



A criança
de 4 a 6 anos

A criança e a criatividade

A imaginação
da criança é
importante para seu
desenvolvimento.

A criança comunica o que vê, o que pensa e o que sente, por meio da fala, dos gestos, dos sentimentos e dos desenhos.

A criança gosta muito de rabiscar, desenhar, pintar e construir objetos.

Materiais muito simples que a família tenha em casa são excelentes para a criança criar coisas brincando:

- Gravetos, pedacinhos de tijolo, pedra ou carvão servem para rabiscar e desenhar.*
- Caixas, garrafas plásticas vazias e latas, para criar brinquedos.*
- Barro, para modelar bichinhos e bonecos.*

A criança tem necessidade de brincar com brinquedos e objetos.

Pergunte aos pais se eles conversam com a criança sobre o que ela faz na pré-escola.

Incentive a família a mostrar para a criança a criação de algum artista ou artesão local. Assim, ela pode conhecer e valorizar o que é feito na sua comunidade.

Cada uma a seu modo, seja por meio de conversas, de desenhos e pinturas, de idéias diferentes ou dos movimentos corporais, as crianças demonstram sua criatividade.

A família deve estimular a criança a criar e valorizar o que ela faz.

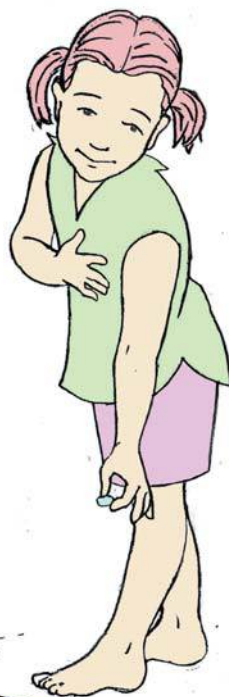


A criança
de 4 a 6 anos

A criança e a criatividade

O que minha criança gosta e sabe fazer?

11



A criança gosta de brinquedos e objetos para brincar e criar.

É importante que a família estimule a criança a criar, elogie e valorize o que ela faz.

Verifique se, na sua casa e na pré-escola, existem materiais variados para a criança brincar e criar.

Quando a criança está à vontade e não se preocupa com o que os outros pensam sobre ela, expressa melhor a sua criatividade.

Criança gosta que as pessoas valorizem o que ela já sabe fazer.



A criança
de 4 a 6 anos

A criança e a música

Leia, cante, imagine
e entre num
mundo encantado.

A criança gosta de cantar, de ouvir a própria voz e que cantem para ela.

É bom mostrar para a criança que a vida é cheia de sons e melodias. O tic-tac do relógio, o trem passando, a chuva caindo, o chiado da panela de pressão, tudo produz som e tem ritmo.

A criança gosta quando seus pais constroem para ela instrumentos musicais com objetos existentes na casa, pode ser flauta de pedalo

de bambu, tambor de lata, chocalho de latinha com pedra dentro, reco-reco de madeira.

Esses brinquedos simples ajudam a criança a se desenvolver e a criar sons, ritmo e melodia.

É importante que a família esteja atenta ao que a pré-escola ensina para a criança, como são os seus desenhos e que músicas sabe cantar.

A pré-escola e a família devem proporcionar à criança a oportunidade de criar suas próprias danças, cantos e músicas.



A criança
de 4 a 6 anos

A criança e a música

12

Por que a música é importante?



Por meio da música, a criança aprende, em casa ou na pré-escola, a expressar sentimentos, a dançar com harmonia e produzir sons e ritmos.

Muitos objetos que existem em casa podem virar instrumentos musicais.

É importante pedir para ouvir as músicas que a criança aprendeu a cantar e para ver os desenhos e as pinturas que ela fez na pré-escola.

A família deve valorizar o que a criança sabe fazer e acompanhar o que a pré-escola está ensinando e o que ela está aprendendo na comunidade.

A música aproxima as pessoas, diverte e desenvolve a criatividade.



A criança
de 4 a 6 anos

A criança e os materiais impressos

Lugar de livro
no na estante,
nas mos
das crianças.

A criança precisa ter contato desde cedo com materiais impressos, como livros, revistas e folhetos. Assim, ela aprende que a palavra escrita e as ilustrações comunicam ideias e pensamentos.

Nessa idade, a criança gosta de ouvir histórias que as pessoas lêem em livros para ela. Gosta também de pegar um livro e fazer de conta que está lendo.

A família pode construir pequenas histórias, junto com a criança, com materiais disponíveis em casa. Revistas, folhetos e jornais de propaganda têm muitas figuras que podem ser recortadas para ilustrar o livro de histórias.

