

Manual de Estimulação do Bebê





Manual de Estimulação do Bebê

O nascimento de uma criança é um acontecimento que traz alegrias e esperanças, mas também responsabilidades. Com a chegada do novo integrante a família se transforma e a rotina da casa sofre alterações significativas.

O CIEP Vovó Biquinha vem ajudando desde 2006, através do Programa Uma Conversa Salva Uma Vida, mães, pais e familiares a conhecer o desenvolvimento infantil e a estimular corretamente seus filhos.

O Manual de Estimulação do Bebê faz parte deste programa; traz dicas que visam a estimulação da criança de acordo com sua idade e descreve as principais habilidades que ela deve adquirir ao longo dos primeiros meses de vida até completar 3 anos de idade.

A participação consciente dos pais é fundamental no processo do desenvolvimento infantil! E estimular seu filho pode ser fácil, existem muitas atividades simples e que não exigem gastos que podem ser realizadas nas situações do dia a dia, na sua própria casa.

A falta de estimulação nos primeiros anos de vida diminui o ritmo natural do desenvolvimento e aumenta a probabilidade de aparecerem deficiências ou aumentá-las. Esperamos que este manual proporcione bons momentos com seu filho, e previna defasagens em seu desenvolvimento, boa leitura!

Do nascimento a 1 ano

0 a 3 meses

Desde o primeiro dia de vida a criança já se relaciona com o mundo, observa os vultos que por ela passam, reage ao barulho e emite sons. Sua postura é tensa: braços e pernas dobradas e as mãozinhas fechadas. Ao completar 3 meses a criança já deve ser capaz de levantar a cabeça e sustentar esta posição.

0 a 3 meses - como estimular?

Você já pode brincar com seu filho. Utilize brinquedos sonoros e coloridos, observe se isto chama sua atenção.



Do nascimento a 1 ano

0 a 3 meses - como estimular?

Coloque o bebê de barriga para baixo e observe se vira o pescoço, faça carinho em suas costas. Isto estimula o fortalecimento dos músculos do tronco e ajudará a firmar a cabeça.



Toque seu bebê: acaricie, faça cócegas, fale, cante e sorria para ele, em todos os momentos. A hora do banho e da troca é especial, aproveite para estimulá-lo.



Do nascimento a 1 ano

4 a 6 meses

Agora seu bebê já se comunica melhor. Ele sorri e produz sons em respostas a vozes conhecidas. Demonstra alegria, se agitando. Estende as mãos em direção a um objeto que chame sua atenção. Muda sozinho de posição. Seus braços e pernas não estão mais tão flexionados. Já firma o pescoço e tronco, permitindo que por algum tempo permaneça sentado com o apoio nas costas.

4 a 6 meses - como estimular?

Pendure no berço, no carrinho, no bebê conforto objetos coloridos e que façam sons. É muito importante que seu bebê tenha sempre por perto algum brinquedo e também que não permaneça, por muito tempo no mesmo ambiente.



Do nascimento a 1 ano

4 a 6 meses - como estimular?

Brinque de "Cadê o bebê?": coloque a fralda de pano sobre o rosto da criança. Ela deverá retirá-la, com isso demonstrará alegria ao reencontrar você.



Deixe-o mais à vontade, tire do carrinho colocando em um ambiente seguro em que possa se movimentar com liberdade, coloque vários brinquedos de diferentes cores, formas e texturas próximos a ele de maneira que consiga alcançá-los movimentando-se. Você também poderá utilizar um rolo que pode ser feito enrolando um cobertor para manter o bebê de bruços por alguns instantes.



Do nascimento a 1 ano

7 a 9 meses

Nesta fase seu bebê é bastante ativo, pode ser até difícil de mantê-lo parado na hora de trocar as fraldas. Já iniciou a alimentação sólida. Ele pode ser alimentado com a colher e beber líquidos no copo com sua ajuda. Os sons que produz aumentam, combina e forma sílabas (dada, mama). Tenta arrastar-se em busca de um objeto desejado e senta sem apoio.

7 a 9 meses - como estimular?



Neste trimestre ofereça a criança bolas de diferentes tamanhos e texturas, coloque-a próxima ao espelho. (Ex: bola de meia, bola de plástico, bola de borracha). Esteja próximo para evitar acidentes com o espelho!

Do nascimento a 1 ano

7 a 9 meses - como estimular?

Fale sempre corretamente nomeando os objetos apontados pela criança. Cante e leia historinhas curtas, mostre e comente com ela sobre figuras de um livro. Usando a criatividade para inventar uma história a criança se divertirá até mesmo com se você usar uma revista.



