

**MY FIRST  
DESK**

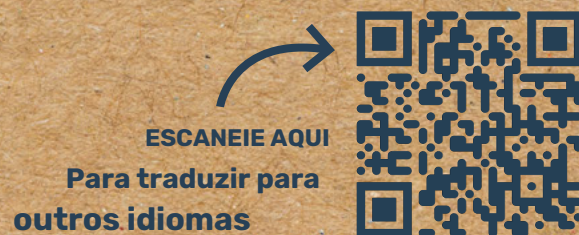


# MANUAL PARA ADULTOS

Para se preparar para a Educação Infantil

**UM GUIA BASEADO EM BRINCADEIRAS PARA  
FORMAR APRENDIZES PARA A VIDA TODA**

**Vamos começar!**





# O QUE MAIS IMPORTA

## Este kit se concentra em:

- Aprender brincando
- Fortalecer a confiança
- Desenvolver habilidades para a vida real
- Apoiar como as crianças aprendem – não apenas o que aprendem

## Desenvolvendo a atenção:

Atenção é uma habilidade essencial para chegar ao jardim de infância preparado(a). Em tarefas conduzidas por adultos, as crianças geralmente conseguem se concentrar por cerca de 1 minuto para cada ano de idade (4 anos = 4 minutos). Já na brincadeira, elas ficam envolvidas por muito mais tempo!

## Como usar este kit de atividades:

- Siga o ritmo da criança
- Mantenha as atividades curtas e divertidas
- Repita com frequência

**A CONFIANÇA COMEÇA  
ANTES DO PRIMEIRO DIA**



# PER-HANDWRITING PRANCHA INCLINADA APAGÁVEL A SECO™

## Atividade 1:

### Role o dado e escreva

Antes de as crianças conseguirem escrever bem letras ou formas, elas precisam dominar os traços básicos.

Pratique estes com frequência na prancha inclinada:

Linhas verticais | | | | | | | |

Linhas horizontais - - - - -

Círculos o o o o o o o

Cruzes + + + + + + +

Quadrados, Triângulos, Zigue-zagues,  
Linhas curvas Jogue o dado e escreva essa  
quantidade de linhas, formas ou até letras.

## Atividade 3:

### Ligue os Pontos

O responsável desenha pontos aleatórios e a criança liga os pontos usando a régua para fazer linhas retas.

O responsável desenha pontos para formar figuras grandes. A criança liga os pontos e diz o nome da forma.

O responsável desenha pontos para formar as letras do nome da criança. A criança liga os pontos para formar as letras e nomeia cada uma.

## Atividade 5:

### Desenhe, Meça, Registre

Desenhe uma linha reta usando a régua. Use a régua para medir a linha. Prenda um pregador de roupa na linha numérica para registrar o comprimento da linha. Repita com uma segunda linha e deslize o pregador pela linha numérica para mostrar a soma do comprimento das duas linhas.

## Por que isso é importante:

### Aprendendo a escrever em uma prancha inclinada

- Favorece uma melhor posição da mão e uma pegada mais firme
- Ajuda a manter uma boa postura
- Fortalece os músculos da mão e dos dedos e desenvolve o controle
- Aprimora habilidades visuais para ajudar na formação das letras, no tamanho e no espaçamento

## Atividade 2:

### Desafio do Padrão Imitador

O responsável desenha um padrão XOXOXO. A criança copia o padrão abaixo, dizendo a forma ou a letra em voz alta.

\*Revezem para decidir quem é o líder

## Atividade 4:

### Contorne, Apague, Contorne

Contorne o molde com a caneta de quadro branco. Crie um fundo para a imagem.

Apague. Contorne de novo e faça um novo fundo. Conversem sobre os fundos e por que a criança os criou.



