cuidadora a trazer seus referenciais.

ATIVIDADES AOS 3 MESES

ATIVIDADES RECOMENDADAS

51. ACONCHEGANDO O BEBÊ

TEMA

USANDO A IMAGINAÇÃO E FORTALECENDO LAÇOS

OBJETIVO

- Demonstrar amor ao(à) bebê para que ele(a) cresça se sentindo bem consigo mesmo

DESCRIÇÃO

Peça ao(à) cuidador(a) para abraçar, acariciar e balançar o(a) bebê nos braços. Diga para gentilmente acariciar os braços, as pernas, a barriga e a cabeça do(a) bebê. Com a criança no colo, dar vários beijos na cabeça e no corpinho.

Peça para o(a) cuidador(a) observar que tipo de carinho o(a) bebê prefere. Cada bebê prefere um tipo diferente de carinho.

MATERIAIS

- Nenhum

APRENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas

52. CANTIGAS

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Estimular a linguagem enquanto o(a) bebê ouve e se diverte com a música

DESCRIÇÃO

Inicie a atividade perguntando se o(a) cuidador(a) canta para o (a) bebê.

Pergunte sobre quais músicas e em que momentos ele(a) canta. Elogie as respostas.

Sugira que cante fazendo movimentos com as mãos para "ilustrar" a música (ex: fazer movimentos com as mãos, simulando a aranha na música "A dona aranha subiu pela parede..."). Sugira músicas, é importante que você aprenda as músicas que são comuns na sua região. Ou sugira outros momentos que podem ser apropriados para a atividade, como a hora do banho, troca da fralda, amamentação ou a hora de dormir. Também é possível cantar apenas para se divertir com ele(a) a qualquer momento.

MATERIAIS

- Nenhum

APRENDENDO COM EQUIDADE

Busque utilizar cantigas tradicionais do grupo atendido e do território. Pergunte quais são, estimule a família e a pessoa cuidadora a trazer seus referenciais.

53. DEIXE O(A) BEBÊ CONHECER O(A) CUIDADOR(A)

TEMA

USANDO A IMAGINAÇÃO E FORTALECENDO LAÇOS

OBJETIVO

- Ajudar o(a) bebê a conhecer o rosto do(a) cuidador(a) para fortalecer o vínculo

DESCRIÇÃO

De frente para o(a) bebê, peça para o(a) cuidador(a) sorrir para o(a) bebê. Veja se o(a) bebê sorri de volta. Peça para que o(a) cuidador(a) abra e feche a boca emitindo um som suave e observe se o(a) bebê olha para sua boca. Peça que o(a) cuidador(a) segure as mãos do(a) bebê e coloque-as suavemente sobre o seu rosto, veja se ele(a) segura o seu nariz ou passa a mão pelo rosto. Lembre-se de fazer elogios.

MATERIAIS

- Nenhum

APRENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas

54. ESCUTAR SONS

TEMA

USANDO A IMAGINAÇÃO E FORTALECENDO LAÇOS

OBJETIVO

- Encorajar o(a) bebê a escutar sons ao seu redor e buscar pela origem deles

DESCRIÇÃO

Brinque com os sons: você pode usar sua voz ou objetos para fazer sons. Faça sons em frente, ao lado, atrás, longe e perto do(a) bebê e observe a reação dele(a). Chame pelo(a) bebê de diferentes lugares do quarto e veja se ele(a) procura pela origem dos sons.

Peça ao(à) cuidador(a) para repetir a atividade e elogie.

MATERIAIS

- Objetos da casa que façam barulho

APRENDENDO COM EQUIDADE

Estimule a pessoa cuidadora e explorar o território, buscando sons diferenes para o(a) bebê escutar. Caso não seja possível, pode fazer a atividade dentro de casa.

55. HISTÓRIAS SIMPLES

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Bebê ouvir a voz do(a) cuidador(a) para estimular a linguagem e fortalecer o vínculo

DESCRIÇÃO

Pergunte ao(à) cuidador(a) se ele(a) conta histórias para o(a) bebê - podem ser histórias de um livro da casa, inventadas ou até mesmo histórias de sua própria infância. Elogie as respostas. Diga ao(à) cuidador(a) para segurar o(a) bebê nos braços e ler ou inventar uma história.

Lembre o(a) cuidador(a) de que o(a) bebê vai escutar a sua voz, então oriente a falar gentilmente. O som da voz do(a) cuidador(a) vai deixar o(a) bebê contente.

MATERIAIS

- Livro de figuras simples ou nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Utilizar materiais com imagens que representem o grupo com o qual será realizada a atividade. Se não houver livros, pode-se fazer um livro de poucas páginas com figuras simples desenhadas representando ações como comer, dormir, etc.

56. MÃOS E PÉS

TEMA

APRENDENDO BRINCANDO

OBJETIVO

- Estimular a motricidade fina enquanto o(a) bebê aprende sobre as mãos e os pés

DESCRIÇÃO

Com o(a) bebê sentado(a) no colo e com as costas apoiadas, cante uma música e bata as palmas das mãos do(a) bebê, no ritmo da música. Repita a brincadeira, agora batendo os pés do(a) bebê. Ajude o(a) cuidador(a) a repetir a atividade.

Peça que o(a) cuidador(a) faça a atividade com várias músicas e versos como “Dedo mindinho, seu vizinho, maior de todos, fura bolo, cata piolho”.

O(a) cuidador(a) também pode fazer jogos com os pés e mãos do(a) bebê. Estimule o(a) cuidador(a) a acariciar, beijar e fazer cócegas. Lembre-se de fazer elogios durante a atividade.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Cantar músicas e utilizar instrumentos característicos do território. Pesquise quais são, estimule a família e a pessoa cuidadora a trazer seus referenciais.

57. OBSERVANDO OS MOVIMENTOS DA CASA

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Conversar com o(a) bebê para incentivar o desenvolvimento da linguagem

DESCRIÇÃO

Pergunte ao(à) cuidador(a) se ele(a) conversa com o(a) bebê sobre a casa e o ambiente em que eles moram. Elogie as respostas.

Diga ao(a) cuidador(a) que, com o(a) bebê nos braços, ande pela casa ou quintal e mostre o que acontece, as pessoas ao redor, os objetos dos cômodos. Lembre-se de elogiar durante a atividade.

Fale para o(a) cuidador(a) que essas atividades são oportunidades para fortalecer o vínculo entre ele(a) e a criança.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas

58. ROLANDO

TEMA

MOVIMENTANDO O CORPO

OBJETIVO

- Incentivar o desenvolvimento motor enquanto ajuda o(a) bebê a rolar

DESCRIÇÃO

Deite o(a) bebê de costas e sente do lado dele(a). Chame o(a) bebê e veja se ele(a) olha para você e/ou rola para o lado. Ajude-o(a) bebê a mover uma perna sobre a outra. Ajude-o(a) a rolar puxando os seus ombros gentilmente. Tenha o cuidado de colocar o(a) bebê no meio da cama e de estar sempre junto.

Peça para o(a) cuidador(a) repetir a atividade. Elogie durante a atividade.

Você também pode colocar o(a) bebê no chão sobre algo acolchoado.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

ATIVIDADES ADICIONAIS

59. BALBUCIOS DO(A) BEBÊ

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Ajudar o(a) bebê a aprender a conversar

DESCRIÇÃO

Enquanto conversa com o(a) bebê, o(a) cuidador(a) deve prestar atenção aos sons dele(a). Quando ele(a) balbuciar, repita os sons e veja se ele(a) faz novamente. Isso mostra ao(à) bebê que o(a) cuidador(a) aprecia seu balbucio e o(a) incentiva a falar. No início, o(a) bebê fará sons, como “aaa”, “oooo”, “eeee”. O(a) cuidador(a) deve ouvir todos os sons. Quando ele(a) balbuciar, diga para o(a) cuidador(a) fingir que está lhe dizendo algo e responder. Espere para ver se ele(a) balbucia novamente. Eles vão ter uma conversa. Lembre-se de elogiar o(a) cuidador(a) e o(a) bebê durante a atividade.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

60. CANTANDO ENGRAÇADO

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- O(a) bebê se divertir com as músicas e se familiarizar com as palavras

DESCRIÇÃO

Inicie a atividade perguntando sobre as músicas que o(a) cuidador(a) canta para a criança.

Enquanto veste, troca a fralda, dá banho ou brinca com o(a) bebê, peça ao(à) cuidador(a) para cantar uma música simples de forma engraçada - por exemplo, "Se esta rua fosse minha" e "Fui no Itororó" -, olhando nos olhos da criança enquanto canta.

Diga para o cuidador(a) segurar as mãos do(a) bebê e bater suas palmas gentilmente, acompanhando o ritmo.

O(a) cuidador(a) também pode inventar uma música e fazer caretas enquanto canta. Lembre-se de fazer elogios durante a atividade.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Busque utilizar cantigas tradicionais do grupo atendido e do território. Pergunte quais são, estimule a família e a pessoa cuidadora a trazer seus referenciais.

61. CONVERSANDO COM O(A) BEBÊ

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Conversar com o(a) bebê para incentivar o desenvolvimento da linguagem

DESCRIÇÃO

Estimule o(a) cuidador(a) a conversar com o(a) bebê enquanto está com ele(a).

Conversar sobre o que ele(a) está fazendo e o que acontece ao seu redor - por exemplo: enquanto troca a fralda do(a) bebê: "Eu vou limpar esse bumbum sujo e colocar uma fralda limpinha!". Ou enquanto amamenta: "Aqui tem bastante leite para você". O(a) cuidador(a) também pode conversar sobre o que o(a) bebê faz: "Que sorriso enorme, o(a) bebê está feliz hoje".

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Procure estimular que a pessoa cuidadora fale sobre elementos relacionados ao território, às práticas culturais e de rotina locais e descreva cenários da comunidade. Pesquise quais são, estimule a família e a pessoa cuidadora a trazer seus referenciais.

62. DANÇA DIVERTIDA

TEMA

USANDO A IMAGINAÇÃO E FORTALECENDO LAÇOS

OBJETIVO

- Bebê escutar a música e sentir os movimentos da dança para se divertir

DESCRIÇÃO

Peça ao(à) cuidador(a) para colocar uma música para tocar ou cantar algo que o(a) bebê goste.

Com a criança no colo, dance fazendo movimentos diferentes. Faça movimentos como rodopiar devagar, abaixar, levantar, sempre mantendo a cabeça do(a) bebê segura.

Peça para o(a) cuidador(a) repetir a atividade. Sugira que ele(a) alterne entre movimentos rápidos e lentos e observe a reação do(a) bebê.

A atividade deve ser divertida! Certifique que o chão está livre de objetos para não ter perigo de tropeçar.

MATERIAIS

- Nenhum ou aparelho para tocar música

APRENDENDO COM EQUIDADE

Utilizar cantigas, músicas e danças tradicionais do grupo atendido e do território. Pesquise quais são, estimule a família e a pessoa cuidadora a trazer seus referenciais.

ATIVIDADES AOS 4 MESES

ATIVIDADES RECOMENDADAS

63. ACHOU!

TEMA

APRENDENDO BRINCANDO

OBJETIVO

- Incentivar o desenvolvimento cognitivo e fortalecer o vínculo enquanto brinca de esconde-achou

DESCRIÇÃO

Sente-se em frente ao(à) bebê, chamando sua atenção. Em seguida, cubra o próprio rosto com um tecido ou com as próprias mãos e diga “Cadê?”. Quando retirar o tecido, sorria e diga “Achou!”, fazendo com que o(a) bebê também sorria e interaja.

Peça para o(a) cuidador(a) repetir a atividade. Divirta-se com a atividade e lembre-se de elogiar o(a) cuidador(a) e o bebê.

MATERAIS

- Pedaço de pano, fralda ou toalha

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

64. CAMINHADA

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- O(a) bebê escutar a voz do(a) cuidador(a) e se familiarizar com as palavras

DESCRIÇÃO

Inicie a atividade perguntando aonde o(a) bebê vai passear com o(a) cuidador(a). Elogie as respostas.

Oriente o(a) cuidador(a) a, com o(a) bebê no colo ou em um carrinho, levar o(a) bebê para um passeio pela vizinhança (se não for possível, pode ser pelo jardim ou quintal). Durante a caminhada, converse com o(a) bebê sobre as coisas que veem e escutam: “Olha! A vizinha está voltando do mercado! Será que ela comprou batata?”; “As crianças brincando riem muito!”. Estimule o(a) cuidador(a) a conversar com o(a) bebê também, elogiando-o(a).

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Procure estimular que a pessoa cuidadora fale sobre elementos relacionados ao território, às práticas culturais e de rotina locais e descreva cenários da comunidade. Pesquise quais são, estimule a família e a pessoa cuidadora a trazer seus referenciais.

65. CONVERSANDO COM O(A) BEBÊ

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Conversar com o(a) bebê para estimular o desenvolvimento da fala

DESCRIÇÃO

Pergunte ao(à) cuidador(a) como ele(a) conversa com o(a) bebê. Elogie as respostas e reforce que é importante conversar com o(a) bebê mesmo que ele(a) não consiga falar ainda. O(a) bebê vai aprender a falar mais rápido se conversar com ele(a).

Sugira que, enquanto o(a) cuidador(a) dá banho, veste ou alimenta o(a) bebê, conte a ele(a) o que está fazendo. Lembre-o(a) de sorrir e olhar para o(a) bebê enquanto conversa. Se o(a) bebê balbuciar, escute o que ele(a) “fala” e “responda”. Deixe-o(a) terminar de balbuciar antes de responder. Isso encoraja o(a) bebê a balbuciar mais e o(a) ajuda a entender como ter uma conversa. O(a) bebê aprende por repetição, e ser responsivo(a) a ele(a) ajuda no seu desenvolvimento.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Estimular que a pessoa cuidadora fale sobre elementos relacionados às práticas culturais e de rotina locais e descreva cenários da comunidade.

66. HORA DO BANHO

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Bebê e cuidador(a) rirem e se divertirem enquanto cuidador(a) conversa com o bebê durante o banho

DESCRIÇÃO

A hora do banho ou da troca de fraldas é um momento importante para conversar com o(a) bebê.

