

ROTEIRO DO FACILITADOR PSE
Corpo, emoções e cuidado: Vamos
cuidar de nós e dos outros!

3 a 5 anos

Setembro do 2026 | Belo Horizonte

Elaboração: *Andréia Cleide Costa Neves, Pollyanna Antunes Costa*

Colaboração: *Amanda Lima, Fernanda Abreu Rebuti, Erika Rabelo, Livia Azevedo Rodrigues*

Público-alvo: Crianças de **3 a 5 anos** (Educação Infantil / Creche)

Duração: 40 minutos

Introdução

As crianças de **3 a 5 anos** estão em uma fase de intenso desenvolvimento físico, cognitivo, emocional e social. Nessa idade, descobrem o próprio corpo, ampliam a linguagem, aprendem a conviver com outras crianças e começam a reconhecer e expressar emoções.

A aprendizagem acontece principalmente por meio do **brincar**, da **imitação**, da **repetição** e das experiências concretas. Por isso, conceitos abstratos ou explicações longas tendem a ser pouco compreendidos. Atividades com músicas, histórias, gestos, jogos e movimentos favorecem a participação e tornam o aprendizado mais significativo.

Nessa fase, as crianças também estão aprendendo a identificar comportamentos de cuidado consigo mesmas e com os outros, como demonstrar carinho, compartilhar, pedir ajuda e reconhecer situações que causam desconforto ou machucam. Ainda estão desenvolvendo o controle dos impulsos, sendo comuns comportamentos como morder, empurrar ou bater durante os conflitos, o que torna importante ensinar, de forma positiva, maneiras respeitadas de se relacionar.

Esta oficina foi planejada considerando essas características do desenvolvimento infantil. As atividades utilizam linguagem simples, frases curtas, músicas, brincadeiras e interação, promovendo o reconhecimento do corpo, o cuidado consigo e com os outros, a expressão de sentimentos e a construção de relações baseadas no respeito, na proteção e no afeto.

Objetivo Geral

Promover, de forma lúdica, afetiva e protetiva, o cuidado com:

- O corpo
- As emoções
- A alimentação
- A convivência respeitosa
- A autoproteção

Princípios Pedagógicos para essa faixa etária

- Linguagem simples
- Frases curtas
- Repetição de mensagens
- Muito movimento corporal
- Brincadeiras sensoriais
- Música, roda, gestos e imagens
- Sem perguntas complexas
- Sem exposição individual obrigatória

Cronograma Prévio: Saúde e Educação

Antes da realização da oficina, é desejável **a realização de uma reunião de planejamento entre a equipe da saúde e a gestão escolar**. Nessa reunião, deve-se:

1. **Apresentar os objetivos e estrutura da oficina.**
2. **Validar o cronograma junto à escola**, através da planilha, garantindo a disponibilidade dos espaços e da equipe escolar no dia da oficina.
3. **A escola deve designar o profissional da educação que acompanhará a atividade com os alunos.**

A oficina só deverá ocorrer após essa etapa estar finalizada e o cronograma validado.

Papel dos Facilitadores

O facilitador da saúde deve:

- Conduzir a atividade com acolhimento, escuta ativa e respeito
- Estimular a participação sem forçar respostas
- Reforçar mensagens de proteção, empatia e autocuidado
- Registrar corretamente a ação no SIGRAH por temática-

Importante: Em caso de relato de violência, consultar as orientações no [GUIA DE ATENDIMENTO CRIANÇAS E ADOLESCENTES VÍTIMAS DE VIOLÊNCIAS: ACOMPANHAMENTO PELA ATENÇÃO PRIMÁRIA À](#)

SAÚDE EM BELO HORIZONTE.

1. Escute sem julgar, com calma
2. **Não prometa segredo** à criança
3. Informe que ela será protegida
4. Comunique a gestão escolar e equipe da unidade de saúde
5. Siga o protocolo institucional de notificação obrigatória

Profissional da Educação (Acompanhante da Oficina):

- Observar atentamente as reações das crianças durante todas as atividades.
- **Preencher a ficha de reações das crianças**
- Caso alguma criança demonstre sofrimento ou necessidade de apoio:
- Acolher com empatia e cuidado.
- Levar a criança para um local mais reservado e tranquilo para escuta, se necessário.

