5 Aventuras Sem Telas

Idade recomendada: 3–5 anos

Brincadeiras para descobrir, imaginar
e compartilhar com um adulto.



Cinco atividades, uma por folha.
Inclui cartões de gestos e receitas de tintas como extras para imprimir.
Leia antes, separe os materiais e acompanhe o ritmo da criança.

A caça das cores da Joy



Joy convida: “Que cores vivem na sua casa?”

O que vamos explorar e praticar
Observar cores e experimentar agrupar objetos parecidos, com ajuda e sem cobrança de acerto.

Tempo flexível • 5–10 minutos. Vale adaptar ou parar antes.

Separe antes
• 2 ou 3 objetos grandes de cores diferentes.
• Folhas de papel.
• Lápis adequados à idade; o adulto prepara as manchas de cor.

Passo a passo
1. Coloque dois ou três objetos grandes de cores diferentes ao alcance da criança. Prefira um livro resistente e brinquedos inteiros próprios para a idade. O adulto desenha as cores; os lápis ficam com ele na versão dos menores.
2. Comece mostrando um objeto: “A Joy encontrou o azul! Olha este livro azul.” Aponte para a mancha da mesma cor. Faça você primeiro, sem pedir que a criança acerte.
3. Convide: “Vamos procurar outro azul?”. Para os maiores, caminhem juntos apenas no cômodo preparado. Para os pequenos, apresente os objetos onde já estão sentados com conforto.
4. Quando a criança apontar ou pegar um objeto, descreva: “Você escolheu o livro!”. Se a cor for outra, nomeie com naturalidade e continuem; não é uma prova.
5. Terminem escolhendo o objeto preferido. O adulto pode desenhá-lo e dizer: “Nossa primeira descoberta foi este livro!”. Guardem os materiais juntos, se a criança quiser.
6. Escolha uma cor por rodada, mostre um exemplo e procure junto. Aceite apontar, trazer um objeto seguro ou fazer um rabisco.

Se precisar simplificar
Se a procura não despertar interesse, abandone a busca e explorem juntos um único objeto: cor, textura e uso. Não precisa completar as três cores. Para explorar texturas e cores com tinta, use uma das receitas opcionais da página 8.

Para encerrar
Qual descoberta você quer mostrar para alguém? Aceite gestos ou a vontade de não responder.

Cuidado e companhia
Não procure em tomadas, janelas, cozinha em uso ou locais altos. Não é uma corrida.

A trilha de papel do Romeu



Mostre o desenho, faça o gesto e convide a criança a participar.

O que vamos explorar e praticar
Explorar movimentos e fazer escolhas em uma sequência simples de gestos.

Tempo flexível • 5–10 minutos. Vale adaptar ou parar antes.

Separe antes
• Cartões prontos da página 7 OU folhas separadas para desenhar os gestos.
• Se desenhar: lápis ou canetinha para uso do adulto.
• Opcional: tesoura para uso exclusivo do adulto, se quiser recortar os cartões.

Passo a passo
1. Desenhe os gestos em folhas separadas ou utilize os cartões prontos da página 7. Escolha ACENAR, BATER PALMAS e SORRIR. Apoie as folhas sobre a mesa; se imprimir a página inteira, aponte um desenho por vez.
2. Diga: “Cada desenho pede um gesto. Eu mostro, nós fazemos!”. Aponte ACENAR e acene. Depois aponte BATER PALMAS e batam palmas suavemente.
3. Percorram os três desenhos com o dedo: acenar → bater palmas → sorrir. Esta sequência é a trilha; ninguém precisa pisar nas folhas.
4. Convide: “Agora você escolhe o desenho!”. A criança aponta, o adulto faz o gesto e depois trocam. Repetir ou pular um desenho também vale.

Se precisar simplificar
Use só ACENAR. Mostre o desenho, acene e espere. Sem impressão ou desenho, faça o gesto diretamente; a folha é opcional.

Para encerrar
Diga “Tchau, Romeu!” e acene. Uma rodada já vale; não precisa fazer todas as ações.

Cuidado e companhia
O adulto segura ou apoia os cartões em local estável. Mantenha papel, recortes e tesoura fora da boca e do alcance dos pequenos. Não coloque folhas na passagem. Gestos podem ser feitos sentado, sem forçar movimentos.