Peça ao(à) cuidador(a) para lembrar que as rotinas de banho ou troca devem ser momentos de conversa e diversão com o(a) bebê. Peça para o(a) cuidador(a) dar exemplos de conversas e brincadeiras com o(a) bebê enquanto troca as fraldas e dá banho. Nesse momento, ele(a) pode fazer carinhos e descrever suas ações, como, por exemplo, “Olha, a sua fralda está suja! Nós vamos trocar para você ficar limpinho!” ou “Olha a barriguinha do João! Eu vou passar sabão e depois enxaguar!”.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Se não for possível usar a hora do banho durante a visita, a atividade pode ser feita durante outras rotinas, como, por exemplo, a troca e pentear o cabelo.

67. LIVRO DE FIGURAS

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Ver um livro de figuras com o(a) bebê para incentivar o hábito de leitura

DESCRIÇÃO

Pergunte ao(à) cuidador(a) se ele(a) costuma ler livros para o(a) bebê ou se há livros/revistas na casa.

Segure o(a) bebê nos braços ou no colo e veja um livro de figuras com ele(a). Fale sobre os objetos para os quais ele(a) está olhando.

Estimule o(a) cuidador(a) a repetir a atividade. Se não tiver um livro, conte uma história para o(a) bebê. Elogie durante a atividade. Ouvir sua voz fará o(a) bebê se sentir feliz!

MATERIAIS

- Livro de figuras simples

ATENDENDO COM EQUIDADE

Utilizar materiais com imagens que representem o grupo com o qual será realizada a atividade. Se não houver livros, pode-se fazer um livro de poucas páginas com figuras simples desenhadas, ou contar histórias.

68. OLHO NO OLHO

TEMA

USANDO A IMAGINAÇÃO E FORTALECENDO LAÇOS

OBJETIVO

- Atrair a atenção do(a) bebê para se divertir com ele(a) e fortalecer o vínculo

DESCRIÇÃO

Com o(a) bebê no colo ou deitado(a), o cuidador(a) deve aproximar seu rosto do(a) bebê (cerca de 30 centímetros). Olhar no olho do(a) bebê e observar a reação dele(a). Fazer expressões, caretas e sons. Observar como o(a) bebê reage. Se divirta brincando com o(a) bebê. Lembre-se de elogiar.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

69. ROLANDO

TEMA

MOVIMENTANDO O CORPO

OBJETIVO

- Incentivar o desenvolvimento da habilidade motora, como rolar

DESCRIÇÃO

Pergunte ao(à) cuidador(a) se o(a) bebê já sabe rolar. Quando o(a) bebê estiver deitado de bruços, o(a) cuidador(a) deve sentar-se ao lado dele(a) e falar seu nome. Mostre a ele(a) como puxar suavemente o ombro do(a) bebê para ajudá-lo(la) a rolar. Peça ao(à) cuidador(a) que ajude o(a) bebê a rolar de bruços para as costas. Lembre o(a) cuidador(a) de estar sempre junto com o(a) bebê e certifique-se de que ele(a) não caia da cama. Elogie.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

70. SENTANDO

TEMA

MOVIMENTANDO O CORPO

OBJETIVO

- Estimular o desenvolvimento motor para que a criança aprenda a sentar

DESCRIÇÃO

Oriente o(a) cuidador(a) a sentar-se no chão com as pernas abertas. Diga-lhe para sentar o(a) bebê entre as suas pernas, encostado na sua barriga e apoiar a lateral do tronco da criança com os braços. Isso o(a) ajudará a aprender a sentar sozinho(a).

Com o(a) bebê sentado(a) e apoiado(a), cante uma música e se balance no ritmo da música - sugira músicas comuns na comunidade. Essa posição também pode ser usada para outras atividades, como mostrar brinquedos e objetos para o(a) bebê tentar alcançá-los.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

ATIVIDADES ADICIONAIS

71. BRINCANDO COM OS DEDINHOS

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Criança se divertir e ouvir palavras novas

DESCRIÇÃO

Com o(a) bebê deitado(a) de costas, por exemplo durante a troca de fralda, peça ao(à) cuidador para brincar com ele(a), movimentando cada dedo do pé e da mão separadamente, cantando ou recitando rimas apropriadas para a idade: “Esse porquinho foi ao mercado, esse ficou em casa...” Terminar fazendo cócegas no(a) bebê.

Peça ao(à) cuidador(a) para repetir a atividade. Divirta-se com a atividade.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

72. CADÊ O QUEIJINHO QUE ESTAVA AQUI?

TEMA

USANDO A IMAGINAÇÃO E FORTALECENDO LAÇOS

OBJETIVO

- Bebê e cuidador(a) rirem e se divertirem para fortalecer o vínculo entre eles(as)

DESCRIÇÃO

Com a criança no colo, o(a) cuidador(a) deve abrir a sua mão e perguntar “Cadê o queijinho que estava aqui? O rato comeu!”. Fazer como se os dedos estivessem andando, subindo pelo braço da criança e fazendo cócegas em sua barriga, ou embaixo do braço.

Peça para o(a) cuidador(a) repetir a atividade. Lembre-se de se divertir e aproveitar o momento.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

73. CANTANDO

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Criança se divertir com as músicas

DESCRIÇÃO

Pergunte ao(à) cuidador(a) o que ele(a) faz enquanto veste, troca a fralda, dá banho ou brinca com o(a) bebê. Elogie as respostas.

Oriente o(a) cuidador(a) a cantar uma música simples. Exemplos: “Dona aranha” e “O sapo não lava o pé”. Olhar nos olhos do(a) bebê enquanto canta. Segurar as mãos do(a) bebê e bater suas palmas gentilmente, acompanhando o ritmo. Também pode inventar músicas do que está fazendo. Lembre- se de elogiar.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Estimular o uso de contos e cantigas do território que fortaleçam os laços socioculturais e identitários do grupo atendido. Pesquise quais são, estimule a família e a pessoa cuidadora a trazer seus referenciais.
Não adotar referências externas e estranhas ao contexto que possam produzir algum tipo de violência e ataque às práticas culturais locais.

74. FAZENDO ACONTECER

TEMA

APRENDENDO BRINCANDO

OBJETIVO

- Estimular o desenvolvimento cognitivo e ajudar o(a) bebê a perceber que suas ações geram reações

DESCRIÇÃO

Peça ao(à) cuidador(a) para sentar o(a) bebê de frente para ele(a) no colo. Sorrindo e conversando com o(a) bebê para chamar sua atenção. Enquanto o(a) bebê estiver olhando, diga para balançá-lo gentilmente de um lado para o outro cantando uma música. Em seguida, peça para parar e espere a reação do(a) bebê. Quando o(a) bebê se mexer ou fizer algum barulho, o(a) cuidador(a) volta a balançá-lo(a) e cantar. Peça ao(à) cuidador(a) para fazer a atividade e elogie.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Estimular o uso de contos e cantigas do território que fortaleçam os laços socioculturais e identitários do grupo atendido. Pesquise quais são, estimule a família e a pessoa cuidadora a trazer seus referenciais. Não adotar referências externas e estranhas ao contexto que possam produzir algum tipo de violência e ataque às práticas culturais locais.

ATIVIDADES AOS 5 MESES

ATIVIDADES RECOMENDADAS

75. ACHOU!

TEMA

USANDO A IMAGINAÇÃO E FORTALECENDO LAÇOS

OBJETIVO

- Bebê brincar de esconde-achou para se divertir e fortalecer o vínculo

DESCRIÇÃO

Peça para o(a) cuidador(a) se posicionar de frente para o(a) bebê e chamar sua atenção. Diga para que o(a) cuidador(a) coloque uma toalha sobre o rosto e fale “Cadê?”. Enquanto tira a toalha devagar, diga “Achou!”. Agora cubra o rosto do(a) bebê com a toalha e diga “Cadê o bebê?”. Tire a toalha e diga “Achou!”. Pare se o(a) bebê ficar irritado e tente em outro momento.

MATERIAIS

- Pedaço de pano, fralda ou toalha

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

76. BRINCANDO COM TEXTURAS DIFERENTES

TEMA

USANDO A IMAGINAÇÃO E FORTALECENDO LAÇOS

OBJETIVO

- Deixar o(a) bebê explorar texturas e sensações diferentes para que incentive a curiosidade e a imaginação da criança

DESCRIÇÃO

Deixe o(a) bebê explorar texturas e sensações diferentes. Deixe-o(a) segurar algo duro como uma colher. Dê algo macio como uma toalha ou um brinquedo de tecido. Diga a ele(a) como é o objeto: “A colher é dura e fria, a bola de brinquedo é macia e suave”. Diga ao(à) cuidador(a) que ele(a) pode usar diversos objetos disponíveis pela casa e diga para conversar sobre o objeto quando apresentá-lo ao(a) bebê. Elogie.

MATERIAIS

- Objetos com diferentes texturas que o(a) bebê possa tocar

ATENDENDO COM EQUIDADE

Identifique objetos já utilizados no cotidiano da própria comunidade que sejam apropriados para realizar essa atividade.

77. COISAS DA NATUREZA OU DE CASA

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Encorajar o(a) bebê a escutar sons ao seu redor e buscar pela origem deles

DESCRIÇÃO

Brinque com sons. O(a) cuidador(a) pode usar sua voz ou coisas pela casa ou ao ar livre para fazer sons. Fazer sons na frente, atrás, ao lado, perto e longe do(a) bebê. Chamar o(a) bebê de diferentes lugares, ele(a) vai procurar pela origem do som.

Oriente o(a) cuidador(a) a batucar em diferentes objetos e ir nomeando os sons com uma conversa: "Você gostou do som da madeira? Olha que diferente do som da panela".

O(a) bebê vai aprender a diferenciar os sons. Fazer barulhos altos e suaves. Cuidado para não assustar o(a) bebê.

MATERIAIS

- Objetos da casa

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

78. FAZENDO SONS PARA O(A) BEBÊ

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- A criança perceber que pode emitir sons com a boca e dessa forma incentivar o desenvolvimento da fala

DESCRIÇÃO

Com o(a) bebê no colo, peça a(o) cuidador(a) para fazer barulhos com a boca, como, por exemplo, beijinhos ou "buuuuu", "Vruuumm". Deixe que o(a) bebê se divirta ouvindo os sons e perceba que eles são feitos com a boca. Estimule o(a) cuidador(a) a realizar a atividade e elogie-o(a).

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

79. IMITE OS SONS DO(A) BEBÊ

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Cuidador(a) deve imitar os sons feitos pelo(a) bebê para incentivar que ele(a) faça mais vezes

DESCRIÇÃO

Enquanto conversa com o(a) bebê, o(a) cuidador(a) deve prestar atenção aos balbucios da criança e repetir os sons. Isso mostra ao(à) bebê que o(a) cuidador(a) aprecia seu balbucio e o(a) incentiva a falar. No início, o(a) bebê fará sons, como "aaa", "oooo", "eeee". O(a) cuidador(a) deve ouvir todos.

Quando ele(a) balbuciar, diga para o(a) cuidador(a) fingir que está lhe dizendo algo e responder. Espere para ver se ele(a) balbucia novamente. Eles vão ter uma conversa. Lembre-se de elogiar o(a) cuidador(a) e o(a) bebê durante a atividade.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

80. LIVRO DE FIGURAS

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Cuidador(a) e bebê olharem livro de figuras para incentivar o hábito de leitura e a criança ouvir palavras novas

DESCRIÇÃO

Pergunte ao(à) cuidador(a) se ele(a) costuma ler livros para o(a) bebê ou se há livros/revistas na casa. Segure o(a) bebê nos braços ou no colo e veja um livro de figuras junto. Fale sobre os objetos para os quais ele(a) está olhando. Estimule o(a) cuidador(a) a repetir a atividade. Se não tiver um livro, conte uma história para o(a) bebê, que pode ser inventada. Elogie durante a atividade. Explique para o(a) cuidador(a) que ouvir sua voz fará o(a) bebê se sentir feliz e que é importante ter momentos agradáveis com o(a) bebê para fortalecer o vínculo.

MATERIAIS

- Livro de figuras simples

ATENDENDO COM EQUIDADE

Utilizar materiais com imagens que representem o grupo com o qual será realizada a atividade. Se não houver livros, pode-se fazer um livro de poucas páginas com figuras simples desenhadas, ou contar histórias.

81. PERNAS FORTES

TEMA

MOVIMENTANDO O CORPO

OBJETIVO

- Bebê brincar de balançar para desenvolver a habilidade de equilíbrio

DESCRIÇÃO

Sentado com as pernas afastadas, o(a) cuidador(a) deve colocar o(a) bebê para sentar em uma das pernas, com uma perninha de cada lado, como se fosse montar um cavalo. Segurando o(a) bebê, balançar para cima e para baixo com ajuda dos pés. O bebê vai gostar muito dessa atividade e lembre o(a) cuidador(a) de conversar com o bebê durante a brincadeira.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

82. SEGURANDO O BRINQUEDO E TROCANDO DE MÃOS

TEMA

APRENDENDO BRINCANDO

OBJETIVO

- Bebê segurar um objeto e trocar o objeto de mãos de forma a estimular o desenvolvimento da motricidade fina

DESCRIÇÃO

Peça ao(à) cuidador(a) para mostrar um brinquedo ou objeto na frente do(a) bebê. Encorajar o(a) bebê a pegar o objeto para explorá-lo. Quando o(a) bebê trocar o objeto de uma mão para a outra, elogie. Diga “Muito bem, você brinca com as duas mãos”. Diga ao(à) cuidador que pode ajudá-lo(a) a segurar e trocar de mãos se necessário.

MATERIAIS

- Brinquedo ou objeto pequeno que o(a) bebê consiga segurar, mas não tão pequeno que ele(a) consiga colocar inteiro na boca

ATENDENDO COM EQUIDADE

Utilize brinquedos ou objetos do território que sejam pequenos para que a criança consiga segurá-los com uma única mão.

ATIVIDADES ADICIONAIS

83. ACHOU - DEBAIXO DO PANO

TEMA

APRENDENDO BRINCANDO

OBJETIVO

- Bebê achar o objeto embaixo do pano para incentivar o desenvolvimento cognitivo

DESCRIÇÃO

Pegue um brinquedo ou objeto e mostre para a criança. Enquanto ela ainda estiver interessada, peça ao(à) cuidador(a) para pegar gentilmente e esconder o objeto parcialmente com um pano. Perguntar onde está e veja se a criança tenta tirar o pano para achar o brinquedo. Elogie as tentativas e, se necessário, mostre à criança como tirar o pano e descobrir o objeto. Se a criança achar facilmente, repita, mas dessa vez escondendo o objeto completamente. Peça para o(à) cuidador(a) repetir algumas vezes.

