



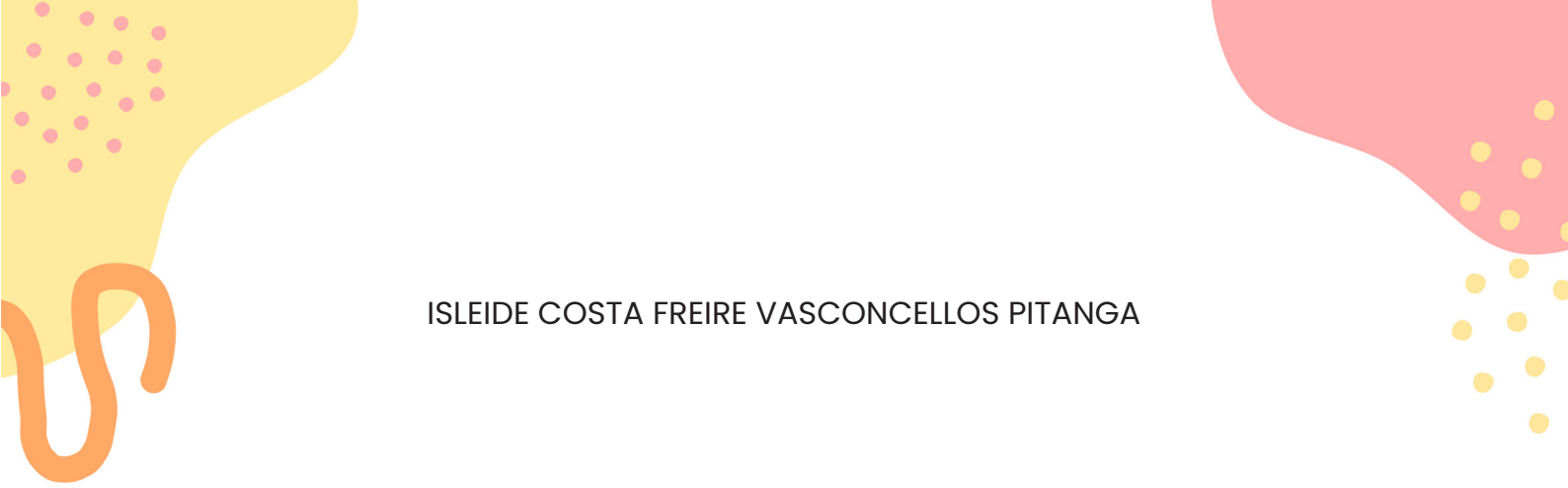
UNIVERSIDADE ESTADUAL DE PONTA GROSSA
PRÓ-REITORIA DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM
EDUCAÇÃO INCLUSIVA – PROFEI



