



Alfabeti-Zar

Aprender é possível para todos!

Um espaço de **inclusão**, acolhimento e **aprendizagem** significativa.



Rô ♥

A educadora que acredita em cada potencial. Pedagoga, arte-educadora e psicopedagoga.

Pati ♥

A amiga da Zara. Criativa, comunicativa e protagonista. Representa diversidade, inclusão e pertencimento.

Zara ♥

A menina que vive a aventura de aprender. Curiosa, afetuosa e persistente.

Tico ♥

O explorador das letras. Curioso, aventureiro e sempre encontra pistas e desafios por onde passa.

Flop ♥

O amigo da comunicação. Carinhoso, observador e ajuda a expressar sentimentos, necessidades e ideias.



Acreditamos que cada pessoa tem um potencial único.

Nosso propósito é criar caminhos para que todos possam aprender no seu tempo, do seu jeito e com significado.



ORIENTAÇÕES PARA FAMÍLIAS E PROFESSORES

Este material foi criado para apoiar a organização da rotina diária de crianças, promovendo autonomia, previsibilidade e segurança emocional.



1. ROTINA É SEGURANÇA

A rotina ajuda a criança a entender o que vai acontecer, reduzindo a ansiedade e fortalecendo a confiança.



2. VISUAL É FUNDAMENTAL

O uso de cartões com imagens torna a rotina mais clara e acessível, especialmente para crianças que aprendem melhor visualmente.



3. PARTICIPAÇÃO ATIVA

Envolve a criança na escolha, na montagem da rotina e nas atividades. Isso aumenta o engajamento e o senso de conquista.



4. FLEXIBILIDADE COM AMOR

Cada dia é único! Respeite o tempo e as necessidades da criança, fazendo adaptações quando necessário.



5. CELEBRE CADA PASSO

Reconheça e celebre cada pequena conquista. Isso fortalece a autoestima e motiva novos aprendizados.



Inclusão que acolhe. Educação que transforma. Futuros que se constroem. Juntos, família, escola e profissionais fazem toda a diferença!



Material Oficial Alfabeti-Zar
Desenvolvido por
Rosana de Paulo Pereira
Pedagoga | Psicopedagoga
Especialista em Educação Inclusiva



alfabeti-zar.art.br



contatoalfabetizar@gmail.com



(11) 98201-1109

Acesse nosso site e conheça mais!



Bem-vindo ao Alfabeti-Zar!
Vamos juntos transformar histórias e construir futuros.





Alfabeti-Zar.



*Aprender é possível
para todos!*

Olá!

Eu sou a Zara e
vou te ajudar a montar
sua rotina escolar!

Ter uma rotina nos
ajuda a aprender,
nos organizar e a ter
dias mais tranquilos
e felizes! ❤️



**Pati está aqui
para te lembrar:**



Você é importante!

Você é capaz!

**Estamos juntos
nessa jornada! ❤️**

MINHA ROTINA ESCOLAR



Vamos seguir nossa rotina com alegria! ❤️

- 1  CHEGADA / BOAS-VINDAS _____
- 2  ATIVIDADES _____
- 3  LANCHE _____
- 4  RECREAÇÃO / BRINCADEIRA _____
- 5  ATIVIDADES _____
- 6  MÚSICA / ARTE / EDUCAÇÃO FÍSICA _____
- 7  ORGANIZAÇÃO E SAÍDA _____
- 8  VOLTA PARA CASA _____

COMO ESTOU ME SENTINDO HOJE?



Marque ou pinte a carinha que
melhor representa o que você está sentindo.



FELIZ



ANIMADO(A)



CALMO(A)



PREOCUPADO(A)



TRISTE



BRAVO(A)

❤️ Todas as emoções são importantes.
Elas nos ajudam a entender quem somos
e o que precisamos. ❤️



NOSSA MISSÃO DO DIA

Hoje eu vou me esforçar para:



Pequenas atitudes, grandes conquistas! ❤️



Tico e Flop estão
com você em cada
passo do seu dia!



Inclusão que acolhe.
Educação que transforma.



alfabeti-zar.art.br



contatoalfabetizar@gmail.com



(11) 98201-1109



Participação especial
de Tico e Flop ❤️





Alfabeti-Zar.



*Aprender é possível
para todos!*

Continuamos
juntos organizando
cada passo do dia!
Uma rotina ajuda
a aprender, se
organizar e ser
mais feliz!



Pati lembra:

Cada atividade é
importante e você
é capaz de
fazer o seu
melhor!



O QUE É ROTINA?



Rotina é o conjunto
de atividades que
fazemos todos os dias.

