



A criança
de 1 a 2 anos

Como é a criança de 1 a 2 anos

Melhorar
o ensino é
uma tarefa
de todos

Nessa fase, a criança está cheia de energia e entusiasmo. Aprende por meio da exploração do ambiente, curiosidade, imitação e imaginação sem fim.

Quanto mais a criança é estimulada a falar, movimentar-se e descobrir, maior será o desenvolvimento do seu cérebro e da coordenação fina dos seus movimentos. Essas realizações, ajudam a criança a se comportar com mais competência e confiança.

A criança, nessa fase, já pode engatinhar e andar e se desloca pela casa. Abaixa-se, sem cair, para pegar objetos no chão.

Começa a identificar as partes do corpo e aprende a falar o nome delas.

Ainda se comunica por gestos, abana a cabeça para dizer não, dá adeus, bate palminhas, fala pequenas frases, como “mamá qué bola”, “papá qué água”.

Atenção:

- *A família deve estar perto da criança para que ela se sinta protegida ao aprender a andar.*
- *A criança aprende a falar com as pessoas que falam com ela, repete o que ouve e, por isso, devemos falar corretamente as palavras.*
- *A criança já entende o que falam com ela, mas nem sempre obedece. Ela atende quando se interessa por fazer o que foi pedido.*
- *Chora e faz birra quando é contrariada.*

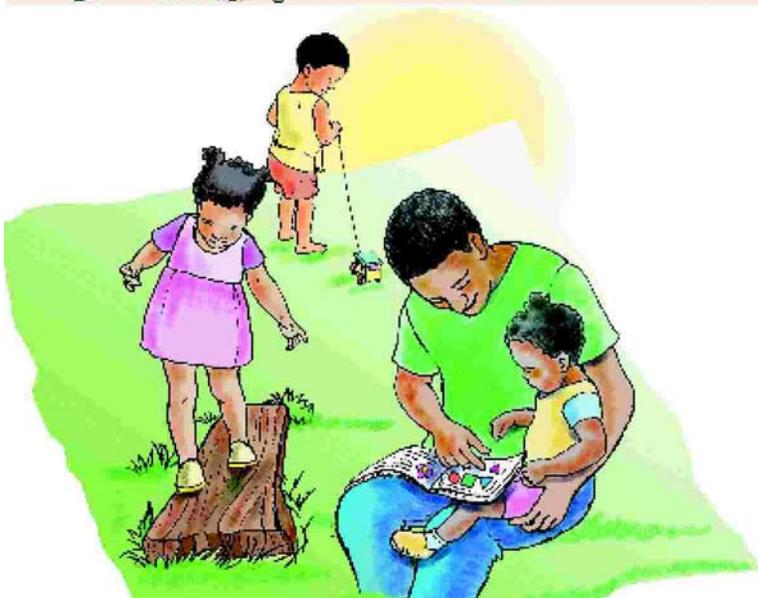
A criança aprende a falar com as pessoas que falam e conversam com ela.



A criança
de 1 a 2 anos

Como é a criança de 1 a 2 anos O que a criança gosta de fazer?

01



- *Bater palmas quando está contente.*
 - *Falar pequenas frases.*
 - *Dar adeus para as pessoas.*
 - *Rabiscar e desenhar.*
 - *Virar as páginas de livros ou revistas sem rasgar.*
 - *Empilhar e encaixar objetos.*
- Quer tudo para si e, quando ouve um não, chora e faz birra.*
- Movimenta-se pela casa, engatinha, caminha e gosta de brincar com os objetos e com as pessoas.*

A criança precisa conhecer, tocar, mexer, dançar, cantar, ouvir histórias. Essas atividades ajudam no seu aprendizado e desenvolvimento.



A criança
de 1 a 2 anos

Brincadeiras

Nada
conseguiremos
na vida sem
perseverança.

Brincar é a atividade principal da criança.

Ao brincar, a criança desenvolve a atenção, imitação, memória, movimentação, equilíbrio e imaginação. Também constrói curiosidade, confiança e auto-estima.