É importante que a criança tenha um convívio social com adultos e principalmente com outras crianças. Convide amiguinhos, com idade próxima a de seu



filho para brincar com ele. Você perceberá que eles não compartilharão o mesmo brinquedo, mas este convívio será importante para que aprendam um com outro.

Do nascimento a 1 ano

10 a 12 meses

Esta é a fase da imitação, o bebê imita tudo o que vê, os gestos e ações de quem interage com ele (dá tchau, bater palmas) Cria uma fala própria, conversando sozinho e observando os movimentos da boca. Diverte-se brincando de tirar e colocar objetos numa caixa. Já conhece o significado da palavra "não". O bebê já pode engatinhar e com auxílio consegue dar alguns passos.

10 a 12 meses - como estimular?

Com a criança no chão coloque à sua frente brinquedos para incentivá-la a engatinhar.



Do nascimento a 1 ano

10 a 12 meses - como estimular?

Cante, leia livros e brinque com seu filho de imitar os sons dos animais, (au-au faz o cachorro, muuuuuu o boi, cocoricó a galinha...). Toda hora é hora para estimular, aproveite os passeios ao ar livre e até mesmo uma ida rápida ao supermercado nomeando as coisas que despertem sua curiosidade, assim você estará ajudando a ampliar seu vocabulário.



NÃO!



Aprendendo sobre limites: como a criança já entende o significado da palavra "não", explique pra ela aquilo que ela não pode ou não deve fazer ou tocar. Nesta fase a criança compreende muito mais do que consegue falar.

1 a 2 anos

13 a 18 meses

Nesta etapa a linguagem está relacionada com o pensamento. Assim a fala da criança com idade entre 1 ano e 1 ano e meio vai tomando forma. Imitando as palavras que ouve, incorporando-as ao seu vocabulário. Obedece a ordens simples (como dar ou pegar um objeto), reconhece partes do corpo, apontando e nomeando-as. Ao final desta fase é provável que a criança já esteja andando com independência, realizando aventuras como: subir no sofá e escalar a janela. É importante então que se estabeleça limites e regras, e a supervisão sempre, em todos os momentos para se evitar acidentes. A criança já deve ter autonomia para comer e beber sozinha, portanto ainda que se suje e faça bagunça é importante deixá-la treinar, afinal é treinando que se aprende.

13 a 18 meses - como estimular?

Para estimular o caminhar, brinque de pegar e dar a bola. Você verá que a criança se divertirá muito.



1 a 2 anos

13 a 18 meses - como estimular?

Uma brincadeira prazerosa nessa idade é empilhar blocos ou peças grandes. Você mesmo pode construir blocos, com caixas de leite vazias, limpas e forradas com retalhos ou papéis coloridos. Participe da brincadeira mostrando como fazer (lembre-se que esta é a fase da imitação), desta forma estará treinando a coordenação das mãos e a percepção visual da criança.



Fale sempre corretamente. A maneira errada como a criança fala pode ser engraçada, mas devemos sempre dar a ela o modelo correto para que aprenda. Sem constrangê-la, repita a palavra da forma certa ajudando na pronúncia das palavras.



1 a 2 anos

19 a 24 meses

Próximo aos dois anos de idade a criança ainda explora muito todo o ambiente a sua volta. Abre e fecha gavetas, retira os objetos de dentro, puxa carrinho pelo barbante, monta quebra cabeças de até 3 peças, utiliza brinquedos de encaixe, adora música e já tem preferência pela melodia.

19 a 24 meses - como estimular?

Leia livros de histórias (figuras grandes e coloridas) para seu filho e peça que aponte objetos ou personagens da história. Isso ajudará na ampliação do vocabulário, aprendendo palavras novas e auxiliará na pronúncia. Não esqueça de falar corretamente, para que a criança aprenda conforme o modelo.



1 a 2 anos

19 a 24 meses - como estimular?



Peça que imite seus gestos. Levante o braço, o outro, depois os dois juntos, mexa a cabeça e observe se ela repete o movimento. Essa atividade fica mais interessante se você cantar uma canção relacionada ao gesto.

A criança se divertirá brincando de massa de modelar. Prefira os tipos não tóxicos ou produza em casa sua própria massa com trigo, água e anilina comestível para colorir. Assim se a criança colocar na boca não lhe fará mal.

