

Um melhor começo para os bebês

Sensorial

Motor

Atenção/Regulação

Relacionamento

Terapia

Ajudando o meu bebê a aprender através da brincadeira: 0 a 3 meses

TOCANDO, MEXENDO, CHEIRANDO, DEGUSTANDO, OUVINDO E VENDO
Seu bebê está aprendendo muito rapidamente. Ele necessita de sua ajuda e orientação

Ideias de Atividades

Como irá ajudar o meu bebê?

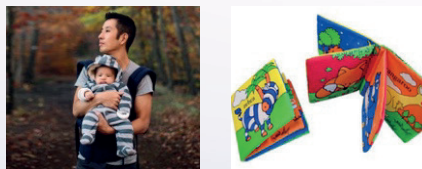
Interagindo com sua face



Ajudando meu bebê a aprender através de interação

- Não há necessidade de brinquedos caros. Seu rosto é o melhor brinquedo para o seu bebê!
- Seu bebê ama olhar, explorar e tocar o seu rosto.
- Seu bebê ama ouvir sua voz e isto ajuda no desenvolvimento da linguagem.
- Pause enquanto estiver conversando com seu bebê e aguarde para que ele responda, até que seja novamente a sua vez de falar. Este é o início da conversação!

Coisas interessantes para olhar ao redor



Ajudando meu bebê aprender através do olhar

- Bebês recém-nascidos gostam de olhar para coisas interessantes e tenham padrões de contraste. Isto irá ajudá-lo em sua percepção visual e atenção e fará com que ele aprenda novas habilidades.
- Fotos e imagens devem ficar a 30 cm do rosto do seu bebê

Nota: Observe se as figuras não estão próximas demais do rosto do seu bebê e as mantenham apenas por alguns instantes, enquanto ele estiver interessado e olhando para a imagem.

Brincadeiras no Tapete



Ajudando meu bebê a aprender através da exploração

- Promove o alcance, a preensão e a estimulação visual.
- Ajuda-o a aprender a trazer as mãos à linha média do corpo
- Estimula a levantar as pernas e chutar os brinquedos
- Trocar a posição dos brinquedos promove o interesse visual e a exploração por parte do bebê

Chocalhos e mordedores



Ajudando meu bebê a aprender através do uso das mãos

- Promove o alcance e pega.
- Quando seu bebê segura um brinquedo, este chama a atenção para as mãos dele.
- Estimula o uso das mãos para trazer os objetos à boca.
- Brinquedos que fazem sons suaves, como os chocalhos, ajudam o seu bebê a começar a desenvolver o entendimento de causa e efeito.

Ficar de barriga para baixo quando acordado



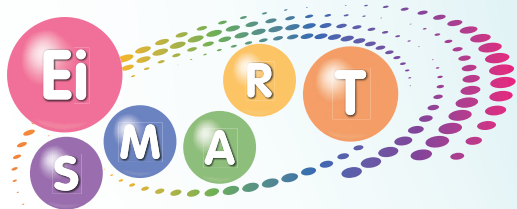
Ajudando meu bebê a aprender através de interação.

- Ajuda a tornar confortável a posição de deitar de barriga para baixo
- Promove a oportunidade de desenvolver o controle da cabeça e a força nos braços.

Nota: tente esta posição frequentemente e em pequenos períodos durante o dia, dentro da tolerância de seu bebê.

Você sabia? Os bebês aprendem dentro e através dos relacionamentos, então converse, brinque e mostre afeição através do toque, isso irá desenvolver o cognitivo, a linguagem e habilidade motora do seu bebê.

Este folder foi traduzido por Adriane de Carvalho com permissão de EISMART



Um melhor começo para os bebês

Sensorial

Motor

Atenção/Regulação

Relacionamento

Terapia

Dicas para promover o envolvimento do seu bebê de 0 a 3 meses nas brincadeiras

Façam atividade juntos em posições variadas

Embalar



Coloque a cabeça do seu bebê em seu cotovelo, segure seu corpo com as duas mãos.

Segure como um tigre na árvore



Coloque seu bebê atravessado em seu braço e segure suas pernas separadamente, com a outra mão apoie nas costas de seu bebê para dar suporte.

Deitar no ombro



Descanse a cabeça do seu bebê no seu ombro e segure sua cabeça e pescoço com a outra mão.

Deitar nos joelhos



Coloque a cabeça de seu bebê em seus joelhos, segurando-a com as duas mãos.

Lembre a importância de...

Quando retirá-lo do berço



Verifique se o corpo do seu bebê está tocando a superfície do berço antes que sua cabeça. Caso contrário, poderá assustá-lo.

Muitos momentos pele com pele (Kangaroo)



Deixe seu bebê descansar contra o seu peito, cubra você mesma com um cobertor. Isto regula os batimentos cardíacos, a respiração e a temperatura. Desta forma, você irá promover uma maior ligação entre você e o seu bebê.



Crescimento Socioemocional



Bebês nesta idade demonstra sua auto regulação crescente e seu interesse pelo mundo, sorrindo para as pessoas e trazendo as mãos à boca para promover um efeito se acalmar.

Desenvolva o cérebro do seu bebê...

Praticando com frequência o momento face-a-face



Ajuda a formar uma relação de amor mais próxima. Use esse momento para conversar e cantar para o seu bebê.

Conversando nas atividades diárias



Converse com seu bebê enquanto estiver fazendo as atividades diárias, como trocar as fraldas, alimentá-lo e etc. Repita os sons emitidos pelo seu bebê e se revezem na conversa.

Dançando com seu bebê



Faça movimentos suaves com seu bebê em seus braços, dê algumas pausas para ajustar os movimentos. Isso o ajudará a desenvolver seu sistema vestibular melhorando seu equilíbrio.

Você sabia? Seu bebê ama atenção e é muito importante que a comunicação feita por ele através de olhares e sons seja respondida. Lembre-se, brinquedos caros não são necessários: seu rosto, sua voz, uma caminhada no parque assistindo as folhas se moverem são muito interessantes para o seu bebê.

Este folder foi traduzido por Adriane de Carvalho com permissão de EISMART