ISLEIDE COSTA FREIRE VASCONCELLOS PITANGA

BRINCAR E APRENDER: ATIVIDADES LÚDICAS PARA O DESENVOLVIMENTO SAUDÁVEL DE CRIANÇAS PEQUENAS

Ponta Grossa
2025



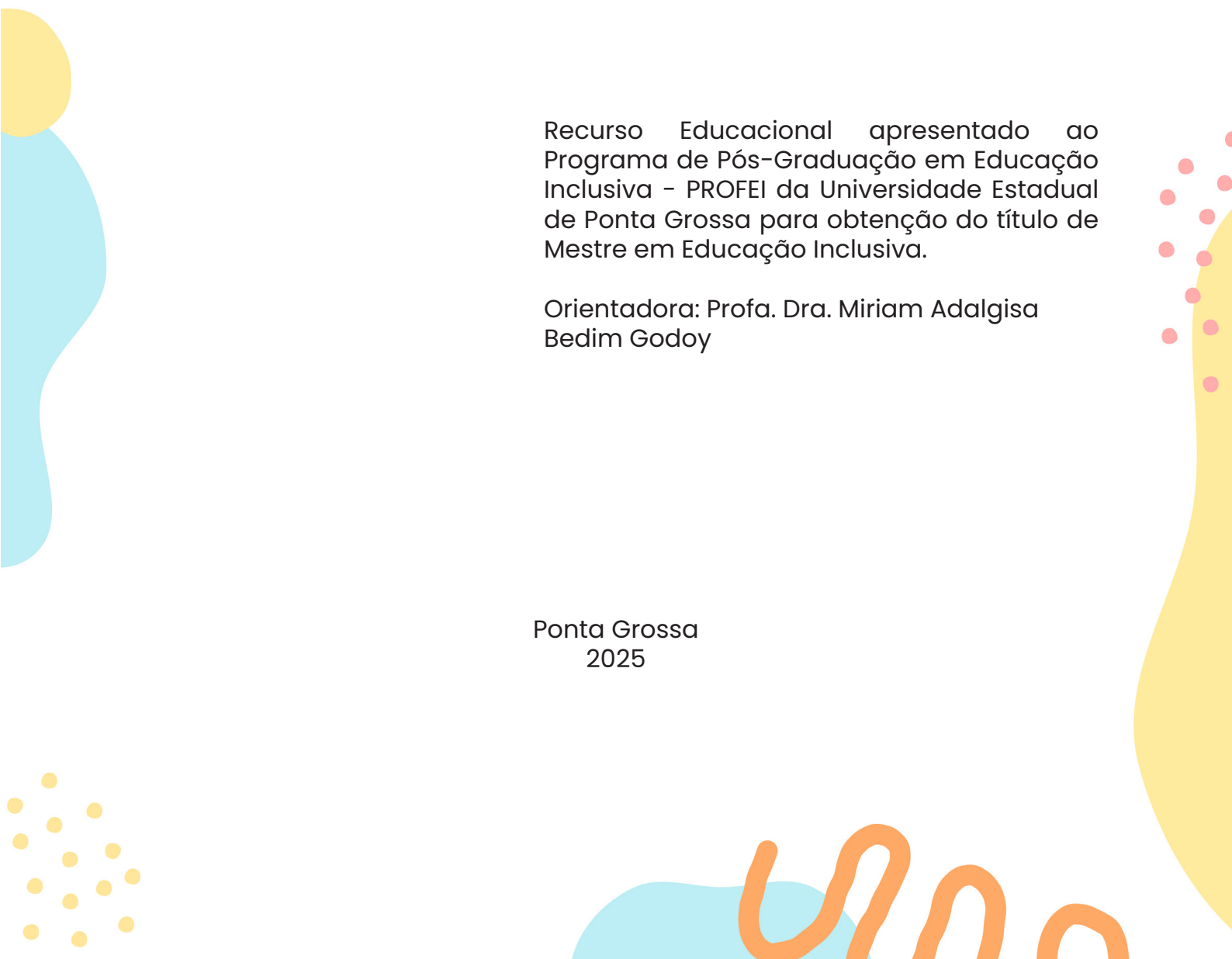
ISLEIDE COSTA FREIRE VASCONCELLOS PITANGA

INFLUÊNCIA DO USO PRECOCE DE MÍDIAS DIGITAIS NO DESENVOLVIMENTO DE CRIANÇAS ATÍPICAS DE 3 A 4 ANOS: ESTUDO SITUADO E CONSCIENTIZAÇÃO DOS RESPONSÁVEIS

Recurso Educacional apresentado ao Programa de Pós-Graduação em Educação Inclusiva - PROFEI da Universidade Estadual de Ponta Grossa para obtenção do título de Mestre em Educação Inclusiva.

Orientadora: Profa. Dra. Miriam Adalgisa Bedim Godoy

Ponta Grossa
2025



P681

Pitanga, Isleide Costa Freire Vasconcellos

Brincar é aprender: atividades lúdicas para o desenvolvimento saudável das crianças. Sugestões de atividades lúdicas que colaboram no desenvolvimento das áreas de socialização, linguagem, cuidados próprios, psicomotora e cognitiva / Isleide Costa Freire Vasconcellos. Ponta Grossa, 2026.

25f.; il.

Produto da dissertação *Influência do uso precoce de mídias digitais no desenvolvimento de crianças atípicas de 3 a 4 anos: estudo situado e conscientização dos responsáveis* (Mestrado Profissional em Educação Inclusiva em Rede Nacional - Área de Concentração: Educação Inclusiva), Universidade Estadual de Ponta Grossa.

Orientadora: Profa. Dra. Miriam Godoy.