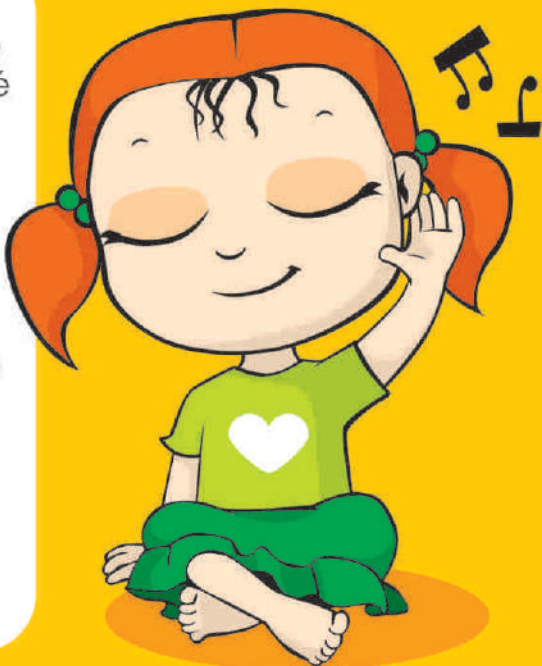


2 a 3 anos

Nessa idade a criança já possui um vocabulário mais amplo conseguindo se comunicar melhor com o adulto. Sua mobilidade motora está muito mais complexa, salta, dança, pula sobre um pé só. Embora ainda não goste de dividir seus brinquedos, sente muito prazer em brincar na companhia de outras crianças. Ela deve estar pronta para retirada das fraldas e o treino do pinico. Já tem noção de seriação, isto é, difere muito e pouco, grande e pequeno, separa por semelhança de cores.

2 a 3 anos - como estimular?

Uma brincadeira para estimular a discriminação auditiva e o vocabulário é "o que você está ouvindo?" Deite no chão ou sente e peça que a criança feche os olhos e fique em silêncio, prestando atenção nos barulhos que acontecem ao seu redor como por exemplo: o canto de passarinho, o barulho do carro, a campainha do telefone, etc... Ela terá que identificar o que é.



2 a 3 anos - como estimular?



Como a criança já tem bastante destreza ao se locomover esta época é ideal para brincadeiras no balanço, gangorra, gira-gira, triciclo. Estas brincadeiras estimularão o equilíbrio e a coordenação.

Brincar é muito bom, mas a criança precisa aprender que após a brincadeira ela deverá guardar os brinquedos. Nesse momento você pode solicitar os brinquedos nomeando-os, por exemplo, primeiros os verdes, só os carrinhos e depois as bolas... isso estimulará a criança e ainda torna a atividade divertida.



Porque é importante estimular seu filho?

O que a criança vai ser quando crescer depende muito das oportunidades oferecidas a ela em seus três primeiros anos de vida! Por isso a qualidade da estimulação que ela recebe neste período é muito importante.

Mas o que é mesmo estimulação?

É a orientação e intervenção que pais e profissionais podem oferecer à criança.

A estimulação compreende as áreas essenciais do desenvolvimento: social, afetiva, perceptiva, motora e linguagem.

Como posso estimular meu filho?

A estimulação ocorre no dia a dia com seus filhos, conversando, brincando, cantando, alimentando-o.

Nós podemos auxiliar a estimular seu filho!

O Programa Uma Conversa Salva Uma Vida, do CIEP Vovó Biquinha busca promover a participação consciente dos pais no processo de desenvolvimento de seus filhos, informando sobre a importância da estimulação nos primeiros anos de vida.

Nossa proposta é capacitar a família, formando agentes estimuladores.

O Programa oferece gratuitamente:

- Avaliações nas áreas de fisioterapia, fonoaudiologia, e pedagogia.
- Acompanhamento com a equipe técnica e trocas de experiências entre pais e profissionais.
- Encontros de estimulação mediados por pedagoga com a participação da família.
- Orientações e programa de estimulação para execução em casa.
- Encontros, palestras e cursos sobre o desenvolvimento e aprendizagem da criança.
- Criação de brinquedos adaptados confeccionados pela família.

**Atendemos crianças
na faixa etária
entre 0 e 3 anos.**

**Agende uma
avaliação gratuita
para seu filho.**

Nome: _____

Data de nascimento.: ____ / ____ / ____

Responsável: _____

Idade: ____ Profissão: _____ Escolaridade: _____

Pré Natal: _____ Idade gestacional: _____

Peso ao nascer: _____ APGAR 1: _____ APGAR 5: _____

Diagnóstico: _____

Telefone: _____ Bairro: _____

OBS: _____

“Vovó Biquinha”



CENTRO DE INTERVENÇÃO E ESTIMULAÇÃO PRECOCE

CIEP Vovó Biquinha
Rua Juvenal Garcia, 210 - Centro
CEP 88302-040 - Itajaí-SC
E-mail: vovobiquinha@matrix.com.br
Fone e Fax: (47) 3344-0890
www.vovobiquinha.org.br

Apoio:



Conheça nossa sede.

