

**LeR<sup>+</sup>**  
PLANO NACIONAL  
DE LEITURA

**em família**



Atitudes e comportamentos da família  
que favorecem a leitura



**Plano Nacional de Leitura**

Travessa Terras de Sant'Ana, 15

1250-269 Lisboa

Tel. +351 213 895 212

Fax. +351 213 895 148

E-mail: [lermais@planonacionaldeleitura.gov.pt](mailto:lermais@planonacionaldeleitura.gov.pt)

Site: [www.planonacionaldeleitura.gov.pt](http://www.planonacionaldeleitura.gov.pt)

# Ler + dá Saúde



## 7 Excelentes razões para ler com as crianças

1. Ouvir ler em voz alta, ler em conjunto, conversar sobre livros desenvolve a inteligência e a imaginação.
2. Os livros enriquecem o vocabulário e a linguagem.
3. As imagens, informações e ideias dos livros alargam o conhecimento do mundo.
4. Quem tem o hábito de ler conhece-se melhor a si próprio e compreende melhor os outros.
5. Ler em conjunto é divertido, reforça o prazer do convívio.
6. Os laços afectivos entre as crianças e os adultos que lhes lêem tornam-se mais fortes.
7. A leitura torna as crianças mais calmas, ajuda-as a ganhar autoconfiança e poder de decisão.

## Quando é que as crianças começam a aprender a ler?

Até há alguns anos pensava-se que as crianças só começavam a aprender a ler quando iam para a escola. Hoje sabe-se que o caminho para a leitura começa muito antes.

A capacidade de ler desenvolve-se a par da capacidade de falar, desde o primeiro ano de vida.

### Recomendações

#### 1ª: Falar e ouvir com as crianças.

As crianças aprendem mais facilmente a ler, se as pessoas da família lhes derem atenção e conversarem bastante com elas. Quanto mais atenção receberem e quanto mais correcta e variada for a linguagem da família melhor.

Quando fala com as crianças tenha o cuidado de dar nome aos objectos e às acções para assim as ajudar a alargar o seu vocabulário.



**2ª: Mostrar livros, ler em voz alta, conversar sobre as imagens e as palavras dos livros.**

As crianças aprendem a ler mais depressa quando começam muito cedo a:

- Ver livros com o apoio de adultos que apontam e vão dando nomes às imagens.
- Ouvir ler em voz alta e conversar sobre o que está nos livros.

Sempre que puder conte e leia histórias, cante ou ouça canções e partilhe estas actividades em família. Encoraje a criança a mexer em livros, a desenhar, pintar e conversar sobre as histórias.

Se as primeiras experiências com livros forem ricas e agradáveis, as crianças aprendem a ler melhor. E é mais provável que se venham a tornar boas leitoras.



## Plano Nacional de Leitura

### **Aprender a ler e a gostar de livros A família pode e deve ajudar**

Os momentos em que se partilham livros com as crianças são muito positivos.

Quanto mais cedo se começa a ler, melhor.

Quando a criança faz 6 meses chegou à idade própria para começar, pois já é capaz de associar os nomes às imagens. Os pais, avós, tios ou padrinhos ajudam muito se lerem em voz alta às crianças e se as ajudarem a gostar de livros.

Partilhe com ela essas descobertas!

As crianças que ouvem ler e conversam sobre os livros:

- Adquirem maior vocabulário.
- Aprendem a ler muito melhor.
- Gostam mais de livros.
- Têm mais sucesso na escola.



- Leia alto aos seus filhos.
- Ajude-os a gostar de livros.
- As crianças desenvolvem-se melhor quando vêem ou ouvem ler livros todos os dias.
- Bastam alguns minutos por dia.

As crianças de famílias que lêem em voz alta têm melhores resultados na escola.





Faça da leitura um momento agradável  
no dia-a-dia da sua família

#### 1. Incluir os livros no dia-a-dia das crianças

- À noite quando as crianças já estão na cama, leia-lhes antes de adormecerem.  
Os livros acalmam e dão serenidade.
- Aproveite alguns momentos de pausa ou de convívio para ler.
- Se anda com as crianças em transportes públicos, experimente levar um ou dois livros e aproveite para ler algumas páginas.
- O momento do banho pode incluir livros de plástico ou de borracha.

