



Pote da calma: o que é e como ele pode ajudar crianças em momentos de angústia

PRÉ-ESCOLAR

ARTIGO

JUN 19, 2020

2MINS

Saiba como fazer o pote da calma, brinquedo que ajuda a criança a se acalmar

O pote da calma é um brinquedo para crianças - e adultos - inspirado na pedagogia

montessoriana. O objetivo do pote é trazer a atenção da criança para ele, ritmar a respiração e, conseqüentemente, fazer com ela se acalme. Parece milagroso, não é mesmo? O melhor de tudo é que você pode fazer um em casa e incluir a criança na atividade. Dessa forma, ela não vai ver o pote como uma obrigação, mas sim como um brinquedo que, mesmo que ela ainda não tenha maturidade de perceber, traz benefícios.

Pote da calma: como fazer?

Para fazer o pote da calma, você vai precisar dos seguintes materiais

- Um pote plástico transparente e com tampa (não use potes de vidro. Eles podem escorregar das mãos das crianças, quebrar e causar acidentes domésticos);
- Cola glitter;
- Purpurinas variadas;
- Corante alimentício;
- Água quente.

Vale destacar que as quantidades variam de acordo com o tamanho do pote. É importante que a criança consiga pegar e manusear o pote.

Para montar o pote da calma, siga os seguintes passos:

1. Encha o pote com água em temperatura de morna para quente. Preencha cerca de 70% da capacidade do pote;
2. Adicione a cola glitter e mexa até ela dissolver na água. Preencha até completar mais ou menos 80% da capacidade do pote;
3. Adicione as purpurinas. Use e abuse de formas e tamanhos variados. O efeito vai ficar incrível; Adicione corante alimentício até obter a cor desejada. Lembre de deixar o líquido translúcido e com todas as purpurinas aparentes. Você também pode optar por deixar o líquido transparente e usar purpurinas de várias cores. O que vale é a criatividade;
4. Feche bem o vidro. Para garantir que ele não vá abrir, use uma cola de alta fixação para vedar o pote.

Em quais situações se deve usar o pote da calma?

O pote da calma pode ser usado sempre que sentir que o seu filho precisa se acalmar,

voltar a respiração tranquila e se acalmar. Nunca obrigue o uso do pote. Você deve exibir o pote, começar a mexer e mostrar para ele os movimentos das purpurinas, ir respirando com ele, ajudando a focar e se centrar.

Como é inspirado na pedagogia montessoriana, é importante que o pote sempre esteja ao alcance das crianças. Com o uso, elas vão relacionando o objeto a algo que traz tranquilidade e vão sozinhas buscá-lo quando sentem que precisam.