MATERIAIS

- Brinquedo ou objeto e pano

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

84. CONVERSANDO COM O(A) BEBÊ

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Conversar com o(a) bebê para estimular o desenvolvimento da fala

DESCRIÇÃO

Pergunte ao(à) cuidador(a) como ele(a) conversa com o(a) bebê. Elogie as respostas e reforce que é importante conversar com o(a) bebê, mesmo que ele(a) não consiga falar ainda. Isso o(a) incentiva a aprender de forma mais rápida. Sugira que enquanto o(a) cuidador(a) dá banho, veste ou alimenta o(a) bebê, pode contar a ele(a) o que está fazendo. Lembre-o(a) de sorrir e olhar para o(a) bebê enquanto conversa. Se o(a) bebê balbuciar, escute o que ele(a) “fala” e responda. Deixe-o(a) terminar de balbuciar antes de responder. Isso encoraja o(a) bebê a balbuciar mais e o(a) ajuda a entender como ter uma conversa.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Procure estimular que a pessoa cuidadora fale sobre elementos relacionados ao território, às práticas culturais e de rotina locais e descreva cenários da comunidade. Pesquise quais são, estimule a família e a pessoa cuidadora a trazer seus referenciais.

85. DANÇAR COM AJUDA

TEMA

MOVIMENTANDO O CORPO

OBJETIVO

- Incentivar a habilidade motora, como o(a) bebê ficar em pé com apoio

DESCRIÇÃO

Pergunte ao(à) cuidador(a) se o(a) bebê já consegue dançar. Peça para segurar o(a) bebê pelo tronco e deixá-lo(a) de pé em seu colo. Toque uma música ou cante. Peça ao(à) cuidador para fazer o(a) bebê dançar um pouco. Não o(a) deixe muito cansado(a). Elogie durante a atividade.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Utilizar cantigas, músicas e danças tradicionais do grupo atendido e do território. Pesquise quais são, estimule a família e a pessoa cuidadora a trazer seus referenciais.

86. HORA DO BANHO

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Conversar com o(a) bebê durante a hora do banho para que ele(a)ouça palavras novas

DESCRIÇÃO

Inicie a atividade perguntando ao(à) cuidador(a) sobre como é a hora do banho com o(a) bebê. Elogie as respostas.

A hora do banho pode ser divertida e é ótima para conversar e brincar com o(a) bebê. É uma hora perfeita para usar novas palavras e nomear coisas. “Agora eu vou dar um banho em você, vamos lavar esse rostinho sujo; banho é muito bom para refrescar no calor; olha quanta espuma aqui.” Lembre-se de responder aos balbucios da criança.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Se não for possível usar a hora do banho durante a visita, a atividade pode ser feita durante outras rotinas, como, por exemplo, a troca ou pentear o cabelo.

ATIVIDADES AOS 6 MESES

ATIVIDADES RECOMENDADAS

87. ATIVIDADES DOMÉSTICAS

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- O(a) cuidador(a) conversar com o(a) bebê durante as atividades domésticas para que a criança ouça palavras novas

DESCRIÇÃO

Pergunte ao(à) cuidador(a) o que ele(a) faz com o(a) bebê enquanto realiza atividades domésticas, como cozinhar, varrer, lavar roupa...

Sugira que o(a) cuidador(a) converse com o(a) bebê enquanto arruma a casa, contando o que ele(a) está fazendo. “Veja Emília, eu estou lavando a louça, para que fique bem limpa! Depois vamos usar de novo para comer.”

Estimule o(a) cuidador(a) a responder aos balbucios do(a) bebê em resposta ao que ele(a) fala.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Estimular que a pessoa cuidadora fale sobre elementos relacionados às práticas culturais e de rotina locais e descreva cenários da sua comunidade. Pesquise quais são, estimule a família e a pessoa cuidadora a trazer seus referenciais.

88. BLOCOS E UM POTE - QUATRO BLOCOS

TEMA

APRENDENDO BRINCANDO

OBJETIVO

- Criança desenvolver a habilidade motora fina ao tirar blocos do pote e começar a entender o conceito “fora”

DESCRIÇÃO

Apresente para a criança os blocos e um pote grande o suficiente para caber os blocos.

Deixe a criança brincar livremente com os objetos por alguns momentos. Então, enquanto a criança ainda estiver interessada, coloque um bloco dentro do pote. Sacuda o pote para chamar a atenção da criança e mostre como colocar o bloco fora do pote.

Peça ao(à) cuidador(a) para pegar o pote e tirar os blocos, um de cada vez. Diga para usar a palavra “fora”: “Olha eu colocando o bloco FORA”. Deixe a criança tentar fazer o mesmo sozinha, mas pode ajudar se precisar. Elogie a criança e peça para o(a) cuidador(a) repetir mais uma vez a atividade.

Os blocos podem ser substituídos por outro objeto que a criança consiga segurar apenas com uma mão, sem dificuldade, mas não podem ser tão pequenos, que ela consiga colocar na boca.

MATERIAIS

- Quatro blocos e um recipiente (como um pote de plástico ou lata sem arestas)

ATENDENDO COM EQUIDADE

Identifique brinquedos e/ou objetos já utilizados no cotidiano da própria comunidade que sejam apropriados para realizar essa atividade. Pedras, conchas, sementes ou pequenos objetos da casa podem ser utilizados como blocos. Potes plásticos, latas, cestas e cerâmicas ou cascas de coco, por exemplo, podem ser utilizados como recipientes.

89. CHOCALHO

TEMA

APRENDENDO BRINCANDO

OBJETIVO

- Criança segurar e sacudir o chocalho e passar de uma mão para outra para desenvolver a motricidade fina

DESCRIÇÃO

Deixe a criança explorar o chocalho e segurá-lo. Permita que a criança brinque com ele e observe se ela passa de uma mão para a outra; em seguida, pegue o chocalho e o sacuda para fazer barulho. Devolva para a criança e veja se ela chacoalha sozinha, ajude-a se necessário. Diga as palavras “mexe-mexe” e observe se a criança sacode o chocalho. Peça ao(à) cuidador(a) para repetir a atividade. Elogie a criança e o(a) cuidador(a) durante a atividade.

MATERIAIS

- Chocalho ou outros objetos que façam barulho, como chaves

ATENDENDO COM EQUIDADE

Os objetos utilizados podem ser aqueles produzidos na comunidade, como chocalho feito com cabaça e sementes, garrafa de plástico e arroz, etc. Caso não haja um chocalho, utilize outros objetos que façam barulho, estimule a família e a pessoa cuidadora a trazer seus referenciais.

90. COPIANDO OS SONS

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Cuidador(a) copiar os sons que a criança faz e estabelecer uma conversa

DESCRIÇÃO

Inicie a atividade perguntando que sons o(a) bebê faz.

Diga para o(a) cuidador(a) para ficar de frente para o(a) bebê e escutar os sons que ele(a) faz. Olhando para os olhos dele(a), repetir os sons. Repare se o(a) bebê vocaliza os sons de volta. Repetir a atividade para que a vocalização ocorra em um “vai e vem”.

Encoraje o(a) cuidador a fazer essa atividade sempre que estiver cuidando da criança (durante o banho, troca, etc.).

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

91. FIO COM OBJETOS AMARRADOS

TEMA

APRENDENDO BRINCANDO

OBJETIVO

- Criança segurar o fio e pegar objetos pendurados que façam barulho para desenvolver a motricidade fina e o cognitivo

DESCRIÇÃO

Usando um fio ou barbante, amarre alguns objetos de forma que, ao balançarem, irão bater uns nos outros e fazer sons.

Peça ao(à) cuidador(a) para deixar o fio em uma altura que o(a) bebê consiga alcançar e observe se ele(a) vai tentar pegar os objetos. Se ele(a) conseguir pegar e balançar os objetos fazendo barulho, elogie e diga “Isso mesmo! Vamos ouvir os sons!”. Pode ajudar se necessário.

Peça para o(a) cuidador(a) repetir a atividade e lembrar de elogiar o(a) bebê.

MATERIAIS

- Objetos ou brinquedos e barbante ou cordão de 40 centímetros

ATENDENDO COM EQUIDADE

Identifique brinquedos e/ou objetos já utilizados no cotidiano da própria comunidade que sejam apropriados para realizar essa atividade.

92. HORA DE VESTIR

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Conversar com o(a) bebê para incentivar o desenvolvimento da fala

DESCRIÇÃO

Inicie a atividade perguntando sobre o que o(a) cuidador(a) conversa com o(a) bebê na hora de vesti-lo(a). Elogie as respostas. Diga que esse momento é uma ótima oportunidade para conversar e brincar com a criança. Enquanto veste o(a) bebê, converse sobre as suas roupas: “Vamos vestir a blusa”; nomeie as partes do corpo como “Vamos passar o braço na manga da blusa”; faça brincadeiras de dedinhos, como, por exemplo, “Este porquinho foi ao mercado” ou “Seu mindinho, seu vizinho”.

MATERIAIS

- Roupas da criança

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

93. NOVOS SONS

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- A criança aprender novos sons para incentivar o desenvolvimento da fala

DESCRIÇÃO

Enquanto conversa com o(a) bebê, o(a) cuidador(a) deve prestar atenção aos sons que o(a) bebê faz. Diga ao(à) cuidador(a) para escolher um som que seja novo para a criança (se ela estiver no estágio inicial em que emite sons simples como “aaa”, “ooo”, “eee”, escolher um som simples; se ela estiver em um estágio mais avançado usando consoantes “ba”, “ma”, “ta” ou sílabas “baba”, “tata”, “mama”, escolher um som mais avançado de acordo com o estágio em que se encontra). Ele(a) deve fazer o som diversas vezes até que a criança repita o som de volta. Elogiar a criança (sorria, bata palmas) quando ela repetir o som. Fazer essa brincadeira com sons diferentes, isto é, quando a criança repetir várias vezes o novo som, escolher outro.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

94. ROLANDO A GARRAFA DE ÁGUA

TEMA

MOVIMENTANDO O CORPO

OBJETIVO

- Criança brincar com a garrafa para incentivar o desenvolvimento motor

DESCRIÇÃO

Use uma garrafa de plástico pequena e transparente que esteja limpa. A garrafa deve conter água até a metade e alguns pedações de papel colorido dentro. Precisa fechar bem a garrafa.

Mostre a garrafa ao(à) bebê e deixe-o(a) explorá-la e, enquanto ele(a) ainda estiver interessado(a), peça ao(à) cuidador(a) para rolar a garrafa para fora do alcance do(a) bebê. Incentive o(a) bebê a se movimentar para a frente e alcançar a garrafa. Elogie o(a) bebê quando ele(a) alcançar a garrafa, e ajude-o(a) se necessário! Peça para o(a) cuidador(a) repetir a atividade com o(a) bebê, lembrando de incentivá-lo(a) e elogiá-lo(a).

MATERIAIS

- Garrafa plástica cheia de água e objetos pequenos

ATENDENDO COM EQUIDADE

Utilize objetos do cotidiano para colocar dentro da garrafa e que sejam atraentes para a criança.

ATIVIDADES ADICIONAIS

95. BOLA

TEMA

APRENDENDO BRINCANDO

OBJETIVO

- Criança segurar a bola, trabalhando a motricidade fina; incentivar a criança a se mover na direção da bola

DESCRIÇÃO

Pegue uma bola macia ou enrole um par de meias em formato de bola. Deixe o(a) bebê segurar a bola e brincar com ela livremente.

Peça ao(à) cuidador(a) para usar a bola para tocar e fazer cócegas no bebê. Em seguida, colocar a bola perto da criança, porém fora de seu alcance, e veja se ela se move para tentar alcançar o objeto. Peça para o(a) cuidador(a) repetir a atividade. Divirta-se com o(a) bebê.

MATERIAIS

- Bola de meia ou pano.

ATENDENDO COM EQUIDADE

Identifique brinquedos e/ou objetos já utilizados no cotidiano da própria comunidade que possam ser usados como alternativa para a realização da atividade. Lembre-se de que o objeto precisa ser leve o suficiente para ser jogado e que possa rolar.

96. CADÊ O QUEIJINHO QUE ESTAVA AQUI?

TEMA

USANDO A IMAGINAÇÃO E FORTALECENDO LAÇOS

OBJETIVO

- Bebê e cuidador(a) rirem e se divertirem para fortalecer o vínculo entre eles(as)

DESCRIÇÃO

Com a criança no colo, o(a) cuidador(a) deve abrir a sua mão e perguntar "Cadê o queijinho que estava aqui? O rato comeu!". Fazer como se os dedos estivessem andando, subindo pelo braço da criança e fazendo cócegas em sua barriga, ou embaixo do braço. Peça para o(a) cuidador(a) repetir a atividade. Lembre-se de se divertir e aproveitar o momento.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

97. HORA DO BANHO

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Conversar com o(a) bebê durante a hora do banho para incentivar o desenvolvimento da fala

DESCRIÇÃO

Pergunte ao(à) cuidador(a) sobre a hora do banho. Elogie as respostas. Diga ao(à) cuidador(a) que a hora do banho pode ser divertida e ótima para conversar e brincar com o(a) bebê. É uma hora perfeita para usar novas palavras e nomear coisas: "Você está todo molhado(a)! Agora vou secar você com a toalha. Você gostou do banho?". Lembrar-se de responder aos balbucios da criança.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Se não for possível usar a hora do banho durante a visita, a atividade pode ser feita durante outras rotinas, como, por exemplo, a troca ou pentear o cabelo.

98. PEGAR DIFERENTES OBJETOS

TEMA

APRENDENDO BRINCANDO

OBJETIVO

- Bebê explorar objetos diferentes para desenvolver a parte cognitiva e a motricidade fina

DESCRIÇÃO

Selecione objetos diferentes, de preferência coloridos ou que chamem a atenção do(a) bebê.

Entregue um objeto ao(a) bebê e deixe-o(a) explorar. Veja se ele(a) passa o objeto de uma mão para outra.

Peça ao(à) cuidador(a) para tirar o objeto gentilmente da mão dele(a) e o entregar de outra forma (de cabeça para baixo, por exemplo) e veja a reação dele(a). Descreva o objeto enquanto o(a) bebê estiver o explorando. Peça para o(a) cuidador(a) repetir a atividade com outros objetos. Lembre-se de elogiar durante a atividade.