A família precisa organizar o ambiente, oferecer revistas ou livros, objetos e brinquedos. Criar situações para a criança olhar, brincar de correr, pular, saltar, empurrar ou puxar objetos, sozinha e também com outras crianças.

A criança acha que é o centro do mundo e tem dificuldade de compartilhar.

As crianças podem também brincar nas creches com as educadoras.

Nessa idade, a criança usa e explora os objetos da casa. Ela quer fazer as coisas sozinha, inclusive o que não pode fazer, como subir e descer de locais perigosos, colocar o dedo em tomadas elétricas, colocar na boca o que encontra pela casa, colocar sacos plásticos na cabeça.

Cuidado:

- *A família precisa acompanhar o que a criança está fazendo e ensinar, com firmeza e sem violência, o que ela pode e o que não pode fazer.*

Brincar é a atividade principal da vida da criança.

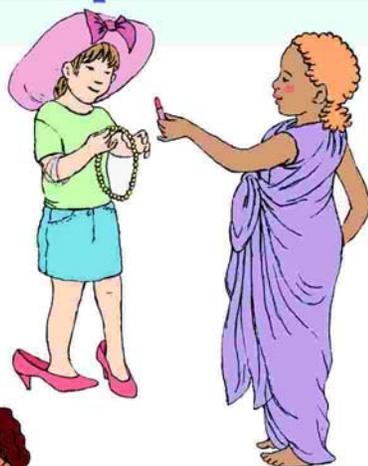


A criança
de 1 a 2 anos

Brincadeiras

Do que a criança gosta de brincar?

02



De “esconde-esconde”, cantar, dançar, bater palma, rolar no chão, imitar as pessoas.

Com caixas vazias de tamanhos variados, embalagens vazias e limpas, transformadas em brinquedos.

Gosta de ouvir várias vezes as mesmas histórias.

Cuidado:

- *Sacos plásticos podem causar sufocamento, por isso, não devem ser dados para a criança brincar.*



Criança precisa brincar. Brincando sozinha, com outras crianças ou com seus familiares, ela aprende e se desenvolve.



A criança
de 1 a 2 anos

Prevenção de Acidentes

Participe
da escola
de seu
filho/a.

Nessa idade, a criança está mais ativa e curiosa e corre mais risco de acidentes, como quedas graves, afogamentos, envenenamentos e queimaduras.

Fique atento:

- *Se na casa existem escadas, sacadas e janelas que ofereçam perigo à criança.*
- *Se existem tanques e poços cobertos.*

Fique atento:

- *Se os medicamentos, material de limpeza, soda cáustica, inseticidas e ferramentas estão guardados em local onde a criança não possa alcançar.*
- *Se os cabos das panelas estão voltados para o centro do fogão.*
- *Se o tanque de lavar roupa está bem fixado.*

Com a criança pequena, a maioria dos acidentes ocorre em casa. É preciso eliminar (ou evitar) as situações de risco para os acidentes.



