



A criança  
de 4 a 6  
anos

## Como é a criança de 4 a 6 anos

Brinque: lendo histórias, cantando e desenhando.

*A criança se comunica usando frases completas para dizer o que deseja e sente, dar opiniões, escolher o que quer.*

*A criança é muito criativa, gosta de inventar histórias. A brincadeira de faz-de-conta ajuda a desenvolver o pensamento da criança, que agora se apóia nas idéias e palavras. Ela já é capaz de imaginar além do que está vendo. A família deve convidar a criança a contar suas histórias.*

*Tem mais domínio sobre suas ações e movimentos, permanece mais tempo brincando em atividades que exigem atenção, como encaixe de pequenas peças, recorte, colagem, desenho.*

*Já sabe segurar lápis, gravetos e desenhar formas que parecem sol, bonecos, casas. Por meio do desenho, ela expressa o que vê e o que sente.*

*Desenhar ajuda a criança a, mais tarde, aprender a ler e escrever.*

*O pensamento e a linguagem da criança estão tornando-se mais complexos. A criança expressa-se com mais clareza.*

*Sua habilidade de ouvir e sua atenção aumentaram.*

### **Preste atenção:**

- *A família escuta o que a criança fala e lhe responde?*
- *Faz perguntas que promovam a curiosidade?*
- *Os pais dão limites, com firmeza e sem violência?*
- *A criança tem liberdade para brincar e movimentar-se?*
- *A família ouve a opinião da criança?*

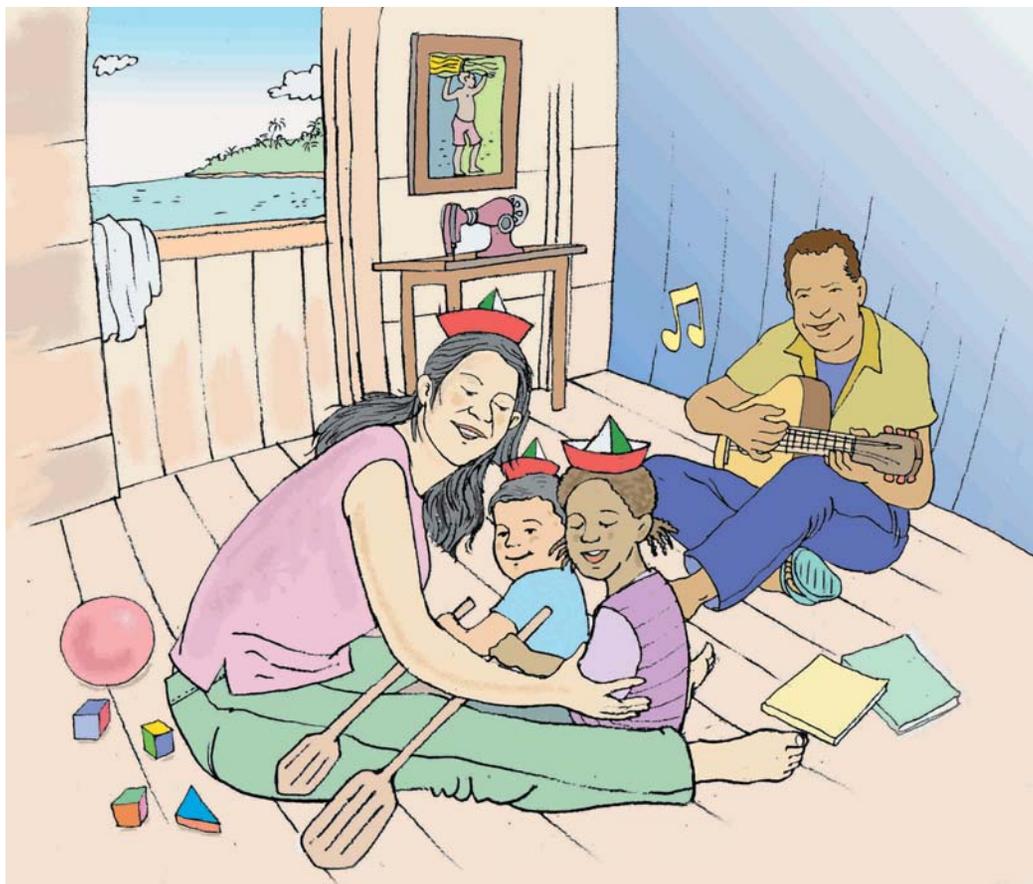
**A brincadeira de faz-de-conta ajuda a desenvolver o pensamento da criança.**



A criança de  
4 a 6 anos

## Como é a criança de 4 a 6 anos O que a criança gosta de fazer?

01



*Entre 4 e 6 anos, a criança gosta de:*

- *Falar e conversar.*
- *Brincar de faz-de-conta, inventar histórias, situações e personagens.*
- *Desenhar.*
- *Agradar e brincar com adultos e de ser amada e apreciada por eles.*

*A criança mostra que já tem opinião e vontade.*

*Diz o que quer e o que não quer fazer.*

*Sabe fazer escolhas.*

**Quando a criança inventa histórias, ela não está mentindo, está brincando de faz-de-conta.**



A criança  
de 4 a 6 anos

## Participação

Pais e filhos  
aprendem juntos.

*A criança é influenciada pelo que as outras pessoas pensam dela. Por isso, é muito importante que a família ensine a criança a ter auto-estima.*

*Assim, ela será mais confiante, irá melhor na escola e será capaz de lidar com os desafios que encontrar.*

*A criança precisa participar da vida familiar.*

*Ela gosta quando os adultos a convidam para fazer pequenas tarefas. A família deve encorajar a colaboração da criança e valorizar o que ela faz, mesmo que o resultado não tenha sido satisfatório.*

*A criança aprende com a sua família a conhecer, valorizar e respeitar os hábitos, costumes e forma de ser de outras pessoas.*

*A criança deve ser ouvida e sua opinião considerada.*

*A opinião da criança precisa ser respeitada, sempre que possível.*

*Mostre para a família que é importante ensinar para a criança seu próprio nome e sobrenome, o nome completo dos pais e seu endereço. Assim, se ela se perder, não vai ficar assustada e poderá informar onde mora.*

