



Olá Famílias de 2º e 3º anos!

Hoje, vamos indicar, para quem se interessar, algumas atividades.

Não enviaremos mais atividades com o uso do material didático durante este período, solicitamos que aguardem novas orientações quanto a isso.

Aproveitem muito as sugestões e o tempo juntos!

Abraços

Mariana e Milena - unidade I

Maristela - unidade II

1- Indicação de leitura:

[CLIQUE AQUI: ESPAÇO LEITURA](#)

Aplicativo **Banca da Mônica** - Esse aplicativo disponibilizou recentemente 180 revistas históricas da Turma da Mônica, gratuitamente. Baixe pelo appstore (para iphones) ou play store (para android) e divirtam-se!

2- Acesso ao **Playkids** - aplicativo com atividades lúdicas, jogos, vídeos, leituras e filmes.

O SAS fez uma parceria com o aplicativo PlayKids e disponibilizará por 90 dias para as Escolas parceiras, o uso gratuito do aplicativo. Para ter acesso a todas as atividades do aplicativo, deve-se entrar por esse link que disponibilizamos (aplicativo disponível apenas para celulares e tablets).

Assistam ao tutorial com o passo a passo para a instalação do aplicativo e aproveitem!

[CLIQUE AQUI: TUTORIAL PRIMEIRO ACESSO](#)

[CLIQUE AQUI: PLAYKIDS](#)

3- Atividades do **Programa Ludie** - É com grande alegria que encaminhamos o material da série "LUDIE com você". A equipe LUDIE (Lúdico Inteligência Emocional) é nossa parceira. Trata-se de um grupo de profissionais da área de psicologia. As personagens principais deste trabalho são os bonecos Lili e Juquinha, e os Monstrinhos das emoções: raiva, alegria, tristeza e medo.



O primeiro episódio "**O que é esse tal de coronavírus?**" apresenta quem são os personagens e os motivos que levaram todos a ficarem confinados. Informações sobre o que é o COVID-19 também são fornecidas.

[CLIQUE AQUI: O QUE É ESSE TAL DE CORONA VÍRUS](#)

O segundo episódio "**Uma nova realidade**" falará sobre como podemos potencializar as atividades oferecidas neste período de isolamento. Ressalta que a diversidade de atividades contribuirá para o desenvolvimento da criatividade, da capacidade imaginativa e proporcionará bem estar às nossas crianças.

[CLIQUE AQUI: UMA NOVA REALIDADE](#)

Para os responsáveis: recomendamos a leitura do texto na próxima página!

Esperamos que apreciem!!

MATERIAL COMPLEMENTAR – VÍDEO 1

APROFUNDAMENTO

Diante de um momento em que todos vivemos uma privação no nosso contato social, é normal que nossos filhos sintam uma série de emoções e sentimentos de forma não linear, ou seja, cheios de altos e baixos. Ficam tristes, alegres, sentem tédio, raiva, se estressam, voltam a ficar esperançosos, ficam com medo, sentem saudade...

Esse é um momento que vai exigir de nós muita paciência, serenidade e até criatividade.

A criança ainda não tem a mesma compreensão da realidade que tem um adulto, por isso, muitas vezes, não consegue perceber e entender essa situação como nós. Sua disposição para lidar com os desafios pode oscilar, e terá dia em que ela estará mais tranquila, outros em que estará mais incomodada. Por isso, precisamos ter paciência diante de suas reações e atitudes. Isso acontece não somente por estarem imersas em fortes emoções ou terem algumas fragilidades emocionais, mas também pelo simples fato de ainda não terem maturidade cognitiva para entenderem a situação de forma mais ampliada.

Quando consideramos o desenvolvimento cerebral humano, é interessante saber que cada parte do cérebro possui algumas funcionalidades específicas e que seu amadurecimento se dá gradativamente. As partes relacionadas a instintos mais básicos se desenvolvem primeiro do que as áreas relacionadas às habilidades de raciocínio.