A criança
de 1 a 2 anos

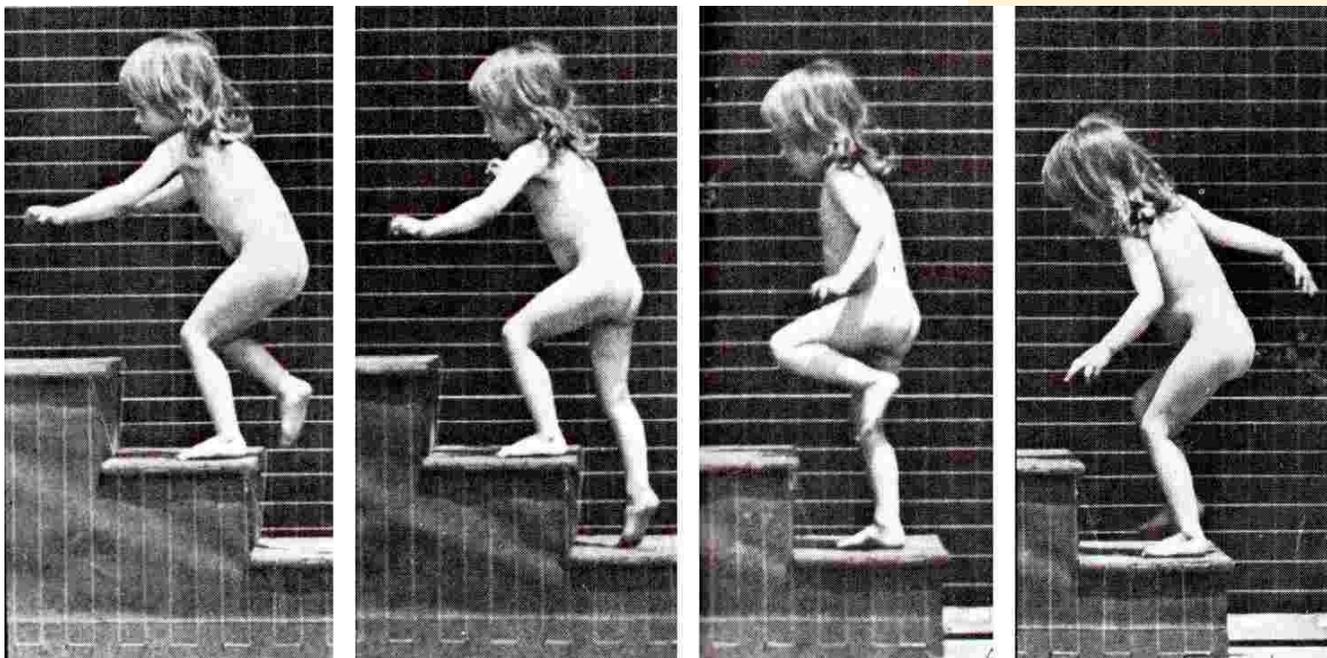
Para a família

Como proteger a criança de acidentes

03

Nessa idade, a criança está mais ativa e curiosa.

- *Não permita que a criança tenha acesso sozinha a escadas e providencie barreiras de proteção.*
- *Nas janelas e sacadas, coloque redes de proteção ou grades que possam ser abertas em caso de incêndio.*



- *Não deixe a criança sozinha perto de balde e tanques, poços, banheiras, privadas e piscinas.*

- *Mantenha a criança longe de fogo, fogão, aquecedor e ferro elétrico.*

- *Evite que as pontas da toalha de mesa fiquem ao alcance do bebê, pois, ao puxá-las, ele pode sofrer ferimentos graves por derrubar objetos, vidros e líquidos quentes.*

- *Use as bocas de trás do fogão e mantenha os cabos das panelas para trás.*

A criança nessa idade precisa de muita vigilância dos adultos para evitar que se acidente.



A criança
de 1 a 3 anos

Retirada das fraldas

Brinque:
lendo
e escrevendo.

A retirada das fraldas é um momento muito delicado para a família e a criança.

É importante que os pais compreendam que o controle do xixi e do cocô não acontece de uma hora para outra.

A partir de 1 ano e meio de idade, ela passa a sentir o que acontece com o seu corpo e tem maior controle sobre os músculos do ânus e do genital.

Algumas vezes, a criança avisa que vai fazer xixi ou cocô, outras vezes só avisa depois que já fez.

Aos 3 anos, já sabe fazer xixi e cocô sozinha, mas ainda precisa da ajuda dos adultos para se limpar.

A família deve perguntar repetidas vezes se ela deseja ir ao banheiro e elogiá-la quando ela avisa.

No entanto, quando ela não conseguir fazer xixi e cocô no lugar adequado, a família não deve bater, repreender ou ridicularizar a criança.

A retirada das fraldas deve ser gradual e sem violência.



A criança
de 1 a 3 anos

Quando retirar as fraldas?

04



Mamãe, acabei!