**Toda família deseja que suas crianças tenham conhecimentos que lhes permitam conquistar uma vida digna.**

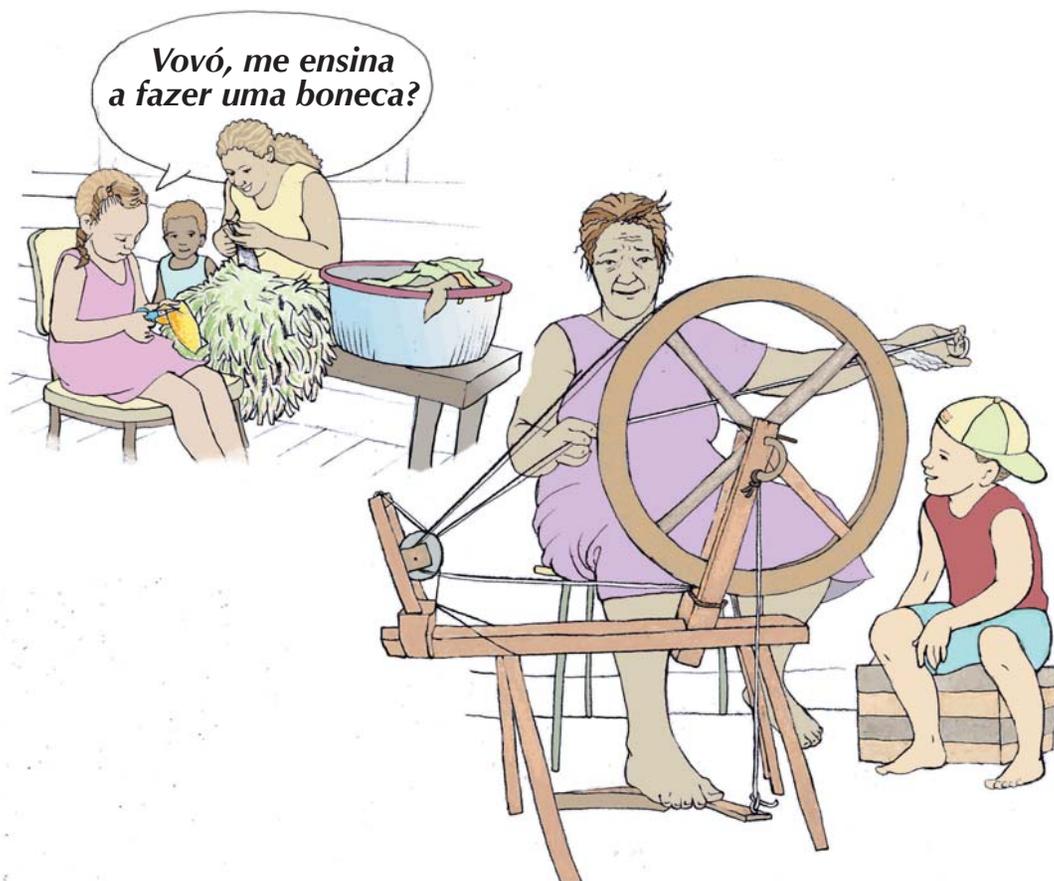


A criança  
de 4 a 6 anos

## Participação

02

# Por que a criança deve participar da vida da família?



*A família fortalece a sobrevivência, o crescimento, a proteção e a participação da criança.*

*A criança aprende observando e participando das atividades dos adultos e das crianças mais velhas.*

*Os adultos precisam ensinar a criança com paciência.*

*Os pais devem perguntar a opinião da criança. O que a criança pensa precisa ser respeitado.*

*Assim como toda criança, a criança soropositiva tem direito a uma família.*

**A criança aprende e se desenvolve observando e fazendo junto com os adultos o que os outros fazem, até conseguir fazer as coisas sozinha.**



A criança  
de 4 a 6 anos

# Educação para a igualdade

A educação assegura  
uma vida de melhor  
qualidade! Participe.

*A criança aprende com sua família o que é ser menino e menina, homem e mulher.*

*Menino e menina, homem e mulher, todos têm direitos iguais, na cidade ou no campo, sejam negros, brancos, amarelos ou indígenas, sejam gordos, magros, altos, baixos ou atarracados, sejam ricos ou pobres, tenham ou não alguma deficiência.*

*Se os adultos respeitam as diferenças entre os sexos, dividem tarefas e responsabilidades e entendem que todas as pessoas têm direitos iguais, a criança vai aprender que meninos e meninas são diferentes no corpo, mas iguais nos direitos.*

*Assim como no mundo do adulto não existem tarefas específicas de homem ou de mulher, no mundo da criança não existem brincadeiras só de menino ou só de menina. A criança pode brincar do que quiser.*

**Meninos e meninas são diferentes no corpo e iguais nos direitos.**

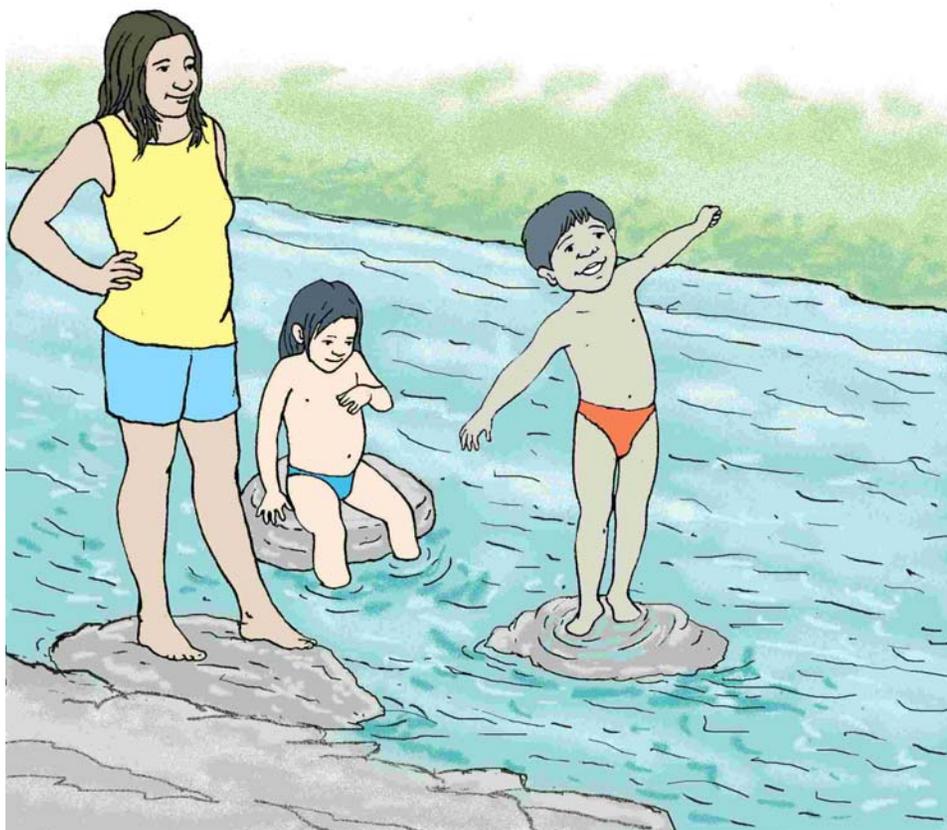


A criança  
de 4 a 6 anos

## Educação para a igualdade

### Como educar menino e menina?

03



*Menino e menina são diferentes no corpo. A família precisa ensinar as crianças que essas diferenças devem ser respeitadas.*

*Menino e menina, homem e mulher, todos têm direitos iguais, na cidade ou no campo, sejam negros, brancos, amarelos ou indígenas, sejam gordos, magros, altos, baixos ou atarracados, sejam ricos ou pobres, tenham ou não alguma deficiência.*

**A família que reconhece e respeita as diferenças cria seus filhos sem preconceitos, com liberdade e respeito.**



A criança  
de 4 a 6 anos

# Educação para a cidadania

A educação é uma  
tarefa de todos!  
Participe.

*A família precisa conversar e explicar para a criança tudo o que for preciso, em todos os momentos.*

*Cada família estabelece suas regras e normas. Algumas podem ser negociadas, outras não. A família precisa deixar bem claro para a criança o que pode e o que não pode ser feito.*

*Mostre para a família que é importante manter relações de igualdade, de respeito mútuo, de respeito às diferenças. É importante procurar solução pacífica para os conflitos, por meio do diálogo, da colaboração, da solidariedade.*

*A diversidade fascina as crianças nesta idade. Esse é o momento de lhes ensinar a importância*

*da diversidade e da tolerância em relação a outras pessoas que possam ser diferentes delas. Essa é uma primeira lição de cidadania e uma grande oportunidade para construir as bases de uma vida sem preconceitos e para ensinar a criança a se relacionar com outras pessoas.*

## **Atenção:**

- *Fica mais fácil para a criança entender e cumprir o que foi combinado, quando ela sabe o que vai acontecer, se deixar de fazê-lo.*
- *A criança precisa aprender que há limites, direitos e deveres que devem ser respeitados e seguidos por todos, na família e na comunidade.*