Ela nos ajuda a:

- Saber o que vai acontecer
- Ter mais segurança
- Ficar mais independente
- Aproveitar melhor o dia

MINHAS FERRAMENTAS



Relógio: me ajuda
a saber o tempo



Agenda visual: me ajuda
a lembrar as atividades



Foco: me ajuda
a concluir tarefas



Positividade: me ajuda
a acreditar em mim!

PARA REFLETIR



O que você mais gosta
de fazer na sua rotina?

MINHA ROTINA ESCOLAR



Veja as atividades que teremos hoje e preencha:

ORDEM

ATIVIDADES

CONCLUÍ

1

2

3

4

5

6

7

8



ESTA ROTINA FOI CRIADA POR:

Você é o protagonista
da sua rotina!
Acredite em você!



Tico e Flop estão aqui para te lembrar:
cada pequeno passo é uma grande conquista!
Conte com a gente nessa jornada!



Inclusão que acolhe.
Educação que transforma.



alfabeti-zar.art.br



contatoalfabetizar@gmail.com



(11) 98201-1109



Participação especial
de Tico e Flop





Alfabeti-Zar



Aprender é possível
para todos!



Zara diz:

Entender o que estamos sentindo nos ajuda a lidar melhor com cada situação do dia!



Pati lembra:

Falar sobre o que sentimos é importante para sermos compreendidos e podermos ajudar quem precisa!



COMO ESTOU ME SENTINDO HOJE?



Marque ou pinte a carinha que melhor representa o que você está sentindo.



FELIZ

Estou alegre, com o coração cheio de coisas boas!



ANIMADO(A)

Estou com energia e vontade de fazer muitas coisas!



CALMO(A)

Estou tranquilo(a) e me sentindo em paz.



TUDO BEM

Estou bem, nem feliz, nem triste.



PREOCUPADO(A)

Estou com algumas preocupações na cabeça.



TRISTE

Estou triste com alguma coisa que aconteceu.



BRAVO(A)

Estou irritado(a) com algo que me incomodou.



QUERO CONVERSAR

Prefiro conversar com alguém sobre o que estou sentindo.



Todas as emoções são importantes.

Elas nos ajudam a entender quem somos e o que precisamos.



MINHA MISSÃO DO DIA

Hoje eu vou me esforçar para:



Tico e Flop acreditam em você!

Pequenas atitudes diárias fazem grandes conquistas!

Você é capaz!



ESTRATÉGIAS QUE ME AJUDAM



Escreva ou desenhe o que você pode fazer quando não está se sentindo bem.



Acredite em você e continue sempre dando o seu melhor!



Inclusão que acolhe.
Educação que transforma.



alfabeti-zar.art.br



contatoalfabetizar@gmail.com



(11) 98201-1109



Participação especial
de Tico e Flop





Alfabeti-Zar

Aprender é possível para todos!



Rô ♥

Pati ♥

Zara ♥

Tico ♥

Flop ♥

COMO ME SINTO HOJE?



Nossas emoções são importantes e todas são bem-vindas!

Observe as carinhas abaixo, pinte a que melhor representa como você está se sentindo hoje e, se quiser, conte por quê.



MUITO FELIZ
Estou muito bem, alegre e animado(a)!

FELIZ
Estou bem e tranquilo(a)!

ESTOU APRENDENDO
Estou me esforçando e aprendendo coisas novas!

TRISTE
Algo me deixou triste hoje.

ANSIOSO(A)
Estou preocupado(a) ou com medo de alguma coisa.



Por que você escolheu essa carinha?



Falar sobre o que sentimos nos ajuda a nos conhecer melhor e a pedir ajuda quando precisamos. Você é importante!



Inclusão que acolhe.
Educação que transforma.
Futuros que se constroem.



Com a participação especial de Tico e Flop!



© Criado com amor por Rosana de Paulo Pereira





Alfabeti-Zar.



Aprender é possível para todos!



Zara diz:

Usamos os cartões para lembrar o que precisamos fazer!



Pati lembra:

Cada cartão representa uma atividade importante da nossa rotina!



CARTÕES DE ATIVIDADES



Recorte os cartões abaixo e use na sua rotina personalizada (página 05).