MATERIAIS

- Objetos ou brinquedos diferentes

ATENDENDO COM EQUIDADE

Identifique brinquedos e/ou objetos já utilizados no cotidiano da própria comunidade que sejam apropriados para realizar essa atividade.

ATIVIDADES AOS 7 MESES

ATIVIDADES RECOMENDADAS

99. ABRAÇANDO E DEMONSTRANDO AMOR

TEMA

USANDO A IMAGINAÇÃO E FORTALECENDO LAÇOS

OBJETIVO

- Falar palavras de carinho para a criança para fortalecer o vínculo

DESCRIÇÃO

Inicie a atividade perguntando ao(à) cuidador(a) como ele(a) mostra à criança que a ama. Elogie as respostas. Estimule o(a) cuidador(a) a abraçar, beijar e fazer carinho no(a) bebê, falando palavras de amor, como "Eu amo você", "Você é meu(minha) bebê querido(a)", entre outras coisas. O(a) bebê vai ficar feliz de receber tanto amor. Fale para o(a) cuidador(a) que a demonstração de afeto gera confiança e até aumenta a capacidade de aprendizado da criança.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

100.BOLA

TEMA

APRENDENDO BRINCANDO

OBJETIVO

- Criança segurar a bola, trabalhando a motricidade fina; incentivar a criança a se mover na direção da bola

DESCRIÇÃO

Pegue uma bola macia ou enrole um par de meias enrolado em formato de bola. Deixe o(a) bebê segurar a bola e brincar com ela livremente. Peça ao(à) cuidador(a) para usar a bola para tocar e fazer cócegas no(a) bebê. Em seguida, colocar a bola perto da criança, porém fora de seu alcance, e veja se ela se move para tentar alcançar o objeto. Peça para o(a) cuidador(a) repetir a atividade. Divirta-se com o(a) bebê.

MATERIAIS

- Bola de meia ou pano

ATENDENDO COM EQUIDADE

Identifique brinquedos e/ou objetos já utilizados no cotidiano da própria comunidade que possam ser usados como alternativa para a realização da atividade.

101. BOLHAS DE SABÃO

TEMA

MOVIMENTANDO O CORPO

OBJETIVO

- Criança se mover em direção às bolhas de sabão para estourá-las, incentivando assim o seu desenvolvimento motor

DESCRIÇÃO

Coloque num copo água com sabão/detergente. Com um canudo, assopre para fazer bolhas de sabão. Com a criança sentada ou deitada, chame a sua atenção para as bolinhas de sabão. Estimule a criança a tentar alcançar as bolhas e estourá-las. Elogie as tentativas. Peça ao(à) cuidador(a) para repetir a atividade. Divirta-se!

MATERIAIS

- Copo, água, sabão e canudo

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

102. CADÊ O BRINQUEDO

TEMA

APRENDENDO BRINCANDO

OBJETIVO

- Estimular o desenvolvimento cognitivo fazendo a criança encontrar o brinquedo

DESCRIÇÃO

De frente para o(a) bebê, chame a sua atenção para um brinquedo ou objeto. Enquanto o(a) bebê estiver olhando, esconda o brinquedo debaixo de um pote (ou xícara, copo...). Em seguida, pergunte onde está o brinquedo. Veja se o(a) bebê retira o pote de cima do brinquedo para pegá-lo.

Caso o(a) bebê não consiga da primeira vez, pode mostrar onde está o brinquedo. Pergunte "Cadê o brinquedo?". Peça ao(à) cuidador(a) para repetir a atividade. Lembre-se de estimular e elogiar o(a) bebê e o(a) cuidador(a) durante a atividade.

MATERIAIS

- Brinquedo ou objeto da casa

ATENDENDO COM EQUIDADE

Usar um objeto pequeno do cotidiano que possa ser escondido embaixo de um pote, caixa ou outro utensílio que não seja transparente e seja leve o suficiente para a criança levantá-lo sozinha.

103. CONTANDO HISTÓRIAS

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Contar uma história para o(a) bebê para incentivar o desenvolvimento da linguagem

DESCRIÇÃO

Pergunte ao(à) cuidador(a) se ele(a) conta histórias para o(a) bebê. Elogie as respostas.

Peça para o(a) cuidador(a) contar uma história para o(a) bebê, fazendo vozes diferentes para cada personagem. Diga que ele(a) pode contar uma história que ele(a) já conheça ou inventar uma história nova. Elogie o(a) cuidador(a) e a criança durante a atividade.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Estimule o uso de contos e cantigas do território que fortaleçam os laços socioculturais e identitários do grupo atendido. Pesquise quais são, estimule a família e a pessoa cuidadora a trazer seus referenciais.
Não adote referências externas e estranhas ao contexto que possam produzir algum tipo de violência e ataque às práticas culturais locais.

104. DONA ARANHA

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Fortalecer o vínculo enquanto a criança se diverte com a música

DESCRIÇÃO

Pergunte ao(à) cuidador(a) sobre as músicas que ele(a) canta para o(a) bebê. Elogie as respostas. Escolha uma música ou cantiga apropriada para a idade do(a) bebê, como “Dona Aranha”. Enquanto você canta a música, faça gestos de acordo com a música. “A Dona Aranha subiu pela parede” - faça como se sua mão estivesse subindo pelo corpo do bebê; “Veio a chuva forte e a derrubou” - deixe a mão cair... Use outras músicas comuns para a família. Peça ao(à) cuidador(a) para repetir a atividade. Lembre-se de elogiar.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Estimule o uso de contos e cantigas do território que fortaleçam os laços socioculturais e identitários do grupo atendido. Pesquise quais são, estimule a família e a pessoa cuidadora a trazer seus referenciais.

Não adote referências externas e estranhas ao contexto que possam produzir algum tipo de violência e ataque às práticas culturais locais.

105. HORA DE COMER

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Criança aprender nomes de alimentos

DESCRIÇÃO

Pergunte ao(à) cuidador(a) se o(a) bebê já conhece o nome de algumas comidas. Sugira ao(à) cuidador(a) que, durante a refeição, ensine os nomes do que tem no prato da criança: “Olha, você está comendo arroz e feijão. O arroz é branco”. Assim, a criança vai aprender palavras novas.

MATERIAIS

- Alimentos diferentes

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

106. SEU MINGUINHO, SEU VIZINHO

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Nomear os dedinhos da criança e fazê-la se divertir

DESCRIÇÃO

Abrindo a mãozinha da criança e apontando cada dedo, diga “Seu minguinho, seu vizinho, pai de todos, fura bolo e mata piolho, cadê a formiguinha que estava aqui?”. Aponte para a barriga da criança e faça cócegas.

Peça ao(à) cuidador(a) para repetir essa atividade com a criança ou usar outra brincadeira desse tipo, caso não conheça “Seu minguinho seu vizinho”. Divirta-se com o(a) bebê.

MATERIAIS

- Alimentos diferentes

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

ATIVIDADES ADICIONAIS

107. BLOCOS E POTE - QUATRO BLOCOS

TEMA

APRENDENDO BRINCANDO

OBJETIVO

- Estimular o desenvolvimento cognitivo para criança entender o conceito “fora”

DESCRIÇÃO

Enquanto a criança brinca com os blocos ou outros objetos pequenos, coloque-os dentro do pote.

Peça ao(à) cuidador(a) para balançar o pote, fazendo barulho para chamar atenção do(a) bebê. Enquanto retira os blocos do pote, ele(a) deve dizer “Vamos colocar os blocos fora do pote”. Usando a palavra “fora”: “Olha, nós estamos colocando os blocos fora do pote”.

Peça que coloque os blocos dentro do pote novamente e entregue para o(a) bebê dizendo “É sua vez, coloque os blocos fora do pote”, e veja se o(a) bebê consegue fazer sozinho(a). Ajude-o(a) se necessário. Peça ao(à) cuidador(a) para repetir a atividade. Lembre-se de elogiar o(a) cuidador(a) e a criança durante a atividade.

MATERIAIS

- Pote e blocos ou outros objetos pequenos

ATENDENDO COM EQUIDADE

Identifique brinquedos e/ou objetos já utilizados no cotidiano da própria comunidade que sejam apropriados para realizar essa atividade. Pedras, conchas, sementes ou pequenos objetos da casa podem ser utilizados como blocos. Potes plásticos, latas, cestas e cerâmicas ou cascas de coco, por exemplo, podem ser utilizados como recipientes.

108. ESCUTANDO O(A) BEBÊ

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Converse com o(a) bebê e responda aos sons que ele(a) faz, incentivando o desenvolvimento da fala

DESCRIÇÃO

De frente para o(a) bebê, peça ao(à) cuidador(a) para iniciar uma conversa. Falando de uma forma engraçada para chamar a atenção do(a) bebê e espere para ver se ele(a) “responde” balbuciando ou fazendo barulhos. O(a) cuidador(a) deve responder ao(a) bebê quando ele(a) fizer os sons. Elogie durante a atividade: “Vocês estão conversando!”.

Lembre ao(à) cuidador(a) que. mesmo que o(a) bebê ainda não fale, é importante estimular a fala desde cedo. Diga que esses momentos são importantes para fortalecer o vínculo entre cuidador(a) e criança.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

109. GARRAFA COM ÁGUA E OBJETOS QUE CHAMEM A ATENÇÃO DA CRIANÇA

TEMA

MOVIMENTANDO O CORPO

OBJETIVO

- Criança se arrastar/mover em direção à garrafa para incentivar o desenvolvimento motor

DESCRIÇÃO

Encha uma garrafa plástica pequena com água (não encha completamente para que não fique muito pesada) e objetos que boiam, como glitter, continhas, pedaços de papel brilhante, e garanta que esteja bem fechada.

Peça ao(à) cuidador(a) para mexer a garrafa para que a criança veja os objetos se mexendo e depois rolar a garrafa, estimulando a criança a tentar alcançá-la.

Deixe que ela tente sacudir a garrafa e se divirta. Elogie o(a) bebê e o(a) cuidador(a) durante a atividade.

MATERIAIS

- Garrafa plástica pequena cheia de água e com objetos dentro

ATENDENDO COM EQUIDADE

Identifique brinquedos e/ou objetos já utilizados no cotidiano da própria comunidade que sejam apropriados para realizar essa atividade.

110. LIVRO DE FIGURAS

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Cuidador(a) e criança olharem livro de figuras para incentivar o hábito de leitura

DESCRIÇÃO

Com a criança no colo, o(a) cuidador(a) deve pegar revistas e livros que tenha em casa, de preferência com figuras simples.

Peça que ele(a) converse sobre as imagens no livro, como: “Olha essa bola. Você gosta de brincar de bola? Seu irmão adora jogar futebol”. Estimular o(a) bebê a tocar as imagens enquanto conversa sobre elas: “Vamos pegar a bola”, levando a mão da criança até a imagem. Elogie durante a atividade.

MATERIAIS

- Livro de figuras simples

ATENDENDO COM EQUIDADE

Adotar livros que representem as identidades dos grupos que estão sendo atendidos, onde a criança possa se reconhecer e reconhecer os seus semelhantes. Utilizar figuras simples. Se não houver livros disponíveis, a atividade pode ser realizada com histórias.

ATIVIDADES AOS 8 MESES

ATIVIDADES RECOMENDADAS

111. BATER PALMAS

TEMA

APRENDENDO BRINCANDO

OBJETIVO

- Estimular a motricidade fina, como bater palmas

DESCRIÇÃO

Pergunte ao(à) cuidador(a) se o(a) bebê já sabe bater palmas.

De frente para o(a) bebê, bata palmas dizendo “Bate palmas, estou batendo palmas” enquanto faz a ação. Observar se o(a) bebê imita o gesto e o(a) ajude se necessário. Peça para o(a) cuidador(a) repetir a atividade com o(a) bebê e lembre-se de elogiar durante a atividade.

Se o(a) bebê já souber bater palmas, você pode tentar outros gestos, como dar tchau, mandar beijos...

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

112. BLOCOS E POTE - QUATRO BLOCOS

TEMA

APRENDENDO BRINCANDO

OBJETIVO

- Estimular o desenvolvimento cognitivo, como entender os conceitos “fora” e “dentro”, e desenvolver habilidade motora fina, como tirar e colocar os blocos no pote

DESCRIÇÃO

Enquanto você e o(a) bebê brincam com os blocos, coloque um bloco dentro do pote. Sacuda o pote, fazendo barulho, para chamar a atenção do(a) bebê; mostre à criança como colocar o bloco fora do pote. Use a palavra “fora”: “Olha eu colocando o bloco fora do pote”. Deixe a criança tentar fazer o mesmo sozinha. Depois, mostre para a criança como colocar os blocos dentro do pote, use a palavra “dentro”: “Coloquei o bloco dentro do pote”. Estimule o(a) bebê a fazer isso sozinho(a), mas o(a) ajude se necessário. Peça ao(à) cuidador(a) para repetir a brincadeira. Lembre-se de encorajar e elogiar durante a atividade.

MATERIAIS

- Pote e quatro blocos ou outros objetos pequenos

ATENDENDO COM EQUIDADE

Identifique brinquedos e/ou objetos já utilizados no cotidiano da própria comunidade que sejam apropriados para realizar essa atividade. Pedras, conchas, sementes ou pequenos objetos da casa podem ser utilizados como blocos. Potes plásticos, latas, cestas e cerâmicas ou cascas de coco, por exemplo, podem ser utilizados como recipientes.

113. BRIQUEDO NO CORDÃO

TEMA

APRENDENDO BRINCANDO

OBJETIVO

- Criança pegar o brinquedo puxando o cordão para estimular a coordenação motora fina

DESCRIÇÃO

Amarre um brinquedo com um cordão.

Coloque o(a) bebê no chão ou na cama.

Entregue o brinquedo para o(a) bebê explorar; gentilmente, tire o brinquedo do(a) bebê e o coloque fora do seu alcance, mas onde ainda possa ser visto por ele(a). Segure o final do cordão e mostre para o(a) bebê como puxar o cordão para pegar o brinquedo: “Olha, eu peguei o brinquedo!”. Repita o processo, mas dessa vez dê o cordão para o(a) bebê tentar fazer o mesmo: “Agora, pegue o brinquedo, Pedro”.

Peça ao(à) cuidador(a) para fazer a atividade com o(a) bebê. Deixe o(a) bebê puxar o cordão para pegar o brinquedo. Elogie a criança e ajude-a quando necessário.

