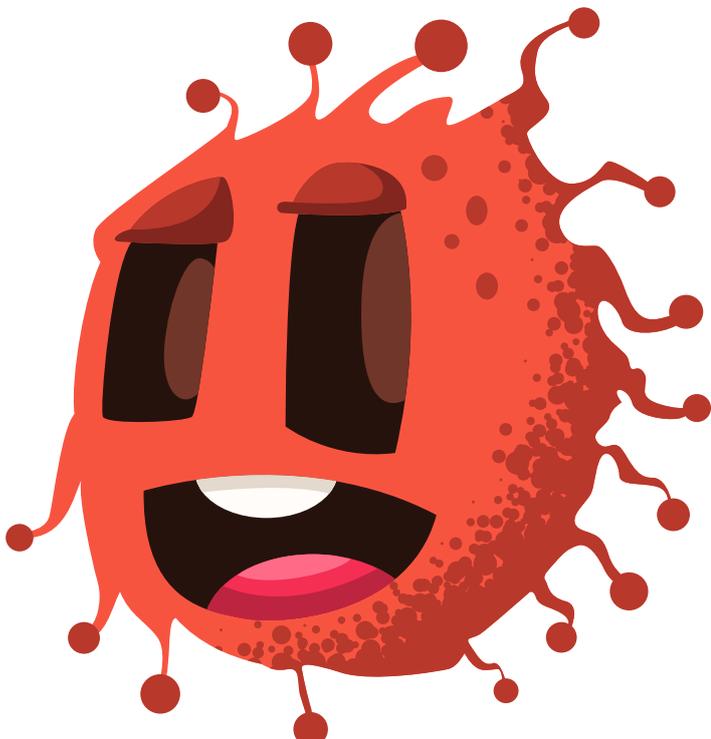


# MANUAL DE BRINCADEIRAS PARA FORTALECER CRIANÇAS E FAMÍLIAS EM TEMPO DE CORONAVÍRUS



**Guia de brincadeiras para  
fortalecer crianças e famílias  
em tempo de coronavírus**



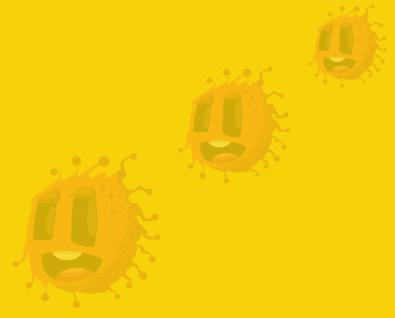
# Meu nome é Coronavírus

**Olá, criança!**

Já ouviram falar do vilão "coronavírus"? Pois é, ele é parente do vírus da gripe e do resfriado, e está causando muitas mudanças em nossas casas. Não podemos deixar esse vírus vencer! Precisamos aproveitar este momento juntos, em família, para fortalecer nossos laços e mandarmos esse vilão para bem longe de nós!



# Então, o que devemos fazer para nos proteger?



1. Lave bem as mãos com água e sabão, sempre que puder, ou use álcool em gel;
2. Evite abraçar, beijar ou apertar a mão dos seus amiguinhos. Assim, todo mundo se protege;
3. Não compartilhe copos, talheres, pratos, objetos pessoais e nem material escolar com seus amigos, para evitar contaminação;
4. Vamos proteger o vovô e a vovó. Então, que tal fazermos um combinado de não beijá-los ou abraçá-los só por enquanto? Porque depois que isso tudo passar, vamos aproveitá-los muito!





# Segunda-feira é dia de:

Brincar de amarelinha;