Por volta de 1 ano e meio, a criança começa a avisar que quer fazer xixi e cocô. Essa é a melhor época para iniciar a retirada das fraldas.

Não se deve apressar a retirada das fraldas, nem castigar, ou mesmo bater na criança quando ela não conseguir avisar a tempo que vai fazer xixi e cocô.

Cada criança tem seu momento próprio para abandonar as fraldas.



A criança
de 2 a 3 anos

Como é a criança de 2 e 3 anos

Plante as sementes
da bondade e do
amor, por onde quer
que você passe.

Nessa idade, a criança começa a entender o que pode e o que não pode fazer. Tenta fazer coisas sozinha, embora ainda precise da ajuda dos adultos.

Já consegue organizar o pensamento e pode formar frases completas para se comunicar.

Usa o desenho e os rabiscos para mostrar o que vê e o que pensa.

Nas atividades do dia-a-dia, junto com a família, aprende noções de tamanho, cor, peso, quantidade e lugar.

Freqüentemente, a criança sente medos e não sabe explicá-los.

Alguns desses medos são das coisas novas, outros são frutos de sua imaginação. Os adultos devem compreendê-la, não ridicularizá-la, nem humilhá-la para fortalecer a sua segurança emocional.

A criança tenta resolver conflitos com outras crianças na base dos empurrões e tapas. Os adultos devem ensinar que essa não é a melhor forma de resolver problemas.

Histórias infantis ajudam a criança a se identificar com personagens e aprender com eles.

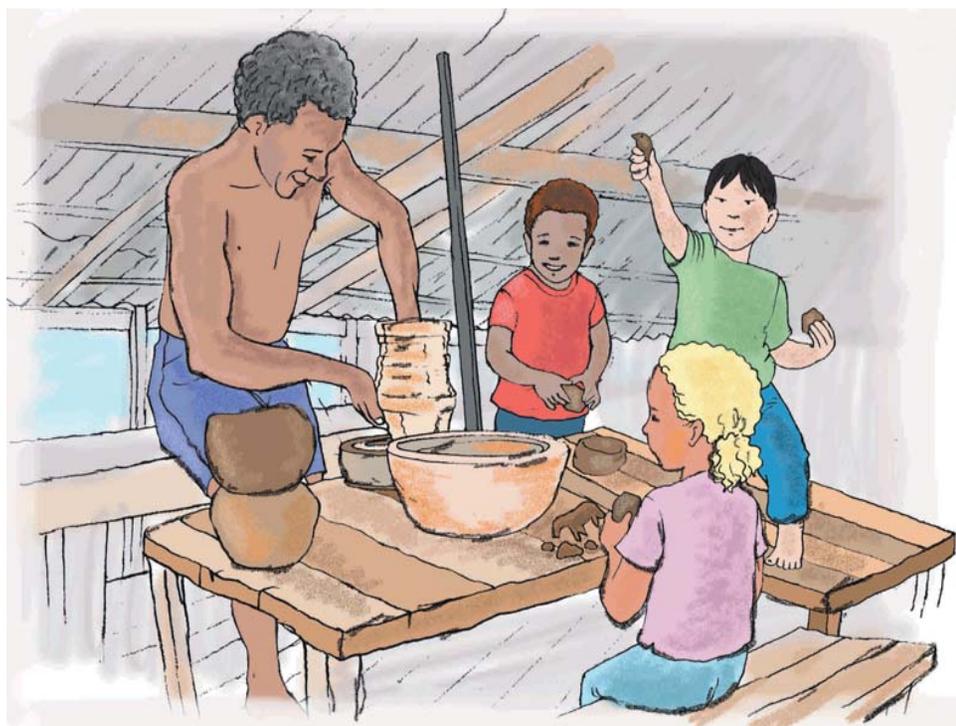
A criança primeiro aprende a fazer as coisas com as outras pessoas para depois fazê-las sozinha.



A criança
de 2 a 3 anos

A criança de 2 e 3 anos Como se comporta a criança?