# HABILIDADES DE AUTOCUIDADO

**Por que isso é importante:**

## A independência fortalece a autoconfiança

- Pratique lidar com as roupas ao usar o banheiro
- Pratique vestir o casaco, encaixar o zíper e puxar para cima!  
– E também treine os botões
- Pratique lavar as mãos cantando o alfabeto
- Pratique calçar os sapatos e colocar as meias
- Pratique abrir embalagens de lanchinhos, como saquinhos tipo zip e pacotinhos pequenos
- Pratique manusear e beber em garrafinhas de água

### **Atividade 1: Pratique amarrar os sapatos com o cartão de cadarço para treino.**

1. A criança passa o cadarço pelos furos do cartão.
2. O adulto demonstra como dar um laço, narrando o passo a passo; depois repete, deixando o último passo para a criança fazer.
3. O adulto amarra o sapato uma terceira vez, deixando os 2 últimos passos para a criança fazer.
4. Repita até a criança conseguir completar todos os passos enquanto o adulto vai narrando.

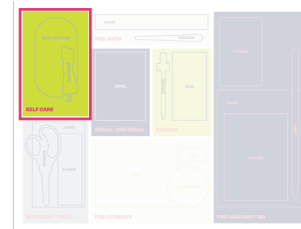


*Dr. Aimee*

**Dica para dar certo:**

Essa estratégia se chama **“encadeamento reverso”** e ajuda as crianças a se sentirem bem-sucedidas porque elas sempre terminam a atividade. Elogie a cada tentativa, mesmo que façam só a última etapa.

**PROCURE  
ESTA SEÇÃO  
NESTE KIT**





# HABILIDADES DE PRÉ-ALFABETIZAÇÃO

## Por que isso importa: A linguagem é a base para a leitura

- Aponte letras e sons em placas, caixas de cereal e nos livros
- Modele letras com massinha
- Contorne letras em revistas e em etiquetas

### Atividade 1: Previsão da História

Enquanto lê um livro para a criança, faça uma pausa e pergunte o que ela acha que vai acontecer em seguida. Converse sobre fazer previsões e use termos como primeiro, depois, em seguida e, por fim, para falar sobre a sequência.



### Atividade 2: Atividade de Contornar Letras

1. Criança usa o dedo para contornar as letras na caixa.
2. Criança usa o dedo para desenhar letras bem grandes no ar, dizendo em voz alta a letra e o som dela.

Escreva letras na espuma de barbear!



### Atividade 3:

Role o dado e faça rimas

1. Jogador 1 diz uma palavra.
2. Jogador 2 rola o dado e soma os pontos.
3. Jogador 2 diz essa quantidade de palavras que rimem com a palavra.
4. Revezem as rodadas.



### Atividade 4: Leia e Relembre

Enquanto lê Ready for Kindergarten, faça uma pausa para fazer à criança as perguntas interativas. Aproveite as respostas dela para iniciar uma conversa sobre ir para o jardim de infância.



*Dr. Aimee*

**Dica para dar certo:**

Desenvolva a linguagem narrando as brincadeiras da criança. Faça perguntas e converse sobre o que ela está fazendo e por quê.

**PROCURE ESTA SEÇÃO NESTE KIT**



# HABILIDADES PRÉ-ESCRITA

## Atividade 1: Varal do Alfabeto

1. Estenda um barbante com prendedores, como um varal.
2. Escreva uma letra do nome em cada cartão.
3. Coloque os cartões em ordem e prenda no barbante com os pregadores.

**Experimente outras palavras também!**



## Atividade 2: Corrida de Pião

1. No chão, apoiados nas mãos e nos joelhos, criança e adulto se revezam para girar o pião usando 3 dedos.
2. Contem os segundos juntos.
3. O giro mais longo marca um ponto – repita

(Ajuda a desenvolver paciência e a esperar a vez; além disso, sustentar o peso no chão fortalece)



## Por que isso importa: Mãos fortes = escrita mais fácil

- Pinte as formas na caixa com giz de cera, tentando controlar o movimento da mão
- Contorne letras na caixa enquanto um adulto narra (comece em cima, desça)
- Aperte miçangas na massinha e retire com uma pinça
- Treine usar as duas mãos: segure o molde firme com uma e contorne o desenho com a outra, ou passe miçangas no fio

## Atividade 3: Colagem de adesivos

1. Descole e cole adesivos em círculos na caixa.
2. Descole e cole adesivos na linha ao redor das laterais da caixa.
3. Um adulto narra a colocação do adesivo "na" linha para ensinar o posicionamento das letras na hora de escrever.