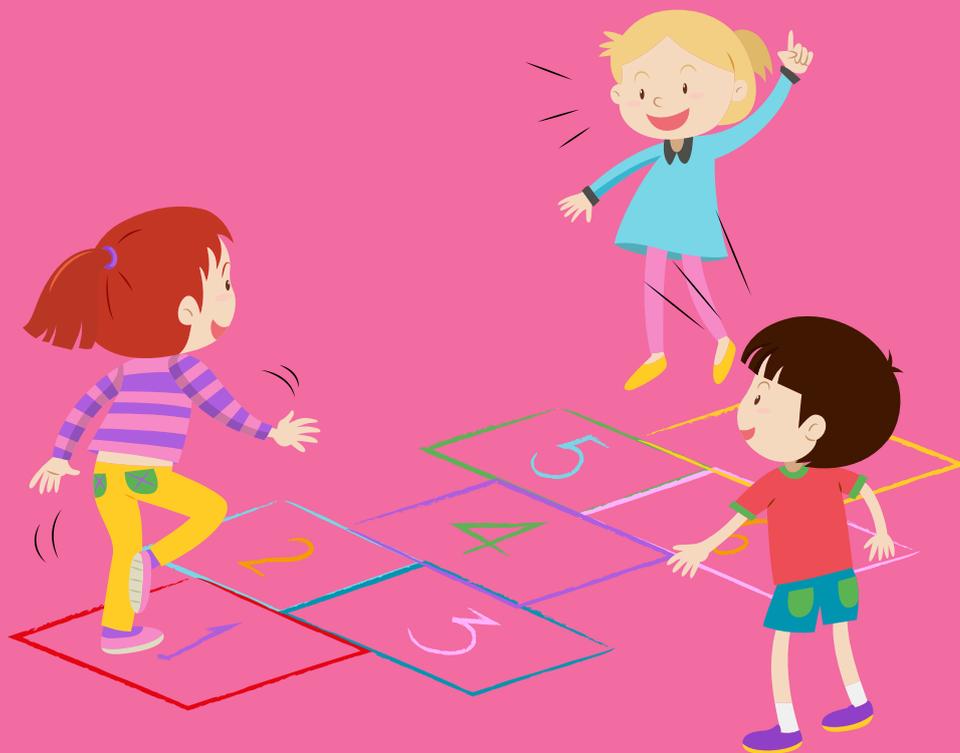
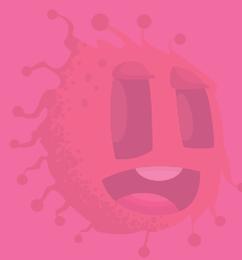
Ajudar o papai e a mamãe a cuidar da casa (ferrar a cama, dar a comida do pet, retirar o prato da mesa);

Assistir um desenho ou um filme em família;

Brincar de quebra-cabeça;

Ler um gibi ou um livro; Desenhar o que mais interessou no gibi ou no livro;

Ouvir a leitura de uma história antes de dormir.



# Terça-feira é dia de:

Criar um boneco de bexiga;

Construir um caminho com fitas em casa;

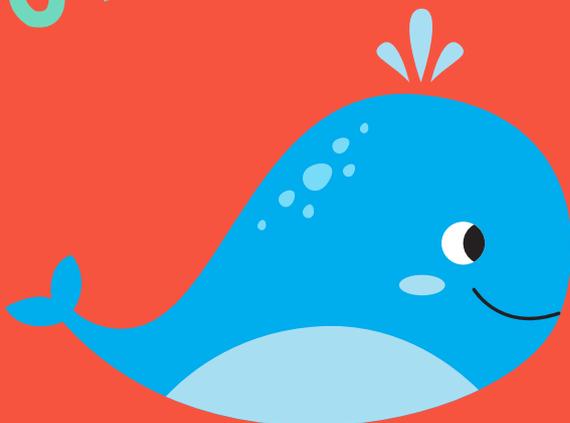
Fazer pintura com esponja de cozinha;

Fazer pintura com algodão;

Construir objetos com papelão;

Construir pinball;

Resolver um caça-palavras;



--	--	--	--	--	--

# E quarta-feira, vamos fazer o quê?

Golf de papelão;

Desafio com fitas;

Brincar de cabana;

Aprender a fazer um origami;

Fazer massinha de modelar com farinha de trigo;

Brincar de "Seu mestre mandou";

Brincar de esconde- esconde.



O mestre  
mandou!



