

Centro Psicopedagógico  
Maristela Corralero

# Partiu Férias



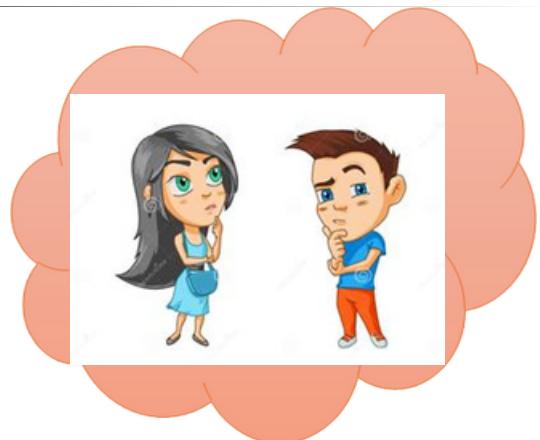
Vamos Brincar!!!!

Atividades para o período de  
férias de nossas crianças.

## Por onde começar...

### Recadinho para os pais:

1. Programe as atividades e brincadeiras, de acordo com sua disponibilidade
2. Faça adaptações, de acordo com o espaço – casa com varandas e quintal ou apartamento
3. Combine e apresente para a criança, somente o que você (Srs. Pais) consegue cumprir
4. Se necessário, escreva em uma cartolina (use pincel atômico ou imagens), a Rotina de férias
5. Programe passeio ao shopping ou parques
6. Caso você tenha programado uma **VIAGEM**, envolva a criança na organização das mochilas e trabalhe com Previsibilidade e combinados.



**Manter Rotina estruturada:** mesmo nas férias, proporcione um senso de segurança e previsibilidade. Estabeleça horários fixos para refeições, atividades e momentos de descanso.

### As vantagens de brincar em casa

- Uma excelente maneira de desenvolver habilidades importantes para os pequenos.
- Oportunidade de a família economizar em um período de tantos gastos extras.
- Mais fácil de conciliar com o *home office* dos pais.
- Alternativa mais saudável ao uso indiscriminado de eletrônicos pelas crianças.
- A própria casa possui a maioria dos materiais necessários, basta criatividade.
- Fortalece o vínculo familiar com as crianças.

### 1. Acampe dentro de casa

Cabanas de lençol, cobertores, colchões improvisados, contar histórias iluminados só por lanternas e o que mais vier à mente.

### 2. Blocos de montar (ex: Legos/outros)



É sucesso garantido, entre meninos e meninas. Algumas crianças podem ficar envolvidas por horas montando blocos.

Podem montar torres, castelos, carrinhos, pessoas e até aproveitar para fazer um treino de imitação, onde você cria uma sequência e peça para seu filho fazer igual. Para crianças menores ou com dificuldades motoras, use peças maiores de encaixe.

## TEM MAIS????? TEM.

**USE E ABUSE DAS TEXTURAS:** massageador corporal, esponjas, massinha de modelar, amoeba, slimes, espuma de barbear (fique no controle durante a exploração)

**BRINQUE DE DESFILES DE MODA E BELEZA:** a criança veste roupas e sapatos dos pais (Boa ideia para as meninas).

Deixe a criança fazer a maquiagem nela e em você. Pintar as unhas. Fazer penteados

Para os meninos, é muito legal brincar de super-herói.

**DEIXE SUA CRIANÇA SER O PROTAGONISTA**, durante o Brincar.

**CABO DE GUERRA:** com uso de uma corda, lençol ou faixas. Fique de um lado e a criança do outro. Cada um puxa para seu lado. Dê dicas verbais e auxilie a criança no movimento de puxar

**IMITAÇÃO E EXPRESSÃO CORPORAL:** Promova atividades de imitação com uso de músicas ou com comandos verbais (Ex. “o mestre mandou...pular 3 x”)

**BRINQUE DE MINI-CHEF:** na cozinha experiente receitas saborosas e colorida, com a participação ativa da criança (aceite a sujeira. RS) Crianças de todas as idades gostam de descobrir novos aromas, cores e sabores, o que é uma grande vantagem para os pais que estão sempre em busca de novas atividades para fazer com os filhos.

Selecionamos esta receita para você executar com seu filho(a).



### Ingredientes do pirulito de biscoito

2 xícaras (chá) de doce de leite cremoso

1 pacote de biscoito maria (200g)

3 xícaras (chá) de chocolate ao leite fracionado derretido

### Modo de preparo

Passe doce de leite em metade dos biscoitos, coloque palitos de sorvete e feche com outro biscoito.

Banhe os biscoitos no chocolate derretido, escorra o excesso e decore a gosto. Espete em um isopor e deixe secar. Sirva.