MATERIAIS

- Brinquedo e cordão ou barbante de 40 centímetros para pendurar

ATENDENDO COM EQUIDADE

Identifique um objeto do cotidiano que possa ser amarrado com um fio, cordão ou pedaço de palha.

114. CHOCALHO E TAMBOR

TEMA

MOVIMENTANDO O CORPO

OBJETIVO

- Promover uma atividade para criança se divertir enquanto desenvolve a habilidade motora

DESCRIÇÃO

Utilize um chocalho e um objeto que sirva como tambor. Balance o chocalho e ofereça-o para o(a) bebê, veja se ele(a) consegue balançá-lo também. Peça ao(à) cuidador(a) para demonstrar como usar o chocalho para bater no tambor.

Em seguida, devolver o chocalho na mão do(a) bebê e o(a) deixe explorá-lo. Ajude o(a) bebê a balançar o chocalho e bater no tambor. Espere para ver se ele(a) consegue fazer por conta própria.

Diga ao(à) cuidador(a) para ajudar se necessário e repetir a atividade. Encoraje o(a) bebê a rir com o(a) cuidador(a).

MATERIAIS

- Chocalho

ATENDENDO COM EQUIDADE

Os objetos utilizados podem ser aqueles produzidos na comunidade, como chocalho feito com cabaça e sementes, garrafa de plástico e arroz, etc.

Caso não haja um chocalho, utilize outros objetos que façam barulho, estimule a família e a pessoa cuidadora a trazer seus referenciais.

115. COISAS NA NATUREZA

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Estímulo sonoro para incentivar o desenvolvimento da fala

DESCRIÇÃO

Diga para o(a) cuidador(a) brincar com os diferentes sons.

O(a) cuidador(a) pode usar a voz ou coisas pela casa ou quintal para fazer sons. Fazer sons na frente, atrás, ao lado, perto e longe do(a) bebê. Ele(a) deve procurar pela origem do som.

Oriente o(a) cuidador(a) a batucar em diferentes objetos e, enquanto batuca, descrever os sons: “Olha o som que a madeira faz, como é diferente do som do metal”.

O(a) bebê vai aprender a diferenciar os sons. Fazer barulhos altos e suaves. Cuidado para não assustar o(a) bebê.

MATERIAIS

- Objetos que façam diferentes sons

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

116. JOGO DO ESPELHO

TEMA

APRENDENDO BRINCANDO

OBJETIVO

- Deixar a criança se enxergar no espelho para incentivar o desenvolvimento cognitivo

DESCRIÇÃO

Posicione a criança de forma que ela consiga ver seu próprio reflexo no espelho e deixe-a explorar o espelho. Em seguida, olhe para o reflexo e diga “Cadê o(a) bebê? Olha, é a Joana, toque nela”. Se o(a) bebê não tocar no espelho, ajude-o(a) dizendo “Ah, lá está a Joana, que bebê mais linda!”.

Peça ao(à) cuidador(a) para falar com o(a) bebê, encorajando-o(a) a tocar no espelho. Sorrindo, mostrar que o(a) bebê está refletido(a) no espelho. Peça ao(à) cuidador(a) para repetir a atividade. E lembre-se de elogiar.

MATERIAIS

- Espelho

ATENDENDO COM EQUIDADE

Pode ser utilizado qualquer espelho, mesmo que seja pequeno.

117. LIVRO DE FIGURAS

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Cuidador(a) e criança olharem livro de figuras para incentivar o hábito de leitura

DESCRIÇÃO

Com a criança no colo, o(a) cuidador(a) deve pegar revistas e livros que tenha em casa, de preferência com muitas imagens. Peça para ele(a) conversar sobre as imagens do livro, como: “Olha essa bola. Você gosta de brincar de bola? Seu irmão adora jogar futebol”. Estimular o(a) bebê a tocar as imagens enquanto conversa sobre elas: “Vamos pegar a bola”. Levar a mão da criança até a imagem. Elogie durante a atividade.

MATERIAIS

- Livro de figuras simples

ATENDENDO COM EQUIDADE

Utilizar materiais com imagens que representem o grupo com o qual será realizada a atividade. Se não houver livros, pode-se fazer um livro de poucas páginas com figuras simples desenhadas, ou contar histórias.

118. NOVOS SONS

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- A criança aprender novos sons para incentivar o desenvolvimento da fala

DESCRIÇÃO

O(a) cuidador(a) deve sentar de frente para a criança, olhar nos seus olhos e sorrir.

Começar a atividade “conversando” com a criança para identificar os sons que ela faz; escolher um som que seja novo para a criança. Se ela estiver no estágio inicial em que emite sons simples como “aaa”, “ooo”, “eee”, escolher um som simples; se ela estiver em um estágio mais avançado usando consoantes (ba, ma, ta) ou sílabas (baba, tata, mama), escolher um som mais avançado de acordo com o estágio em que se encontra.

Emitir o som diversas vezes, até que a criança repita de volta. Elogie a criança (sorria, bata palmas) quando ela repetir o som.

Fazer essa brincadeira com sons diferentes, isto é, quando a criança repetir várias vezes o novo som, escolher outro.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

ATIVIDADES ADICIONAIS

119. CHOCALHO

TEMA

APRENDENDO BRINCANDO

OBJETIVO

- Promover uma atividade para a criança se divertir enquanto desenvolve a habilidade motora fina

DESCRIÇÃO

Balance o chocalho e ofereça-o para o(a) bebê, veja se ele(a) consegue balançá-lo também. Se não, coloque o chocalho na mão do(a) bebê e o(a) deixe explorá-lo.

Peça ao(à) cuidador(a) para ajudar o(a) bebê a balançar o chocalho e esperar para ver se ele(a) consegue balançar por conta própria.

Peça ao(à) cuidador(a) repetir a atividade. Encoraje o(a) bebê a rir com você.

MATERIAIS

- Chocalho

ATENDENDO COM EQUIDADE

Os objetos utilizados podem ser aqueles produzidos na comunidade, como chocalho feito com cabaça e sementes, garrafa de plástico e arroz, etc. Caso não haja um chocalho, utilize outros objetos que façam barulho, estimule a família e a pessoa cuidadora a trazer seus referenciais.

120. HORA DE COMER



TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Promover o desenvolvimento da linguagem enquanto ensina o nome dos alimentos para a criança

DESCRIÇÃO

Pergunte ao(à) cuidador(a) se o(a) bebê já conhece o nome de algumas comidas.

Sugira ao(à) cuidador(a) que durante a refeição ensine os nomes do que tem no prato da criança: "Olha, você está comendo arroz e feijão. O arroz é branco". Assim, a criança vai aprender palavras novas.

MATERIAIS

- Alimentos diferentes

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

121. HORA DO BANHO



TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Conversar com o(a) bebê durante a hora do banho para que ele(a) ouça palavras novas

DESCRIÇÃO

Pergunte ao(à) cuidador(a) sobre a hora do banho. Elogie as respostas. Diga ao(à) cuidador(a) que a hora do banho pode ser divertida e ótima para conversar e brincar com o(a) bebê. É uma hora perfeita para usar novas palavras e nomear coisas. "Você está todo molhado(a)! Agora vou secar você com a toalha. Você gostou do banho?" Lembre ao(à) cuidador(a) de responder aos balbucios da criança.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Se não for possível usar a hora do banho durante a visita, a atividade pode ser feita durante outras rotinas, como, por exemplo, a troca ou pentear o cabelo.

122. PUXANDO A FRALDA



TEMA

APRENDENDO BRINCANDO

OBJETIVO

- Promover o desenvolvimento cognitivo e a habilidade motora fina, como criança puxar a fralda para pegar o brinquedo

DESCRIÇÃO

Pegue um brinquedo ou objeto que chame atenção do(a) bebê e deixe-o(a) explorar. Gentilmente, pegue o brinquedo e coloque-o em cima de uma fralda ou pano na frente do(a) bebê, sem que ele(a) consiga alcançar, mas ainda consiga ver. Mostre ao(a) bebê como puxar a fralda para alcançar o brinquedo. Peça ao(à) cuidador(a) para colocar a fralda na mão do(a) bebê e veja se ele(a) consegue puxá-la. Se necessário, pode ajudá-lo(a), segurando sua mão. Peça ao(à) cuidador(a) para repetir a atividade.

MATERIAIS

- Objeto e fralda

ATENDENDO COM EQUIDADE

Utilize um objeto pequeno do cotidiano da própria comunidade que seja atraente para a criança. A fralda pode ser substituída por qualquer pedaço de pano.

ATIVIDADES AOS 9 MESES

ATIVIDADES RECOMENDADAS

123. REMA, REMA REMADOR

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Cantar para vivenciar uma atividade prazerosa e estimular o desenvolvimento da linguagem

DESCRIÇÃO

Oriente o(a) cuidador(a) a colocar o(a) bebê no colo sobre as pernas e cantar uma música, como “Rema, rema, rema o barco, suave a flutuar; feliz, feliz, feliz, feliz, a vida é sonhar”, ou outra música conhecida.

Diga para fazer movimentos para a frente e para trás segurando o(a) bebê pelas mãos, no ritmo da música.

Encoraje o(a) cuidador(a) e o(a) bebê a se divertirem!

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Utilizar cantigas e músicas tradicionais do grupo atendido e do território. Pesquise quais são, estimule a família e a pessoa cuidadora a trazer seus referenciais.

124. AÇÕES

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Imitar ações como bater palmas, dar tchau e mandar beijos

DESCRIÇÃO

Pergunte ao(à) cuidador(a) se a criança já faz alguma dessas ações: dar tchau, mandar beijos ou bater palmas. Começar por uma ação que a criança já conhece.

Peça ao(à) cuidador(a) para encorajar a criança a fazer uma ação solicitada, demonstrando, por exemplo, “bate palmas, bate palmas assim!”.

Com o tempo, a criança vai fazer a ação sozinha, sem precisar de demonstração. Lembre-se: ensinar apenas duas ações por visita.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

125. ATIVIDADES DOMÉSTICAS

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Conversar com o(a) bebê durante as atividades domésticas para incentivar o desenvolvimento da linguagem

DESCRIÇÃO

Pergunte ao(à) cuidador(a) o que ele(a) faz com o(a) bebê enquanto faz os afazeres domésticos. Elogie as respostas.

Sugira que o(a) cuidador(a) converse com o(a) bebê enquanto arruma a casa, contando o que está fazendo. “Agora, eu vou arrumar essa sala! Vamos colocar os brinquedos no lugar e varrer o chão! É muito bom ter a casa limpa.”

Estimule o(a) cuidador(a) a responder aos balbucios do(a) bebê em resposta ao que ele(a) fala.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Estimular que a pessoa cuidadora fale sobre elementos relacionados às práticas culturais e de rotina locais e descreva cenários da sua comunidade. Pesquise quais são, estimule a família e a pessoa cuidadora a trazer seus referenciais.

126. BOLA NA CAIXA

TEMA

APRENDENDO BRINCANDO

OBJETIVO

- Criança colocar a bola dentro da caixa para desenvolver a coordenação motora fina

DESCRIÇÃO

Pegue uma bola pequena, que a criança consiga segurar sem dificuldades, e demonstre colocá-la dentro de uma caixa, dizendo “Estou colocando a bola DENTRO da caixa”. Deixe a criança tentar sozinha e ajude-a se necessário. Peça ao(à) cuidador(a) para repetir a atividade. Você também pode fazer uma bola com meias.

MATERIAIS

- Bola ou outro objeto pequeno e caixa com abertura ou pote

ATENDENDO COM EQUIDADE

Identifique brinquedos e/ou objetos já utilizados no cotidiano da própria comunidade que podem ser usados como alternativa para a realização da atividade. Lembre que o objeto precisa ser leve o suficiente para ser jogado e que possa rolar.

127. CADÊ O QUEIJINHO QUE ESTAVA AQUI?

TEMA

USANDO A IMAGINAÇÃO E FORTALECENDO LAÇOS

OBJETIVO

- Bebê e cuidador(a) rirem e se divertirem para fortalecer o vínculo entre eles(as)

DESCRIÇÃO

Com a criança no colo, abra gentilmente a sua mão e pergunte: "Cadê o queijinho que estava aqui? O rato comeu!". Com os dedos, faça como se os dedos estivessem andando, subindo pelo braço da criança e faça cócegas em sua barriga, ou embaixo do braço. Peça para o(a) cuidador(a) repetir a atividade. Divirta-se e aproveite o momento.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

A atividade não requer adaptações, mas fique atento às palavras utilizadas, que devem remeter a objetos e elementos do contexto. Por exemplo, em vez de queijo e rato, pode ser mais apropriado falar em tapioca e macaco. Lembre-se da importância de considerar as características do território.

128. CAMINHADA

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- A criança escutar a voz do(a) cuidador(a) para estimular o desenvolvimento da fala

DESCRIÇÃO

Oriente o(a)ra a frente e para trás segurando o(a) bebê pelas mãos, no ritmo da música. Inicie a atividade perguntando aonde o(a) bebê vai passear com o(a) cuidador(a). Elogie as respostas.

Oriente o(a) cuidador(a) a levar o(a) bebê para um passeio pela vizinhança (se não for possível, pode ser pelo jardim ou quintal). Pode ser com o(a) bebê no colo ou em um carrinho.

Durante a caminhada, converse com o(a) bebê sobre as coisas que veem e escutam: "Olha! A vizinha está voltando do mercado! Será que ela comprou batata?"; "Olha aquelas crianças brincando no rio, elas riem muito!".

Estimule o(a) cuidador(a) a conversar com o(a) bebê também, elogiando-o(a).

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Procure estimular que a pessoa cuidadora fale sobre elementos relacionados ao território, às práticas culturais e de rotina locais e descreva cenários da comunidade. Pesquise quais são, estimule a família e a pessoa cuidadora a trazer seus referenciais.

129. DANÇA DIVERTIDA

TEMA

MOVIMENTANDO O CORPO

OBJETIVO

- Estimular o(a) bebê a ficar de pé

DESCRIÇÃO

Pergunte ao(à) cuidador(a) quais músicas o(a) bebê gosta mais e peça para ele(a) cantar ou colocar a música para tocar.

Peça para que ajude o(a) bebê a dançar enquanto segura suas mãos.