1. Educação infantil. 2. Atividades lúdicas. 3. Brincadeiras infantis. 4. Desenvolvimento infantil. I. Godoy, Miriam. II. Universidade Estadual de Ponta Grossa. Educação Inclusiva. III.T.

CDD: 372.21

RECURSO EDUCACIONAL

Organização: Isleide Costa Freire Vasconcellos Pitanga (Pesquisadora)
Profa. Dra. Miriam Adalgisa Bedim Godoy (Orientadora)



PITANGA, Isleide Costa Freire Vasconcellos.
GODOY, Miriam Adalgisa Bedim.

**INFLUÊNCIA DO USO PRECOCE DE MÍDIAS DIGITAIS NO DESENVOLVIMENTO DE CRIANÇAS
ATÍPICAS DE 3 A 4 ANOS: ESTUDO SITUADO E CONSCIENTIZAÇÃO DOS RESPONSÁVEIS**

Profei – Programa de Mestrado em Educação Inclusiva.
Universidade Estadual de Ponta Grossa – UEPG, Ponta Grossa, 2025.

DESCRIÇÃO TÉCNICA

Público-alvo a que se destina o Recurso Educacional:

Familiares e cuidadores de crianças bem pequenas.

Categoria deste Recurso: Materiais Textuais

Ilustrações/Imagens: Freepik

Projeto gráfico/Diagramação: João Angelo Pires da Silva

Origem do Recurso Educacional:

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE PONTA GROSSA, PROGRAMA DE MESTRADO
PROFISSIONAL EM EDUCAÇÃO INCLUSIVA – PROFEI

Escrito por Isleide Costa Freire Vasconcellos Pitanga

Colaboradoras:

Profa. Dra. Miriam Adalgisa Bedim Godoy.

INTRODUÇÃO

A primeira infância constitui um período decisivo para o desenvolvimento humano, marcado por intensas transformações cognitivas, emocionais, sociais e motoras. Nessa etapa, as experiências vivenciadas pelas crianças, especialmente aquelas mediadas por seus familiares e cuidadores, exercem influência direta na construção de habilidades, vínculos e aprendizagens que repercutem ao longo de toda a vida. Nesse contexto, o brincar destaca-se como uma linguagem própria da infância e como um eixo estruturante do desenvolvimento integral, configurando-se simultaneamente como direito da criança e como estratégia fundamental de cuidado e educação.

Nas últimas décadas, observa-se uma crescente inserção das mídias digitais no cotidiano das famílias, inclusive entre crianças muito pequenas. Embora tais recursos possam apresentar potencial educativo quando utilizados de forma orientada, o uso precoce, excessivo ou sem mediação adequada tem suscitado preocupações quanto aos possíveis impactos sobre o desenvolvimento infantil. Diante desse cenário, torna-se indispensável oferecer alicerces teóricos e práticos que amparem familiares e cuidadores a apreenderem os limites e possibilidades do uso das tecnologias, ao mesmo tempo em que se fortalece o resgate de práticas lúdicas, interativas e significativas.

É nessa perspectiva que se insere a presente cartilha, elaborada como um material informativo e orientador, voltado às famílias e cuidadores que atuam com crianças pequenas. Organizada em seções temáticas correspondentes às áreas do desenvolvimento infantil, a cartilha reúne informações acessíveis e sugestões de brincadeiras que estimulam o corpo, a mente e as emoções, articulando evidências científicas, recomendações institucionais e experiências do cotidiano.

Ao fundamentar-se nas orientações da Sociedade Brasileira de Pediatria acerca do uso consciente de mídias digitais e ao valorizar o brincar como prática central da infância, este material busca apoiar a construção de ambientes mais acolhedores, participativos e comprometedores de desenvolvimento. Assim, a cartilha pretende contribuir para o fortalecimento do papel ativo dos responsáveis e cuidadores na mediação das experiências infantis, reafirmando o brincar como direito, expressão e condição essencial para o desenvolvimento saudável nos primeiros anos de vida.

ESTRATÉGIA DE AÇÃO PARA ELABORAÇÃO DO RECURSO PEDAGÓGICO

Mediante a identificação a diminuição das brincadeiras tradicionais e outras no cotidiano das crianças e a substituição dessas pelas mídias digitais, entende-se a relevância em criar um recurso educacional de oficinas de brincadeiras lúdicas com a participação das famílias, a fim de oportunizar momentos de interação direta das crianças com seus responsáveis. Bem como, uma cartilha com as imagens e os objetivos de brincadeiras interessantes para o desenvolvimento saudável de suas crianças.

CONTEXTO DO RECURSO EDUCACIONAL

O público-alvo do recurso educacional foram responsáveis de crianças com 3 e 4 anos matriculadas no turno matutino e vespertino do Programa de Educação Precoce do Centro de Ensino Especial 02 de Brasília.

O objetivo foi promover momentos de interação, por meio de oficinas presenciais de brincadeiras lúdicas, envolvendo crianças e seus familiares no ambiente escolar. Além de elaborar uma cartilha ilustrada com orientações para familiares, educadores e cuidadores sobre brincadeiras que estimulem o corpo, a mente e as emoções das crianças. Assim como sensibilizar os responsáveis para as orientações da Sociedade Brasileira de Pediatria sobre o uso adequado de telas por crianças de 3 a 4 anos;

O tipo de recurso educacional utilizado foram oficinas de brincadeiras lúdicas presenciais para a confecção de brinquedos com materiais reutilizáveis, com envolvimento de crianças e familiares e cartilha ilustrativa com imagens de brincadeiras e seus objetivos para o desenvolvimento saudável de crianças de 3 a 4 anos.

A elaboração do projeto está alinhada ao trabalho pedagógico do Programa da Educação Precoce do Distrito Federal, o qual fundamenta o planejamento das atividades pedagógicas realizadas com base nos eixos do Currículo em Movimento da Educação Infantil do Distrito Federal.

IMPLEMENTAÇÃO DA PROPOSTA

A implementação da proposta foi dividida em quatro etapas principais. Na Etapa 1 foram calculados os recursos necessários para confecção dos brinquedos (garrafas pets, rolos de papel higiênico, papel crepom, bolinhas coloridas pompom, cola colorida, cola branca e outros). Potes coloridos foram providenciados para armazenar e organizar os itens de forma funcional. Bilhetes informativos foram elaborados para os professores e a equipe escolar, e posteriormente enviados aos responsáveis com orientações iniciais sobre as atividades propostas na oficina.

A Etapa 2 consistiu na estruturação das oficinas com os professores e envolveu a elaboração de um passo a passo detalhado para a confecção dos brinquedos. Dias e horários foram combinados com os professores para a realização das oficinas. Também foi proposta a inserção de músicas no início das atividades, com o intuito de criar um ambiente acolhedor e lúdico. Assim como a participação conjunta dos professores na confecção dos brinquedos, a fim de fortalecer o vínculo entre escola e família.

Na Etapa 3 foi elaborado um convite formal para as famílias, destacando o objetivo da ação, a data, o horário e o local. Em seguida, os convites foram enviados aos responsáveis, incentivando a presença.

Por fim, a Etapa 4 foi a realização da oficina lúdica, e compreendeu a organização prévia da sala de atividades com os materiais previamente dispostos em caixas acessíveis e identificadas. Panfletos com frases valorizando o brincar foram fixados na porta da sala. Fotos da organização e da oficina foram tiradas para fins de registro e documentação. As famílias foram recebidas de forma acolhedora, promovendo um ambiente convidativo e estimulante. Os brinquedos foram confeccionados com a participação das famílias, incentivando a troca de experiências entre os responsáveis, as crianças e a equipe escolar.

Como estratégia de avaliação e validação durante as oficinas, foram observadas atentamente a participação e a interação dos responsáveis com as crianças, com destaque para eventuais usos de mídias digitais pelos adultos. A atividade demonstrou a proposta pedagógica do material, composta por ações lúdicas alinhadas às áreas do desenvolvimento infantil como motricidade, linguagem, cognição e socialização, com foco na promoção do desenvolvimento saudável na primeira infância.

O recurso educacional foi estruturado em duas etapas. A primeira consistiu na realização da Oficina Lúdica com materiais sustentáveis, promovida na escola, com brincadeiras que envolveram diretamente às famílias. Cada criança pode levar para casa os brinquedos confeccionados durante a oficina. (Figuras 1, 2 e 3).

Figura 1 – Materiais recicláveis para confecção dos brinquedos I



Registro realizado pela autora no dia da realização da oficina (2025).

Figura 2- Materiais recicláveis para confecção dos brinquedos II



Registro realizado pela autora no dia da realização da oficina (2025).

Figura 3 – Materiais recicláveis para confecção dos brinquedos III



Foto retirada pela autora no dia da realização da oficina (2025).

Com esses materiais foram confeccionados brinquedos como bilboquês com garrafa PET e tampa, binóculos com rolos de papel higiênico, dragões com rolos e papel crepom, e ampulhetas com garrafa PET e areia colorida, entre outros, estimulando a criatividade conjunta entre crianças e responsáveis (Figuras 4 e 5). O objetivo central foi promover momentos significativos de interação e vínculo familiar no ambiente escolar.

Figura 4– Brinquedos confeccionados I



Foto retirada pela autora no dia da realização da oficina (2025).

Figura 5 – Brinquedos confeccionados II



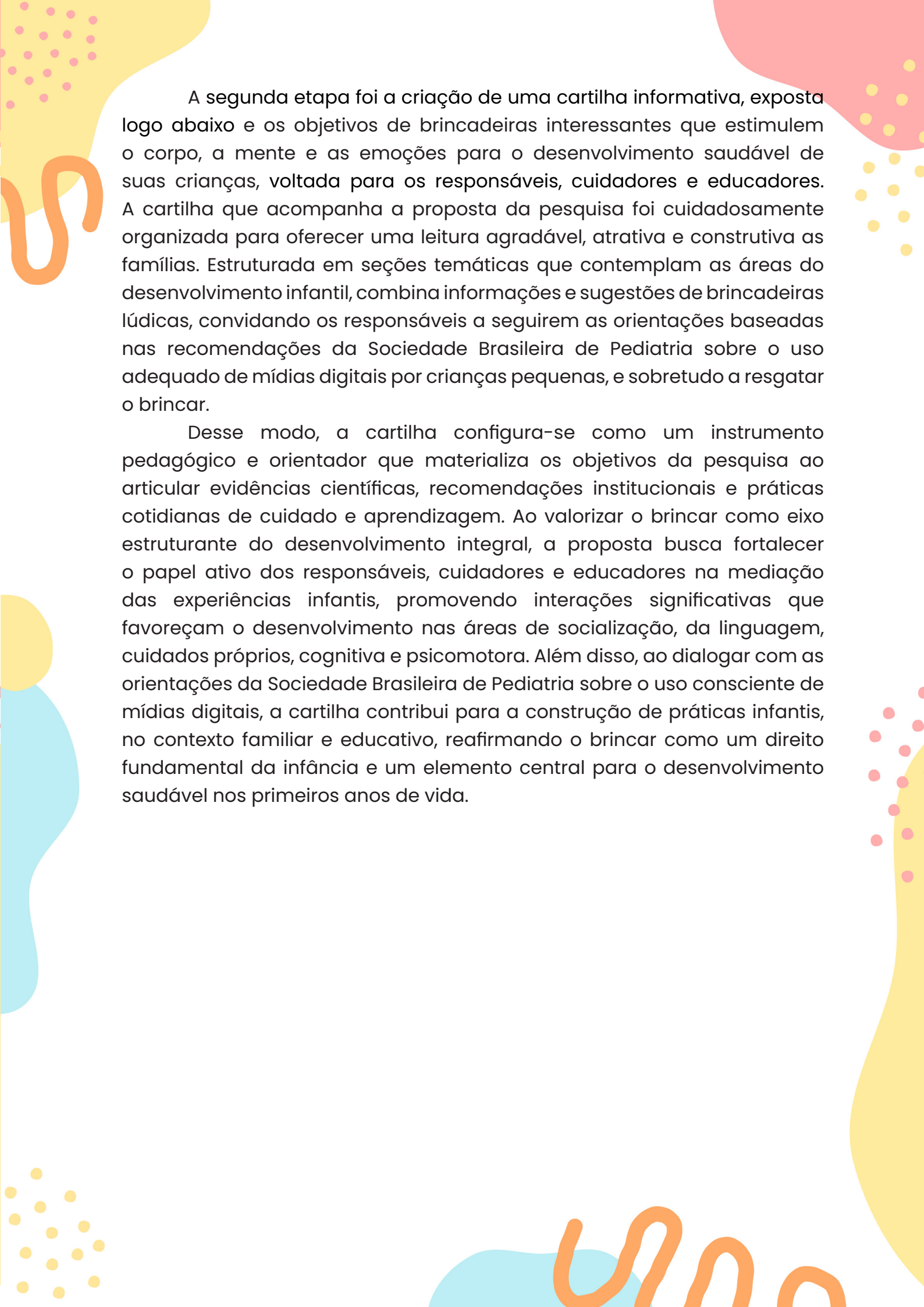
Foto retirada pela autora no dia da realização da oficina (2025).