# Oba, quinta feira chegou! O que podemos fazer?

Hockey de balão;

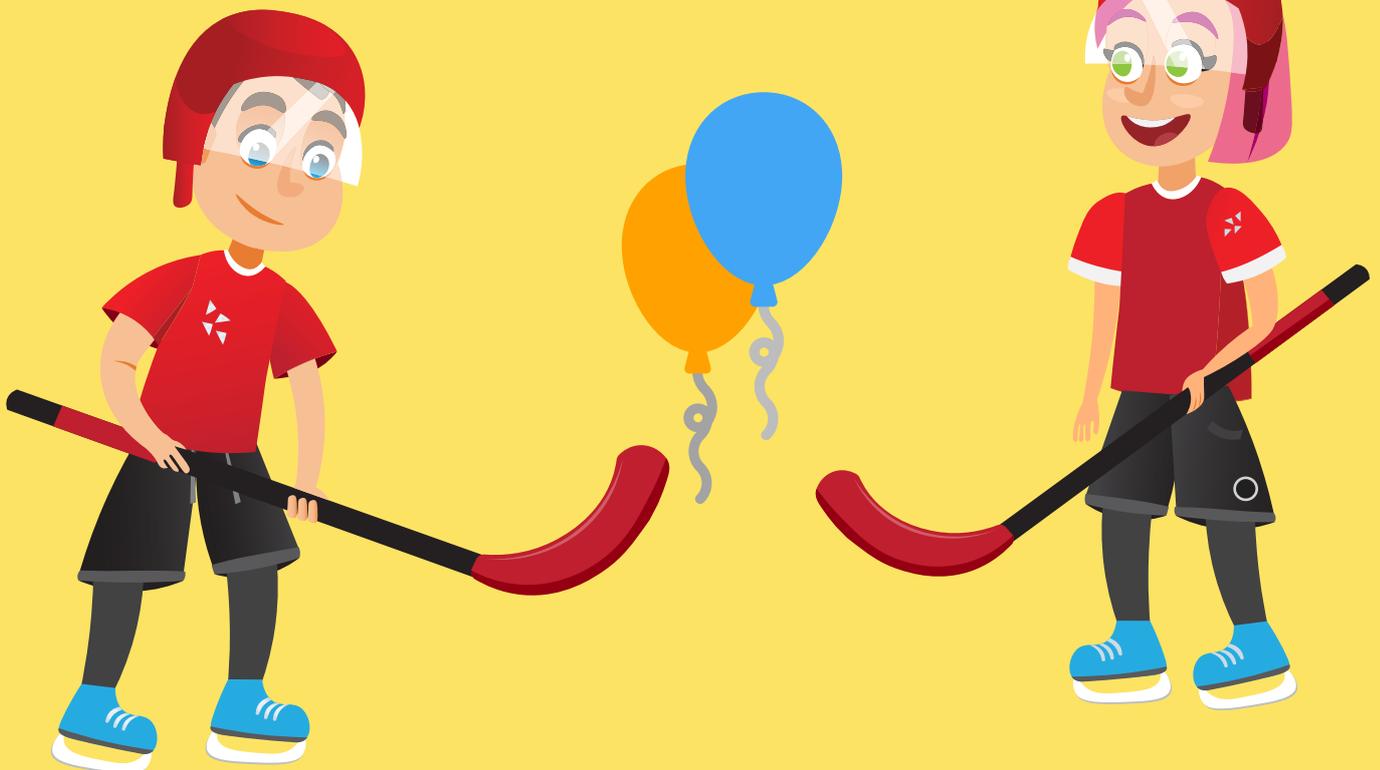
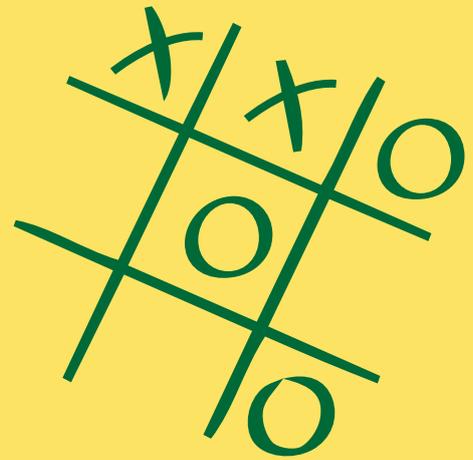
Tela de papelão para pintura;

Jogo da velha;

Super-heróis com palitos de picolé;

Desenhar uma árvore com todos os integrantes da família;

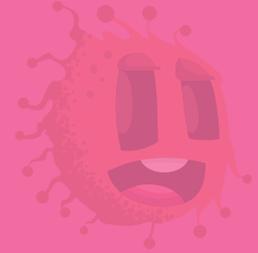
Brincar de "Qual é a música?".





# Hoje é sexta, galerinha!

Brincar de caça às letras (coloque todas as letras do alfabeto na mesa. Cada pessoa tem a chance de escolher uma letra e falar uma palavra que inicie com a letra sorteada).



Fazer fantoches com meias;

Construir uma tenda usando cadeiras, lençóis e mantas;

Fazer um “chá das cinco” (a criança ajuda a organizar, ajeita a mesa e arruma o espaço com os brinquedos convidados).

Fazer um cartão para presentear alguém! Você pode decorar com desenhos, fotografias, fitas ou imagens recortadas de uma revista;

Brincar de caça ao tesouro.



# Sábado tem brincadeiras? Tem, sim senhor!



Fazer um calendário para ir riscando ou colando adesivos até o dia do aniversário;

Brincadeira do semáforo: luz verde, luz amarela, luz vermelha (as regras são criadas em conjunto pela família);

Brincar de professor;

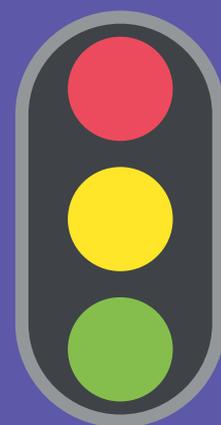
Ver fotos e vídeos antigos de família;

Escrever uma carta para alguém especial;

Jogar jogos de tabuleiro;

Brincar com bonecos;

Brincar com carros de corrida.



# Domingo chegou!

## É dia de:

Fazer gelatinas coloridas;

Boliche com garrafas pet;

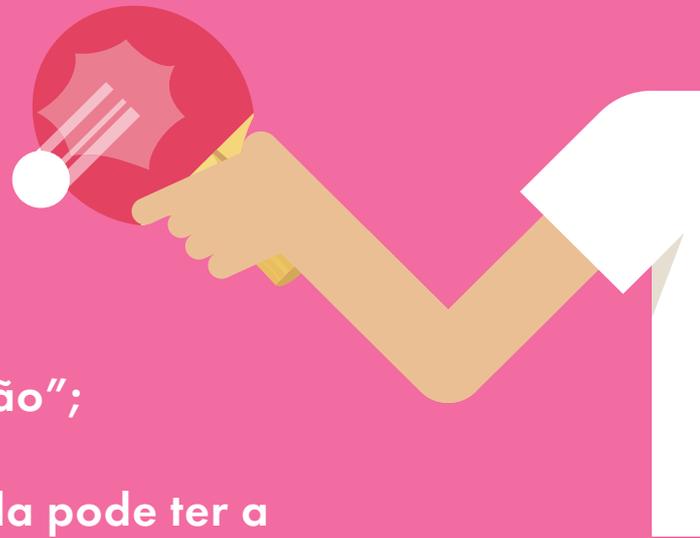
Brincar de “pé com pé, mão com mão”;

Customizar roupas (uma blusa usada pode ter a marca da sua mão ou o que desejar);

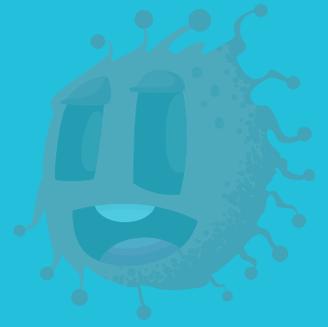
Ler um livro com a família;

Brincar de torre de copos;

Ping-pong em família.



# Como construir os brinquedos juntos?



## Boliche com garrafas pet

Você vai precisar de:

8 garrafas pet;  
1 Bola;



## Boneco de bexiga

Como fazer?

Encha uma garrafa pet de 500 ml com farinha até a metade. Depois, encha a bexiga com ar e feche com um prendedor para que o ar não saia. Coloque a farinha dentro da bexiga (prenda-a na boca da garrafa e despeje o conteúdo) e faça um nó. Você pode criar várias carinhas!