 ACORDAR	 ESCOVAR OS DENTES	 BANHEIRO	 TOMAR BANHO	 CAFÉ DA MANHÃ	 LEITURA
 ESCOLA	 ATIVIDADES	 DESENHO / PINTURA	 RECREAÇÃO / BRINCADEIRA	 ÁGUA	 LANCHE
 ALMOÇO	 MÚSICA	 EDUCAÇÃO FÍSICA	 TERAPIA	 COMPUTADOR	 ARTES
 HORA DA HISTÓRIA	 CHEGADA EM CASA	 JANTAR	 FAMÍLIA	 PASSEIO	 HORA DO SONO
 ROUPAS	 ORGANIZAR O QUARTO	 AGENDA DO DIA	 HIGIENE	 TAREFA DE CASA	 OUTROS



DICA ESPECIAL

Plastifique os cartões para maior durabilidade e use velcro ou imã para fixar na sua rotina!



Tico e Flop estão prontos para ajudar você a ter um dia incrível!



Recorte com cuidado ao longo das linhas pontilhadas!



Inclusão que acolhe.
Educação que transforma.



alfabeti-zar.art.br



contatoalfabetizar@gmail.com



(11) 98201-1109



Participação especial de Tico e Flop





Alfabeti-Zar.



Aprender é possível para todos!

Zara diz:

Organizar
nossa rotina
nos ajuda a
aprender, a
crescer e a
ser feliz!



Pati lembra:

Cada passo da
sua rotina é
importante e
faz toda a
diferença!



MINHA ROTINA DO DIA



♥ Cole os cartões de atividades na ordem em que você realiza.



1ª atividade

Cole aqui
seu cartão de
atividade



2ª atividade

Cole aqui
seu cartão de
atividade



3ª atividade

Cole aqui
seu cartão de
atividade



4ª atividade

Cole aqui
seu cartão de
atividade



5ª atividade

Cole aqui
seu cartão de
atividade



6ª atividade

Cole aqui
seu cartão de
atividade



7ª atividade

Cole aqui
seu cartão de
atividade



8ª atividade

Cole aqui
seu cartão de
atividade



**MINHA ROTINA FOI ORGANIZADA
COM APOIO DE:**



Família



Professor(a)



Terapeuta



Sozinho(a)



**COMO ME SINTO EM RELAÇÃO
À MINHA ROTINA?**



Muito bem



Estou
aprendendo



Preciso
de ajuda



Zara diz:

Cada rotina
é única,
assim como
você!



Inclusão que acolhe.
Educação que transforma.



alfabeti-zar.art.br



contatoalfabetizar@gmail.com



(11) 98201-1109



Participação especial
de Tico e Flop ♥





Alfabeti-Zar.



Aprender é possível para todos!



Zara diz:

Parar um pouquinho para refletir nos ajuda a aprender ainda mais!



Pati lembra:

Você é capaz de fazer o seu melhor hoje e sempre! Acredite em você!



REFLETINDO SOBRE O MEU DIA



MINHAS CONQUISTAS DO DIA



O que eu fiz hoje que me deixou orgulhoso(a)?



O que aprendi hoje?



O que mais gostei de fazer?



MEUS DESAFIOS



O que foi mais difícil hoje?



O que posso fazer diferente amanhã?



Preciso de ajuda com algo?



MENSAGEM DA ZARA



Cada pequeno passo conta!
Você está construindo um caminho de aprendizado e conquistas todos os dias. Continue assim!



MINHA MISSÃO PARA AMANHÃ



O que eu posso fazer amanhã para ser ainda melhor?



UM DESENHO DO MEU DIA

Desenhe algo que marcou seu dia de hoje!





Tico e Flop acreditam em você!
Cada dia é uma nova oportunidade de aprender, crescer e ser feliz!

Você é incrível!



Inclusão que acolhe.
Educação que transforma.



alfabeti-zar.art.br



contatoalfabetizar@gmail.com



(11) 98201-1109



Participação especial
de Tico e Flop



© Rosana de Paulo Pereira





Alfabeti-Zar.



Aprender é possível para todos!



Zara diz:

Cada conquista é um passo importante no seu caminho de aprendizagem!



Pati lembra:

Você é capaz de fazer coisas incríveis todos os dias!



CERTIFICADO

de Conquista



Certificamos que



participou com dedicação das atividades do **Alfabeti-Zar** e demonstrou empenho, superação e evolução em sua rotina de aprendizagem.



Parabéns!
Você é incrível!



Data

Assinatura



Cada pequeno passo é uma grande conquista! Continue sempre acreditando em você!

MATERIAL OFICIAL ALFABETI-ZAR



Desenvolvido por
Rosana de Paulo Pereira
Pedagoga | Psicopedagoga
Especialista em
Educação Inclusiva



ACESSE NOSSO SITE



alfabeti-zar.art.br

alfabeti-zar.art.br

contatoalfabetizar@gmail.com

(11) 98201-1109



Participação especial de Tico e Flop



Inclusão que acolhe.
Educação que transforma.



© Rosana de Paulo Pereira