**As regras e normas que a criança aprende com a família são importantes para a sua vida na comunidade.**

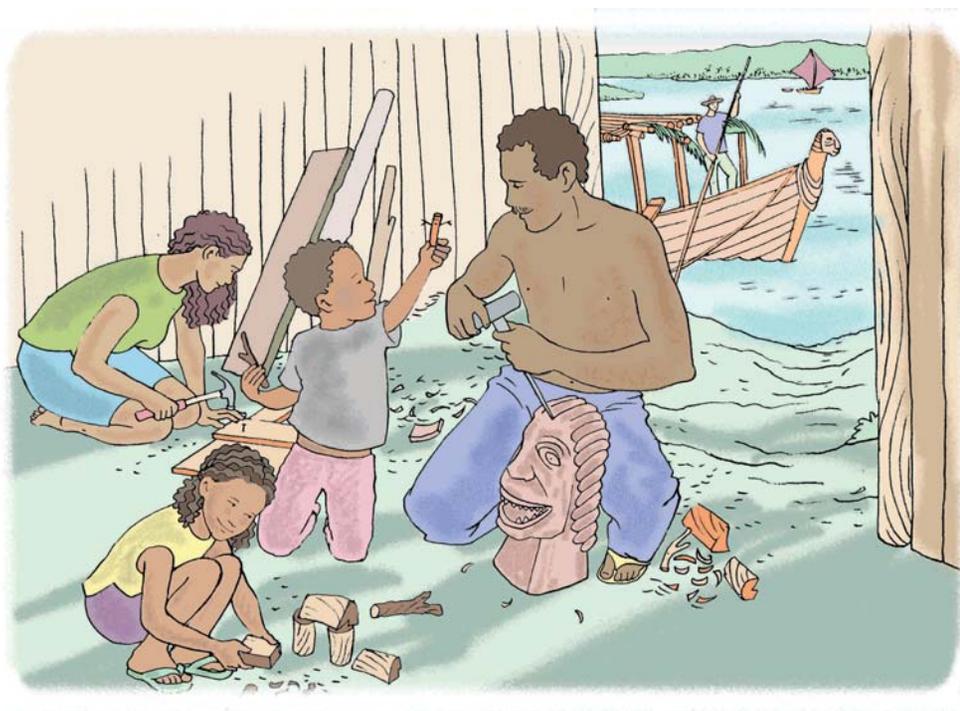


A criança  
de 4 a 6 anos

## Educação para a cidadania

### Por que educar a criança para a cidadania?

04



*A criança precisa aprender que há limites, direitos e deveres que devem ser respeitados e seguidos por todos, na família e na comunidade.*

*A família deve dizer, com firmeza, o que a criança pode e o que não pode fazer.*

*Combinar e manter regras ajudam a criança a respeitar o direito das outras pessoas.*

*A família precisa definir uma rotina para a criança, como, por exemplo, hora de ir para a escola, hora do almoço e jantar, hora do banho e hora de dormir.*

**A criança aprende com a família a exigir direitos, cumprir deveres e respeitar as diferenças.**



A criança  
de 4 a 6 anos

# A criança e a comunidade

Chegou o momento  
de participar.  
Vamos?

*A criança deve participar da vida social e cultural do lugar onde vive. Assim, ela conhece as pessoas, seus trabalhos e como se divertem, e aprende, também, a valorizar hábitos, cultura e costumes da comunidade.*

*A criança que é ativa dentro da comunidade e respeitada por ela, tem um forte sentido de pertencimento, identidade e auto-estima.*

*Na família, inicia-se o aprendizado básico de como se estabelecem as relações de respeito mútuo, solidariedade e responsabilidade.*

## **Preste atenção:**

- *Se a criança e a família têm oportunidade de participar de festas, teatro, cinema, circo e outras atividades culturais.*
- *Se existem na comunidade espaços onde as famílias possam se reunir.*
- *Se existem, na família, o medo e a discriminação das crianças, das mulheres, das pessoas mais idosas ou das que têm alguma deficiência.*

**Conviver com outras pessoas ajuda a criança a compreender e a respeitar as diferenças.**

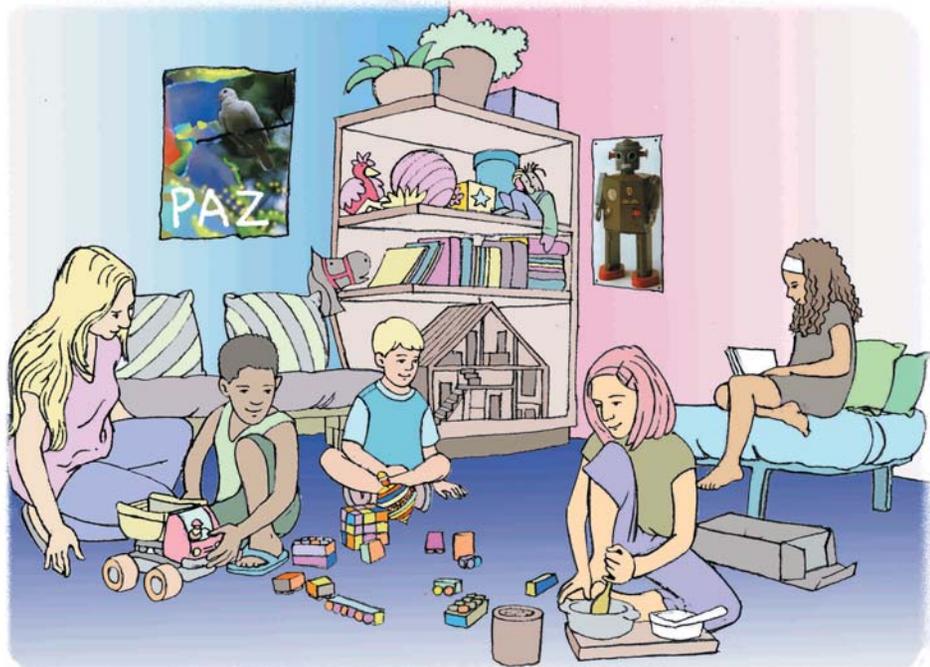


A criança  
de 4 a 6 anos

## A criança e a comunidade

### Por que a criança deve participar da vida da comunidade?

05



*A criança aprende com as pessoas a sua volta e se desenvolve. Por isso, é importante que ela participe da vida da família e da comunidade. Festas, danças, cultos religiosos, teatro, cinema, circo são atividades que ajudam a criança a conhecer e valorizar os costumes do lugar.*

**Todas as crianças têm direito à convivência familiar e comunitária.**

*Estatuto da Criança e do Adolescente, art. 4º*



A criança  
de 4 a 6 anos

# Brinquedotecas e bibliotecas

Mergulhe  
num livro:  
você vai gostar.

*As crianças devem ter um espaço comunitário para brincar e compartilhar idéias, desenvolver a imaginação e a aprendizagem.*

*As brinquedotecas e bibliotecas comunitárias são espaços onde as crianças e suas famílias se encontram para brincar, ler, contar e ouvir histórias, e construir brinquedos.*

*Incentive a família a:*

- *Unir-se com outras famílias para exigir do governo brinquedotecas e bibliotecas para a comunidade.*
- *Reunir livros, revistas, brinquedos para realizar atividades com as crianças.*