Pais que mostram para a criança palavras escritas estão preparando-a para, mais tarde, aprender a ler e escrever.

Atenção:

- Observe se a criança tem acesso a materiais escritos.
- Estimule as famílias a reunir livros e revistas e a ler para as crianças.
- Identifique contadores de histórias, ou escritores, para animar rodas de leitura na comunidade.

Contar histórias cheias de magia, aventura e suspense estimula a criança a querer ler e escrever.



A criança
de 4 a 6 anos

A criança e os materiais impressos

Por que é importante que a criança tenha livros?

13



A criança precisa ter contato com a palavra escrita e as figuras dos livros, revistas e folhetos. Os adultos devem ler para ela histórias, cartas, notícias no jornal, folhetos, anúncios na rua.

Fazer de conta que está lendo um dos livros fortalece a imaginação e prepara a criança para aprender a ler e escrever.



A escrita e as ilustrações são importantes, pois comunicam ideias, servem para planejar ações e não esquecer das coisas importantes.



A criança
de 4 a 6 anos

A criança e a televisão

Crie um mundo
de fantasias:
incentive a leitura.

A televisão traz para dentro das casas informações, cultura e lazer. Não se sabe com certeza em que a televisão ajuda e em que prejudica o desenvolvimento da criança. O que se sabe é que a criança não deve passar a maior parte do tempo vendo televisão, porque isso impede que participe de outras atividades e brincadeiras, e expõe a criança a programas não recomendáveis para a sua idade.

A família deve conversar com a criança e orientá-la sobre o que ver na televisão, pois é a responsável por acompanhar o que a criança pode assistir.

É importante que a família assista aos programas junto com a criança e converse com ela sobre o que viram. Os valores expostos pela televisão não podem anular ou substituir aquilo que as famílias acreditam e praticam.

A televisão não pode substituir as outras atividades e brincadeiras da criança.



A criança
de 4 a 6 anos

A criança e a televisão

Quanto tempo minha criança passa vendo televisão?

14

*Isso é muito melhor
do que ver
televisão.*



A criança não deve passar muitas horas do dia vendo televisão, porque:

- *A programação da tv não deve substituir as atividades e brincadeiras.*
- *Nem todos os programas são próprios para a criança.*
- *Criança precisa brincar com outras crianças.*
- *Aumenta o risco de obesidade infantil, pois as crianças ficam paradas e comem mais salgadinhos e doces em frente da televisão.*

A família tem a responsabilidade de selecionar o que a criança pode ver na televisão.

A família precisa conversar com a criança sobre o que ela vê na televisão. Os valores da família são mais importantes do que aqueles que a televisão transmite.



A criança
de 4 a 6 anos

Alimentação

Educação é um
direito, aprender
é um dever.

Nessa fase, a criança entende melhor o valor da alimentação para a sua saúde. É bom falar para a criança o que os alimentos fazem dentro do corpo:

- Legumes, frutas e verduras são ricos em vitaminas que protegem as pessoas das infecções.
- Carnes, ovos, peixes têm proteínas que formam os músculos, o cérebro e o sangue.
- Leite e queijo têm cálcio, que fortalece os ossos e os dentes.
- Feijão, folhas verde-escuras e carnes vermelhas têm ferro, que previne anemia.
- Arroz, pão, batata, mandioca fornecem energia.

A criança já pode ter mais independência para cuidar do seu corpo e entender a importância de comer e de não comer certos alimentos para ter uma alimentação saudável.

Um prato com feijão, arroz, abóbora, verdura de folha verde-escura, um pedacinho de carne, acompanhado de suco ou fruta, tem os nutrientes de que o corpo precisa.

A criança, nessa idade, mostra que tem vontade, escolhe o que quer comer e, muitas vezes, só quer comer um tipo de alimento. A família deve estimular a criança a comer todos os tipos de alimentos, pois só uma alimentação variada contém todos os nutrientes de que a criança precisa para crescer e se desenvolver.

A criança gosta de acompanhar as pessoas na compra, colheita e preparo dos alimentos.



A criança de 4 a 6 anos

Alimentação

Por que é importante comer alimentos variados?

15



Evite ter em casa refrigerantes, salgadinhos, balas e doces. Sempre é difícil dizer não aos filhos quando há disponibilidade desses produtos.

Alimentos de cores variadas têm os vários tipos de nutrientes de que o corpo precisa para crescer e se desenvolver com saúde.