#### 2. Tornar a leitura uma actividade divertida

- Inclua sempre uma caixa, um cesto ou uma estante baixa com livros na zona dos brinquedos.
- As crianças pequenas gostam de descobrir as imagens e as histórias dos livros.  
E começam muito cedo a querer aprender a ler.
- Faça das imagens e das histórias dos livros uma espécie de brinquedos. As crianças adoram descobrir imagens, letras palavras e adoram ouvir ler histórias.

- Deixe a criança escolher o livro que quer ler consigo. Pode propor outros livros, mas não force. É importante que leia ou oiça ler com prazer.

### **3. Guardar alguns minutos para ler**

- Reserve sempre alguns minutos do dia para ler, observar e conversar sobre os livros que a criança aprecia.
- Torne os momentos de leitura alegres e carinhosos. O tempo passará a correr.
- As crianças pequenas não aguentam muito tempo, quando está cansada ou desinteressada, não se deve forçar.
- À medida que as crianças vão crescendo passam a gostar de ver livros e ouvir ler histórias durante mais tempo.

### **4. Visitar as Bibliotecas**

- No nosso país as bibliotecas públicas são muito acolhedoras e estão cheias de livros interessantes, para todas as idades. Visite a que fica mais perto da sua casa, ou do seu local de trabalho.
- Nas bibliotecas o atendimento é muito agradável e o empréstimo é gratuito!
- Experimente ir com os seus filhos. Nas bibliotecas há sempre uma zona própria para crianças.
- As bibliotecas escolares também emprestam livros para as crianças lerem em casa. Encoraje os seus filhos a usar mais a biblioteca da escola.
- Requisite livros para ler em casa com os seus filhos. Vai ver que toda a família ficará cliente.

## 5. Oferecer livros às crianças

- Valorize o livro e a leitura oferecendo livros aos seus filhos.
- Habitue a criança a escolher um livro para dar aos amigos como presente.
- Visite livrarias, supermercados e feiras do livro e deixe a criança mexer nos livros expostos.
- Convide-a a observar, folhear e escolher um ou alguns para levar para casa ou para oferecer.

Faça da leitura  
um momento  
agradável  
no dia-a-dia  
da sua família



### Como ler com as crianças

1. Mostre a capa, mostre os livros e fale sobre as ilustrações.
2. Deixe a criança virar a página, se ela quiser.
3. Leia as frases e mostre-as com o dedo.
4. Torne a história viva, faça uma voz diferente para cada personagem e use mímica para contar a história.
5. Quando a criança começa a saber ler deixe-a ler palavras e frases. Leia a par.
6. Faça perguntas e converse sobre a história, sobre as informações e sobre as imagens.
7. Verifique se está a compreender bem.
8. Deixe a criança comentar o livro, contar a história ou partes da história.
9. Se a criança não mostrar interesse não insista. Leia outra história ou leia noutra altura.
10. Se a criança pedir, volte a ler a mesma história uma ou várias vezes.  
É frequente as crianças quererem ouvir muitas vezes uma história que lhes agrada.

## Livros em todas as idades

### 6 a 12 meses



### O que a criança faz com livros

- Observa os livros e estica-se para os agarrar.
- Leva os livros à boca.
- Vira as páginas com a ajuda dos adultos.
- Tem interesse por imagens e caras de pessoas.
- Reage às imagens e à voz dos adultos com sons e gestos.

### O que os pais devem fazer

- Sentar a criança confortavelmente e mostrar-lhe o livro, apontar as imagens, dizer o nome do que está representado na ilustração, das cores, dos sentimentos, etc.
- Repetir o nome de cada coisa para ajudar a criança a ligar o som das palavras ao significado.
- Brincar com as palavras e encorajar a criança a responder. A comunicação estimula o desenvolvimento e reforça os laços afectivos.
- Ajudar a criança a virar as páginas.
- Observar a criança para a interessar sem cansar. Captar as reacções para saber se deve continuar ou parar.
- Brincar e interagir, dando atenção à criança e mostrando-lhe que compreende o que ela quer fazer.