**É direito das famílias ter, no lugar onde moram, espaços públicos para atividades culturais e de lazer.**

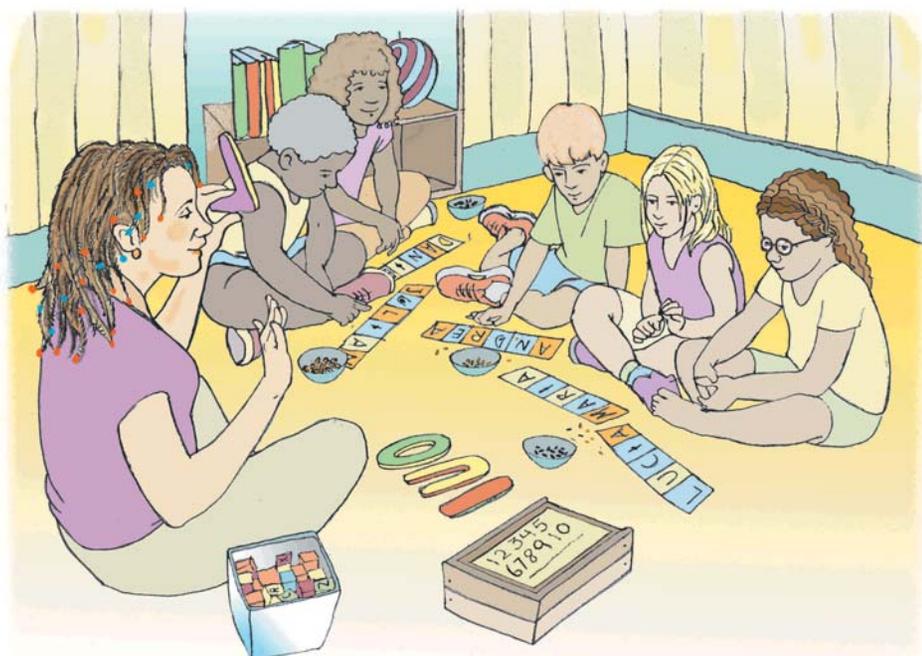


A criança  
de 4 a 6 anos

# Brinquedotecas e bibliotecas

## Onde a criança pode ler e brincar?

06



*As bibliotecas e brinquedotecas são espaços destinados ao lazer e cultura.*

*Na brinquedoteca, as crianças encontram-se para brincar, ouvir e contar histórias.*

*Na biblioteca, as pessoas de todas as idades podem ver e ler livros, assistir a filmes e palestras, participar de cursos e oficinas.*

**As famílias unidas têm mais força para exigir do governo a criação e manutenção de espaços culturais e de lazer na comunidade.**



A criança  
de 4 a 6 anos

# Pré-escola

O futuro de toda  
criança começa na  
família e na escola.

*É importante que, a partir de 4 anos de idade, a criança frequente a pré-escola.*

*Na pré-escola, a criança tem oportunidade de:*

- *Conviver com outros adultos e crianças.*
- *Conhecer e aprender a respeitar regras diferentes daquelas que aprendeu com sua família.*
- *Aprender a compartilhar.*
- *Preparar-se para a alfabetização.*

*A pré-escola deve conhecer e respeitar os valores da família e da comunidade onde a criança vive.*

## **Preste atenção:**

- *Se a família participa e acompanha a vida da criança na pré-escola, verifica seus progressos, valoriza suas conquistas e ajuda a criança a superar as dificuldades.*

*Uma boa pré-escola deve ter:*

- *Participação dos pais.*
- *Professores e outros profissionais preparados.*
- *Salas espaçosas, arejadas e bem iluminadas.*
- *Espaços para refeições, repouso e higiene.*
- *Móveis leves e adequados ao tamanho das crianças.*
- *Locais para atividades ao ar livre.*
- *Materiais como lápis, tesoura, papel, cola, tintas, massa de modelar.*
- *Brinquedos, jogos, livros, revistas.*

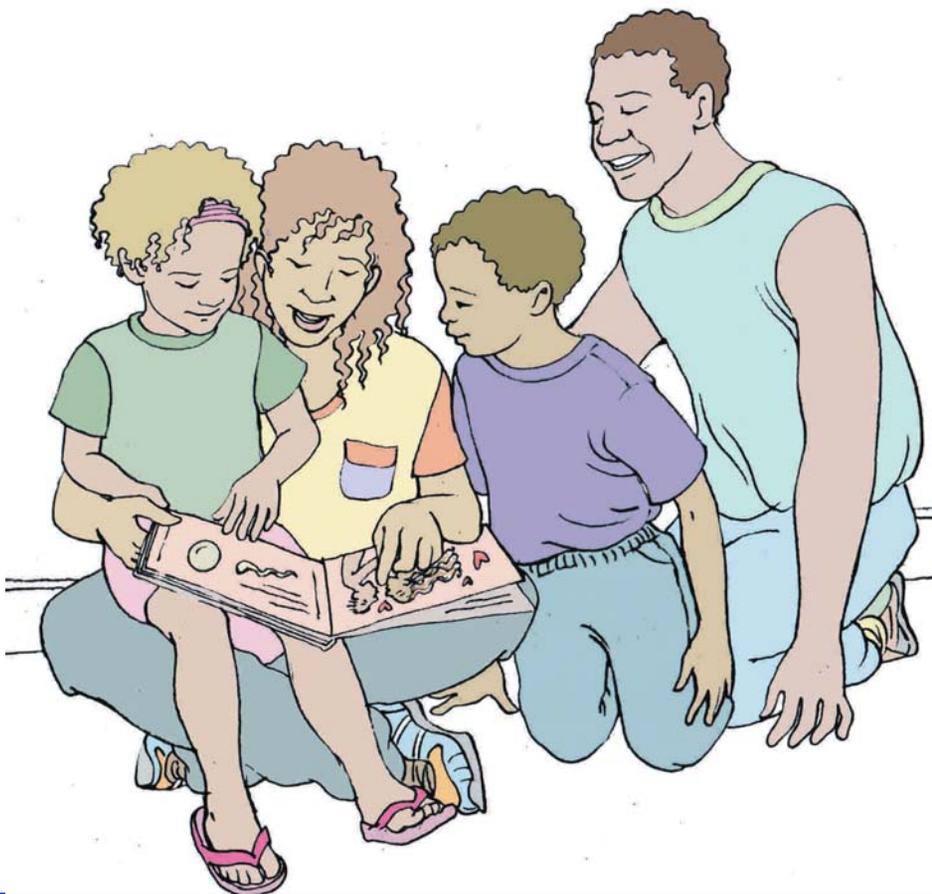
**A pré-escola é um direito da criança e da família e um dever do governo municipal.**



A criança  
de 4 a 6 anos

## É importante para a criança frequentar a pré-escola?

07



*Na pré-escola, na comunidade e na família, ela brinca, desenha, ouve histórias, participa de jogos.*

*A família deve perguntar e encorajar a criança a contar o que ela fez e aprendeu na pré-escola e na comunidade.*

*É importante a participação dos pais na pré-escola.*

*A criança com deficiência também tem direito a frequentar a pré-escola.*

**Se possível, é importante que a criança frequente a pré-escola a partir dos 4 anos.**



A criança  
de 4 a 6 anos

## O desenvolvimento para a aprendizagem

Respeite e estimule  
a imaginação  
da criança.

*Quando é dada a oportunidade à criança de explorar e interagir com o ambiente em que vive, ela torna-se um aprendiz ativo e confiante.*

*Para facilitar o aprendizado da leitura e da escrita, ofereça à criança:*

- *Jogos de encaixar, agrupar ou juntar, de alguma forma, figuras, blocos e botões.*
- *Jogos de adivinhação.*
- *Quebra-cabeças.*

*Esses jogos ajudam a criança a aprender conceitos como “iguais”, “diferentes”, “maior” e “menor”. Ajudam, também, a desenvolver habilidades para a resolução de problemas.*

**A pré-escola prepara a criança para, mais tarde, aprender a ler e escrever.**



A criança  
de 4 a 6 anos

## O desenvolvimento para a aprendizagem

### Como promover o pensamento e a aprendizagem da criança?

08



*Emoção e aprendizagem estão muito ligadas nessa idade.*

*A criança aprende melhor quando é ensinada pela pessoa com quem tem laços afetivos.*

*Em vez de responder rapidamente uma pergunta da criança, desafie-a e pergunte:  
“o que você pensa sobre isso?”  
ou  
“como você pensa que podemos fazer isso?”*

**Se a família responde à criança com mentira, está ensinando-a a mentir.**



A criança  
de 4 a 6 anos

## A criança e o movimento

Vamos crescer,  
produzir em  
harmonia com  
a natureza.