Encoraje o(a) cuidador(a) a repetir a atividade e diga que ele(a) também pode ajudar o(a) bebê a dar alguns passos para frente. Divirtam-se e dancem com a música.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Estimule o uso de contos e cantigas do território que fortaleçam os laços socioculturais e identitários do grupo atendido. Pesquise quais são, estimule a família e a pessoa cuidadora a trazer seus referenciais.
Não adote referências externas e estranhas ao contexto que possam produzir algum tipo de violência e ataque às práticas culturais locais.

130. PARTES DO CORPO

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Criança aprender as partes do corpo

DESCRIÇÃO

Assim como na hora do banho, a hora de secar o(a) bebê é um bom momento para nomear as partes do corpo apontando para cada uma delas enquanto nomeia, conversando com o(a) bebê, dizendo “Vou secar as suas orelhas e o seu cabelo!”.

Outra atividade boa para fazer é cantar músicas, como “Dedinhos, onde estão?”, “Cabeça, ombro, joelho e pé”, ou outra música que seja familiar para o(a) cuidador(a). Elogie o cuidador(a) durante a atividade.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

ATIVIDADES ADICIONAIS

131. BOLA

TEMA

MOVIMENTANDO O CORPO

OBJETIVO

- Criança se mover em direção à bola e alcançá-la para trabalhar o desenvolvimento motor

DESCRIÇÃO

Entregue uma bola para a criança brincar com ela. Em seguida, peça ao(à) cuidador(a) para rolar a bola para fora do alcance da criança, encorajando-a a se mexer em direção à bola para alcançá-la. Fale com a criança: “Pegue a bola”. Diga ao(à) cuidador(a) para sorrir e fazer cócegas na criança e depois rolar a bola fora do seu alcance novamente. Peça ao(à) cuidador(a) para repetir a atividade.

MATERIAIS

- Bola de meia ou pano

ATENDENDO COM EQUIDADE

Identifique brinquedos e/ou objetos já utilizados no cotidiano da própria comunidade que possam ser usados como alternativa para a realização da atividade. Lembre que o objeto precisa ser leve o suficiente para ser jogado e que possa rolar.

132. CHOCALHO E TAMBOR

TEMA

APRENDENDO BRINCANDO

OBJETIVO

- Criança balançar o chocalho e bater no tambor para incentivar o desenvolvimento da motricidade fina

DESCRIÇÃO

Faça com que a criança balance o chocalho primeiro e depois a ajude a bater o chocalho no fundo do pote/panela dizendo: “Agora vamos ver se nós conseguimos fazer um barulho – bate-bate”. Encoraje a criança a bater no tambor e a ajude, se necessário, dizendo “Bate-bate” todas as vezes que ela bater no tambor. Depois que a criança bater no tambor, veja se ela consegue fazer sem a sua ajuda. Apenas diga: “Bate-bate”. Peça ao(à) cuidador(a) para repetir a atividade e lembre-se de elogiar.

MATERIAIS

- Chocalho ou colher e lata, panela ou pote

ATENDENDO COM EQUIDADE

Os objetos utilizados podem ser aqueles produzidos na comunidade, como chocalho feito com cabaça e sementes, garrafa de plástico e arroz, etc. Caso não haja um chocalho, utilize outros objetos que façam barulho, estimule a família e a pessoa cuidadora a trazer seus referenciais.

133. ESCONDENDO O BRINQUEDO EM DOIS POTES

TEMA

APRENDENDO BRINCANDO

OBJETIVO

- Criança achar o brinquedo escondido debaixo do pote para incentivar o desenvolvimento cognitivo

DESCRIÇÃO

Entregue um brinquedo para a criança brincar; enquanto ela ainda estiver interessada no brinquedo, peça ao(à) cuidador(a) para pegá-lo gentilmente dizendo: “Eu vou esconder isso!”.

Escondendo o brinquedo debaixo de um pote, pergunte à criança: “Onde está o brinquedo, você consegue achá-lo?”. Deixe a criança achá-lo. Quando ela encontrar o brinquedo a elogie: “Muito bem, achou o brinquedo!”.

Se a criança achar o brinquedo com facilidade, coloque os dois potes de plástico um ao lado do outro e esconda o brinquedo debaixo de um deles e pergunte à criança: “Onde está o brinquedo, você consegue achá-lo?”. Se a criança não conseguir achar o brinquedo, mostre a ela onde está. Se ela conseguir, repita a brincadeira.

MATERIAIS

- Brinquedo e dois potes

ATENDENDO COM EQUIDADE

Utilize um objeto pequeno do cotidiano da própria comunidade que seja atraente para a criança.

134. NOVOS SONS

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- A criança aprender novos sons para incentivar o desenvolvimento da fala

DESCRIÇÃO

O(a) cuidador(a) deve sentar de frente para a criança, olhar nos seus olhos e sorrir.

Começar a atividade "conversando" com a criança para identificar os sons que ela faz; escolher um som que seja novo para a criança (se ela estiver no estágio inicial em que emite sons simples como "aaa", "ooo", "eee", escolher um som simples; se ela estiver em um estágio mais avançado usando consoantes (ba, ma, ta) ou sílabas (baba, tata, mama), escolher um som mais avançado de acordo com o estágio em que se encontra). Emitir o som diversas vezes até que a criança repita de volta. Elogie a criança (sorria, bata palmas) quando ela repetir o som.

Fazer essa brincadeira com sons diferentes, isto é, quando a criança repetir várias vezes o novo som, escolher outro.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

ATIVIDADES AOS 10 MESES

ATIVIDADES RECOMENDADAS

135. ACHOU

TEMA

USANDO A IMAGINAÇÃO E FORTALECENDO LAÇOS

OBJETIVO

- Cuidador(a) e criança se divertirem ao brincar de esconde-achou para fortalecer o vínculo

DESCRIÇÃO

Posicionando-se de frente para a criança, o(a) cuidador(a) deve chamar a atenção dela. Escondendo o rosto atrás das mãos ou de um pano e dizendo "Onde estou?". Abrir as suas mãos ou remover o pano dizendo de repente: "Achou! Aqui estou". Fazendo o(a) bebê dar risada. Peça para o(a) cuidador(a) repetir a atividade e diga que varie o jogo aparecendo de cima, dos lados e de baixo.

MATERIAIS

- Pedaço de pano, fralda ou toalha

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

136. ATIVIDADES DOMÉSTICAS

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Conversar com o(a) bebê durante as atividades domésticas para a criança ouvir novas palavras e incentivar o desenvolvimento da linguagem

DESCRIÇÃO

Sugira ao(à) cuidador(a) que converse com o(a) bebê enquanto arruma a casa, contando o que está fazendo: "Veja, a mamãe vai cozinhar a comida para todo mundo comer. Você gosta da minha comida?".

Estimule o(a) cuidador(a) a responder aos balbucios do(a) bebê em resposta ao que ele(a) fala.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Estimular que a pessoa cuidadora fale sobre elementos relacionados às práticas culturais e de rotina locais e descreva cenários da sua comunidade. Pesquise quais são, estimule a família e a pessoa cuidadora a trazer seus referenciais.

137. BLOCOS E POTE - SEIS BLOCOS

TEMA

APRENDENDO BRINCANDO

OBJETIVO

- Incentivar o desenvolvimento da coordenação motora fina (colocar blocos dentro do pote e para fora do pote), estimular o desenvolvimento cognitivo (achar os blocos embaixo do pote) e apresentar os conceitos de “dentro”, “fora” e “embaixo”

DESCRIÇÃO

Entregue ao(à) bebê os blocos e o pote de plástico e dê tempo para ele(a) brincar livremente.

Encoraje o(a) bebê a colocar os blocos para fora do pote. Diga ao(à) cuidador(a) para ajudar o(a) bebê a colocar os blocos dentro do pote. Pode guiar a mão da criança caso seja necessário. Peça que descreva o que está fazendo usando as palavras “dentro” e “fora”.

Em seguida, peça para tirar todos os blocos, chamando a atenção da criança, dizendo a ela: “Eu estou escondendo um bloco debaixo do pote. Você consegue encontrar o bloco?”. Pode ajudar sempre que necessário. Enfatize a palavra “debaixo”: “Você encontrou o bloco debaixo do pote”.

Peça para o(a) cuidador(a) repetir a atividade e lembre-se de elogiar o(a) bebê e o(a) cuidador(a).

MATERIAIS

- Pote e blocos ou outros objetos pequenos

ATENDENDO COM EQUIDADE

Identifique brinquedos e/ou objetos já utilizados no cotidiano da própria comunidade que sejam apropriados para realizar essa atividade. Pedras, conchas, sementes ou pequenos objetos da casa podem ser utilizados como blocos. Potes plásticos, latas, cestas e cerâmicas ou cascas de coco, por exemplo, podem ser utilizados como recipientes

138. GARRAFA COM OBJETOS

TEMA

APRENDENDO BRINCANDO

OBJETIVO

- Criança colocar pequenos objetos dentro da garrafa, chacoalhar a garrafa e tentar tirar objetos de dentro, estimulando a coordenação motora fina

DESCRIÇÃO

Deixe o(a) bebê brincar livremente com a garrafa e os objetos; em seguida, mostre ao(à) bebê como colocar o objeto dentro da garrafa e chacoalhá-la. Depois tire o objeto de dentro da garrafa e peça para o(a) bebê colocá-lo de volta. Quando o(a) bebê conseguir colocar o objeto dentro da garrafa, elogie. Ajude o(a) bebê se necessário, guiando as suas mãos. Quando a criança conseguir colocar o objeto dentro, observe se ela consegue chacoalhar a garrafa. Em seguida, peça para a criança tirar o objeto de dentro da garrafa (o que é mais difícil).

Encoraje o(a) cuidador(a) a continuar a brincadeira. Sempre nomeie cada passo da brincadeira.

MATERIAIS

- Garrafa plástica com boca larga e objetos pequenos que passam pelo gargalo como pregadores de roupa

ATENDENDO COM EQUIDADE

Identifique brinquedos e/ou objetos já utilizados no cotidiano da própria comunidade que sejam apropriados para realizar essa atividade.

139. BRINQUEDO E FRALDA/PANO

TEMA

APRENDENDO BRINCANDO

OBJETIVO

- Criança tirar o pano e achar o brinquedo, estimulando o desenvolvimento cognitivo

DESCRIÇÃO

Deixe o(a) bebê brincar livremente, enquanto ele(a) ainda estiver interessado no brinquedo. Peça ao(à) cuidador(a) para retirá-lo gentilmente da mão da criança e o colocá-lo debaixo de um pano limpo/fralda. Diga “Eu vou colocar isso aqui. Você vai pegar o brinquedo?”. Observe se a criança consegue puxar o pano para pegar o brinquedo. Se não conseguir, coloque uma das pontas do pano na mão da criança e ajude-a a puxar o pano para pegar o brinquedo. Peça para o(a) cuidador(a) repetir a atividade e lembre-se de elogiar.

MATERIAIS

- Objeto e fralda ou pedaço de pano

ATENDENDO COM EQUIDADE

Utilize um objeto pequeno do cotidiano da própria comunidade que seja atraente para a criança. A fralda pode ser substituída por qualquer pedaço de pano.

140. CAMINHADA

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- A criança escutar a voz do cuidador(a) para incentivar o desenvolvimento da linguagem a fortalecer o vínculo

DESCRIÇÃO

Inicie a atividade perguntando aonde a criança vai passear com o(a) cuidador(a). Elogie as respostas. Oriente o(a) cuidador(a) a levar o(a) bebê para um passeio ao ar livre (se não for possível, pode ser pela casa). A criança pode ir no colo ou em um carrinho. Durante a caminhada, incentive o(a) cuidador a conversar com o(a) bebê sobre as coisas que veem e escutam: "Olha lá o homem andando de bicicleta!", "Que cheiro gostoso de flor".

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Procure estimular que a pessoa cuidadora fale sobre elementos relacionados ao território, às práticas culturais e de rotina locais e descreva cenários da comunidade. Pesquise quais são, estimule a família e a pessoa cuidadora a trazer seus referenciais.

141. CANTANDO

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- O(a) bebê se divertir com as músicas e promover o fortalecimento do vínculo

DESCRIÇÃO

Enquanto veste, troca a fralda, dá banho ou brinca com a criança, peça ao(à) cuidador(a) para cantar uma música simples ou cantiga apropriada para a idade. Por exemplo: "Meu pintinho amarelinho" ou "Alecrim dourado".

Diga que é importante olhar nos olhos do(a) bebê enquanto canta. Sugira que ele(a) segure as mãos do(a) bebê e bata suas palmas gentilmente, acompanhando o ritmo. Qualquer música que o(a) cuidador(a) e o bebê gostem, ou até mesmo uma cantiga inventada sobre o que estão fazendo no momento, pode ser cantada.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Busque utilizar cantigas tradicionais do grupo atendido e do território. Pergunte quais são, estimule a família e a pessoa cuidadora a trazer seus referenciais.

142. LIVRO DE FIGURAS

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Cuidador(a) e bebê olharem livro de figuras para incentivar o hábito de leitura e a criança ouvir falavras novas

DESCRIÇÃO

Com o(a) bebê no colo, o(a) cuidador(a) deve pegar revistas e livros que tenha em casa, de preferência com imagens simples. Um livro simples com quatro figuras simples pode ser desenhado pelo(a) cuidador(a). Diga para ele(a) conversar sobre as imagens no livro, como "Olha essa bola. Você gosta de brincar de bola? Seu irmão adora jogar futebol". Estimule o(a) bebê a tocar as imagens enquanto conversa sobre elas: "Vamos pegar a bola" e levar a mão da criança até a imagem. Lembre-se de elogiar.

MATERIAIS

- Livro de figuras simples (bola, cachorro, criança, flor, etc.)

ATENDENDO COM EQUIDADE

Utilizar materiais com imagens que representem o grupo com o qual será realizada a atividade. Se não houver livros, pode-se fazer um livro de poucas páginas com figuras simples desenhadas, ou contar histórias.

ATIVIDADES ADICIONAIS

143. DANÇA DIVERTIDA

TEMA

MOVIMENTANDO O CORPO

OBJETIVO

- Criança ficar de pé para dançar promovendo o desenvolvimento motor

DESCRIÇÃO

Peça ao(à) cuidador(a) para posicionar a criança em pé, segurando-a pelas mãos.