### **Livros mais adequados**

- Coloridos, com fotografias de crianças ou imagens grandes e nítidas de objectos familiares.
- De cartão grosso, de pano ou plastificados.
- Com páginas fáceis de virar.
- Resistentes e laváveis.
- Macios, com diferentes texturas ou com buracos para a criança os poder explorar com os dedos.
- Interactivos, com partes móveis (agradam às crianças, mas não são resistentes).



## Livros em todas as idades

12 a 24 meses

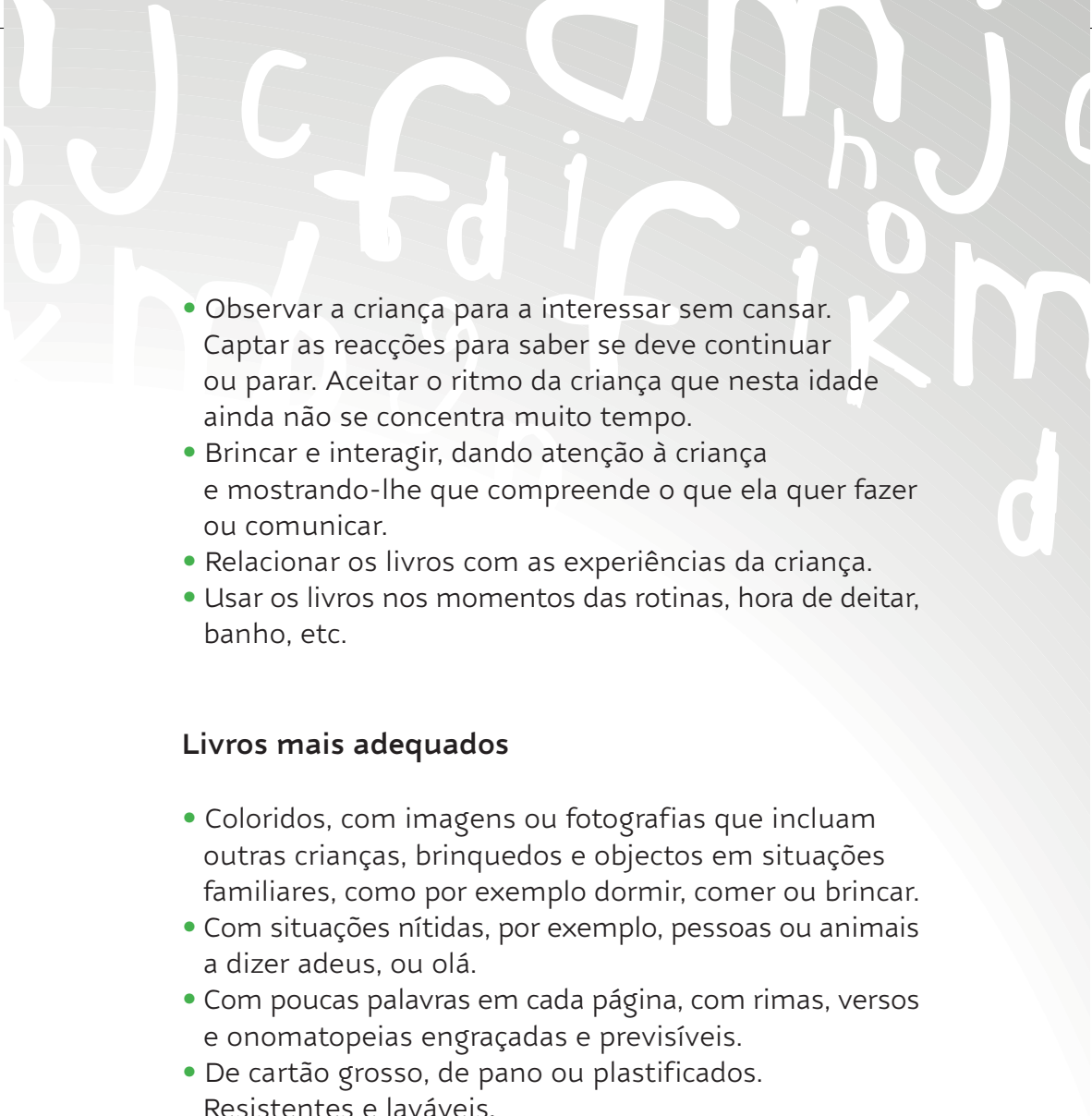


### O que a criança faz com livros

- Senta-se sozinha.
- Consegue agarrar e transportar o livro. Segura-o na posição correcta (virado para cima). Transporta o livro pela casa. Entrega o livro ao adulto para que lhe leia.
- Volta as páginas. Primeiro vira várias páginas de cada vez, depois consegue virar uma de cada vez.
- Interessa-se muito pelas palavras, brinca elas.
- Observa os livros. Aponta as imagens com o dedo.
- Consegue apontar quando o adulto pergunta onde está ...isto ou aquilo?
- Nomeia as figuras conhecidas.
- Intercala palavras nas histórias conhecidas.
- “Lê” para as bonecas e animais de peluche.
- Repete partes das histórias conhecidas.

### O que os pais devem fazer

- Dispor-se a ler, sobretudo quando a criança pede.
- Ler e reler as palavras do livro. Conversar sobre as imagens e as cenas.
- Ajudar a criança a virar as páginas. Deixar a criança controlar o livro.
- Apontar as imagens e perguntar onde está... e deixar a criança apontar. Perguntar “o que é isto?” e dar tempo à criança para responder. Fazer pausas e deixar que a criança complete a frase.

- 
- Observar a criança para a interessar sem cansar. Captar as reacções para saber se deve continuar ou parar. Aceitar o ritmo da criança que nesta idade ainda não se concentra muito tempo.
  - Brincar e interagir, dando atenção à criança e mostrando-lhe que compreende o que ela quer fazer ou comunicar.