*A criança está em constante movimento a maior parte do tempo. Isso ocorre porque a criança usa seu corpo para expressar pensamentos e emoções que ainda não consegue exprimir pela palavra.*

*Movendo seu corpo, entende melhor muitas palavras e conceitos que são novos para ela. Por exemplo, se você começa a falar sobre aviões, a criança abre seus braços e “voa” em torno do espaço.*

*A criança precisa desenvolver a coordenação entre os olhos e as mãos e a coordenação de movimentos finos, que permitirão o desenvolvimento de uma grande variedade de habilidades, incluindo a escrita, o desenho e a manipulação de pequenos objetos.*

*Nessa idade, a criança já consegue usar talheres, tesoura, escova de dente, pente. Essas tarefas simples ajudam a coordenar melhor os movimentos do corpo.*

*A criança se expressa por gestos e movimentos do corpo.*

*Participar de jogos cantados e brincadeiras com ritmo, dançar, pular corda, correr, jogar bola e saltar ajudam a criança a conhecer e controlar melhor o corpo.*

*A criança deve brincar em praças e parques, onde possa subir, descer, pular e correr.*

*É importante que alguém da família reserve um tempo do dia para passar em companhia da criança.*

**Criança precisa de espaço onde possa brincar e movimentar-se com liberdade e segurança.**

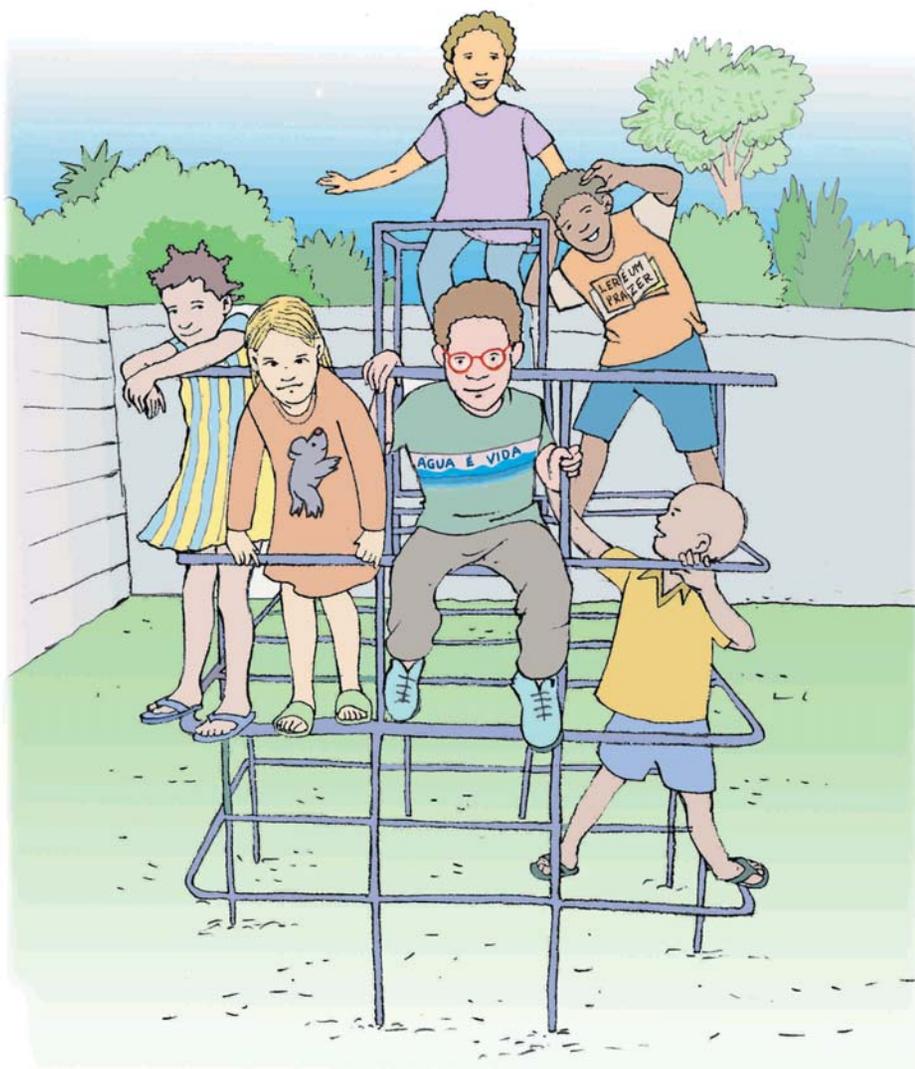


A criança  
de 4 a 6 anos

## A criança e o movimento

# Você brinca com sua criança?

09



*Reserve um tempo por dia para conversar e brincar com a criança.*

*A criança precisa movimentar-se, subir e descer, correr e pular.*

*É necessário ter, nas comunidades, parques infantis que ofereçam lazer com segurança.*

*As brincadeiras ajudam a criança a desenvolver-se e melhoram o equilíbrio e a sustentação do corpo.*

**Criança sadia comunica-se também pelos gestos e pelo movimento do corpo.**



A criança  
de 4 a 6 anos

# Curiosidade

Respeite e estimule  
a curiosidade  
da criança.

*A criança tem necessidade de tocar o seu corpo e saber como é o corpo das outras pessoas. Por isso, pergunta por que menina é diferente de menino, como o bebê entra na barriga da mamãe, por que os adultos têm pêlos no corpo, entre outras questões.*

*É comum que os adultos tenham dificuldade para responder todas as perguntas que a criança faz. No entanto, as perguntas devem ser respondidas de forma simples e sem mentira.*

*A criança costuma tocar todas as partes do seu corpo, inclusive os genitais, sem malícia ou maldade. Isso é natural e não deve ser visto como distúrbio de comportamento. Por esse motivo, a criança não deve ser punida nem castigada.*

*A curiosidade estimula a criança a descobrir e entender as coisas. Ao desmontar um brinquedo, a criança não está querendo destruí-lo. O que ela quer é entender como ele é e como funciona.*

*É importante que a família:*

- *Incentive a criança a descobrir coisas novas.*
- *Explique como são, para que servem e como funcionam as coisas.*
- *Mostre para a criança no que ela pode e no que não pode mexer, e explique-lhe o porquê.*

