



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.

4-8 meses

Seu bebê está aprendendo a usar a voz: consegue gritar e está começando a balbuciar, reconhece o próprio nome e usa a voz para comunicar que está feliz, pode gritar para chamar sua atenção e está prestes a fazer sons como "mama" ou "papa", ele também está aprendendo a responder ao "tchau".

Está mais forte a cada minuto, segura a cabeça para cima e olha ao redor para ver o que está acontecendo; está aprendendo a sentar sozinho. No início usa as mãos para se apoiar, ama ter o seu peso nas pernas e em breve ficará em pé.

Nesse momento a criança gosta de alcançar e agarrar objetos próximos, pode segurar e bater objetos e até mesmo segurar um objeto em cada mão ao mesmo tempo. Pode olhar você rabiscar uma folha e achar isso muito interessante. Está aprendendo a usar os dedos e está ficando melhor no que faz a cada dia.

Seu bebê começa a ficar interessado em saber como as coisas funcionam; tenta encontrar um brinquedo que está parcialmente escondido e se esforçar para pegar os que estão fora de seu alcance. A criança sabe quando uma voz é amigável ou quando está com raiva e prefere sons agradáveis, também adora brincar de esconde esconde.

Reconhece quem são as pessoas próximas e podem começar a se irritar quando estranhos se aproximam. Gosta de brincar com sua imagem no espelho e é sociável, desde que se sinta seguro e protegido.

Veja algumas atividades que podem ser feitas:

Massagem no Bebê - Após o banho, desfrute de algum tempo em silêncio para falar com o seu bebê enquanto você gentilmente massageia-o com loção ou óleo. Diga sobre o seu dia e pergunte sobre o dele.

O que é isso? - Quando seu bebê notar um som, ajude-o a localizar a fonte. Pergunte "O que é isso? É o carro do papai? "" Você ouviu um cachorro?"

Sentindo os Sons (5 meses) – Quando o seu bebê começa a testar a voz, você provavelmente ouvirá sons como ma, da ou ba. Imite os sons que bebê faz. Enquanto você faz o som, deixe seu bebê colocar os dedos nos seus lábios para sentir as vibrações.

Construindo confiança com as palavras - Quando você se afasta para fazer outras coisas, mantenha contato com seu bebê por meio de suas palavras. Diga o que você está fazendo enquanto ele segue você com os olhos. "Estou aqui. Eu estou pegando as roupas. Eu volto já". Mesmo fora do seu campo de visão, continue a falar até você voltar. Fale por exemplo: "Você sentiu minha falta? " ao retornar.

Tempo para Leitura - Seu bebê vai gostar de olhar fotos em revistas ou livros. Escolha figuras comuns como telefone, cachorro, carro, ou uma colher. Sente-se com seu bebê



ORIENTAÇÕES GERAIS PARA UM AMBIENTE ESTIMULADOR PARA CRIANÇAS

em seu colo e fale algo sobre as imagens. Conte uma pequena história. Fale por exemplo: "Vê o telefone? É para você."

Cante uma Canção - Quando você está dando banho, trocando as fraldas, ou trocando a roupa do seu bebê, cante uma canção infantil.

Esconde-esconde – Saia da vista do bebê e o chame pelo nome. Aguarde alguns segundos e, em seguida, reapareça "Aqui estou!" Agora, encontre um outro lugar e se esconda novamente.

Tempo de chão - Espalhe uma colcha no chão ou ao ar livre, embaixo de uma árvore. Coloque seu bebê sobre o cobertor de barriga para baixo com alguns de seus brinquedos favoritos e incentive-o a se esticar, rolar, contorcer-se ou mexer-se em direção aos brinquedos. Certifique-se de deixá-lo algum tempo também na posição de costas.

Sentando - Ajude seu bebê a sentar-se sozinho. Sente-se atrás dele e dê algum apoio suave. Ele pode segurar um brinquedo ou um livro. Sussurre em seu ouvido que ele é um bebê maravilhoso! Quando ele aprender a sentar-se por si mesmo, você pode oferecer menos ajuda.

Pulo do Bebê – Segure as mãos do seu bebê e ajude-o se levantar. Divirta-se saltando para cima e para baixo enquanto ela está de pé no chão, no sofá, ou em seu colo. Cante uma música para acompanhar.

Brincar de Levantar – Por volta de sete meses o bebê começa a ficar de pé, apoiando-se em objetos como sofás e cadeiras para alcançar objetos diferentes. Remova itens perigosos do alcance e coloque alguns de seus brinquedos favoritos nesses objetos para que ele se levante para alcançá-los

Pequeno Explorador - Agora que o bebê pode engatinhar, ela vai querer explorar toda a casa! Certificar-se de que as áreas onde ela pode explorar estão seguras e limpas. Fale com ele: "O que está debaixo da mesa? O que está atrás da cadeira? "Que exercício bom você fez hoje!

Percurso dos Obstáculos (6-7 meses) - Depois que seu bebê começar a engatinhar, você pode fazer um percurso de obstáculos simples de travesseiros e cobertores para o seu bebê.

Tampa de Panela Brilhante (7-8 meses) - Quando seu bebê já estiver sentando bem sozinho, dê a ele uma panela ou tampa de panela para brincar. Ele pode se ver na panela enquanto bate nela.

Chocalhos e Brinquedos - Dê a seu bebê muitas oportunidades de experimentar diferentes chocalhos e brinquedos. Brinquedos sensoriais, que emitem sons diferentes ou mesmo objetos que possam ser usados como brinquedos como uma colher.

Comendo com as mãos (6 meses ou mais) - Quando o bebê começa a comer alimentos sólidos, ele vai gostar de tentar pegar pequenos pedaços de comida com o polegar e o



ORIENTAÇÕES GERAIS PARA UM AMBIENTE ESTIMULADOR PARA CRIANÇAS

indicador. Não se preocupe com a bagunça. Esta divertida atividade fortalece a coordenação da visão e dos dedos.

Gelatinas - Faça pequenos cubos de gelatina. Seu bebê vai adorar pegar a gelatina enquanto ela se contorce em torno de seu prato.

Soltar e Despejar - Assim que o bebê se sentar sozinho, brinque de soltar objetos dentro de recipiente. Pode ser que você precise ajudá-lo nas primeiras tentativas. Brinque de colocar e retirar os objetos.

Pintando com dedos - Coloque um pouco de comida macia (por exemplo, iogurte, purê de cenouras) em um prato e deixe seu bebê "pintar" com os dedos. Está tudo bem se ele comer a "pintura".

Comendo macarrão - Dê ao bebê um pouco de macarrão cozido. Deixe-o separar alguns fios. Esta é uma maneira divertida de praticar o uso de dedos e fazer um lanche ao mesmo tempo. (Sempre fique atento enquanto o bebê come.)

Hora da Banheira - Faça do banho um tempo divertido. Este é um bom momento para segurar, derramar e espremer coisas. Adicione copos de plástico, jarros, esponjas e colheres para o banho do bebê.

Onde Você Foi? - Mova seu rosto ou um brinquedo favorito para de trás de uma tampa enquanto seu bebê estiver olhando e pergunte: "Onde está a mamãe?" Abaixar a tampa e diga: "Aqui estou!" Cubra o bebê, boneca ou urso. Pergunte: "Onde está o urso?" Mova o pano e diga: "Lá está ele!"

Banheira com barcos de embalagens- Coloque uma frota de embalagens de margarina na banheira do seu bebê. Ela vai deliciar-se aprendendo sobre afundar, flutuar, despejar e derramar.

Brinquedos interativos - Dê ao bebê brinquedos que reagem a partir do toque com som ou movimento. Deixe o bebê descobrir como esses brinquedos funcionam e compartilhe com ele o que cada brinquedo faz: "Olha o que aconteceu!"

Escondendo um Brinquedo que faça barulho - Esconda um brinquedo ou algum item que faça barulho, como um sino ou um conjunto de colheres, sob um cobertor, enquanto seu bebê observa. Ponha a mão sobre o cobertor e faça o som. Deixe ele tentar encontrá-lo. Agora esconda o brinquedo para o outro lado, depois atrás de seu bebê. Deixe-o olhar ao redor para descobrir o som.

Fazendo Música - Dê ao bebê uma colher ou um bloco para cada mão. Mostre-lhe como bate-los em uma mesa ou na bandeja ou na cadeira, enquanto você canta uma canção. Cante e toque em voz alta, em seguida, cante e toque mais suavemente.

Escondendo o Bebê - Esta é uma versão divertida do esconde-esconde. Enquanto estiver dobrando roupa ou lavando a louça, cubra o bebê com um lençol, toalha, ou pano de prato. Diga: "Onde está o bebê?" Espere um segundo e puxe o pano para baixo. "Surpresa! Ai está o bebê!"

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

Caixa de Areia Segura - Em um pequeno recipiente ou na bandeja, deixe o bebê tocar na farinha de milho ou trigo. Enquanto você faz isso, fale sobre a sensação de tocar a farinha. "Ooh, isso é tão macio".

Um Copo para o Bebê – Dê ao seu bebê um copo de plástico para ela segurar. Coloque um pouco de água, e veja o que o bebê vai fazer. Ela provavelmente vai gostar de apertar o copo com água. Deixe-o divertir-se com essa atividade.

Entendendo o Corpo - Seu bebê está descobrindo diferentes partes do corpo e, provavelmente, tornou-se muito interessado nos próprios pés e mãos. Encoraje-o através de músicas que fazem referências as partes do corpo. Fale frases como: "Você encontrou seus pés!"

Comendo Sozinho – Incentive-o a pegar e comer alimentos seguros, como biscoitos ou cereais. Você também pode dar uma colher para segurar enquanto você o alimenta com outra. Tente revezar; fingir que come um pouco e, em seguida, oferecer uma mordida para o bebê. Ele vai entender a maneira de se alimentar.

Sussurrando - Sussurre palavras doces ao ouvido de seu bebê enquanto o balança, caminha ou dança com ele de maneira calma e amorosa.

Socializando - Convide outros parentes para brincar com seu bebê. A medida que o bebê olhar, para chegada vai explorar um a um, ele vai fazer importante descobertas sobre pessoas reais. Fique por perto para manter o bebê seguro com a sua presença.

Acenando – Acene quando você sair da sala por um momento. Enquanto você acena, fale para o bebê aonde você está indo. "Estou entrando em seu quarto para pegar seu cobertor. Eu já volto. Tchau"

Faces no Espelho – Enquanto olhar no espelho com o seu bebê, fale sobre as partes do corpo, tais como os olhos, nariz e orelhas. Toque o nariz e diga: "olha o nariz do papai!" Toque o nariz do bebê e diga: "nariz do bebê." "Os olhos do pai, os olhos do bebê." Jogue este jogo enquanto o bebê estiver interessado.