  - Relacionar os livros com as experiências da criança.
  - Usar os livros nos momentos das rotinas, hora de deitar, banho, etc.

### **Livros mais adequados**

- Coloridos, com imagens ou fotografias que incluam outras crianças, brinquedos e objectos em situações familiares, como por exemplo dormir, comer ou brincar.
- Com situações nítidas, por exemplo, pessoas ou animais a dizer adeus, ou olá.
- Com poucas palavras em cada página, com rimas, versos e onomatopeias engraçadas e previsíveis.
- De cartão grosso, de pano ou plastificados. Resistentes e laváveis.
- Interactivos, com partes móveis (agradam às crianças, mas não são resistentes).

## Livros em todas as idades

### 2 a 3 anos



### O que a criança faz com livros

- Aprende a segurar o livro bem e a virar as páginas. Procura para a frente e para trás num livro as ilustrações que já conhece e de que mais gosta.
- Diz frases completas de cor. Por vezes consegue dizer histórias completas.
- Relaciona o texto com a imagem.
- Protesta quando o adulto se engana numa palavra de uma história conhecida.
- Lê sozinha os livros conhecidos.

### O que os pais devem fazer

- Continuar a usar os livros nas rotinas diárias. Ler na hora de ir para a cama.
- Dispor-se a ler a mesma história muitas vezes.
- Perguntar “O que é isto?”.
- Relacionar os livros com as experiências da criança
- Dar à criança papeis, lápis e canetas e incentivá-la a desenhar e escrever linhas imitando a escrita.

### Livros mais adequados

- Coloridos, com páginas de cartão – mas também com páginas de papel.
- Livros cómicos.



- Rimas, canções e textos repetitivos que possam aprender de cor.

**Livros sobre:**

- Crianças e famílias; fazer amigos; animais; alimentos.
- Camiões, carros, comboios e barcos.
- Livros de palavras associadas a imagens.