**Criança saudável tem curiosidade em conhecer o próprio corpo e o corpo de outras pessoas.**

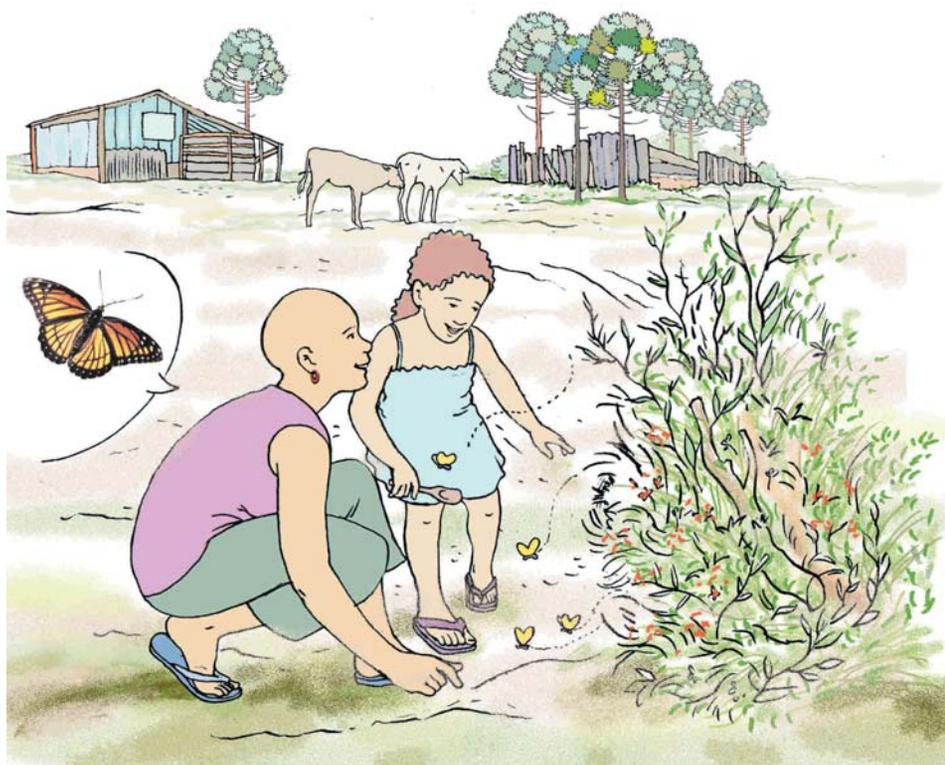


A criança  
de 4 a 6 anos

## Curiosidade

10

# Por que a criança faz tanta pergunta e como responder as perguntas dela?



*A criança quer conhecer seu corpo e faz muitas perguntas, como, por exemplo, por que meninos e meninas são diferentes, como os bebês nascem, como entram na barriga da mãe.*

*A família deve responder as perguntas de forma simples e sem mentiras.*

*Criança saudável é criativa e curiosa.*

*Pergunta sobre tudo, desmonta brinquedos e objetos, mexe em todas as coisas, para descobrir como são e para que servem.*

*A criança gosta de objetos para montar e desmontar, abrir e fechar, cortar, colar, colecionar.*

**Criança sadia é criativa e curiosa, precisa de espaço, brinquedos e objetos.**



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.**

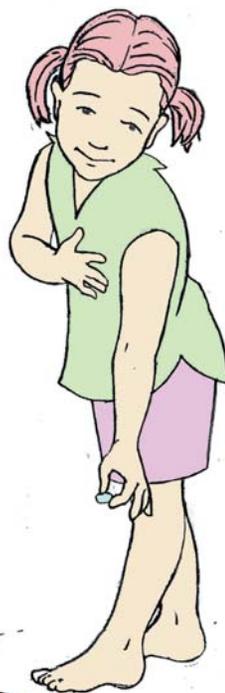


A criança  
de 4 a 6 anos

## 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 pedaço*

*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  
não é na estante,  
é nas mãos  
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 idéias 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 idéias, 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 hábitos 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 adoecer 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.**

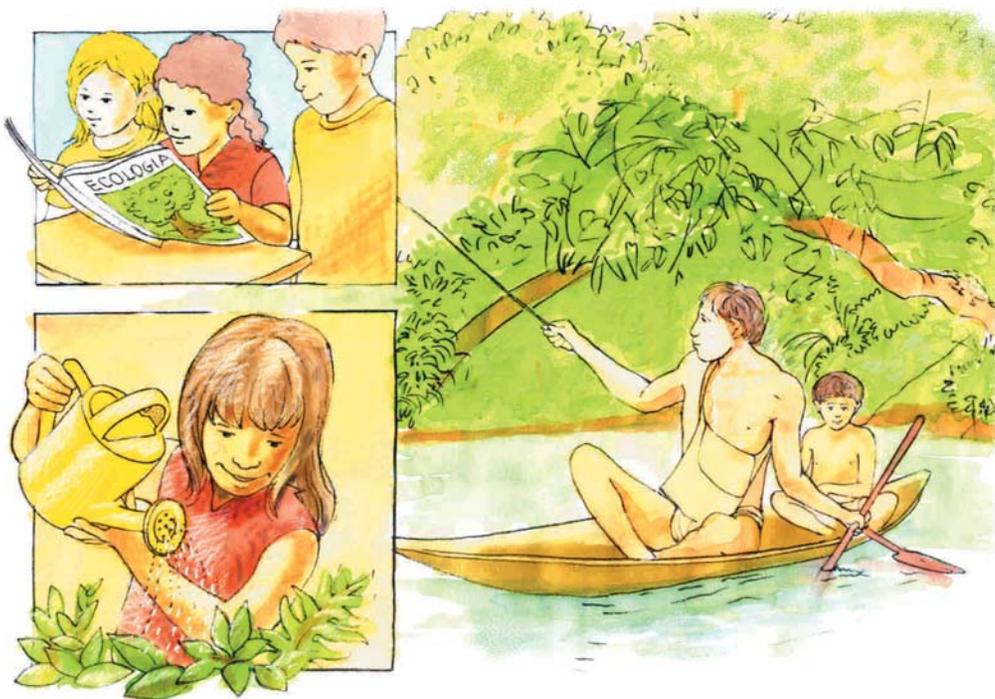


A criança  
de 4 a 6 anos

## 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 é  
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 adultos podem 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 da 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 não 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.*
- *Só 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

## Saúde bucal

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

*A criança começa 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 são permanentes.*

*Se a criança teve a oportunidade de aprender a cuidar dos dentes de leite, agora fica mais fácil manter a higiene dos dentes permanentes.*

*Para manter os dentes saudáveis, a criança precisa de alimentação saudável, evitando doces e refrigerantes. A criança deve escovar os dentes ao acordar, depois das refeições, antes de dormir e toda vez que comer doces e beber refrigerantes.*

*É preciso que a criança tenha uma escova de dentes só para ela.*

*Os dentes devem ser escovados da seguinte maneira:*

- *No sentido que eles crescem, tanto na parte de dentro como na de fora.*
- *A parte plana dos dentes é escovada com movimento de vaivém.*
- *Por fim, escovar a língua.*

**A saúde da boca depende de uma alimentação saudável e de bons hábitos 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.**



A criança  
de 4 a 6 anos

## Criança com deficiência

Não espero pelos  
outros. Começo  
eu mesmo.

*Como toda criança, a criança com deficiência precisa de muito amor, atenção, cuidados e proteção. Precisa também brincar com outras crianças para aprender e se desenvolver.*

*Os pais devem ser informados que é direito da criança com deficiência freqüentar a pré-escola e que é proibido a escola recusá-la pelo fato de ser deficiente.*

*A criança precisa passear na comunidade, participar das festas e comemorações. Assim as pessoas vão conhecendo e aprendendo a conviver*

*com a criança com deficiência, com o respeito que ela merece.*

*O que mais atrasa o desenvolvimento de uma criança com deficiência é mantê-la isolada ou tratá-la de forma diferente das outras crianças.*

*É importante que a família conheça outras famílias com crianças com deficiência para que possam trocar suas experiências e lutar pelos direitos de seus filhos.*