### **3. Brinque de jardinagem e plantação**

Pode ser cuidar de uma plantinha pequena, um vaso maior, uma horta caseira, ou até um feijão no algodão. O importante é deixar a criança se envolver na brincadeira tocando a terra, regando as plantas, e incentivar que ela se responsabilize por cuidar de algo. Certamente, desenvolveremos na criança um vínculo com a natureza.

## **10 ideias divertidas para brincar no parque**

**Brincar ao ar livre, especialmente no parque, permite que as crianças tenham um contato com a natureza e sejam criativas.**

### **1 – Caça ao tesouro**

O parque possibilita inúmeros cenários para se esconder ou esconder objetivos. Que tal juntar alguns amigos e procurar um deles? Escolha um objeto e coloque-o em algum lugar: pode ser no tronco de uma árvore, embaixo de uma pedra ou atrás de um banco. Conta até 10 e peça para que as demais crianças procurem o objeto.

### **2 – Corrida de saco**

Essa brincadeira é bem legal e só requer que as crianças tenham sacos, que podem ser de tecidos ou aqueles de feira. Delimite uma linha de largada e de chegada. Conte até três e saiam pulando. Quem chegar primeiro na linha, vence.

### **3 – Esconde-esconde**

O esconde-esconde também é uma das brincadeiras mais antigas que conhecemos. O parque tem vários lugares para se esconder. De olhos fechados, conte até 30. Enquanto isso, os outros correm para se esconder. Marque um local para ser o 'salve'. Quem for pego, está fora, mas quem conseguir chegar no 'salve' está livre.

### **4 – Guerra de bexiga d'água**

Monte uma equipe e defina a área que cada um deve ficar. Encha as bexigas com água, e, igual na queimada, tente acertar o colega. Se encher as bexigas com tintas coloridas não tóxicas, a brincadeira ficará ainda mais legal, já que todos sairão coloridos.

# Vem chegando mais dicas...



## Passeios ao Shopping

**Antes de sair de casa, alimente a criança e a vista com roupas leves ...**

**Ao chegar ao shopping, supervise o seu filho o tempo todo, inclusive na praça de alimentação...**

**Na escada rolante, oriente a criança a não correr ou pular, a olhar para a frente e a segurar sua mão...**

- ✓ Serviços de recreação no shopping são indicados apenas para crianças maiores de quatro anos
- ✓ Ao chegar no shopping, a regra número um para proteger seu filhote é supervisioná-lo o tempo todo, desde a garagem.
- ✓ **Quando for estacionar o carro, escolha um lugar iluminado e jamais deixe a criança sozinha dentro do veículo, nem por alguns minutos.**

**Andar de mãos dadas com o pequeno ou carregá-lo no colo é requisito básico de segurança.**

**Se for levá-lo no carrinho, mantenha o cinto de segurança afivelado.**

Se a criança ainda é pequena, limite o passeio a uma ou duas horas, no máximo.

Lembre-se que os pequenos procuram seguir os exemplos dos pais, por isso, também é importante que os adultos deem exemplos e adotem uma postura de segurança.

- ✓ **Escolha o parque adequado: Alguns shoppings têm parques temáticos, como o “Parque da Mônica”. Outros oferecem áreas com brinquedos infláveis e piscinas de bolinhas. Escolha o que mais se adequa à faixa etária das crianças e aos interesses delas.**
- ✓ **Horários e lotação: Evite horários de pico, quando o parque pode estar mais cheio. Se possível, visite durante a semana ou em horários mais tranquilos.**
- ✓ **Respeite as regras do parque: Alguns parques têm restrições de idade ou altura para determinadas atrações. Certifique-se de que as crianças atendam a esses requisitos.**

**Lembre-se de que o objetivo é proporcionar diversão e momentos agradáveis para todos. Aproveite o passeio!**

## VAMOS BRINCAR!!!!!!

Você sabia que o Brinquedo, Brincadeiras e jogos, promovem:

### 1. Melhor Coordenação Motora

Atividades Psicomotoras ou atividades físicas regulares, como caminhadas, natação ou jogos ao ar livre - correr, pular, brincar com a bola, andar de bicicleta, melhora a saúde física e a liberar energia.

### 2. Interação social

Organize encontros com amigos ou familiares para promover a socialização. Essas interações são importantes para desenvolver habilidades sociais e a capacidade de lidar com diferentes situações sociais.



### 3. Habilidades Cognitivas

Os jogos educativos estimulam o raciocínio lógico, a memória e outras habilidades cognitivas.

Existem muitas opções digitais e físicas projetadas especificamente para crianças com autismo.

FONTE: google. <https://www.terra.com.br/nos/10-atividades-beneficas-para-criancas-autistas-nas-ferias>



Centro Psicopedagógico  
Maristela Corralero

#### Pesquisa e Edição:

Equipe de Terapeutas Ocupacionais e Estagiário de Terapia Ocupacional  
Centro Psicopedagógico Maristela Corralero – Julho 2024.