O mistério dos três objetos



Vino encontrou objetos para uma nova aventura.

O que vamos explorar e praticar
Fazer escolhas e participar de uma história com gestos, palavras ou pequenas frases.

Tempo flexível • 5–10 minutos. Vale adaptar ou parar antes.

Separe antes
• 1 caixa aberta sem partes soltas.
• 1 livro resistente e 1 pano grande sem fios soltos.
• Papel e lápis adequados à idade, se quiserem desenhar.

Passo a passo
1. Separe uma caixa de papelão aberta, sem grampos, fitas soltas ou partes destacáveis, um livro resistente e um pano grande sem fios soltos. Retire o material se a criança começar a rasgá-lo ou colocá-lo na boca.
2. Mostre os objetos e diga: “Vino achou uma caixa. O que será que cabe aqui?”. Deixe a criança olhar e explorar com sua companhia, sem esconder o rosto ou a cabeça.
3. Comece uma cena curta: “Vino colocou o livro na caixa para levar a um amigo”. Faça o movimento enquanto fala. Para os pequenos, basta brincar de colocar e tirar.
4. Para quem quiser contar, pergunte: “Quem vai receber o livro?”. Aceite um gesto, uma palavra ou uma frase e incorpore a ideia à história.
5. Conclua com um final simples: “O amigo recebeu o livro e sentaram para ler”. Vocês podem abrir o livro juntos ou desenhar a cena. Desenhar é opcional.
6. Dê duas opções: “Vino vai para a sala ou para o jardim?”. Monte a história a partir da escolha.

Se precisar simplificar
Se a história travar, o adulto continua com uma frase e oferece uma escolha simples. Se o interesse estiver só em colocar e tirar, essa pode ser toda a brincadeira.

Para encerrar
Que outro final essa aventura poderia ter? Aceite gestos ou a vontade de não responder.

Cuidado e companhia
Use objetos sem pontas, pilhas, ímãs ou peças pequenas. Não precisa ler nem escrever para participar.

O mapa dos sons do Nick



Nick convida: “Vamos descobrir os sons por perto?”

O que vamos explorar e praticar
Observar sons do ambiente e representá-los com imitações, gestos ou desenhos.

Tempo flexível • 5–10 minutos. Vale adaptar ou parar antes.

Separe antes
• Papel e lápis para o adulto registrar.
• Um lugar confortável para sentar.

Passo a passo
1. Escolha um ambiente conhecido e confortável. Papel e lápis são para o registro do adulto; não é necessário usar objetos sonoros ou colocar música.
2. Diga baixinho: “O Nick está escutando. O que será que ele ouviu?”. Façam uma pausa breve. Não peça silêncio prolongado nem que a criança feche os olhos.
3. Nomeie um som que realmente aconteceu: “Ouvi a porta”. Se estiver tudo quieto, faça um único som suave com a própria voz, como “piu”, e espere a reação.
4. Para os maiores, desenhe um símbolo do som: uma porta, uma voz ou uma gota. Pergunte se ele parece vir de perto ou de longe, sem exigir uma resposta certa.
5. Repitam com mais um som, se houver interesse. Finalizem mostrando o registro: “Hoje ouvimos estes sons!”. Para os menores, o encontro pode terminar sem desenho.
6. Escutem por alguns segundos. O adulto desenha um símbolo e a criança pode imitar ou apontar de onde veio.

Se precisar simplificar
Se sons incomodarem ou não forem uma forma acessível de brincar, observem movimentos: uma mão acena, uma cortina se move. O adulto desenha o que vocês viram, sem produzir sons.

Para encerrar
Qual som você gostaria de ouvir de novo? Aceite gestos ou a vontade de não responder.

Cuidado e companhia
Não aumente volumes nem bata objetos. Se ouvir incomodar, faça um mapa de movimentos visíveis em silêncio.

A missão das texturas da turma



Tocar, descobrir e guardar juntos: uma pequena missão sensorial.

O que vamos explorar e praticar
Perceber e descrever texturas, fazer escolhas e organizar objetos com companhia.

Tempo flexível • 5–10 minutos. Vale adaptar ou parar antes.