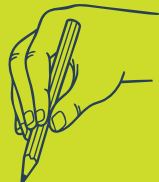
## Evolução da pegada do lápis



1 - 1,5 anos



2 - 3 anos



3,5 - 4 anos



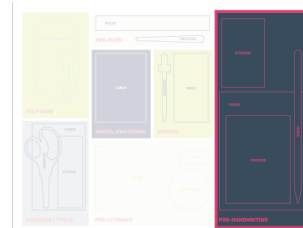
4,5 anos ou mais

*Dr. Aimee*

## Dica para dar certo:

As crianças geralmente definem a mão dominante antes da pré-escola. Se a criança ainda estiver alternando as mãos, experimente atividades com as duas mãos que exijam uma mão para estabilizar e outra para agir, como enfiar cadaço ou montar colares com miçangas, para desenvolver a coordenação da mão dominante e fortalecer a outra.

**PROCURE ESTA SEÇÃO NESTE KIT**



# HABILIDADES PRÉ-MATEMÁTICAS

## Atividade 1 :

### Caça ao Tesouro com Massinha: Contagem

1. Role os dados. Some os dois resultados.
2. Separe essa quantidade de miçangas.
3. Amasse as miçangas na massinha.
4. Use os dedos ou uma pinça para tirar cada miçanga.
5. Pergunte sempre à criança quantas miçangas ainda faltam encontrar na massinha.

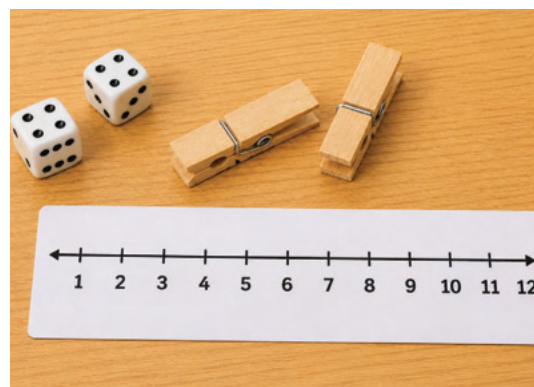


## Por que isso importa: Entender números deixa a matemática muito mais fácil

- Conte coisas do dia a dia – lanches, brinquedos, passos ou carros passando
- Peça para a criança tocar em cada item enquanto conta, ligando os números aos objetos
- Separe os itens em grupos e conversem sobre “mais” e “menos”
- Acrescente itens aos grupos e depois tire alguns para mostrar adição e subtração
- Despeje, pegue com a colher e meça enquanto cozinham ou assam algo juntos
- Separe e classifique itens por cor, tamanho ou tipo. Conversem sobre preferências e diferenças

## Atividade 2 : Diversão na Linha Numérica

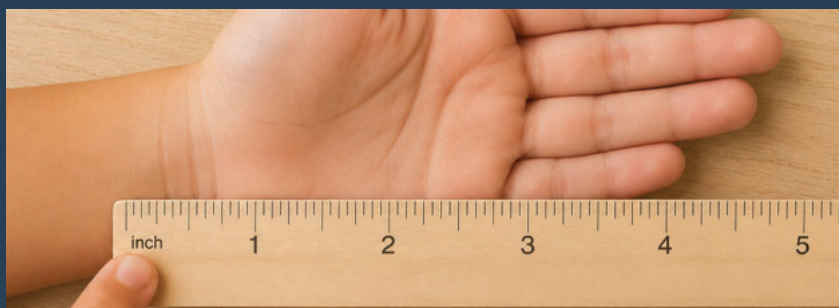
1. Role um dado.
2. Coloque o pregador nesse número na reta numérica.
3. Role o segundo dado.
4. Desloque o pregador a quantidade do segundo dado para mostrar a soma dos números.