05



Já pode falar frases completas, responde e conversa com as pessoas.

Tenta fazer coisas sozinha, embora ainda precise da ajuda dos adultos.

Gosta de desenhar, rabiscar de participar das atividades dos adultos.

Com as outras pessoas, ela aprende como são as coisas, para que servem e como funcionam.

A família precisa ensinar com firmeza e sem violência o que a criança pode e o que não pode fazer.



A criança
de 2 a 3 anos

O desenvolvimento para a aprendizagem

A gente se
enriquece quando
trabalha em grupo.

É muito importante insistir com a família que o desenvolvimento da criança tem a ver com o conhecimento e também com as emoções, os sentimentos e o amor. Por isso, a família deve demonstrar seu amor pela criança, elogiá-la e valorizá-la pelas coisas bem feitas.

A criança deve ser encorajada a finalizar todas as coisas que começar, não desistir facilmente e, depois, começar tarefas novas. Tudo isso ajudará a criança a aprender.

A criança é curiosa e pergunta muito o nome de tudo. Às vezes, a família se aborrece com tantas perguntas, mas deve valorizar a fala da criança.

Ela ainda não tem formada a noção de tempo, por isso diz: “amanhã eu fui”, “ontem eu vou”.

É preciso ouvir com respeito e atenção as perguntas da criança e responder de forma simples e clara para que ela possa compreender.

A família deve contar e ler histórias diariamente para a criança. Isso ajuda a desenvolver a fala e o pensamento.

A curiosidade ajuda a criança a aprender e a se desenvolver.



A criança
de 2 a 3 anos

Como promover o pensamento e a aprendizagem da criança?

06



A criança desenvolve autoconfiança, quando é bem tratada e a família reconhece e encoraja as suas habilidades crescentes e seus talentos. Aprende a confiar, quando se sente compreendida, e a compartilhar, quando as outras pessoas são generosas com ela.

A criança aprende a sensibilizar-se e ser solidária quando as suas emoções, alegrias e tristezas são entendidas e respeitadas.

A família deve ouvir com atenção e respeito o que a criança fala e pergunta e responder de forma simples e clara para que ela compreenda.

Perguntar e ouvir a opinião da criança, contar histórias e ler para ela ajudam a desenvolver sua fala e pensamento.

A curiosidade da criança é necessária para ela conhecer e compreender o mundo em que vive.



A criança
de 2 a 3 anos

Brinquedos e brincadeiras

Toda
criança
pode
aprender.

A necessidade de dormir da criança diminui e ela tem mais tempo para brincar e explorar o seu ambiente.

A criança começa a se interessar por brincadeiras e jogos com regras, porque trazem novos desafios.

Brincadeiras regionais infantis devem ser ensinadas pela família.

Brincar de roda, por exemplo, ajuda a criança a seguir regras, cantar e se movimentar.

Bonecas e bonecos ajudam a criar a brincadeira do faz-de-conta.

Brincar de faz-de-conta desenvolve nas crianças, habilidades sociais e de resolução de problemas.

Ao brincar de amarelinha, ela precisa conhecer e seguir algumas regras: pular num pé só, esperar sua vez, não pisar no risco.

Nas atividades em grupo, a criança aprende a conviver com outras crianças e a partilhar brinquedos.

Regras e limites ajudam a criança a se relacionar com os outros.

Gradualmente, as crianças aprendem a evitar objetos e lugares proibidos. Explicações simples ajudam as crianças a entender a diferença entre bem e mal, certo e errado.

A criança aprende nos jogos e brincadeiras a cooperar e respeitar as outras crianças.



A criança
de 2 a 3 anos

Brinquedos e brincadeiras

Por que é importante brincar com outras crianças?

07



Para que a criança aprenda a:

- *conviver e respeitar outras crianças.*
- *seguir regras.*
- *partilhar brinquedos.*
- *expressar sentimentos e desenvolver sua linguagem oral.*

Brincando, a criança aprende regras e valores para a vida em comunidade.



