

Socioemocional

COISAS QUE POSSO FAZER EM CASA DURANTE A QUARENTENA



**EXPLICAÇÃO PARA O ADULTO****COISAS QUE POSSO FAZER EM CASA DURANTE A QUARENTENA****COMO FAZER**

Antes de iniciar a atividade, converse com a criança sobre as mudanças que aconteceram na vida dela desde a chegada do novo coronavírus no Brasil. Ofereça exemplos concretos de coisas que mudaram e de coisas que continuam iguais, como: *Antes, você ia à escola todo dia; isso mudou e agora você fica em casa; mas a mamãe ainda te coloca para dormir toda noite, isso continua igual.*

Para evitar a ansiedade, explique que é improvável que ela fique doente e que crianças geralmente têm sintomas mais fracos. Depois, enfatize todos os cuidados que devem ser tomados, como lavar as mãos e ficar em casa. Crianças sentem-se mais tranquilas quando sabem o que devem fazer para permanecer seguras.

Ao conversar sobre a importância de ficar em casa, diga que é interessante usar este momento como uma oportunidade para aproveitar o que a casa tem a oferecer, por exemplo o tempo com a família, as rotinas de cuidado, a brincadeira livre e tudo mais que a criança gostar de fazer no ambiente doméstico. Depois, peça para ela completar a folha *Coisas que posso fazer em casa durante a quarentena* com ideias de atividades para esse período.

**ENSINO PERSONALIZADO**

Para esta atividade, é importante considerar a realidade da criança, da casa e da família. Crianças que moram com irmãos podem incluir atividades como brincar com meu irmão e ajudar minha irmã nos estudos. Além disso, leve em conta o tamanho da casa e os recursos disponíveis.

CONTINUAÇÃO

Use esta folha quando a criança estiver entediada, preocupada ou apenas sem ideia do que fazer em casa. Incentive-a a selecionar uma das coisas ou atividades que incluiu em sua folha.

COISAS QUE POSSO FAZER EM CASA:
