

Brincadeiras para estimular o desenvolvimento



0 A 6 MESES

- Falar com a/o bebé e responder às vocalizações;
- Ajudar a/o bebé a ter diferentes visões do mundo à sua volta;
- Interagir com a/o bebé usando diferentes expressões faciais.

6 MESES A 1 ANO

- Brincar ao “esconder e achar” (esconder um objeto ou pessoa e mostrar em seguida);
- Usar um espelho para interagir com a/o bebé;
- Criar um ambiente seguro para a/o bebé gatinhar e explorar;
- Dar oportunidades para a/o bebé perceber os efeitos das suas ações (ex: quando larga um brinquedo este cai ao chão);
- Expor a/o bebé a uma variedade de brinquedos adequados à sua idade, como bolas, brinquedos musicais e brinquedos de encaixe.



1 A 3 ANOS



- Incentivar que a criança passe tempo com os objetos que gosta;
- Dar marcadores e lápis de cor de forma a incentivar o desenho livre;
- Encorajar brincar com outras crianças;
- Ajudar a explorar o corpo através de diferentes movimentos (andar, correr e saltar);
- Brincar ao faz-de-conta;
- Responder às perguntas da criança, colocar questões e encorajar a oralidade.

4 A 6 ANOS

- Dar oportunidade à criança para cantar, dançar e experimentar diversos movimentos (saltar, escalar, etc);
- Contar histórias e perguntar à criança o que ela se lembra;
- Dar tempo e espaço à criança para representar cenas, papéis e atividades imaginárias;
- Incentivar a interação com amigos e colegas.



7 A 12 ANOS

- Jogar jogos de tabuleiro;
- Incentivar hobbies como o desenho, a pintura ou tocar um instrumento;
- Incentivar as atividades ao ar livre como uma caça ao tesouro, andar de bicicleta, skate ou patins;
- Praticar desportos em equipa.