## Atividade 3 : Medir e Comparar

1. A criança usa uma régua para medir a mão, do pulso até a ponta dos dedos.
2. Encontre objetos que sejam mais longos e mais curtos do que a mão.

\*Incentive a criança a fazer previsões



*Dr. Aimee*

**Dica para dar certo:**

Comece pelo básico e use objetos de verdade – nada de folhas de exercícios para aprender matemática!

**PROCURE POR  
ESTA SEÇÃO  
NESTE KIT**





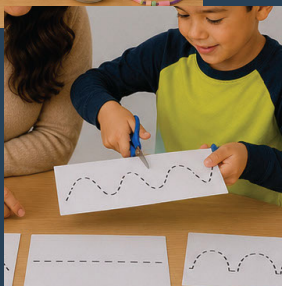
# TESOURA / USO DE FERRAMENTAS

**Por que isso importa:**  
**Conhecer as “ferramentas”  
do jardim de infância  
facilita a adaptação.**

## Atividade 1:

### Progressão de habilidades com tesoura

1. Segure o canudo com uma mão e corte em pedacinhos de 1/4".
2. Junte os pedaços e passe-os no limpador de cachimbo, alternando com miçangas para formar um padrão e criar uma pulseira.
3. Faça pequenos cortes nas bordas do cartão de tesoura, seguindo as linhas em negrito.
4. Corte o cartão de um lado ao outro.
5. Quando a criança já conseguir abrir e fechar a tesoura e cortar seguindo uma linha, tente recortar formas em um cartão mais avançado.
6. Depois, pratique o corte com papel.



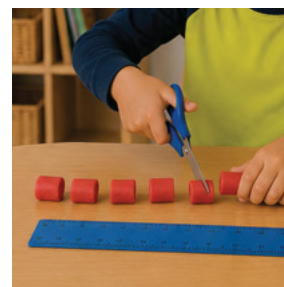
**Sempre supervisione as atividades com tesoura**



## Atividade 2:

### Recorte de formas com tesoura

1. Achate a massinha, formando uma “pizza” bem fininha com a palma da mão.
2. Use a tesoura para picotar a “pizza” em triângulos.
3. Faça uma bolinha com a massinha e, depois, com as duas mãos, enrole até virar um “cachorro-quente”.
4. Use a tesoura para picotar o “cachorro-quente” em pedaços do mesmo tamanho. Meça os pedaços com uma régua e conversem sobre o tamanho. (Menor, Maior)



*Dr. Aimee*

**Dica para dar certo:**

Desenhe uma carinha sorridente na unha do polegar da criança; assim, enquanto ela estiver picotando, você pode lembrá-la de manter o polegar para cima dizendo: “Onde está a carinha sorridente?”

**PROCURE  
ESTA SEÇÃO  
NESTE KIT**



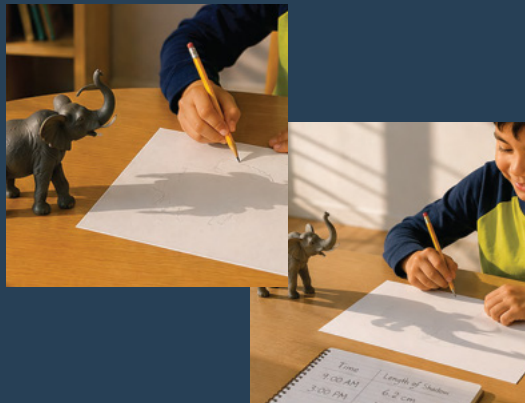


# CIÊNCIA & CURIOSIDADE

## Atividade 1:

### Sombras de Animais

1. Use uma lanterna ou a luz do sol.
2. Coloque o animal de plástico ao lado do papel.
3. Contorne a sombra. Meça a sombra com uma régua.
4. Mova a lanterna ou espere um pouco e, então, contorne a sombra e meça de novo. Anote os números e compare.
5. Conversem sobre o que mudou. As sombras aumentaram ou diminuíram? Falem sobre ângulos, comprimento, largura, tamanho e direção. Conversem também sobre a rotação da Terra e o ângulo do Sol.