Separe antes
• 2 a 4 objetos grandes, limpos e seguros, adequados à idade.
• Exemplos: pano sem fios soltos, peça grande de silicone e brinquedo texturizado.
• Um cesto baixo ou caixa aberta para guardar.

Passo a passo
1. Separe três objetos grandes e seguros com texturas diferentes: pano de algodão, espátula de silicone e bola texturizada própria para a idade.
2. Apresente um por vez e convide: “Como ele parece na sua mão?”. Vale responder por gesto, palavra ou não tocar.
3. Compare dois: “Qual é mais macio? Qual é mais lisinho?”. A criança pode inventar nomes para as sensações, sem prova de acerto.
4. Ela escolhe como agrupar e guardar os objetos em um cesto. Se quiser, organiza um pequeno “museu de texturas” para mostrar ao adulto.

Se precisar simplificar
Ofereça só um objeto conhecido. A criança pode observar sem tocar; não insista se a textura incomodar.

Para encerrar
Nomeie a descoberta: “Você escolheu o pano macio!”. Depois guardem juntos, se ela quiser.

Cuidado e companhia
Adulto por perto o tempo todo. Sem peças pequenas, alimentos secos, grãos, balões, pilhas, ímãs, pontas ou cordões. Não use objetos quentes, ásperos ou frágeis. Sem vendas. Retire qualquer objeto que solte partes ou seja levado à boca.

A trilha de papel do Romeu

Use estes cartões ou desenhe os gestos em folhas separadas. Para imprimir, use A4 em tamanho real.
1–2 anos: acenar e bater palmas. 3–5: acrescente sorrir. 6–7: até seis gestos.
Pode apontar na página inteira. Se recortar, só o adulto usa a tesoura e guarda os pedaços.



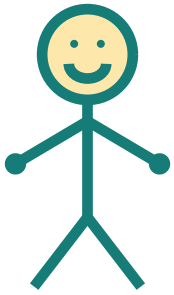
ACENAR

Dê um oi com a mão.



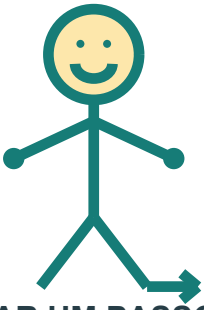
BATER PALMAS

Junte as palmas suavemente.



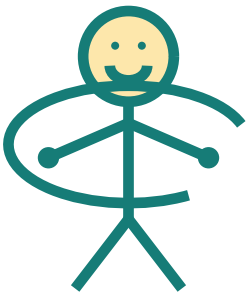
SORRIR

Faça um sorriso, se quiser.



DAR UM PASSO

Um passo confortável.



VIRAR DEVAGAR

Só um pouco, sem girar rápido.



ABRAÇAR A SI MESMO

Um abraço em você, se quiser.

Tintas caseiras para explorar

Uma variação opcional da aventura da Joy. A exploração pode acontecer numa bandeja, sem produzir um desenho e sem acertar cores.

Opção 1 • Iogurte colorido
• 2 colheres de sopa de iogurte natural.
• 1 gota de corante alimentício.
O adulto mistura num recipiente. Faça outra pequena porção se quiser uma segunda cor. Use apenas ingredientes que a criança já tolera; não use iogurte em caso de alergia ao leite.

Opção 2 • Amido cozido
• 1½ colher de sopa de amido de milho.
• 1 xícara de água.
• Corante alimentício.
O adulto mistura água e amido e cozinha em fogo baixo, mexendo até engrossar. Deixe esfriar completamente antes de oferecer. Divida em recipientes e adicione o corante.

Como brincar
O adulto espalha uma pequena porção em bandeja lisa e estável. Mostre um movimento com o dedo e convide a criança a explorar. Nomeie a cor e a textura. Ela pode só observar. Não force contato nem use venda.

Cuidados
Supervisione de perto. Não ofereça como lanche; evite boca e olhos. Não use ingredientes aos quais a criança tenha alergia. Se levar à boca ou demonstrar incômodo, interrompa e volte aos objetos. Descarte sobras após brincar e lave as mãos. Fogão e mistura quente ficam exclusivamente com o adulto.

Fontes das receitas
LEYF Nurseries • Yoghurt sensory experience
PBS KIDS for Parents • Finger Paint Math
Receitas adaptadas para preparo pelo adulto. Este material não promete resultados de desenvolvimento.