Os alimentos frescos, da região e da época, preparados com pouca gordura, pouco sal e pouco açúcar são mais saudáveis.

Quando a família tem bons hábitos alimentares, ensina, naturalmente, a criança a se alimentar de forma saudável.

A criança se alimenta melhor quando come junto com os familiares, num ambiente sem brigas e distrações.



A criança
de 4 a 6 anos

Hábitos de higiene

Todos somos
criativos!

Os hábitos de higiene pessoal já devem fazer parte da rotina da criança. Tomar banho, escovar os dentes, lavar as mãos antes das refeições e depois de usar o banheiro, pentear os cabelos são atividades que a criança já pode fazer sozinha.

Quando a família cuida da higiene da casa, da limpeza do quintal e das áreas públicas da comunidade, ensina para a criança a importância dos bons hábitos de higiene.

Sugira à família que aproveite, por exemplo, quando lavar as mãos, a oportunidade para falar sobre a água, a temperatura dela, a sensação da água na pele da criança e que lavar as mãos evita doenças.

Para que a família possa manter limpos a casa e o ambiente em que vive, é preciso que tenha acesso aos serviços de saneamento básico - água limpa, coleta de lixo e esgoto.

A criança aprende a cuidar da higiene do corpo, da casa e da comunidade com o exemplo dos adultos.

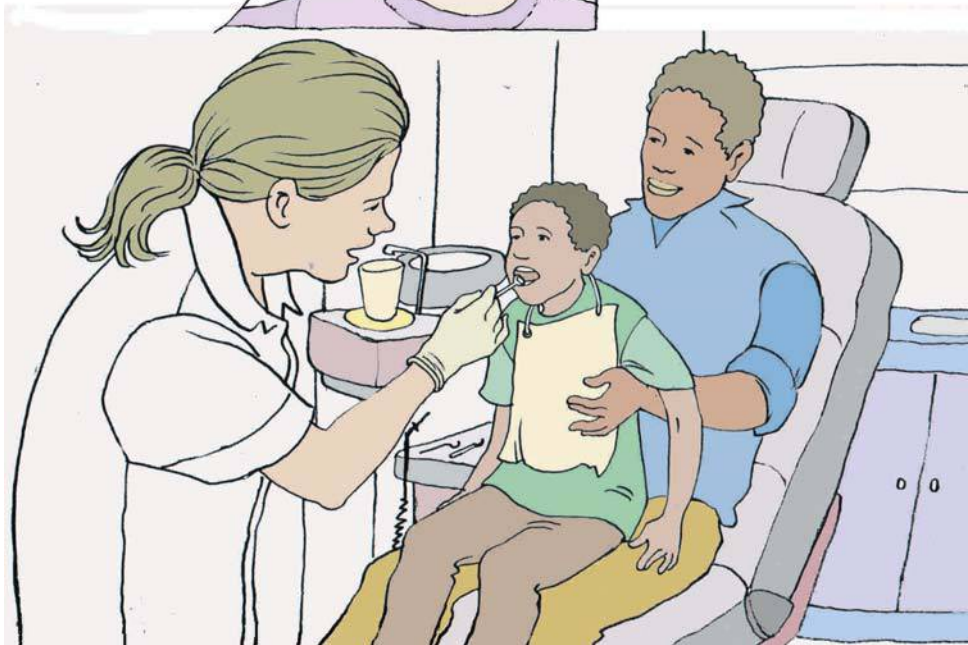


A criança
de 4 a 6 anos

Hábitos de higiene

Como ensinar os h bitos de higiene?

16



Nessa idade, a criança já pode, sozinha, tomar banho, escovar os dentes, lavar as mãos antes de comer e depois de usar o banheiro, pentear o cabelo.

Manter o quintal, a casa e as roupas limpos e os objetos organizados ajuda a criança a entender a importância de organizar e cuidar de suas coisas.

A criança desenvolve-se melhor e adocece menos num ambiente limpo.



A criança
de 4 a 6 anos

O meio ambiente

Cuidemos do
ambiente, por
uma melhor
qualidade de vida!

A criança que tem a oportunidade de conviver com pequenos animais e plantas fica interessada e curiosa a respeito do nascimento, crescimento e reprodução dos seres vivos.

Uma excelente oportunidade para que a criança aprenda a preservar o meio ambiente é ensiná-la como plantar alguma semente, cuidar da plantinha, e acompanhar o crescimento.

É preciso que os adultos tratem com respeito animais, plantas, rios, árvores, para que a criança

aprenda a cuidar dos seres vivos e a respeitar os recursos naturais do meio ambiente.

Cuidar do meio ambiente é cuidar da própria vida.

A família deve preservar o ambiente; manter limpa e organizada sua casa; tratar bem os animais e plantas; colocar o lixo em local adequado; usar água sem desperdício. Isso tudo mostra para a criança que ela também é responsável e pode fazer muito pelo ambiente em que vive.

A criança aprende com a família a cuidar do meio ambiente, a respeitá-lo e preservá-lo.

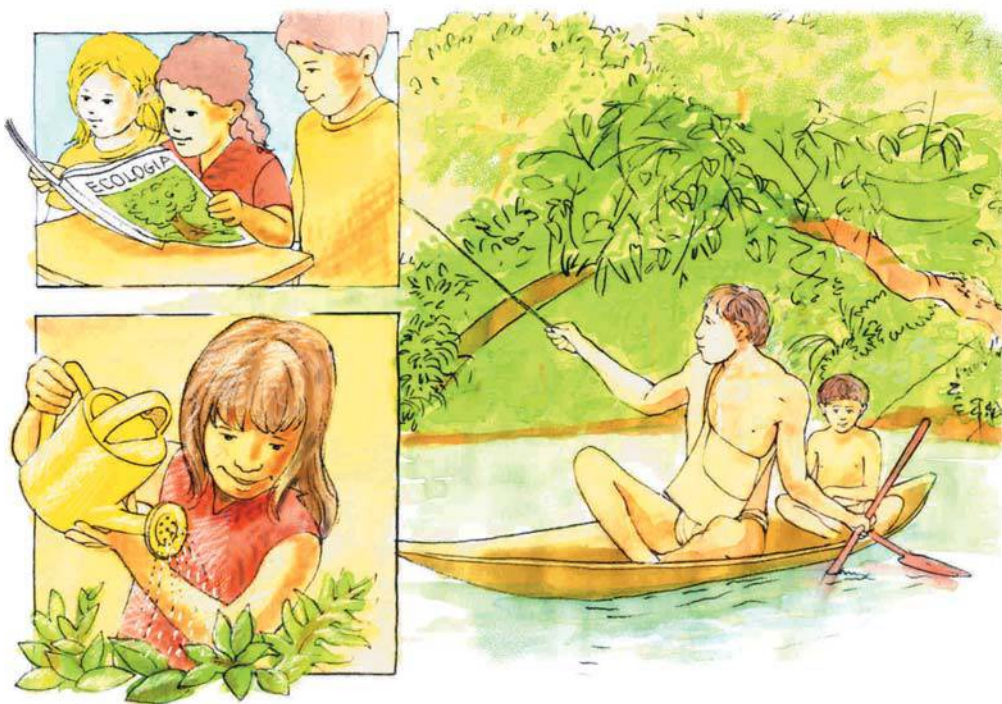


A criança
de 4 a 6 anos

Por que é importante cuidar do meio ambiente?

17

A criança precisa aprender com o exemplo dos adultos a preservar, respeitar e cuidar das plantas, dos animais, dos rios e das árvores.



Quando a família, no dia-a-dia, cuida bem dos animais e das plantas, mantém limpos e organizados a casa e o quintal, coloca o lixo em local adequado e usa água sem desperdício, está ensinando a criança a cuidar do meio ambiente.

Verifique se a pré-escola cuida e ensina a criança a cuidar do meio ambiente.

Ao ajudar a família a cuidar de plantas e animais, a criança aprende a cuidar dos seres vivos e da natureza e a respeitá-los.



A criança
de 4 a 6 anos

Malária e dengue

Qualidade de vida
também proteger a
flora e a fauna.
Participe!

A criança, nessa fase, vai gostar de saber como se transmite a malária e a dengue. O adulto pode convidá-la para ajudar na limpeza do jardim e do quintal e aproveitar a oportunidade para mostrar a ela os ovos e as larvas dos mosquitos depositados em água limpa e parada.

A criança precisa ser ensinada a eliminar os focos dos mosquitos e também a se proteger das picadas.

Para eliminar os focos dos mosquitos, é preciso:

- ❑ Eliminar objetos que acumulem água limpa, como vasos de flores, pneus, garrafas, tampinhas.
- ❑ Manter tampados tanques e caixas d'água.
- ❑ Capinar os matos dos terrenos próximos a casa.

Para se proteger das picadas, é preciso:

- ❑ Evitar ficar fora de casa no entardecer e amanhecer.
- ❑ Usar repelente ao sair de casa.
- ❑ Não tomar banho no rio ao entardecer.
- ❑ Usar mosquiteiro.