Ficha de Monitoramento – Oficina PSE

Escola: _____

Turma: _____

Data: _____ / _____ / _____

Facilitadores (Saúde e Educação): _____

Nome da Criança	CPF	Teve interesse em participar da oficina? Sim/Não	Observação

Encerramento da Oficina – Avaliação e Devolutiva Intersectorial

Ao término da oficina:

- **Educação e Saúde devem se reunir** brevemente para:
 - Compartilhar percepções sobre a atividade.
 - Avaliar as reações e necessidades observadas entre os alunos.
 - Identificar encaminhamentos ou novas ações necessárias.
- **Os profissionais devem preencher no final da oficina o formulário de avaliação da oficina (Forms de Satisfação).**



- Forms do profissional da Educação: <https://docs.google.com/forms/d/1Hix-DqLzt4N3kVXqj1Spd-mWyBi-HYDzuEG-FPvnCGdo/edit>



- Forms do profissional da Saúde: <https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeErF9IxUn-ah9qN-G8Olpmahg2HAATFas-nxd8cneLFkJQ17A/viewform?usp=dialog>

Estrutura da Oficina

1. Boas-vindas – Roda do Cuidado (10 min)

Metodologia:

- Crianças sentadas em roda

Falas do facilitador:

Perguntas simples:

- Quem cuida de você?
- Você gosta de abraço?
- Quem te ajuda quando você chora?

É importante que essas perguntas sejam feitas para todas as crianças, uma a uma, para que as respostas possam ser observadas individualmente.

Tema: vínculo, afeto, proteção

2. Meu Corpo é Importante (10 min)

Metodologia:Mostrar as imagens e conversar com eles a respeito (Se tiver disponibilidade, as imagens podem ser passadas por vídeo).

Frases-chave:

- Esse é meu corpo.
- Eu cuido do meu corpo.
- Tem partes do corpo que ficam escondidas pela calcinha ou pela cueca. (e nelas só se toca para limpar).
- Se algo me deixar triste, (ou com medo) eu conto para quem cuida de mim.

Tema: autoproteção,



Nesta atividade, vamos apresentar às crianças imagens de situações de cuidado com o corpo.

Você poderá mostrar as figuras impressas ou apresentá-las na tela.

Mostre uma imagem de cada vez.

Não dê a resposta imediatamente. Primeiro, deixe que as crianças observem, pensem e contem o que estão vendo.

Pergunte:

‘O que essa criança está fazendo?’

Depois, continue:

‘Por que isso é importante?’

Incentive as crianças a contarem se elas também fazem isso, quando fazem e quem as ajuda.

Valorize as respostas e complemente apenas quando for necessário.

Vamos fazer isso com cada uma das situações apresentadas.”**

Ex:

ESCOVAR OS DENTES

Mostrar a imagem da menina escovando os dentes.

NARRADOR:

“Comece mostrando a imagem e dê um tempo para as crianças observarem.

Pergunte:

‘O que essa criança está fazendo?’

Espera as respostas.

Depois pergunte:

‘Por que é importante escovar os dentes?’

Em seguida:

‘Você escova os dentes?’

‘Quando você escova?’

‘Quem ajuda você a escovar?’

Escute as respostas e valorize a participação das crianças.”

3. Jogo do SIM e NÃO (10 min)

Metodologia:

Apenas gestos: 👉 SIM = positivo 🙅 NÃO = negativo

Falar as frases com calma e mostrar a imagem:



Comer fruta faz bem. 👉



Beber água faz bem. 👉



Fazer carinho no amigo. 👉



Dividir os brinquedos. ➡



Pedir ajuda. ➡



Pegar coisas do coleguinha sem pedir ➡



Jogar sujeira no lixo ➡



Morder faz dodói. ➡



Empurrar faz dodói. ➡



Puxar o cabelo faz dodói. ➡



Tema: cultura da paz, alimentação, cuidado

[Imagens](#) para Xerox ou para apresentação.

É muito importante prestar atenção nas respostas das crianças para que sejam trabalhadas

de forma adequada

DINÂMICA FINAL — A LILI APRENDEU NA ESCOLA

“Chegamos à última dinâmica da oficina: ‘A Lili Aprendeu na Escola’.

Nesta etapa, vamos introduzir um novo aprendizado, ampliando o que foi trabalhado nas atividades anteriores.

Ao longo da oficina, as crianças conversaram sobre o cuidado com o corpo, o respeito e atitudes de cuidado consigo e com os outros.

Agora, vamos falar especificamente sobre a proteção do corpo.

Para abordar esse tema de forma lúdica e adequada à faixa etária, utilizaremos a história da Lili.

Por meio da personagem, as crianças serão convidadas a compreender que algumas partes do corpo precisam de proteção especial e que elas podem expressar quando não gostam ou não querem alguma coisa.

A história também apresenta uma mensagem importante: quando algo causar medo, tristeza ou desconforto, a criança pode procurar um adulto de confiança e contar o que aconteceu.

O papel do facilitador, neste momento, é mediar a conversa, acolher as manifestações das crianças e utilizar uma linguagem simples, sem antecipar as respostas ou solicitar relatos pessoais.”

TRANSIÇÃO PARA A ATIVIDADE

“Agora vamos conhecer a Lili. Ela aprendeu uma coisa muito importante na escola. Vamos descobrir o que foi?”