## Livros em todas as idades

### 3 a 5 anos

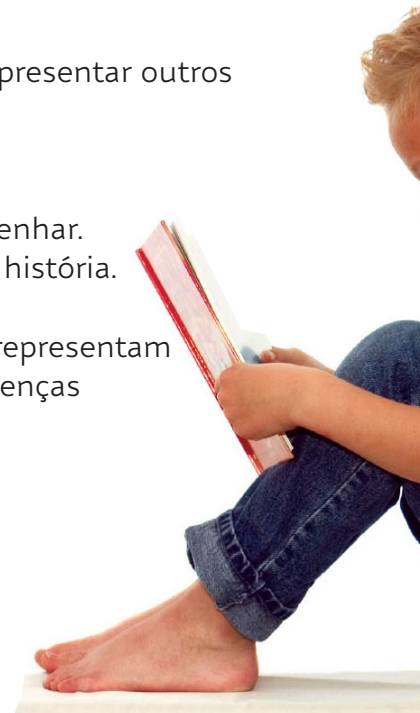


#### O que a criança faz com livros

- Sabe segurar um livro correctamente.  
Volta as páginas uma de cada vez.
- Ouve histórias mais compridas.
- Pode voltar a contar uma história conhecida.
- Compreende o que é o texto.
- Distingue histórias contadas de histórias lidas.  
Move o dedo ao longo do texto.
- Começa a conhecer as letras do alfabeto.  
“Escreve” o nome.  
Pode começar a saber ler palavras e expressões.

#### O que os pais devem fazer

- Continuar a ler os livros preferidos e apresentar outros como surpresas agradáveis.
- Ler e reler ao ritmo do interesse.
- Perguntar “O que aconteceu?”
- Incentivar a criança a escrever e a desenhar.
- Deixar a criança memorizar e contar a história.
- Conversar sobre livros.
- Comparar imagens de dois livros que representam o mesmo objecto e falar sobre as diferenças de cor, tamanho, etc.



### **Livros mais adequados**

- Livros de histórias.
- Livros sobre crianças que são como eles e que vivem como eles – mas também livros sobre diferentes lugares e diferentes formas de vida.
- Livros sobre ir à escola e fazer amigos.
- Livros com textos simples que possam memorizar.
- Livros que ensinam a contar, ensinam o alfabeto ou livros de vocabulário.  
(ver anexo; lista de livros)