Malária e dengue são doenças graves que podem até matar.

**Os cuidados com o meio ambiente
ajudam a prevenir a dengue e malária.**



A criança
de 4 a 6 anos

Como evitar malária e dengue?

18

Vamos jogar fora
a água das latas,
pneus e garrafas?



A família deve ensinar a criança como se prevenir da dengue e da malária.

Além de controlar o foco de mosquitos, é preciso proteger a criança das picadas dos mosquitos da dengue e da malária:

- Manter a criança dentro de casa nos horários do entardecer ou amanhecer.
- Usar repelente ao sair de casa.
- Proteger camas e berços com mosquiteiro.
- Proteger portas e janelas com telas.
- Não tomar banho no rio ao entardecer.

O mosquito da dengue no respeita cerca, nem muro, por isso, todas as famílias devem manter limpos seus quintais.



A criança
de 4 a 6 anos

Verminose

Lixo nas ruas polui
o ambiente e
provoca doenças.

Nessa fase, é comum a criança ter vermes, porque está em contato com terra, brinca descalça em lugares contaminados, coloca a mão suja na boca.

O mais comum é que os vermes entrem no organismo pela boca, por meio da água, alimentos ou mãos contaminadas.

Alguns hábitos simples ajudam a evitar os vermes:

- ❑ Lavar as mãos antes de preparar e comer alimentos e depois de usar o banheiro.
- ❑ Evacuar e urinar em local adequado.
- ❑ Andar sempre calçado.

- ❑ Colocar as fezes dos animais domésticos em sacos plásticos.
- ❑ Evitar banho em lagoas que tenham caracol.
- ❑ Não comer carne em geral bem cozidas.
- ❑ Colocar no sol as roupas de cama.

Criança com verminose pode desenvolver anemia, barriga grande, desânimo, palidez, tosse seca, coceira no ânus e genitais.

Se a verminose não é tratada, poderá prejudicar o desenvolvimento da criança.

Lembrar aos pais que eles devem sempre levar a criança à Unidade de Saúde.

As famílias têm direito a serviços de saneamento, saúde e educação para que possam manter sua qualidade de vida.



A criança
de 4 a 6 anos

Verminose

19

Como proteger as crianças dos vermes?



Para proteger as crianças dos vermes, é preciso:

- *Lavar as mãos antes de preparar e comer os alimentos e depois de usar o banheiro.*
- *Não deixar que as crianças façam cocô e xixi no quintal.*
- *Manter os animais domésticos limpos e medicados contra os vermes.*
- *Que cada pessoa tenha sua própria toalha.*

Criança com verminose pode ficar pálida pela anemia e fraca. Pode ter tosse seca, coceira no ânus e genitais, barriga grande.

Bons hábitos de higiene e acesso a serviços de saneamento básico são fundamentais para evitar as verminoses.



A criança
de 4 a 6 anos

Sade bucal

Preserve hoje
para que seus
filhos tenham o
que contar amanh.

A crianāa comeāa a perder os dentes de leite e, no lugar desses, nascem os dentes permanentes.

Por volta dos 6 anos, os molares nascem no fundo da boca. Esses dentes sāo permanentes.

Se a crianāa teve a oportunidade de aprender a cuidar dos dentes de leite, agora fica mais fācil manter a higiene dos dentes permanentes.

Para manter os dentes saudāveis, a crianāa precisa de alimentaāo saudāvel, evitando doces e refrigerantes. A crianāa deve escovar os dentes ao acordar, depois das refeiāes, antes de dormir e toda vez que comer doces e beber refrigerantes.

ā preciso que a crianāa tenha uma escova de dentes sā para ela.

Os dentes devem ser escovados da seguinte maneira:

- ā No sentido que eles crescem, tanto na parte de dentro como na de fora.*
- ā A parte plana dos dentes ā escovada com movimento de vaivām.*
- ā Por fim, escovar a l'ngua.*

A sade da boca depende de uma alimentaāo saudāvel e de bons hābitos de higiene.



A criança
de 4 a 6 anos

Saúde bucal

20

Como ter dentes saudáveis?



A criança terá dentes fortes e saudáveis se os cuidados começarem ainda na gestação:

- *Mãe bem alimentada e com bons hábitos de higiene.*
- *Aleitamento materno até os 2 anos de idade.*
- *Alimentação saudável, com pouco açúcar.*
- *Escovação diária, ao acordar, depois das refeições, antes de dormir e sempre que a criança comer doce ou beber refrigerante.*

A saúde da boca depende de alimentação saudável e boa higiene bucal.