Pergunte ao(à) cuidador(a) quais músicas o(a) bebê gosta mais e peça para ele(a) cantar ou colocar a música para tocar. Então, diga para o(a) cuidador(a) ajudar o(a) bebê a dançar enquanto segura suas mãos.

Encoraje o(a) cuidador(a) a repetir a atividade e diga que ele(a) também pode ajudar o(a) bebê a dar alguns passos para frente. Se divirtam e dancem com a música.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Utilizar cantigas, músicas e danças tradicionais do grupo atendido e do território. Pesquise quais são, estimule a família e a pessoa cuidadora a trazer seus referenciais.

144. HORA DO BANHO

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Conversar com o(a) bebê durante a hora do banho para que ele(a) ouça palavras novas, estimulando o desenvolvimento da linguagem

DESCRIÇÃO

Pergunte ao(à) cuidador(a) sobre a hora do banho. Elogie as respostas.

Diga ao(à) cuidador(a) que a hora do banho pode ser divertida e ótima para conversar e brincar com o(a) bebê. É uma boa hora para usar novas palavras e nomear coisas. “Está na hora do banho! Vamos lavar a sua cabeça, o bumbum, os pezinhos, para você ficar limpo(a) e cheiroso(a)”.

Lembre o(a) cuidador(a) de responder aos balbucios da criança.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Se não for possível usar a hora do banho durante a visita, a atividade pode ser feita durante outras rotinas, como, por exemplo, a troca ou pentear o cabelo.

145. LIVRO DE FIGURAS

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Cuidador(a) e bebê olharem livro de figuras para incentivar o hábito de leitura e a criança ouvir falavras novas

DESCRIÇÃO

Com o(a) bebê no colo, o(a) cuidador(a) deve pegar revistas e livros que tenha em casa, de preferência com figuras simples.

Diga para ele(a) conversar com o(a) bebê sobre as imagens no livro, como: “Olha essa bola. Você gosta de brincar de bola? Seu irmão adora jogar futebol”.

Estimule o(a) bebê a tocar as imagens enquanto conversa sobre elas: “Vamos pegar a bola”, e levar a mão da criança até a imagem. Lembre-se de elogiar.

MATERIAIS

- Livro de figuras simples

ATENDENDO COM EQUIDADE

Adotar livros que representem as identidades dos grupos que estão sendo atendidos, onde a criança possa se reconhecer e reconhecer os seus semelhantes. Utilizar figuras simples. Se não houver livros disponíveis, a atividade pode ser realizada com histórias.

146. PARTES DO CORPO

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Criança aprender as partes do rosto

DESCRIÇÃO

Peça ao(à) cuidador(a) para posicionar o(a) bebê de frente para ele(a) e começar a conversar com o(a) bebê para chamar sua atenção, dizendo “Eu vou pegar o seu nariz” - e toque no nariz do(a) bebê. Então, pergunte: “Agora sua vez, cadê meu nariz?”. Veja se ele(a) tenta pegar o nariz do cuidador(a), e ajude-o(a) se necessário.

Peça para o(a) cuidador(a) repetir a atividade, usando outras partes do rosto. Lembre-se de elogiar durante a atividade e se divertir!

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

ATIVIDADES AOS 11 MESES

ATIVIDADES RECOMENDADAS

147. AÇÕES

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- A criança imitar ações e gestos

DESCRIÇÃO

Inicie a atividade perguntando ao(à) cuidador(a) se o(a) bebê já sabe bater palmas, dar tchau, mandar beijos... Elogie as respostas e peça para o(a) cuidador(a) mostrar esses gestos. Então escolha um novo gesto para ensinar à criança. Exemplos:

- **BATER PALMAS:** bater palmas dizendo "Bate palmas, bate palmas", enquanto você faz a ação. Observar se a criança imita e ajudar se necessário;
- **MANDAR BEIJOS:** demonstrar e mandar um beijo com a mão e dizer "Mande beijo, mande beijo" enquanto faz a ação. Observar se a criança imita e ajudá-la se necessário;
- **TCHAU-TCHAU:** fingir ir embora, acenar a mão e dizer "Tchau-tchau". Observar se a criança acena de volta.

Pedir aos membros da família que façam a mesma coisa. É possível também ensinar ao(à) bebê outros gestos, como piscar os olhos...

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

148. BOLA

TEMA

MOVIMENTANDO O CORPO

OBJETIVO

- Criança se divertir jogando e rolando a bola para estimular o desenvolvimento motor

DESCRIÇÃO

Sente-se de frente para o(a) bebê, de modo que um possa jogar a bola ao outro. Pegue a bola e jogue-a para o(a) bebê; em seguida diga "Sua vez de jogar a bola"; e espere ele(a) jogar para você. Depois você diz "Agora é a minha vez de jogar a bola", e você joga a bola para o(a) bebê.

Peça ao(à) cuidador(a) que repita a atividade e diga que brinque repetidamente de jogar a bola um ao outro. Se o(a) bebê não conseguir jogar a bola, brinque com ele(a) de rolar a bola.

MATERIAIS

- Bola de meia ou pano

ATENDENDO COM EQUIDADE

Identifique brinquedos e/ou objetos já utilizados no cotidiano da própria comunidade que possam ser usados como alternativa para a realização da atividade. Lembre que o objeto precisa ser leve o suficiente para ser jogado e que possa rolar.

149. CANTANDO E DANÇANDO

TEMA

USANDO A IMAGINAÇÃO E FORTALECENDO LAÇOS

OBJETIVO

- O(a) bebê se divertir com as músicas e movimentos para fortalecer o vínculo

DESCRIÇÃO

Enquanto veste, troca a fralda, dá banho ou brinca com a criança, peça ao(à) cuidador(a) para cantar uma música simples ou cantiga apropriada para a idade. Exemplo: "Meu pintinho amarelinho" e "Alecrim dourado". Diga que é importante olhar nos olhos do(a) bebê enquanto canta.

Sugira que ele(a) segure as mãos do(a) bebê e bata suas palmas gentilmente, acompanhando o ritmo, ou que faça outros gestos simples associados à música.

Diga que pode ser qualquer música que o(a) cuidador(a) e o(a) bebê gostem, ou até mesmo uma cantiga inventada sobre o que estão fazendo no momento.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Busque utilizar cantigas tradicionais do grupo atendido e do território. Pergunte quais são, estimule a família e a pessoa cuidadora a trazer seus referenciais.

150. FOTOS PARA CONVERSAR

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Cuidador(a) e criança olharem fotos juntos para estimular a compreensão da criança e a ampliação do vocabulário

DESCRIÇÃO

Pergunte ao(à) cuidador(a) se ele(a) costuma mostrar fotos para o(a) bebê. Elogie as respostas.

Peça ao(à) cuidador(a) para pegar álbuns ou retratos que tenham na casa e, com o(a) bebê no colo, converse sobre as pessoas que estão nas fotos ou sobre o que elas estavam fazendo quando a foto foi tirada.

Diga ao(à) cuidador(a) que ele(a) pode contar histórias da família. Lembre-o(a) de falar gentilmente, o(a) bebê vai gostar de ouvir a sua voz.

MATERIAIS

- Fotos

ATENDENDO COM EQUIDADE

Se não houver fotos disponíveis, podem ser utilizadas ou desenhadas figuras para conversar.

151. GARRAFA COM OBJETOS

TEMA

APRENDENDO BRINCANDO

OBJETIVO

- Criança colocar pequenos objetos dentro da garrafa, chacoalhar a garrafa e tentar tirar objetos de dentro, estimulando a coordenação motora fina

DESCRIÇÃO

Deixe o(a) bebê brincar livremente com a garrafa e os objetos e, em seguida, mostre ao(a) bebê como colocar o objeto dentro da garrafa e a chacoalhá-la. Depois tire o objeto de dentro da garrafa e peça para o(a) bebê colocá-lo de volta. Quando o(a) bebê conseguir colocar o objeto dentro da garrafa, elogie. Ajude o(a) bebê se necessário, guiando as suas mãos. Se a criança conseguir colocar o objeto dentro da garrafa, observe se ela consegue chacoalhar a garrafa. Em seguida, peça para a criança tirar o objeto de dentro da garrafa (o que é mais difícil).

Encoraje o(a) cuidador(a) a continuar a brincadeira.

Sempre nomeie cada passo da brincadeira.

MATERIAIS

- Garrafa plástica com boca larga e objetos pequenos que passam pelo gargalo como pregadores de roupa

ATENDENDO COM EQUIDADE

Identifique brinquedos e/ou objetos já utilizados no cotidiano da própria comunidade que sejam apropriados para realizar essa atividade.

152. HORA DE COMER

TEMA

USANDO A IMAGINAÇÃO E FORTALECENDO LAÇOS

OBJETIVO

- Criança tentar se alimentar com as mãos para incentivar a autonomia alimentar e a motricidade fina

DESCRIÇÃO

Pergunte sobre a hora de comer do(a) bebê, elogie as respostas.

Sugira que na hora da alimentação o(a) cuidador(a) deixe o(a) bebê explorar os alimentos enquanto come. O(a) bebê pode tentar brincar com a comida e fazer uma sujeira, mas isso faz parte do comportamento normal do(a) bebê. Dê um pedaço de fruta ou outro alimento nas mãos do(a) bebê e veja se ele(a) consegue levar até a boca sozinho(a).

Lembre o(a) cuidador(a) de sempre supervisionar o(a) bebê enquanto ele(a) come. Diga que entende que às vezes o(a) cuidador(a) está com o tempo contado e precisa que a hora da comida seja mais prática, mas que seria interessante em algumas refeições ter tempo para a criança explorar os alimentos, explorar a textura e o sabor com calma. Isso incentiva a autonomia alimentar da criança.

MATERIAIS

- Alimentos diferentes

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

153. PARTES DO CORPO

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Criança aprender a conhecer as partes do corpo

DESCRIÇÃO

Assim como na hora do banho, a hora de secar o(a) bebê é um bom momento para nomear as partes do corpo apontando para cada uma delas enquanto nomeia, conversando com o(a) bebê, dizendo “Vou secar as suas orelhas e o seu cabelo!”. Outra atividade boa para fazer é cantar músicas, como “Dedinhos, onde estão?”, “Cabeca, ombro, joelho e pé”, ou outra música que seja familiar para o(a) cuidador(a).

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

154. TAMBOR - BATUCADA COM OBJETOS DOMÉSTICOS

TEMA

APRENDENDO BRINCANDO

OBJETIVO

- Criança bater nos objetos, produzindo sons para se divertir e trabalhar a coordenação motora fina

DESCRIÇÃO

Disponha alguns objetos em volta do(a) bebê, como potes ou latas vazias. Bata neles usando a mão ou algum instrumento (como uma colher), emitindo sons. Diga “Hoje eu vou fazer uma batucada!”. Estimule o(a) bebê a bater nos objetos, explorando os diferentes sons produzidos. Peça para o(a) cuidador(a) continuar a atividade e lembre-se de elogiar.

Se perceber que há abertura, pergunte ao(à) cuidador(a) o que ele(a) faz quando fica bravo(a) com a criança. Lembre-o(a) que a criança está em constante aprendizado e ainda não entende sobre consequências, sobre o que é aceitável fazer.

Sugira que o(a) cuidador(a) tente manter a calma e não aja com impulsividade nos momentos de frustração com o comportamento da criança.

MATERIAIS

- Colheres, canecas, panelas, tampas de panelas e potes

ATENDENDO COM EQUIDADE

Identifique objetos já utilizados no cotidiano da própria comunidade que possam ser usados como tambor e baqueta de forma a fazer barulho.

ATIVIDADES ADICIONAIS

155. CANTANDO

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- O(a) bebê se divertir com as músicas enquanto ouve novas palavras e fortalece o vínculo

DESCRIÇÃO

Enquanto veste, troca a fralda, dá banho ou brinca com a criança, o(a) cuidador(a) pode cantar uma música simples ou cantiga apropriada para a idade. Exemplo: “Meu pintinho amarelinho” e “Alecrim dourado”.

Diga que é importante olhar nos olhos do(a) bebê enquanto canta.

Sugira que ele(a) segure as mãos do(a) bebê e bata suas palmas gentilmente, acompanhando o ritmo.

Diga que pode ser qualquer música que o(a) cuidador(a) e o(a) bebê gostem, ou até mesmo uma cantiga inventada sobre o que estão fazendo no momento.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Busque utilizar cantigas tradicionais do grupo atendido e do território. Pergunte quais são, estimule a família e a pessoa cuidadora a trazer seus referenciais.

156. CONTANDO HISTÓRIAS

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- O(a) bebê deve ouvir a voz do(a) cuidador(a) para se familiarizar com ela e fortalecer o vínculo

DESCRIÇÃO

O(a) cuidador(a) deve segurar o(a) bebê nos braços e contar uma história para ele(a). Pode contar sobre algo que aconteceu no seu dia, sobre alguma história da sua infância ou até sobre as tarefas domésticas que fez no dia.

Diga para o(a) cuidador(a) que o(a) bebê vai escutar a sua voz, então oriente a falar gentilmente. O som da voz do(a) cuidador(a) vai deixar o(a) bebê contente.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Estimule o uso de contos e cantigas do território que fortaleçam os laços socioculturais e identitários do grupo atendido. Pesquise quais são, estimule a família e a pessoa cuidadora a trazer seus referenciais.
Não adote referências externas e estranhas ao contexto que possam produzir algum tipo de violência e ataque às práticas culturais locais.

157. HORA DE VESTIR

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- O(a) cuidador(a) conversar com o(a) bebê durante a hora de vestir para tornar o momento mais agradável e estimular o desenvolvimento da linguagem

DESCRIÇÃO

Inicie a atividade perguntando sobre o que o(a) cuidador(a) conversa com a criança na hora de vesti-la. Elogie as respostas. Diga que esse momento é uma ótima oportunidade para conversar e brincar com o(a) bebê.

Enquanto veste o(a) bebê, converse sobre as suas roupas “Vamos colocar a calça verde, uma perna passa aqui e outra ali”. Mesmo que o(a) bebê não consiga falar, diga para o(a) cuidador(a) responder aos seus balbucios.

