



ORIENTAÇÕES GERAIS PARA UM AMBIENTE ESTIMULADOR PARA CRIANÇAS

Brincar é essencial e contribui com o desenvolvimento físico, cognitivo, social e emocional das crianças além de ser a oportunidade ideal para os pais se divertirem com suas crianças.

30-36 meses

A criança pode falar sobre muitas coisas e seguir instruções simples. Vai cometer alguns erros gramaticais por exemplo com o plural e vai usar sentenças cada vez mais longas para falar.

Fale com ela de coisas que aconteceram durante o dia. Leia para seu filho (a) todos os dias. A criança pode até fingir ler livros favoritos sozinha, usando as palavras que você já leu para ela.

Seu filho(a) está melhorando habilidades usando seus músculos da perna e do braço. Ele está trabalhando para fazer com que seus músculos sejam mais fortes, mais flexíveis, mais coordenados e mais rápidos. A criança pode pegar uma bola, saltar sobre os dois pés, fazer curvas fechadas em torno de um canto, enquanto corre, e evitar obstáculos no seu caminho. Seu filho (a) está aprendendo a segurar canetas, lápis e marcadores com seu polegar e dois dedos apenas como adultos fazem. Aprendeu que tesouras abrem e fecham e pode fazer recortes em papel quando você ajudar. Ela pode fazer colares facilmente e pode trabalhar quebra cabeças com quatro ou cinco peças.

Seu filho (a) pode notar semelhanças e diferenças entre muitas coisas. Sabe sobre o longo e curto, pouco e muito, e quais colheres da cozinha são maiores. Com sua ajuda, ele pode alinhar três coisas de diferentes tamanhos, do pequeno ao grande e essa brincadeira será muito importante e divertida para os dois!

Seu filho está se tornando mais independente em cuidar de si mesmo, mas ainda precisa muito de você. Normalmente, a criança já consegue separar-se de você em ambientes familiares e pode obedecer a regras simples. Gosta de jogos simples com outras crianças e tem orgulho do que consegue fazer. Não esqueça de elogiá-lo.

Veja algumas atividades que podem ser feitas:

Lendo Revistas - Fale sobre as fotos em revistas de sua casa. Encontre fotos de utensílios domésticos que seu filho (a) vai reconhecer, como pasta de dentes, sabonete, fraldas ou animais de estimação e carros. Aponte a imagem e pergunte: "O que é isso?" "Será que temos isso em casa? "

Bobinho - Seu filho (a) vai se divertir, se você fingir que não sabe como as coisas realmente são. Aponte para a pasta de dentes e pergunte: "esse é o sabão?" Seu filho vai gostar de "ensinar" o nome certo das coisas.

Guardando as coisas - Quando estiver guardando a comida depois de ir ao mercado ou guardando ferramentas de jardinagem após o plantio das sementes, peça para a criança ajudar. Diga: "Coloque a manteiga na geladeira" ou "Coloque a pá no balde." Você vai se divertir dando algumas indicações tolas, também, como "Coloque os limões sob a cadeira." Use palavras como "em cima " e embaixo."



ORIENTAÇÕES GERAIS PARA UM AMBIENTE ESTIMULADOR PARA CRIANÇAS

O que está acontecendo? - Ao ler livros ou revistas, peça ao seu filho para lhe dizer o que está acontecendo em uma imagem: "O que é o bebê fazendo" "O que o cão está fazendo?" Então, ouça atentamente a história interessante do seu filho.

Qual é seu nome? - Jogue este jogo de nome bobo. Quando você cumprimentar o seu filho, aja como se não soubesse quem ele é. Diga: "Olá, menininho. Qual é o seu nome?" "Quando ele disser, cumprimente-o com surpresa "Oh, você é o meu menino! Eu estou tão feliz de vê-lo!"

Atravessando o Rio – Quando brincar fora, coloque uma pequena toalha ou pedaço de pano ampla na grama. Este é o "rio". Deixe a criança correr e saltar sobre o rio sem se molhar. Na primeira vez, você pode amontoar a toalha no meio ou dobrá-la para que o rio seja menor na de largura. Quando seu filho(a) for capaz, você pode abrir toda a toalha.

Chutar Bola - Deixe o seu filho chutar bola de um lado da sala para o outro, deite uma caixa de lado como um gol. Veja se ela pode chutar dentro da caixa.

Andar dos Animais - Mostre ao seu filho(a) o andar diferente dos animais (por exemplo, agachar como um pato, andar de quatro como um cão). Encoraje-o a fingir ser esses animais e fazer barulhos como eles. Colabore. Chame o gato: "Aqui, gatinho, gatinho." Também é possível equilibrar em um pé como um flamingo.

Andando com o calcanhar - Mostre ao seu filho como andar com o calcanhar usando uma linha na calçada ou um curto varal no chão. Mostre ao seu filho como abrir os braços para manter o equilíbrio.

Basquete - Coloque um cesto de roupa suja vazia no chão contra uma parede vazia. Dê o seu criança uma bola macia. Coloque uma corda ou um pedaço de fita adesiva para uma linha de lance, e mostre ao seu filho(a) como jogar. Comece cerca de 4 pés atrás da cesta..