Nesse período em que os pais precisam conciliar cuidados com os filhos, trabalho e afazeres domésticos, a paciência tende a ser muito requisitada. Muitas vezes, as crianças não conseguem entender que estamos super ocupados e também estamos nos adaptando com uma nova realidade. A noção de tempo da criança é muito diferente da de um adulto, por isso, quando falamos para uma criança “Agora não dá”, ela volta 5 minutos depois. Esses 5 minutos podem ser uma eternidade para ela.

Se compreendermos que todos nós estamos vivendo uma experiência que nos exige uma boa disposição para fazer as adaptações que precisam ser feitas e que tudo isso é muito exigente com a criança também, podemos nos colocar diante delas com uma postura mais paciente, acolhedora, dando-lhe toda segurança que ela precisa e merece ter.

Valide os sentimentos do seu filho

A principal recomendação é validar o sentimento da criança sempre. Por mais que algo possa parecer simples para nós, para ela pode ser real e, muitas vezes, indominável sem a nossa ajuda. Lembre-se: nesse momento de quarentena, os sentimentos e emoções tendem a altos e baixos.

- 1) **Sempre valide o sentimento do seu filho:** reconheça os sentimentos dele como legítimos. Isso é essencial para que ele possa ser capaz de lidar com ele.

- 2) **Respeite o tempo da criança:** não precisamos oferecer soluções imediatas para ela. Muitas vezes, o que a criança precisa é exatamente de tempo para viver sua emoção e, a partir daí, conseguir compreendê-la melhor.
- 3) **Ofereça apoio:** deixe claro ao seu filho que ele não está sozinho. Isso pode ser reconfortante para ele. Sentir que tem liberdade para entrar em contato com seus sentimentos sabendo que, se precisar, encontrará apoio é primordial para um desenvolvimento bem estruturado.
- 4) **Ajude-o a refletir com tranquilidade sobre o que está vivendo:** pensem juntos sobre o tamanho do problema, as possibilidades que existem para aceitá-lo, conviver com ele, modificá-lo ou, até mesmo, eliminá-lo permite à criança se desenvolver em suas capacidades de encarar e superar obstáculos que a vida lhe trouxer
- 5) **Não querer concluir por ele:** entender que as interpretações e conclusões de vida são pessoais significa que posso pensar junto com uma pessoa, mas não sentir ou agir por ela. Assim, a criança precisa ter autonomia para sentir, interpretar e concluir.

Nós, enquanto pais e responsáveis, precisamos sempre estar atentos ao nosso “piloto automático”. Na correria e atribulações do dia a dia, corremos o risco de interpretar diversas vivências de nossos filhos sob o nosso prisma e nosso olhar de adulto apenas, sem considerar a percepção infantil do momento vivido.

Mas, se estamos conscientes dessa diferença, conseguiremos significativamente ajudar nossos filhos, pois seremos capazes de compreender a interpretação limitada infantil. Assim podemos ajudá-los tranquilamente a perceber que estamos passando por um momento difícil e, mesmo que distantes de algumas pessoas, estamos todos juntos.

Crianças são cinestésicas e precisam de movimentação corporal

Outro ponto importante que precisamos considerar é que as crianças são naturalmente cinestésicas e precisam de movimentação corporal. Elas se comunicam, aprendem, brincam e se desenvolvem através do corpo.

Às vezes, só o fato de sair e correr no quintal para elas já alivia bastante. Mas, na realidade atual, muitas delas acabam por conta do confinamento não tendo essa possibilidade.

Precisamos olhar para essa necessidade que nossos filhos apresentam e entender: se queremos que eles se acalmem, precisamos reconhecer esse sentimento como legítimo e tentar encaixar na nossa rotina, no nosso dia a dia, momentos para estarmos com eles e os aproveitar de forma produtiva.

Se eu sei que meu filho é mais agitado, mais cinestésico, podemos pensar em estratégias para “gastar” essa energia em casa. Reserve um momento para:

- Fazer uma coreografia de uma dança que encontrarem na Internet (procure decidir em conjunto);
- Fazer exercícios simples de yoga para crianças junto com seu filho;
- Brincar de mímica ou encenar a história de um livro.

Por fim, seja criativo! Acompanhe nossas sugestões de atividades e continue com a gente nessa construção! Você irá encontrar estratégias valiosas.

Abraços virtuais,
Equipe Ludie