## **Livros em todas as idades** **6 anos e mais**

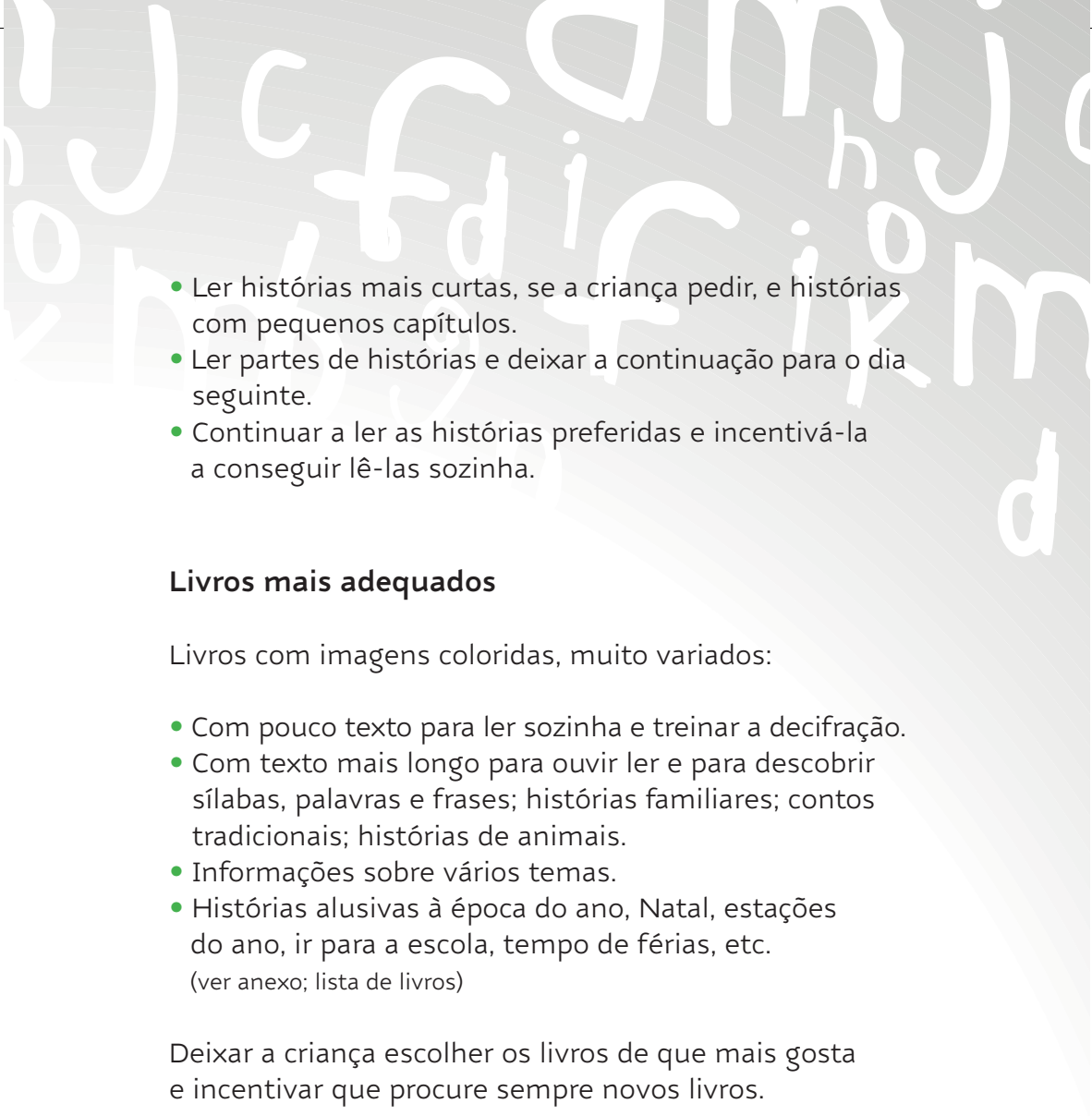


### **O que a criança faz com livros**

- Começa a decifrar o código e vai aprendendo a ler.
- Está desejosa de conseguir ler sozinha, mas continua a adorar ouvir os adultos lerem alto.  
O ritmo de aprendizagem varia.
- No início gosta de descobrir nos livros as letras, sílabas ou palavras que já reconhece.
- Vai conseguindo ler frases e, ao sentir os seus próprios progressos, sente-se vitoriosa.
- Gosta de mostrar os seus progressos.

### **O que os pais devem fazer**

- Manter as rotinas diárias.
- Ler todos os dias. O apoio individual de um adulto na fase de decifração evita muitos problemas e torna a aprendizagem mais rápida e segura.
- Ler alto e deixar que a criança descubra, e leia sozinha, palavras e frases que já conhece.
- Completar frases e ajudar com as palavras que ainda não decifra.
- Encorajá-la a ler cada vez mais.  
Ouvir ler e felicitá-la pelos progressos.
- Fazer jogos de descoberta de letras, sílabas, palavras, frases.

- 
- Ler histórias mais curtas, se a criança pedir, e histórias com pequenos capítulos.
  - Ler partes de histórias e deixar a continuação para o dia seguinte.
  - Continuar a ler as histórias preferidas e incentivá-la a conseguir lê-las sozinha.

### **Livros mais adequados**

Livros com imagens coloridas, muito variados:

- Com pouco texto para ler sozinha e treinar a decifração.
- Com texto mais longo para ouvir ler e para descobrir sílabas, palavras e frases; histórias familiares; contos tradicionais; histórias de animais.
- Informações sobre vários temas.
- Histórias alusivas à época do ano, Natal, estações do ano, ir para a escola, tempo de férias, etc.  
(ver anexo; lista de livros)

Deixar a criança escolher os livros de que mais gosta e incentivar que procure sempre novos livros.

## 6 a 12 meses

Agatha Ruiz de la Prada	Os animais da quinta (livro de pano)	Everest Editora
Beaumont, Emile	O avião do Sebastião	Fleurus
Bélineau, Nathalie	Os vegetais - Dicionário por imagens dos bebês	Fleurus
	Os primeiros brinquedos	Centralvivos
	Cantar Juntos I - Rimas e músicas para bebês (livro c/ CD)	Estúdio Didáctico

Podem ser considerados outros livros da mesma colecção.

## 12 a 24 meses

Campos, Marlene (trad)	Cores	DK Civilização editores
Silva, Isabel Leite da (trad)	Animais bebês	DK Civilização editores
Simões, Liliana (trad)	Quem está escondido na selva	Texto Editora
Van Genechyen, Guido	"Boa noite, Tomás!"	Editora Educação Nacional
	"Os miminhos"	Editora Educação Nacional
	Os primeiros brinquedos	Editorial Centralvivos

Podem ser considerados outros livros da mesma colecção.