A criança
de 1 a 3 anos

Alimentação

Todo homem
é criativo.
É necessário
que o saiba.

Nessa idade, a criança precisa comer de cinco a seis refeições por dia: café da manhã, almoço e jantar, mais dois pequenos lanches entre as refeições e um lanche antes de dormir. O leite materno pode ser oferecido como lanche nos intervalos das refeições.

A saúde depende de uma alimentação variada, colorida, com alimentos limpos e frescos. Deve conter feijão, arroz, milho, batata e outras raízes, frutas e verduras, pão, massas, leite e derivados, carne e óleo.

A criança não deve ser acostumada a tomar refrigerantes, comer doces, balas, salgadinhos. Esses alimentos não são nutritivos, prejudicam o apetite da criança e contribuem para a formação de cáries.

Nunca substituir a refeição de sal por leite. Nessa idade, o leite não garante mais todos os nutrientes de que a criança precisa. Oferecer o leite no café da manhã ou nos lanches.

A alimentação de toda a família é mais saudável quando tem pouca gordura, sal e açúcar.

A família deve incentivar a criança, sem forçá-la, a comer todo tipo de alimento disponível. Quando ela recusa uma refeição, é preferível guardar e oferecer mais tarde.

É importante que a criança participe das refeições junto com a família e tenha seu próprio prato e talher.

A criança alimenta-se melhor se a refeição é feita junto com a família, sem brigas ou distrações, como televisão ligada.

Os alimentos de cores variadas, limpos e frescos fornecem os nutrientes de que a criança precisa.



A criança
de 1 a 3 anos

Alimentação

Como deve ser a alimentação da criança e da família?

08

A partir de 1 ano, a criança já pode comer a mesma comida dos adultos: café da manhã, almoço e jantar, mais dois pequenos lanches entre as refeições e um lanche antes de dormir.



O leite materno pode ser oferecido como lanche nos intervalos das refeições, até a criança completar 2 anos de idade.

Os alimentos devem ser oferecidos em pequenos pedaços, para que a criança conheça cada alimento e aprenda a mastigar e engolir. Assim, vai se acostumando a comer alimentos de gosto e consistência variados.

A criança aprende a ter uma alimentação saudável com seus familiares. É importante também que a família procure ter hábitos saudáveis.

Criança gosta de segurar a colher e tentar comer por conta própria.



A criança
de 1 a 3 anos

Vitaminas A e C, ferro e iodo

É uma
tarefa de todos
cuidar do meio
ambiente.

A vitamina A é importante para o crescimento da criança, ajuda a prevenir infecções e protege a visão.

Essa vitamina é encontrada em:

- *Frutas oleosas, como o abacate e o açaí.*
- *Fígado, gema do ovo, leite, manteiga e queijo.*
- *Legumes e frutas alaranjados e vermelhos, como mamão, manga, jerimum, pequi e buriti.*

O ferro previne a anemia. Os alimentos mais ricos em ferro são carnes vermelhas e vísceras; feijão; vegetais de folhas verde-escuras; farinha de trigo e de milho fortificadas; rapadura, melado e açúcar mascavo.

Laranja, caju, acerola, goiaba, limão são ricos em vitamina C e ajudam o organismo a absorver melhor o ferro.

O iodo é importante para o desenvolvimento físico e mental. Os alimentos ricos em iodo são sal iodado; peixes e frutos do mar.

Todas as famílias têm direito à alimentação de qualidade e na quantidade necessária para viver.



A criança
de 1 a 3 anos.

Vitamina A e C, ferro e iodo Como enriquecer nossa alimentação?

09

A vitamina A é importante para o crescimento da criança, ajuda a prevenir infecções e protege a visão.

Essa vitamina é encontrada em:

- Frutas oleosas, como o abacate e o açaí.
- Fígado, gema do ovo, leite, manteiga e queijo.
- Legumes e frutas alaranjados e vermelhos, como mamão, manga, jerimum, pequi e buriti.

