

Comunicado 01/2016

Educação infantil

Mauá 08 de Agosto de 2016

## **A Importância do brincar na Infância**

Quando vemos uma criança brincando muitas vezes vem em nossas mentes aquele pensamento: “Ah como era bom ser criança, não precisávamos levar nada à sério!”

Mas, brincadeira de criança pode ser algo mais complexo do que você imagina!

As brincadeiras, tanto as lúdicas quanto as educativas, têm um importante impacto para o desenvolvimento saudável e para a vida psíquica das crianças, uma vez que a ajudam a desenvolver habilidades cognitivas, físicas, sócio afetivas e morais, além de auxiliar a estruturar suas vidas emocionais.

Ao brincar, as crianças exercitam muitas habilidades como: capacidade de expressão verbal e não verbal, linguagem, raciocínio, pensamento abstrato, representação espacial, curiosidade, criticidade, objetividade, reflexão, flexibilidade, atenção, concentração, memória, imitação, criatividade, imaginação, relacionamento intrapessoal e interpessoal, autonomia, cooperação, autoconfiança, autoestima, iniciativa e sentimentos de competência.

As brincadeiras e os jogos infantis também podem ser instrumentos facilitadores do processo de ensino-aprendizagem das crianças. Nelas as crianças aprendem, por exemplo, a contar, a classificar, a ordenar, a discriminar, a traçar estratégias, solucionar problemas, etc. Além de aprender diversas regras sociais e, a partir delas, a regular seu próprio comportamento.

Também estão relacionadas ao desenvolvimento dos sentidos (táteis, visuais, etc.), da coordenação motora, da corporalidade, do movimento, do equilíbrio, da propriocepção e da imagem corporal.

Por meio das brincadeiras e de seus simbolismos, as crianças são capazes de apreender e reelaborar o universo ao seu redor. Também desenvolvem uma vida imaginária mais rica, podendo expressar e representar seus sentimentos e ideias, por meio de metáforas e da fantasia, brincando com temas próprios de sua realidade psíquica.

O brincar também pode ser uma forma da criança expressar medos, ansiedades e conflitos, na tentativa de explicitá-los e encontrar maneiras de solucioná-los e elaborá-los internamente. Assim, aprendem que podem intervir na realidade e transformá-la.

Além disso, as brincadeiras funcionam como atividade prazerosa em si mesma e que leva a satisfação e realização pessoal.



## **BRINCADEIRA**

### **Dança dos banquinhos**

Faixa etária: Educação Infantil

Fazer uma roda com banquinho e em número inferior (-1) ao número de criança Participante. Colocar uma música para tocar e todas começam a correr ou a dançar ao redor do banquinho, com a mão para trás, bem perto dele. Em dado momento, parar a música e cada criança deverá a sentar-se no banquinho que estiver mais próximo. Uma delas ficará sem assentar, devendo sair levando um banquinho. O jogo recomeça. Ganha a criança que conseguir a posse do último banquinho.

**NA PRÓXIMA SEMANA TEM MAIS...**



### **DICA DA NUTRI – DICAS PARA SIMPLIFICAR A SUA VIDA**

- Garante que cada refeição seja repleta de nutrientes: sempre prefira alimentos saudáveis e limite as calorias vazias que podem comprometer o apetite das crianças. Com o corpo em desenvolvimento as crianças precisam de qualidade de nutrientes
- Prefira carboidratos integrais e grãos naturais aos alimentos refinados: melhor fonte de energia para as atividades intensas
- -Deixe a “preguiça” de lado e ofereça sucos naturais aos seus filhos. Os de caixinha são mais práticos, mas estão longe de oferecer uma concentração de vitaminas e minerais como os de fruta feitos na hora

- Limite o acesso às “besteiras”: ao invés de levar nas lanchonetes, prefira preparar de forma mais saudável
- Dê o exemplo: seja o primeiro a encorajar hábitos saudáveis, a família inteira sai ganhando
- Desencoraje o hábito de comer em frente à televisão (computador, tablets, etc.): a TV está relacionada a obesidade infantil, evite este problema na sua casa
- Evite oferecer refeições muito fartas à noite, pois pode prejudicar o sono da criança.

## RECEITINHA

### SUCO DE LARANJA COM COUVE

#### INGREDIENTES

2 a 3 laranjas

1 litro de água mineral gelada

2 folhas grandes de couve com o talo

Açúcar a gosto

#### MODO DE PREPARO

Coloque no liquidificador as laranjas sem as cascas, acrescente a água, as folhas de couve cortadas em pedaços grandes, o açúcar a gosto e bata tudo

Sirva com gelo se desejar



## ESTÁ CHEGANDO O DIA DOS PAIS...



*Atenciosamente, A coordenação*