MATERIAIS

- Roupas da criança

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

158. LIVRO DE FIGURAS

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Cuidador(a) e bebê olharem livro de figuras para incentivar o hábito de leitura e a criança ouvir falavras novas

DESCRIÇÃO

Com o(a) bebê no colo, o(a) cuidador(a) deve pegar revistas e livros que tenha em casa, de preferência com figuras de ações. Diga para ele(a) conversar sobre as imagens no livro, como: “Olha essa bola. Você gosta de brincar de bola? Seu irmão adora jogar futebol”. Estimule o(a) bebê a tocar as imagens enquanto conversa sobre elas: “Vamos pegar a bola”, e levar a mão da criança até a imagem. Lembre-se de elogiar.

MATERIAIS

- Livro de figuras simples

ATENDENDO COM EQUIDADE

Adotar livros que representem as identidades dos grupos que estão sendo atendidos, onde a criança possa se reconhecer e reconhecer os seus semelhantes. Utilizar figuras simples. Se não houver livros disponíveis, a atividade pode ser realizada com histórias.

ATIVIDADES AOS 12 MESES

ATIVIDADES RECOMENDADAS

159. COMENDO COM A MÃO

TEMA

USANDO A IMAGINAÇÃO E FORTALECENDO LAÇOS

OBJETIVO

- Criança levar os pedaços de fruta até a boca para estimular a coordenação motora fina e incentivar a autonomia alimentar

DESCRIÇÃO

Corte frutas ou outros alimentos em pedaços e coloque-os em um pote. Em seguida, deixe o(a) bebê pegar e sentir os alimentos e mostre a ele(a) como pegar as frutas e levar até a boca. Estimule a criança a tentar copiar você. Guie a mão da criança se necessário. Peça ao(à) cuidador(a) que continue a atividade.

MATERIAIS

- Frutas pequenas ou cortadas em pedaços pequenos

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

160. CONTANDO HISTÓRIAS

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Conversar com o(a) bebê, contando histórias e imitando os sons que aparecem, para a criança ouvir novas palavras e incentivar o desenvolvimento da linguagem

DESCRIÇÃO

Sugira que o(a) cuidador(a) conte uma história para o(a) bebê. Enquanto conta a história, o(a) cuidador(a) deve modular a voz de acordo com os personagens e barulhos que vão aparecendo. “Veja Enzo, a menininha bateu na porta toc toc! O cachorrinho latiu au au.”

Estimule o(a) cuidador(a) a responder aos balbucios do(a) bebê em resposta ao que ele(a) fala. Diga para o(a) cuidador fazer perguntas para o bebê. Por exemplo: “Como o cahcorro faz?”. Veja se a criança imita o som. Explique para o(a) cuidador(a) que as crianças aprendem por repetição e que elas imitam os comportamentos dos adultos, os bons e os ruins.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Estimule o uso de contos e cantigas do território que fortaleçam os laços socioculturais e identitários do grupo atendido. Pesquise quais são, estimule a família e a pessoa cuidadora a trazer seus referenciais.
Não adote referências externas e estranhas ao contexto que possam produzir algum tipo de violência e ataque às práticas culturais locais.

161. CONVERSA DIVERTIDA

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- A criança escutar e responder a comandos e perguntas simples, incentivando o desenvolvimento da linguagem verbal e não verbal

DESCRIÇÃO

Peça ao(à) cuidador(a) para colocar a criança em um local confortável (pode ser no colo) e a estimule a falar espontaneamente, fazendo perguntas e dando instruções simples (ex.: “Cadê a bola?”, “Me dá um abraço?”). Respondendo a seus balbucios e tentativas de dizer palavras.

Peça ao(à) cuidador(a) para repetir a atividade, dizendo que ele(a) fale de coisas familiares, afetivas e do interesse do(a) bebê, fazendo assim da atividade um momento divertido entre eles.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Estimular que a pessoa cuidadora fale sobre elementos relacionados às práticas culturais e de rotina locais e descreva cenários da comunidade.

162. EMPURRA-EMPURRA

TEMA

MOVIMENTANDO O CORPO

OBJETIVO

- A criança empurrar o brinquedo enquanto anda para desenvolver o equilibrio e coordenação motora

DESCRIÇÃO

Coloque o “empurra-empurra” no chão na frente da criança e o empurre. Faça o som de um carro enquanto você empurra o brinquedo.

Entregue o “empurra-empurra” para o(a) bebê e o(a) encoraje a empurrar o brinquedo enquanto ele(a) anda. Ajude se necessário e converse com o(a) bebê durante a atividade, descrevendo as ações do(a) bebê e o elogie quando ele(a) empurrar o brinquedo.

Diga ao(à) cuidador(a) para continuar a atividade.

MATERIAIS

- “Empurra-empurra” (caixa de madeira ou de papelão que a criança consiga empurrar)

ATENDENDO COM EQUIDADE

Busque usar objetos grandes e leves que a criança consiga emburrar ou use uma lata ou outro objeto no qual possa colocar uma alça rígida. Lembre-se de que o objetivo é empurrar o objeto e não puxá-lo.

163. GIZ DE CERA E PAPEL - SEGURAR E MARCAR

TEMA

APRENDENDO BRINCANDO

OBJETIVO

- A criança segurar o giz de cera e fazer uma marca no papel, incentivando a coordenação motora fina e a criatividade

DESCRIÇÃO

Use o giz de cera para fazer riscos no papel e diga “Estou desenhando no papel”. Em seguida, dê o giz de cera para o(a) bebê, deixe-o(a) segurá-lo e explorá-lo. Depois coloque o giz de cera na posição adequada na mão do(a) bebê, segure-a e guie para fazer marcas no papel. Peça para o(a) cuidador(a) continuar a atividade. Elogie a criança pelas tentativas e quando conseguir fazer marcas.

MATERIAIS

- Giz de cera ou pedaço de carvão e papel

ATENDENDO COM EQUIDADE

O rabisco pode ser feito com um pedaço de madeira no chão de terra ou com um pedaço de carvão em alguma superfície, a depender do contexto e dos materiais nele utilizados.

164. HORA DE VESTIR

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- O(a) cuidador(a) conversar com a criança enquanto a veste, para ampliação do vocabulário e desenvolver a linguagem

DESCRIÇÃO

Inicie a atividade perguntando sobre o que o(a) cuidador(a) conversa com o(a) bebê na hora de vesti-lo(a). Elogie as respostas. Diga que esse momento é uma ótima oportunidade para conversar e brincar com o(a) bebê.

Enquanto veste o(a) bebê, converse sobre as suas roupas: "Olha, vamos trocar essa roupa porque ela está suja. Você quer uma roupa limpinha? Olha que bonita a sua camiseta vermelha!".

Responda aos balbucios do(a) bebê, mostrando que vocês estão conversando.

MATERIAIS

- Roupas da criança

ATENDENDO COM EQUIDADE

Esta atividade não requer adaptações específicas.

165. LIVRO DE FIGURAS SIMPLES

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Cuidador(a) e criança olharem livro de figuras para incentivar o hábito de leitura e desenvolver a linguagem

DESCRIÇÃO

Com o(a) bebê no colo, o(a) cuidador(a) deve pegar revistas e livros que tenha em casa, de preferência com imagens simples. Diga para ele(a) conversar sobre as imagens no livro, como "Olha essa árvore. Será que moram muitos pássaros nela? Será que um dia você vai gostar de subir em árvores? Seu irmão adora". Estimule o(a) bebê a tocar as imagens enquanto conversa sobre elas e leve a mão da criança até a imagem.

MATERIAIS

- Livro de figuras simples

ATENDENDO COM EQUIDADE

Utilizar materiais com imagens que representem o grupo com o qual será realizada a atividade. Se não houver livros, pode-se fazer um livro de poucas páginas com figuras simples desenhadas, ou contar histórias.

166. TOPOS DE GARRAFA PARA EMPILHAR (TRÊS PEÇAS)

TEMA

APRENDENDO BRINCANDO

OBJETIVO

- Desenvolver a coordenação motora fina ao empilhar objetos e a criança entender os conceitos "tirar" e "em cima de"

DESCRIÇÃO

Apresente os materiais à criança e permita que os explore. Mostre a ela como empilhar os topos de garrafa, colocando um em cima do outro e descrevendo suas ações. Incentive a criança a fazer o mesmo e guie a mão dela, se necessário, até que ela consiga sozinha. Elogie-a por tentar, mesmo que a tentativa não tenha sucesso.

Converse sobre o que você e a criança estão fazendo enquanto brincam. Se a criança tiver sucesso nessa etapa, repita as mesmas orientações depois de empilhar as tampas de garrafa, demonstrando como tirar uma de cima da outra. Peça que ela tire - ajude-a se for preciso. Elogie as tentativas e as conquistas.

Peça ao(à) cuidador(a) para repetir a atividade.

MATERIAIS

- Objetos empilháveis (como topos de garrafa ou copos de plástico)

ATENDENDO COM EQUIDADE

Identifique objetos do cotidiano que possam ser facilmente emplihados, como topos de garrafa cortada, copos e pedras.

ATIVIDADES ADICIONAIS

167. ATIVIDADES DOMÉSTICAS

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- Conversar com o(a) bebê durante as atividades domésticas para a criança ouvir novas palavras e incentivar o desenvolvimento da linguagem

DESCRIÇÃO

Sugira que o(a) cuidador(a) converse com o(a) bebê enquanto arruma a casa, contando o que ele(a) está fazendo. "Veja Enzo, eu vou lavar a roupa! A roupa está suja agora, mas depois que eu terminar vai estar limpa e cheirosa". Estimule o(a) cuidador(a) a responder aos balbucios do(a) bebê em resposta ao que ele(a) fala. Fale para o(a) cuidador dar uma peça de roupa para a criança quando ele(a) for esfregar roupa, por exemplo. Veja se a criança imita a ação. Explique para o(a) cuidador(a) que a criança aprende por repetição e que ela imita os comportamentos dos adultos, os bons e os ruins.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Estimular que a pessoa cuidadora fale sobre elementos relacionados às práticas culturais e de rotina locais e descreva cenários da sua comunidade. Pesquise quais são, estimule a família e a pessoa cuidadora a trazer seus referenciais.

168. BLOCOS E POTE - SEIS BLOCOS

TEMA

APRENDENDO BRINCANDO

OBJETIVO

- Estimular a coordenação motora fina (tirar objetos de um recipiente e os colocar de volta, empilhá-los) e estimular o desenvolvimento cognitivo (encontrar objeto e entender os conceitos: “dentro”, “fora”, “embaixo de” e “em cima de”)

DESCRIÇÃO

Apresente os materiais ao(a) bebê e permita que os explore.

Coloque os blocos dentro do pote e os tire um a um dizendo: “Estou colocando os blocos para fora do pote”. Peça ao(à) cuidador(a) para repeir dando instruções para o(a) bebê: “Coloque os blocos para fora”, e deixe-o(a) brincar de tirar os blocos. Repita o mesmo procedimento para que o(a) bebê coloque os blocos dentro do pote. Pode guiar a mão do(a) bebê, se necessário.

Em seguida, esconda um bloco debaixo do pote. Pergunte ao(à) bebê: “Você consegue encontrar o bloco?”. O(a) cuidador(a) pode ajudar, se necessário. Então, demonstrar como empilhar os blocos um em cima do outro usando o lado de baixo do pote como base e dizendo: “Estou colocando esse bloco em cima do pote”. Encoraje o(a) bebê a fazer o mesmo. Elogie o(a) bebê quando ele(a) conseguir fazer.

Peça ao(à) cuidador(a) para continuar a atividade.

MATERIAIS

- Seis blocos e um recipiente (como um pote de plástico ou lata de leite)

ATENDENDO COM EQUIDADE

Identifique brinquedos e/ou objetos já utilizados no cotidiano da própria comunidade que sejam apropriados para realizar essa atividade. Pedras, conchas, sementes ou pequenos objetos da casa podem ser utilizados como blocos. Potes plásticos, latas, cestas e cerâmicas ou cascas de coco, por exemplo, podem ser utilizados como recipientes.

169. CAMINHADA

TEMA

CANTANDO, CONVERSANDO E CONTANDO HISTÓRIAS

OBJETIVO

- O(a) bebê escutar a voz do(a) cuidador(a) e estimular a linguagem e fortalecer o vínculo

DESCRIÇÃO

Inicie a atividade perguntando aonde o(a) bebê vai passear com o(a) cuidador(a). Elogie as respostas.

Oriente o(a) cuidador(a) a levar o(a) bebê para um passeio pela vizinhança (se não for possível, que seja pelo jardim ou quintal). Pode ser com a criança no colo ou no carrinho. Durante a caminhada, converse com o(a) bebê sobre as coisas que veem e escutam: “Olha só as crianças brincando na rua! Daqui a pouco você vai estar correndo por aí também!”.

MATERIAIS

- Nenhum

ATENDENDO COM EQUIDADE

Apreveite esta atividade para explorar o território e apresentá-lo para a criança.

170. GARRAFA COM OBJETOS PARA ENFIAR

TEMA

APRENDENDO BRINCANDO

OBJETIVO

- Criança colocar pequenos objetos dentro da garrafa, chacoalhar a garrafa e tentar tirar objetos de dentro, estimulando a coordenação motora fina

DESCRIÇÃO

Deixe o(a) bebê brincar livremente com a garrafa e os objetos, em seguida mostre a ele(a) como colocar o objeto dentro da garrafa e chacoalhá-la. Peça ao(à) cuidador para tirar o objeto de dentro da garrafa e pedir para a criança colocá-lo de volta. Quando o(a) bebê conseguir colocar o objeto dentro da garrafa, elogie. Ajude o(a) bebê, se necessário, guiando as suas mãos. Quando a criança conseguir colocar o objeto dentro, observe se ela consegue chacoalhar a garrafa. Em seguida, peça para a criança tirar o objeto de dentro da garrafa (o que é mais difícil). Encoraje o(a) cuidador(a) a continuar a brincadeira.

MATERIAIS

- Garrafa plástica e objetos pequenos, como pregadores de roupa

ATENDENDO COM EQUIDADE

Garrafa plástica e objetos pequenos, como pregadores de roupa.

ANOTAÇÕES



MEDICINA USP | Centro de Desenvolvimento Infantil

FUNDAÇÃO Maria Cecilia Souto Vidigal

Grand Challenges Canada® Grands Défis Canada

Van Leer FOUNDATION

unicef para cada criança

SUAS

MINISTÉRIO DO DESENVOLVIMENTO E ASSISTÊNCIA SOCIAL, FAMÍLIA E COMBATE À FOME

GOVERNO FEDERAL BRASIL UNIÃO E RECONSTRUÇÃO