## 2 a 3 anos

Charlat, Benoit	"Chau, Chau Penico!"	Edições Gailvivo
Claverie Jean; Nikly, Michelle	"A arte do Penico"	Terramar Editores
Geis, Patrícia	Hoje sou uma Índia	Minutos de Leitura
Lodge, Jo	"Toc! Toc! senhor croc"	Editora Minutos de Leitura
Thomson, Ema	Os brinquedos da Sofia	Dinalvivo

Podem ser considerados outros livros da mesma colecção.



### 3 a 5 anos

Bacelar, Manuela	O Meu Avô	Afrontamento
Beck, Ian	Sonhos	Caminho
Blyton, Enid	Noddy e o arco iris	Verbo
Bourguignon, Laurence & Pierret, Nacy	As Partidas do Sebastião	Minutos de Leitura
Boy, Armelle	O grande livro de Tom e Léa	Dom Quixote
Browne, Anthony	As preocupações do Billy	Kalandraka
Cave, Kathryn	Vamos Falar de Dragões	Livros Horizonte
Cotrim, João Paulo	Canção da Rocha, da Onda e da Nuvem	Afrontamento
Courtin, Thierry e outro	Tchoupi apanha o comboio	Dom Quixote
Custódio, Lourdes	Vem aí a Prima Vera	Gailivro
Farcy, Colin	Os crocodilos não lavam os dentes	Ambar
Faria, Rosa Lobato de (tradução)	O livro da vóvó pata	Asa
Magalhães, Ana Maria e outro	O urso amarelo	OMEF
Mendes, José Maria Vieira & Palácio, Marina	O Taco, o Paco e Eu	Afrontamento
Mota, António	Segredos	Gailivro
Oram, Hiawyn	Vamos Visitar o Avô	Caminho
Rosen, Michael	Vamos à caça do Urso	Caminho
Soares, Luisa Ducla	Se os Bichos se vestissem como gente	Civilização
Soares, Luísa Ducla	Gente Gira	Livros Horizonte
Veríssimo, Erico	A vida do elefante Basílio	Ambar

\* consultar listas de livros recomendados pelo PNL em <http://www.planonacionaldeleitura.gov.pt/>

### 6 anos e mais

Barreto, António	Garcia Uma zebra ao telefone	Ambar
Baxter, Nicola	Contos de ursinhos em cinco minutos	Ulisseia
Figueiredo, Violeta	Fala Bicho (poemas)	Caminho
Honrado, Alexandre	O Barquinho que cresceu	Ambar
Leiz, Juliet Pomés	Simão - A mãe vai sair esta noite	Caminho
Letria, José Jorge	O que eu quero ser	Ambar
Magalhães, Ana Maria e outro	Os primos e a Bruxa Cartuxa	Caminho
Marijanovic, Stanislaw	Guia familiar para os monstros lá de casa	Dinalivro
McKee, David	Elmer e Allen	Caminho
Menéres, Maria Alberta	Histórias de tempo vai tempo vem	Asa
Mota, António	Onde tudo aconteceu	Gailivro
Oli, Helle Thomassen	Onze damas atrevidas	Kalandraka
Paul, Korky e outro	A Bruxa Mimí vai à praia	Gradiva
Ross, Tony	Eu quero um amigo	Ana Paula Editora
Simas, Helena	O piquenique do Tomás	Minutos de Leitura
Soares, Luisa Ducla	Os ovos misteriosos	Afrontamento
Soares, Luisa Ducla	Todos no Sofá	Livros Horizonte
Torrado, António	100 histórias bem-dispostas	Asa
Torrão, Marta	Come a sopa, Marta!	O Bichinho de Conto
	Contos da quinta em 5 minutos	Ulisseia

\* consultar listas de livros recomendados pelo PNL em <http://www.planonacionaldeleitura.gov.pt/>

**LER+**  
PLANO NACIONAL  
DE L E I T U R A

**DG  
LB**



Ministério da Saúde  
Direcção-Geral da Saúde



Alto Comissariado  
da Saúde



amjc  
fdif h o j c  
b o g t i k m  
e n d

[www.planonacionaldeleitura.gov.pt](http://www.planonacionaldeleitura.gov.pt)