O ferro previne a anemia. Os alimentos mais ricos em ferro são carnes vermelhas e vísceras; vegetais de folhas verde-escuras; farinha de trigo e de milho fortificadas; rapadura, melado e açúcar mascavo.

Laranja, caju, acerola, goiaba, limão são ricos em vitamina C e ajudam o organismo a absorver melhor o ferro.



**Alimentos como as frutas regionais
têm muitas vitaminas.**



A criança
de 1 a 3 anos

A Caderneta de Saúde da Criança

A boa
memória
é importante
para o êxito.

A Caderneta de Saúde da Criança serve para registrar o peso, as vacinas, as doenças, a alimentação e o desenvolvimento da criança do nascimento até ela completar 10 anos.

A Caderneta de Saúde da Criança tem também muitas orientações para a família sobre a criança.

Com a Caderneta de Saúde da Criança preenchida, fica mais fácil para os pais, acompanhar o crescimento e o desenvolvimento da criança.

A curva de peso da Caderneta de Saúde da Criança mostra se a criança está ganhando peso adequado para a idade.

O quadro do desenvolvimento mostra as conquistas que a criança saudável pode alcançar em cada faixa etária.

O calendário de vacinação traz o esquema básico de vacinas que a criança precisa receber.

Entre 1 e 3 anos, a criança deve ter recebido uma dose da vacina contra sarampo, caxumba e rubéola. E, aos 15 meses, o primeiro reforço da vacina contra poliomelite e da vacina contra difteria, tétano e coqueluche.

A criança precisa ser vacinada nas campanhas, mesmo que já tenha tomado todas as vacinas.

A Caderneta de Saúde da Criança ajuda os pais e o serviço de saúde a acompanhar o crescimento e o desenvolvimento da criança do nascimento aos 10 anos de idade.



A criança
de 1 a 3 anos

Para que serve a Caderneta de Saúde da Criança?

10



A Caderneta de Saúde da Criança serve para os pais e os profissionais de saúde acompanharem peso, desenvolvimento e vacinas da criança.

A Caderneta de Saúde da Criança tem também muitas orientações para a família sobre a criança.

A criança está crescendo bem, quando a linha de peso está sempre subindo.

A Caderneta de Saúde da Criança deve ser levada todas as vezes em que a criança for ao serviço de saúde.



A criança
de 1 a 3 anos

Hábitos de higiene

Procure
inovar
pensando
diferente.

Os hábitos de higiene com o corpo, com a casa e na comunidade são importantes para a saúde e a qualidade de vida.

Escovar dentes, pentear cabelo, tomar banho, lavar as mãos, colocar lixo no lugar certo são hábitos de higiene que a criança aprende com a família.

Todas as atividades feitas com a criança devem ser vistas como oportunidades para interagir com ela e desenvolver suas habilidades de linguagem.

A casa precisa ser limpa diariamente.

A comunidade deve se organizar, colocando o lixo em local apropriado e exigindo da prefeitura a coleta desse lixo.

As praças, parques e locais onde as crianças brincam devem ser limpos e seguros.

Atenção:

Quando a família tem acesso aos serviços de saneamento básico, fica mais fácil manter bons hábitos de higiene.

A comunidade deve procurar o Conselho Municipal de Saúde e os Conselhos de Direitos se os serviços de saneamento básico não forem oferecidos pela prefeitura.

A criança aprende com a família a cuidar da higiene do corpo, da casa e na comunidade.



A criança
de 1 a 3 anos

Por que os hábitos de higiene são importantes?

11



É importante lavar as mãos depois de ir ao banheiro. Faça isso sempre e ensine a criança.

É preciso lavar as mãos antes de fazer a comida da criança se da família.

A higiene do corpo, da casa e na comunidade são importantes para manter a saúde e evitar doenças, como verminose, diarreia e doenças de pele.

Quando a comunidade se organiza, fica mais fácil manter limpos os locais públicos.

**A criança tem direito de viver
em ambiente limpo e saudável.**