**É dever do Estado assegurar à criança com deficiência atendimento educacional adequado.**

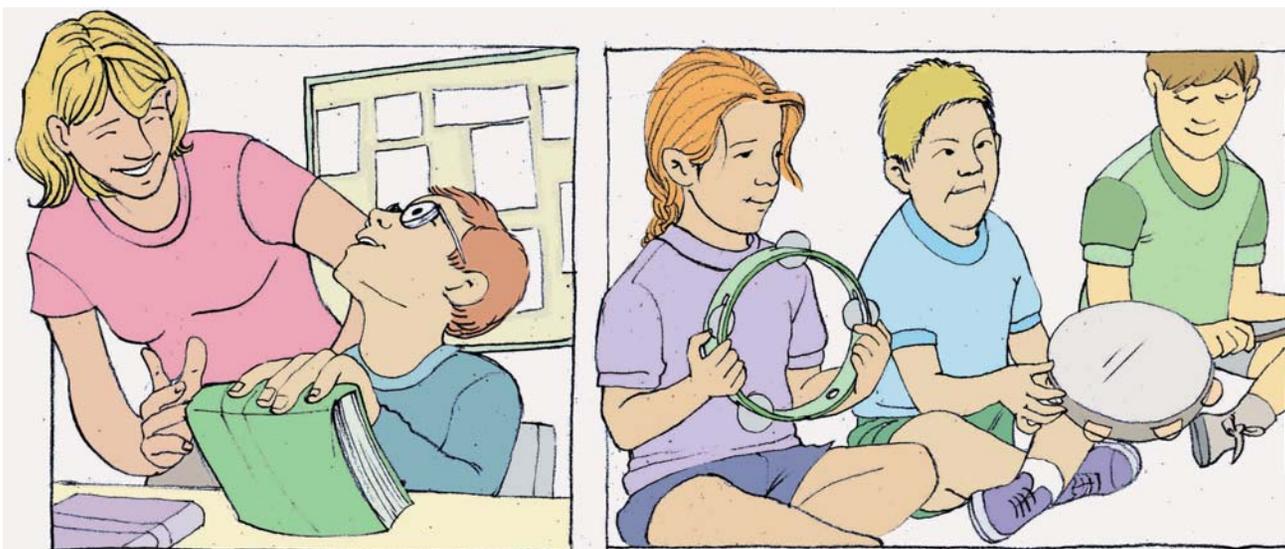


A criança  
de 4 a 6 anos

## Criança com deficiência Como lidar com as deficiências?

21

*Criança com deficiência precisa brincar com outras crianças, freqüentar os espaços infantis, sem discriminação ou preconceito.*



*É bom que os pais de crianças com deficiência conheçam outros pais que também tenham filhos com deficiência para que possam trocar experiências, lutar pelos direitos dos seus filhos e se sentir mais fortalecidos para amar, proteger e cuidar de sua criança.*

**Criança com deficiência precisa de muito amor, atenção, cuidados e proteção, como todas as outras crianças.**



A criança  
de 4 a 6 anos

## Prevenção de acidentes

Procuro juntar  
bons hábitos com  
boas idéias.

*Nessa idade, a criança é esperta, ativa - corre, sobe, desce -, é curiosa e pode mexer em coisas perigosas.*

*Como o autocontrole, o entendimento do que é ou não perigoso e a coordenação da criança estão ainda sendo desenvolvidos, o acompanhamento do adulto é importante para prevenir acidentes e machucados, especialmente em relação ao trânsito de veículos. Com frequência, uma criança não prevê as conseqüências de ações, como a busca de bola na rua, portanto, os adultos têm que proteger as crianças.*

*Alguns cuidados podem evitar que a criança sofra acidentes em casa e na comunidade:*

- *Remédios, venenos e produtos de limpeza devem ser guardados onde as crianças não possam mexer.*

- *Garrafas de refrigerantes não devem ser usadas para guardar produtos químicos.*
- *Crianças não devem brincar com fogos de artifício e fogueiras.*
- *Cabos de panela devem ficar voltados para dentro do fogão.*
- *O berço e cama devem ficar longe do fogão.*
- *Tanques e poços devem ser mantidos tampados.*
- *O portão deve ficar fechado.*
- *Tesouras só podem ser usadas pela criança quando houver um adulto por perto.*
- *Os tanques devem ser chumbados para impedir que caiam sobre a criança.*

**É dever da família cuidar da criança e protegê-la dos acidentes em casa e na comunidade.**

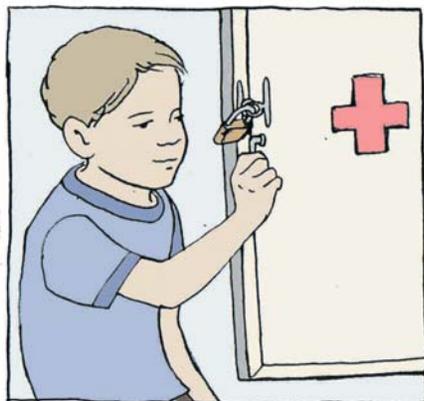
## Prevenção de acidentes

22



A criança  
de 4 a 6 anos

### Como proteger a criança de acidentes?



*Cabos de panela devem ficar voltados para dentro do fogão.*

*Remédios, venenos e produtos de limpeza devem ser guardados fora do alcance das mãos e da vista.*

*Facas, tesouras, fósforos e outros objetos que possam machucar devem ser mantidos fora do alcance das crianças.*



*Fossas, valetas, poços e tanques d'água devem ser mantidos tampados.*

*Em caso de acidente, a criança precisa ser levada com urgência ao serviço de saúde e, em caso de envenenamento ou intoxicação, a família deve saber informar que produto ela tomou.*

**Criança precisa de espaço para brincar e de cuidados para não se machucar.**



A criança  
de 4 a 6 anos

## Violência contra a criança

Se não encontro  
solução para um  
problema, mudo  
de problema.

*A violência contra a criança não se manifesta só nas ruas. Costuma ser praticada pelas pessoas que convivem com a criança. Muitas vezes, essas pessoas agem com violência, achando que estão educando a criança.*

*Não atender às necessidades de saúde, alimentação, higiene, repouso é uma forma de violência, chamada negligência.*

*Bater, espancar, beliscar, puxar orelha, gritar, acusar, xingar, zombar, humilhar, discriminar, ameaçar, meter medo, ser autoritário, rejeitar ou exigir demais de uma criança também são formas de violência e têm impacto negativo na auto-estima da criança e no seu desenvolvimento em geral.*

*Toda pessoa que presenciar ou souber de casos de violência contra a criança deve notificar o Conselho Tutelar, o juizado da infância e da adolescência, o promotor público ou mesmo o delegado de polícia.*

*Os profissionais de saúde têm a obrigação de comunicar ao Conselho Tutelar local, a suspeita ou confirmação de maus-tratos à criança.*

### **Preste atenção:**

- *Se a criança se mostra insegura, com medo ou muito agressiva, pode estar sofrendo maus-tratos. Procure conversar com a família e esclarecer que violência contra a criança é crime.*

**Crianças que sofrem violência podem crescer inseguras, medrosas ou se tornar adultos violentos.**



A criança  
de 4 a 6 anos

## Violência contra a criança

### O que são maus-tratos e violência?

23



*Toda agressão contra a criança é violência, mesmo se for praticada pelos pais com a intenção de educar.*

*Não atender às necessidades de alimentação, saúde, educação, higiene e repouso também são formas de violência.*

*O Conselho Tutelar ajuda as famílias nos casos de violência contra a criança.*

*Criança que é tratada com respeito, também respeita os outros.*

**Violência contra a criança é crime, mesmo quando os pais têm intenção de educar.**



A criança  
de 4 a 6 anos

# Abuso sexual

Interesso-me  
por tudo. Acumulo  
conhecimentos.  
Também é criativo  
começar outra vez.

*O abuso sexual contra a criança normalmente é praticado por pessoas conhecidas ou que convivem com ela, como parentes, vizinhos, amigos. Tanto as meninas como os meninos podem ser vítimas de abuso sexual, e o agressor pode ser homem ou mulher.*

*Alguns sinais podem indicar que a criança está sendo vítima de abuso sexual:*

- *Timidez, medo, tristeza ou agitação.*
- *Falar ou perguntar demais sobre sexo.*
- *Tocar o próprio corpo ou o corpo dos outros de maneira compulsiva.*
- *Comportamento sexualizado impróprio para a idade.*
- *Temor ou rejeição ao próprio corpo.*
- *Brincadeiras sexuais agressivas.*

- *Sono agitado com pesadelos.*
- *Isolamento dos amigos e da família.*

*A criança que sofre violência sexual deve ser atendida por profissionais que a assistam em todos os aspectos relacionados a esse sofrimento, inclusive na avaliação da necessidade de atenção específica em DST/HIV/aids.*

## **Preste atenção:**

- *Se, em suas visitas, a criança mostra-se insegura ou com medo. Crianças que convivem com violência dentro da família e que participam de cenas de agressões físicas ou psicológicas podem crescer inseguras ou com comportamentos inadequados.*

**Pode ser que a criança mostre sinais de abuso sexual por meio dos desenhos, brincadeiras e jogos.**



A criança  
de 4 a 6 anos

## Como desconfiar de abuso sexual?

24



*A família deve suspeitar de violência ou abuso sexual se a criança:*

- *Tem medo de ficar na companhia de determinada pessoa.*
- *Fica muito quieta ou agitada, tímida ou medrosa.*
- *Faz brincadeiras sexuais agressivas.*
- *Veste-se ou age de maneira sexualizada.*
- *Pergunta demais sobre sexo.*

*É preciso valorizar o que a criança fala, mesmo que pareça exagero ou imaginação. A maior parte dos casos de violência e abuso sexual contra a criança é praticada por pessoa conhecida.*

**Todas as pessoas têm o dever de denunciar ao Conselho Tutelar casos suspeitos ou confirmados de abusos ou violência sexual contra a criança.**



A criança  
de 4 a 6 anos

## Primeiros socorros - queimaduras

Penso nas coisas  
até o fim... e um  
pouco mais.