→ **ENTRA O VÍDEO DA LILI.** [Vídeo da Lili](#)

Atenção!

Deixe que as crianças acompanhem a história sem muitas interrupções.

Quando a Lili convida **para dançar, PAUSE o vídeo para conversar com as crianças sobre a historinha da Lili**.

Depois deixa o vídeo continuar e convida as crianças a se levantarem para dançar!

2. Conversando sobre a história

Após o vídeo, o facilitador pergunta:

“O que a Lili aprendeu na escola?”

A partir das respostas, reforça:

“Isso! Aprendemos que nosso corpo é importante e que precisamos cuidar dele. Nosso corpo é nosso!”

Ao retomar a cena da piscina, explicar de forma simples que **as partes do corpo cobertas pela roupa de banho são partes íntimas e precisam de cuidado e proteção. Ninguém deve mexer nelas.**

3. Aprendendo os gestos da Lili

O facilitador convida as crianças a repetir os gestos apresentados no vídeo:

✋ **NÃO**

“Se eu não gostar, posso dizer: NÃO!”

👉 **PARA**

“Se eu não quiser, posso dizer: PARA!”

🗣️ **EU CONTO**

“Se não parar, eu conto para um adulto em quem confio.”

Repetir os três gestos com as crianças, primeiro separadamente e depois em sequência.

4. E quando algo deixa triste ou com medo?

O facilitador pergunta:

“E se alguma coisa deixar a gente triste, com medo ou desconfortável?”

Reforçar:

“A gente não precisa guardar. A gente conta para um adulto em quem confia.”

Pode citar exemplos de adultos de confiança, como **mamãe, papai, responsável, professora ou outro adulto que cuide da criança.**

Importante: não solicitar que as crianças contem experiências pessoais durante a atividade. O objetivo é ensinar que elas podem **pedir ajuda e contar quando algo as incomoda.**

5. Finalização — música

O facilitador encerra:

“Agora que aprendemos com a Lili, vamos cantar e fazer os gestos juntos?”

Iniciar a música e incentivar as crianças a acompanhar:

SIM 👍 | **NÃO** 👎 | **PARA** 🖐️ | **EU CONTO** 🗣️

Mensagem-chave

“Meu corpo é meu. Posso dizer NÃO, posso dizer PARA e posso contar para um adulto de confiança quando algo me deixar triste, com medo ou desconfortável.

Materiais Necessários

- Disponibilidade de projetor ou TV para Apresentar as imagens e o vídeo para as crianças

Esta proposta foi construída com muito cuidado e foi experimentada em **quatro oficinas-piloto**, que contribuíram para aprimorar as atividades e pensar em uma abordagem cada vez mais adequada às crianças de três a cinco anos.

E, para que essa oficina alcance seu objetivo, existe algo que é fundamental: **escutar as crianças**.

Mais do que conduzir as atividades, é importante permitir que elas participem, façam perguntas, expressem suas ideias, sentimentos e descobertas.

Dê tempo para que elas falem. Nem todas as crianças vão participar da mesma maneira. Algumas vão falar bastante; outras podem preferir observar, fazer gestos ou participar das atividades de outras formas. Respeite esse tempo.

Observe também as reações das crianças. Seus olhares, expressões, gestos e comportamentos podem mostrar se elas estão compreendendo, se estão interessadas ou se alguma atividade precisa ser conduzida de outra maneira.

Lembre-se de utilizar uma **linguagem simples, frases curtas, repetição, músicas, imagens e movimentos**. Evite explicações longas e conceitos difíceis para essa faixa etária.

Durante toda a oficina, mantenha um ambiente **acolhedor, seguro e respeitoso**, no qual cada criança se sinta à vontade para participar.

Não é preciso ter pressa para cumprir cada etapa. **O mais importante não é apenas realizar todas as atividades, mas criar oportunidades para que as crianças aprendam de verdade.**

Por isso, observe, escute, acolha e permita que elas sejam protagonistas desse momento.

Quando uma criança participa, é ouvida e se sente segura, ela tem mais possibilidades de aprender, compreender e levar esse aprendizado para o seu dia a dia.

Que cada oficina seja, acima de tudo, um espaço de cuidado, respeito, proteção e

aprendizagem.

Obrigada por fazer parte desse processo!”

Orientações de Proteção

Em qualquer fala sensível:

- Escutar sem julgar
- Não prometer segredo
- Acolher
- Comunicar escola + unidade de saúde
- Seguir protocolo institucional

Registro no SIGRAH

Lançar como ação PSE com as temáticas:

- Saúde mental
- Cultura da paz
- Alimentação saudável
- Saúde Sexual

https://docs.google.com/presentation/d/1GZO2Ksh2qL4KX5h5gicab_unuAr1TRmc/edit?slide=id.p1#slide=id.p1