O Quadro 1 abaixo foi produzido com o intuito de organizar os objetivos, competências e direitos de aprendizagem contempladas no Recurso Educacional:

QUADRO 1 – RECURSO EDUCACIONAL

Brinquedo	Objetivos de aprendizagem	Materiais utilizados	Passo a passo
Brinquedo I – Dragão	• Fortalecer a musculatura orofacial; • estimular a atenção, criatividade e imaginação; • Ampliar a coordenação motora fina e a expressão artística.	• Rolo de papel higiênico; • Papel crepom; • Bolinhas pequenas e grandes coloridas de pompom; • Tinta guache.	1. Pinte o rolo de papel higiênico com tinta guache. 2. Corte tiras de papel crepom. 3. Boca: Cole as tiras de papel crepom por dentro de uma das bordas do rolo. 4. Narinas: Cole 2 bolinhas pequenas de pompom na parte superior, perto da boca. 5. Olhos: cole 2 bolinhas médias de pompom do outro lado.

Brinquedo II – Ampulheta	• Explorar sensações táteis; • Ampliar a coordenação viso motora; • Trabalhar a noção temporal e espacial; • Ampliar a criatividade, atenção e concentração.	• Areia colorida; • 2 garrafas PET de 100 ml; • 2 tampas iguais; • Funil; • Colher; • Durex colorido; • Cola de EVA (uso exclusivo do adulto); • Ferro de solda ou prego aquecido (uso exclusivo do adulto).	1. Fure as tampas das garrafas PET com ferro de solda ou prego aquecido (uso do adulto). 2. Une as tampas iguais e cole-as formando uma peça única com passagem no meio. 3. Encaixe o funil na tampa da garrafa. 4. Coloque areia colorida dentro de uma das garrafas com as mãos e/ou colher. 5. Feche a garrafa com areia usando as tampas coladas. 6. Coloque a outra garrafa PET na parte superior. 7. Enfeite com durex colorido.
Brinquedo III – Binóculo	• Ampliar a coordenação viso motora; • Estimular a criatividade, concentração e atenção; • Valorizar a expressão artística.	• 2 rolos de papel higiênico; • Papel colorido; • Tesoura; • Tinta guache; • Bolinhas adesivas coloridas de papel; • Cola branca.	1. Pinte os rolos de papel higiênico com tinta guache. 2. Corte tiras de papel colorido. 3. Une os dois rolos, lado a lado, e cole-os. 4. Cole as tiras de papel colorido em volta dos rolos já unidos. 5. Enfeite o binóculo com bolinhas adesivas coloridas.
Brinquedo IV – Bilboquê	• Ampliar a coordenação viso motora; • Explorar noção espacial; • Incentivar a expressão artística e a criatividade	• 1 garrafa PET; • Tesoura; • Barbante; • Durex colorido; • Ferro de solda ou prego aquecido (uso exclusivo do adulto).	1. Fure 2 tampas (uso do adulto para aquecer prego/ferro de solda). 2. Corte a garrafa PET ao meio. 3. Enfeite a parte externa com durex colorido. 4. Amarre o barbante nas tampas furadas. 5. Ajuste o tamanho do barbante para que a bolinha alcance a garrafa



A segunda etapa foi a criação de uma cartilha informativa, exposta logo abaixo e os objetivos de brincadeiras interessantes que estimulem o corpo, a mente e as emoções para o desenvolvimento saudável de suas crianças, voltada para os responsáveis, cuidadores e educadores. A cartilha que acompanha a proposta da pesquisa foi cuidadosamente organizada para oferecer uma leitura agradável, atrativa e construtiva as famílias. Estruturada em seções temáticas que contemplam as áreas do desenvolvimento infantil, combina informações e sugestões de brincadeiras lúdicas, convidando os responsáveis a seguirem as orientações baseadas nas recomendações da Sociedade Brasileira de Pediatria sobre o uso adequado de mídias digitais por crianças pequenas, e sobretudo a resgatar o brincar.

Desse modo, a cartilha configura-se como um instrumento pedagógico e orientador que materializa os objetivos da pesquisa ao articular evidências científicas, recomendações institucionais e práticas cotidianas de cuidado e aprendizagem. Ao valorizar o brincar como eixo estruturante do desenvolvimento integral, a proposta busca fortalecer o papel ativo dos responsáveis, cuidadores e educadores na mediação das experiências infantis, promovendo interações significativas que favoreçam o desenvolvimento nas áreas de socialização, da linguagem, cuidados próprios, cognitiva e psicomotora. Além disso, ao dialogar com as orientações da Sociedade Brasileira de Pediatria sobre o uso consciente de mídias digitais, a cartilha contribui para a construção de práticas infantis, no contexto familiar e educativo, reafirmando o brincar como um direito fundamental da infância e um elemento central para o desenvolvimento saudável nos primeiros anos de vida.



Brincar e aprender: Atividades lúdicas para o desenvolvimento saudável de crianças pequenas

Sugestões de atividades lúdicas que colaboram no desenvolvimento das áreas de socialização, linguagem, cuidados próprios, psicomotora e cognitiva.

Autoras: Isleide Costa Freire Vasconcellos Pitanga
Miriam Adalgisa Bedim Godoy



Brincar é coisa séria! É uma poderosa ferramenta para o desenvolvimento saudável de crianças pequenas. Esta cartilha foi criada para conscientizar familiares e cuidadores da importância das brincadeiras na infância.

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Pitanga, Isleide Costa Freire Vasconcellos

Brincar e aprender: atividades lúdicas para o desenvolvimento saudável de crianças pequenas [livro eletrônico]: sugestões de atividades lúdicas que colaboram no desenvolvimento das áreas de socialização, linguagem, cuidados próprios, psicomotora e cognitiva / Isleide Costa Freire Vasconcellos Pitanga, Miriam Adalgisa Bedim Godoy. -- 1. ed. -- Brasília, DF: Ed. das Autoras, 2025. PDF.

ISBN 978-65-01-81076-8

1. Atividades lúdicas 2. Brincadeiras infantis 3. Brincadeiras na educação 4. Desenvolvimento cognitivo 5. Educação - Participação dos pais 6. Estimulação cognitiva I. Godoy, Miriam Adalgisa Bedim. II. Título.

25-320428.0

CDD-790.1

Índices para catálogo sistemático:

1. Brincadeiras : Atividades recreacionais

Aline Graziele Benitez - Bibliotecária - CRB-1/3129

Projeto gráfico: João Angelo Pires da Silva

Ilustrações: Freepik

Área de Socialização



01 Brincar de roda



02 Brincar de esconde-esconde



03 Brincar no parque



04 Brincar de estátua

Objetivos da área de socialização

- Incentivar a interação com seus pares e adultos;
- Aprender regras de convívio social;
- Conhecer, utilizar e negociar regras básicas de convívio social nas interações, nas brincadeiras e no uso de espaços diversos.

Área de Linguagem



01 Brincar de cantar, dançar e tocar



02 Brincar com fantoches



03 Brincar de imitar sons



04 Brincar de faz-de-conta

Objetivos da área da linguagem

- Apropriar-se de gestos sociais;
- Reconhecer os diferentes sons;
- Expressar graficamente diversos sons, utilizando registro espontâneo por meio de grafismo, colagem, pintura, dentre outros.

Área de Cuidados Próprios



01 Brincar de casinha



02 Brincar de lavar roupas



03 Brincar de se vestir



04 Brincar de arrumar a cesta

Objetivos da área de cuidados próprios

- Demonstrar progressiva independência no cuidado do seu corpo;
- Desenvolver hábitos de higiene: pedir para ir ao banheiro, lavar as mãos, limpar o nariz, escovar os dentes, percebendo-os como necessidades para seu bem-estar;
- Realizar pequenas tarefas do cotidiano que envolvam atitudes de manutenção, preservação e cuidados com os pertences pessoais e coletivos.