Perseguindo as Bolhas - Em um bom dia, ao brincar fora, soprar bolhas e pedir ao seu filho(a) para bater palmas e estourá-las. Sopre alto para que a criança possa pular. Sopre algumas longe de você para que tenha que correr um pouco. Aplauda todas as grandes. Agora, bata palmas e estoure todas as pequeninas.

Quebra Cabeça - Corte a parte da frente da caixa de cereal favorito do seu filho (a) em quatro ou cinco peças de quebra cabeça. A criança vai se divertir montado esse quebra-cabeça. Ele pode precisar de um pouco de ajuda na primeira vez.

Me Copie - Mostre ao seu filho (a) como fazer linhas e círculos. Você também pode tentar formas. Simples. Círculos e linhas retas serão mais fáceis para copiar. Sua criança pode querer aprender a escrever a primeira letra do seu nome quando você estiver jogando este jogo.



ORIENTAÇÕES GERAIS PARA UM AMBIENTE ESTIMULADOR PARA CRIANÇAS

Pinça - Dê ao seu filho (a) um par de pinças de cozinha pequenas ou pinças de gelo de plástico. Veja se consegue mover bolas de algodão de um recipiente para outro. Em seguida, tente algo mais pesado como nozes, carretéis, ou pequenas pedras.

Bolhas no Papel - Deixe a criança usar um giz para desenhar bolhas em papel. Mostre-lhe como desenhar bolhas grandes e pequenas, roxas e verdes. Deixe-a desenhar livremente. Agora que ela já desenhou tantas bolhas, brinque com bolhas de sabão!

O que é isso? - Depois de dar banho em seu filho com uma toalha, seque as diferentes partes do corpo. Enquanto secar os cabelos, diga (com um sorriso e finja espanto), "O que é isso?" Enquanto secar seu ombro perguntar: "O que é isso?" Enquanto secar as costas perguntar: "O que é isso?" Se divirta com a brincadeira fazendo cócegas, abraçando, e ensinando os nomes das partes do corpo.

Pequeno e Grande - Mostre ao seu filho duas peças de diferentes tamanhos, como sapatos, copos ou colheres. Peça-lhe para apontar para o maior e o menor. Você pode jogar o jogo do pequeno/grande com muitas coisas, tais como cães, folhas e carros. Jogue este jogo em qualquer lugar da casa ou no supermercado com legumes, caixas ou latas. Adicione um item de tamanho médio e mudar o jogo para grande, pequeno e médio.

Conte-me uma história - Dê ao seu filho (a) papel e giz para desenhar. Quando terminar, peça que conte uma história sobre o desenho. Escreva o nome da criança e parte da história na parte de trás do desenho. Diga-lhe: "Esta é sua história, e este é o seu nome". "Leia a história para sua avó ou alguém importante".

Lendo no Bairro - Enquanto você caminhar ou dirigir pela vizinhança, mostre ao seu filho (a) placas tais como o grande "M" amarelo do McDonalds. Mostre-lhe um sinal de PARE e diga o que está escrito. Da próxima vez que saírem, peça para ele ler as placas com você.

Sons Bobos – Jogue um jogo de copiar com seu filho enquanto você está no carro ou no ônibus. Por exemplo, dizer a ela, "duni duni, pop pop" ou alguma outra frase tola. Veja se a criança consegue copiar você. Deixe-o formar uma frase boba e a copie.

Ajudante de Cozinha - Deixe que seu filho ajude na cozinha escolhendo, mexendo, cortando (Com cortadores de biscoito ou facas de plástico), e rasgando verduras. Essas são atividades que ajudam a família. Diga-lhe: "Obrigado por ajudar."

Reciclar - Mostre a criança como colocar o lixo na lata de lixo. Se a criança derrubar um papel, peça para pegar e colocar na lata de lixo. Ele pode gostar de ajudá-lo colocando a lata fora para o caminhão de lixo pegar. Mostre ao seu filho como é importante manter o mundo limpo. Fale sobre o que aconteceria se as pessoas não jogassem o lixo no lixo.

Banho e Beleza - Seu filho (a) vai gostar de lavar-se sozinho na banheira. Mostre como usar a esponja e o sabão. Em seguida, dê ao seu filho uma toalha para secar-se. Divirta-se e não esqueça de elogiar.

Texto compilado e traduzido pela equipe do ambulatório de Cognição Social Prof. Dr. Marcos Mercadante – UNIFESP-SP. Somente para uso interno



ORIENTAÇÕES GERAIS PARA UM AMBIENTE ESTIMULADOR PARA CRIANÇAS

Nomeando os sentimentos - Ajude seu filho (a) a entender os sentimentos. As crianças precisam aprender que os sentimentos mudam e que os outros também tem sentimentos. Diga: "Eu sei que você está animado porque é seu aniversário!" Não tenha medo de usar palavras para nomear os sentimentos.

Bom motorista - Faça um caminho com obstáculos na garagem ou quintal. Deixe seu pequeno motorista controlar um carrinho ou puxar uma carroça, dirigindo em torno de uma caixa ou um vaso de flores. Dê um grande abraço na linha de chegada!

Olhe para você - Faça uma caixa de vestir para as crianças. Vá ao seu armário e, em vez de se livrar de suas roupas velhas, coloque algumas delas em uma caixa para o seu filho (a) brincar. Bolsas velhas, carteiras, chapéus, gravatas, sapatos, cintos e colares são divertidos. Deixe-o olhar no espelho e aproveite para tirar umas fotos.