# Como construir os brinquedos juntos?

**Fazer pintura com esponja de cozinha**

Você pode recortar pequenos pedaços ou utilizá-la inteira.



**Pintura com algodão**

Use uma forma de gelo ou qualquer recipiente para dividir as tintas e mãos à obra!



**Pinball**

Você vai precisar de rolos de papel higiênico, caixa de papelão e uma bolinha.



**Golf de papelão**

Você vai precisar de uma caixa, tintas para dividir as entradas e uma bolinha.



# Como construir os brinquedos juntos?

## Massinha de modelar com farinha de trigo

Você vai precisar de:

4 xícaras (chá) de farinha de trigo

1 xícara (chá) de sal

1 ½ xícara (chá) de água

1 colher (sopa) de óleo (soja, girassol, ou outro comestível)  
corante comestível de cores variadas

Modo de preparo:

Misture os ingredientes em sequência e, por último, coloque o corante da cor que preferir.

Construir objetos com papelão

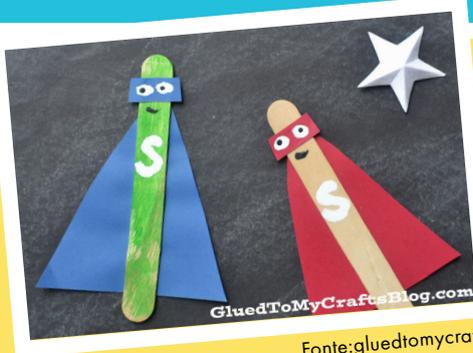


# Como construir os brinquedos juntos?

## Hockey de Balão.



## Super-heróis com palitos de picolé e rolos papel higiênico.



Fonte:gluedtomycrafts

## Caminhos de fitas em casa

Você vai precisar de:

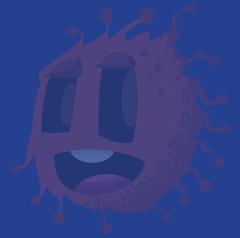
Fita ou barbante;

Se for fita adesiva pode colar no chão;

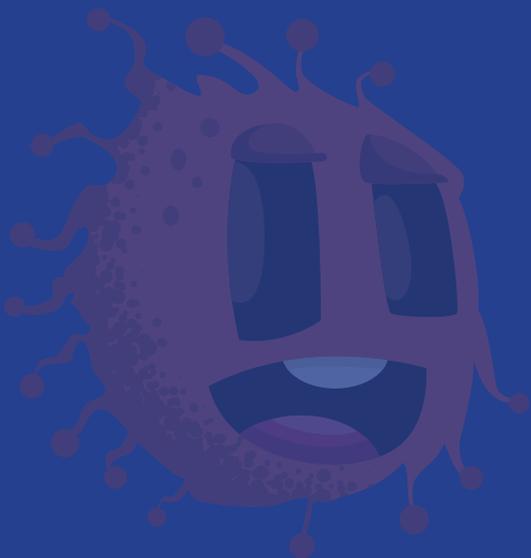
Se for barbante ou cetim pode prender nos espaços disponíveis e lançar o desafio de passar por eles sem tocá-los.



# Querida família,



Este é um guia com diversas brincadeiras que podem ser realizadas coletivamente e com a participação das crianças. As brincadeiras apresentadas desenvolvem percepção, coordenação motora, força, conexões cerebrais, ampliam os sentidos (olfato, audição, paladar, visão e tato), ajudam a controlar a ansiedade, melhoram a concentração, ampliam a socialização e muito mais! Estamos vivendo um momento delicado, mas não podemos permitir que a tristeza e a preocupação diminuam o brilho e a alegria que são próprios da criança. Pensando em vocês e em um tempo de qualidade, a Secretaria Nacional dos Direitos da Criança e do Adolescente (SNDCA), do Ministério da Mulher, da Família e dos Direitos Humanos (MMFDH), dedica este guia a cada criança e família e deseja que este tempo seja oportuno para fortalecer os vínculos e aproximar corações.



# MANUAL BRINCARTE

## Créditos

Alinne Duarte  
*psicóloga clínica e neuropsicóloga*