Área Psicomotora



01 Brincar de amarelinha



03 Brincar de bola



02 Brincar com bambolê



04 Brincar de pular corda

Objetivos da área psicomotora

- Experimentar formas de deslocamentos no espaço (pular, saltar...), combinando movimentos e seguindo orientações;
- Perceber o equilíbrio do corpo ao andar e ao ficar parado, com e sem apoio de elementos e objetos do ambiente;
- Segurar o prato e talher para alimentar-se com autonomia e realizar a prática do autosservimento com a orientação do adulto.

Área Cognitiva



01 Brincar de jogo da memória



02 Brincar de jogos de encaixe



03 Brincar de quebra-cabeça



04 Brincar de dado

Objetivos da área de cognitiva

- Reconhecer as brincadeiras, jogos, gestos, regras e outras formas de brincar;
- Expressar sensações e ritmos por meio de movimentos corporais associados a diferentes sons;
- Explorar e manipular materiais tridimensionais com diversas superfícies, planos, formas, volumes e objetos (areia molhada, argila, massa de modelar) para sentir as diferentes texturas e perceber suas formas.

Brincadeiras na Natureza



01 Brincar com folhas



02 Brincar na lama



03 Brincar na chuva



04 Brincar com animais de estimação

Objetivos de brincar na natureza

- Explorar diferentes texturas, cheiros e sons do ambiente natural, como lama, folhas, chuva e flores, estimulando a percepção sensorial; Desenvolver coragem e autonomia ao experimentar brincadeiras ao ar livre, superando medos e descobrindo novas formas de se divertir;
- Aprender a cuidar do ambiente e dos elementos naturais durante a brincadeira, respeitando plantas, insetos e espaços verdes.

Uso de Mídias Digitais: Recomendações da Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP)

Crianças de 3 a 4 anos

- **Tempo máximo de tela:** Até 1 hora por dia, sempre com a supervisão de pais ou responsáveis.
- **Evitar exposição passiva:** Não permitir que a criança fique em frente às telas sem interagir ou sem a presença de um adulto.
- **Sem telas durante as refeições:** Evitar o uso de dispositivos eletrônicos durante as refeições para promover uma alimentação consciente e interações familiares.
- **Desconectar antes de dormir:** Desligar as telas pelo menos 1 a 2 horas antes do horário de dormir para garantir um sono de qualidade
- **Ambientes comuns:** Utilizar dispositivos eletrônicos em locais comuns da casa, evitando o uso isolado em quartos.
- **Conteúdos adequados:** Escolher conteúdos de qualidade, apropriados para a idade, e sempre acompanhar a criança durante o uso.
- **Alternativas saudáveis:** Incentivar atividades físicas, brincadeiras ao ar livre e interações sociais como alternativas ao tempo de tela.

Dicas para os responsáveis

- **Seja um exemplo:** Demonstre hábitos saudáveis no uso de tecnologias.
- **Estabeleça regras claras:** Defina horários e limites para o uso de dispositivos eletrônicos.
- **Promova o diálogo:** Converse com a criança sobre o que ela assiste ou joga, promovendo uma compreensão crítica dos conteúdos.
- **Utilize ferramentas de controle:** Aproveite recursos de controle parental para garantir a segurança digital da criança

Referências bibliográficas

BRASIL. **Base Nacional Comum Curricular**. Brasília: Ministério da Educação, 2017. Disponível em: <http://basenacionalcomum.mec.gov.br>. Acesso em: 13 jul. 2025. Infantil.

GOVERNO DO DISTRITO FEDERAL. **Currículo em Movimento do Distrito Federal: Educação** Brasília: Editora SEDF, 2018. Disponível em: https://www.deg.unb.br/images/Diretorias/DAPLI/cil/legislacoes_cil/curriculo_em_movimento_educacao_infantil_2018_2_edicao.pdf. Acesso em: 15 abr. 2024.

OMS - ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE; FUNDO DAS NAÇÕES UNIDAS PARA A INFÂNCIA (UNICEF). **Relatório global sobre tecnologia assistiva**. Genebra: OMS & UNICEF, 2022. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/356948>. Acesso em: 13 mar. 2025