## Por que isso importa: A curiosidade impulsiona o aprendizado para a vida toda

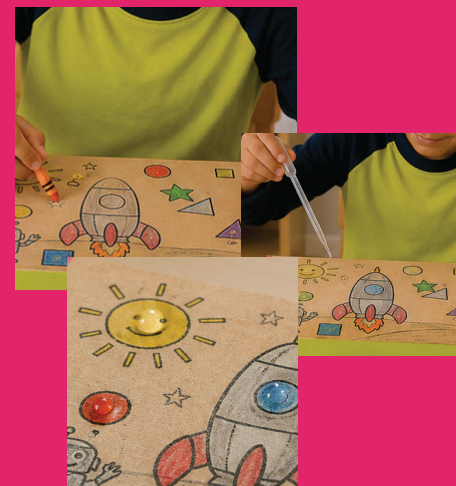
- Use materiais como bastão de cola, dados, tesouras e régua
- Incentive as crianças a fazer previsões durante as brincadeiras e as histórias
- Registre as observações em imagens para ensinar o método científico.
- Faça uma caminhada na natureza e colete itens. Separe-os e conversem sobre eles

## Atividade 2:

### Descoberta com

**Conta-gotas** 1. Pinte as formas na caixa com um giz de

2. Use o conta-gotas para pingar 3 gotas de água na caixa.
3. Pingue 3 gotas de água sobre a forma colorida e observe as gotinhas se formarem.
4. Converse sobre como o papel é poroso e a cera não é.



## Atividade 3: Caminhada na Natureza

Faça uma caminhada na natureza e recolha itens na sacola de papel (fornecida). Leve os itens para casa e separe-os por tamanho, cor ou textura. Crie padrões. Conversem sobre o que gostam e as diferenças.

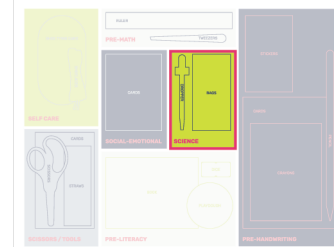


## Atividade Extra

1. Encha alguns copos com água. Adicione corante alimentício para deixar a água de cores diferentes.
2. A criança enche o conta-gotas com a água colorida e pinga sobre a toalha de papel, observando as cores se misturarem.
3. Façam previsões sobre quais novas cores vão aparecer.
4. Conversem sobre causa e efeito.



**PROCURE  
ESTA SEÇÃO  
NESTE KIT**



# HABILIDADES SOCIOEMOCIONAIS

**Por que isso é importante:**  
**Crianças aprendem melhor quando se sentem seguras e confiantes**

**Atividade 1: Cartões de Encontro para Brincar**

1. Escreva o nome nos cartões de encontro para brincar
2. Conversem sobre com quem a criança quer marcar um encontro para brincar e ensaiem como convidar a outra criança para brincar junto.
3. A criança entrega o cartão a um(a) amigo(a)!



- Converse sobre os sentimentos e as emoções dos personagens em livros e programas
- Marque encontros para brincar para que as crianças pratiquem habilidades sociais
- Brinque de jogos em que é preciso esperar a vez
- Espere um pouco antes de ajudar, para ensinar a resolver problemas
- Peça para a criança aguardar alguns segundos pela sua atenção

**Atividade 2:**  
**Nomeie as emoções**

Use os ícones de emoções abaixo para ajudar a criança a dar nome ao que está sentindo. Conversem sobre esse sentimento e relembrem um momento em que você se sentiu assim. Isso dá às crianças palavras para contar como elas se sentem.



**Atividade 3:**  
**Fantoches social + emocional**

Use o saquinho de papel marrom incluído para fazer um fantoche: desenhe um rosto e roupas com giz de cera no saco. Dê um nome ao fantoche. Use-o para ajudar a criança a expressar emoções, fazendo perguntas ao fantoche e deixando que ela responda como se fosse ele.



**PROCURE  
ESTA SEÇÃO  
NESTE KIT**