A criança pode sofrer queimaduras por diferentes motivos:

- Contato direto com fogo.
- Contato com líquidos ou objetos quentes.
- Choque elétrico.
- Calor do sol.

A queimadura é grave quando atinge um pedaço grande de pele ou quando é muito profunda. Se não for cuidada corretamente, pode infeccionar e deixar cicatrizes.

### **O que fazer:**

- Se as roupas da criança estiverem queimando, é preciso envolver a criança com um cobertor ou pano até que o fogo se apague.
- Compressas frias ajudam a diminuir a dor.

- Manter a área queimada limpa e seca, protegida com gaze ou pano limpo.
- Levar a criança à Unidade de Saúde

### **O que não se deve fazer:**

- As bolhas não devem ser furadas, pois elas protegem a pele queimada.
- Nenhuma pomada ou remédio caseiro deve ser passado no local, isso dificulta a limpeza e favorece a infecção.

Se a queimadura foi causada por choque elétrico, é preciso afastar a criança da corrente elétrica antes de prestar os primeiros socorros.

É preciso manter a criança aquecida e dar bastante líquido para ela beber evitando a desidratação.

**A família deve proteger a criança dos acidentes domésticos.**



A criança  
de 4 a 6 anos

## Primeiros socorros - queimaduras

### O que fazer quando a criança se queima?

25



*O adulto precisa manter a calma para atender a criança.*

*Quando pega fogo nas roupas, é preciso cobrir o corpo da criança com um pano até que o fogo se apague.*

*A criança deve beber bastante água para evitar a desidratação.*

*Não se deve furar as bolhas e nem passar pomadas ou remédios caseiros.*

*Compressa de água fria ajuda a diminuir a dor.*

*É preciso levar a criança ao serviço de saúde, pois queimadura pode infeccionar e deixar cicatrizes.*

**Prevenir os acidentes domésticos  
ainda é o melhor remédio.**



A criança  
de 4 a 6 anos

## Primeiros socorros – quedas

A criatividade  
não depende  
da idade.

*Criança saudável corre, pula, sobe e desce. Por isso, pode cair e se ferir.*

*Nos pequenos cortes e ferimentos, basta lavar o local com água e sabão, secar a pele e cobrir com curativo, e fazer compressas com gelo para diminuir o inchaço.*

*As quedas de lugares altos podem causar fraturas e hemorragias.*

*É preciso muito cuidado ao atender a criança, pois as quedas de lugares altos podem ter atingido a cabeça, o pescoço e a coluna vertebral.*

### **O que fazer:**

- Manter a criança na posição em que caiu.
- Identificar o local onde está sangrando.
- Aquecer a criança.
- Se estiver inconsciente, não dar nada para ela beber.
- Cobrir os ferimentos com um pano limpo.
- Comprimir o local do sangramento.
- Não tentar retirar cacos de vidro ou lascas de madeira dos ferimentos.
- Se houver serviço de emergência, chamar pelo telefone.
- Levar a criança imediatamente ao serviço de saúde.
- Se a criança cair e permanecer inconsciente, não mexer, nem tentar remover. Chamar o SAMU (192) ou serviço especializado de socorro.

**Criança precisa de espaço para brincar  
e de proteção contra os acidentes.**

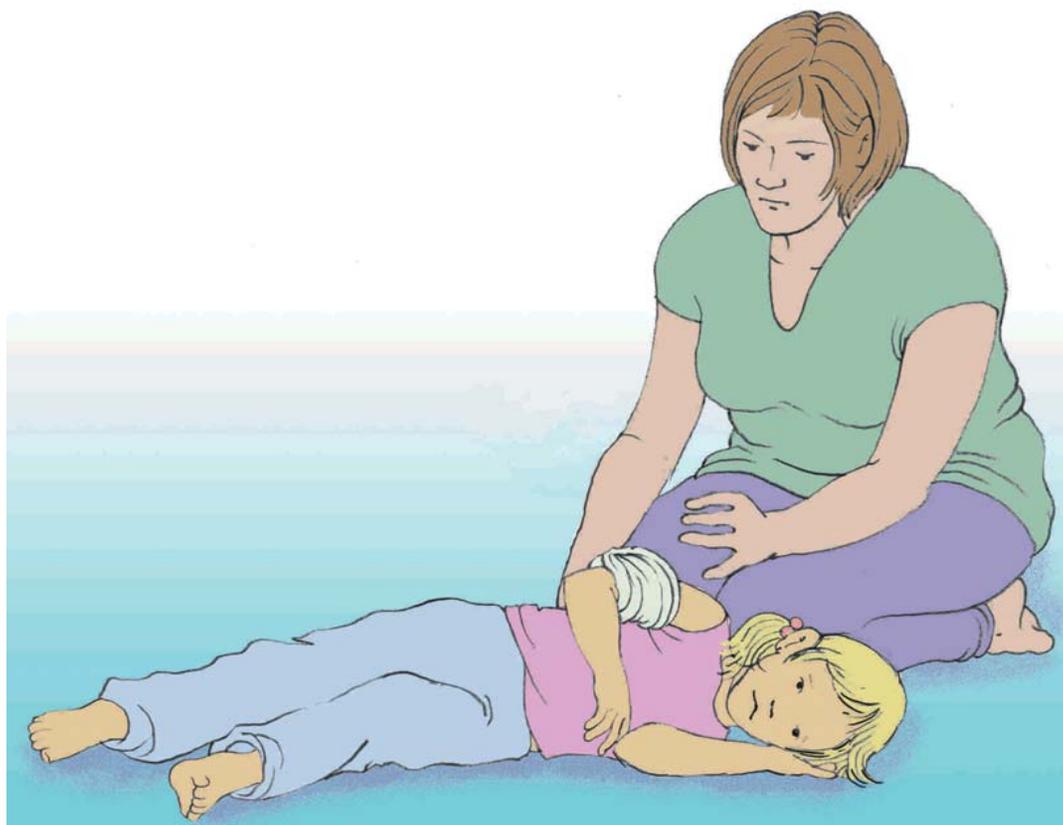


A criança  
de 4 a 6 anos

## Primeiros socorros – quedas

### O que fazer quando a criança cai?

26



*Quando a criança cai de lugar alto, é preciso verificar se ela bateu a cabeça, pescoço ou a coluna vertebral, se está sangrando ou perdeu os sentidos.*

*Se houver corte sangrando, cobrir com pano limpo, apertar com a mão até que o sangramento pare e levar a criança imediatamente ao serviço de saúde.*

*Se o ferimento é leve, basta lavar com água e sabão e cobrir com um pano limpo.*

*Se a criança cair e permanecer inconsciente, não mexer, nem tentar remover. Chamar o SAMU (192) ou serviço especializado de socorro.*

**Criança precisa ser protegida  
dos acidentes domésticos.**