



DICAS PARA “EXPLORAR ATRAVÉS DO MOVIMENTO E DE BRINCADEIRAS”

Com o bebê (0-12 meses)

- **Deixe o bebê de barriga para baixo.** Bebês devem dormir de barriga para cima, mas durante o dia, enquanto estão acordados, é bom deixá-los um pouco de bruços.
- **Deixe ele se movimentar.** Deixe o bebê explorar o que está a sua volta, tentando alcançar, rolar, se arrastando e engatinhando. Apenas garanta que ele está em segurança.
- **Brinque com as pernas e os braços.** Quando você está trocando as roupas ou a fralda do bebê, brinque gentilmente com as perninhas e os bracinhos dele. Fale ou cante sobre o que está fazendo.
- **Siga o que interessa o bebê.** Observe o que o bebê olha ou tenta alcançar. Se puder, traga o objeto para perto para que ele possa pegá-lo. Converse sobre o objeto: fale sobre a cor, a textura, a forma dele, etc.
- **Deixe-o brincar com objetos do dia a dia.** Dê objetos de cores, formas e texturas diferentes. Você não precisa de brinquedos caros: separe objetos do dia a dia (como colheres, tecidos, potes e garrafas plásticas) que sejam seguros e monte uma “caixa de tesouros” para ele brincar.
- **Brinque de esconder.** Esconda seu rosto com as mãos e depois o revele com um grande sorriso. Você também pode esconder objetos embaixo de uma toalha ou de um cobertor.

Com a criança (12-36 meses)

- **Brinque de faz-de-conta.** Crianças adoram brincar imitando atividades de adultos, como pôr uma boneca para dormir ou preparar o jantar. Entre na brincadeira e assuma o papel que ela propuser a você!
- **Saia para passear.** Ande pelas ruas conversando com a criança sobre lugares, pessoas e objetos que virem. Pare quando ela mostrar interesse em alguma coisa e fale a respeito. Se for algo seguro para tocar, deixe-a pegar e sentir o objeto.
- **Invente obstáculos em casa.** Use caixas, cobertores e travesseiros para montar uma pista com obstáculos. Veja se a criança passa por cima, por baixo ou se dá a volta ao redor deles.
- **Brinque com bola.** Role a bola para a criança. Mostre entusiasmo durante a brincadeira, conversando e inventando barulhos e músicas.
- **Incentive a criatividade.** Dê materiais como giz de cera ou de lousa e permita que a criança rabisque à vontade. Também deixe-a brincar com papéis, seja para riscá-los, dobrá-los ou até rasgá-los.
- **Brinque de adivinhar.** Coloque alguns objetos numa sacola e peça para a criança adivinhar o que tem lá dentro sem olhar, só sentindo e chacoalhando, por exemplo.
- **Deixe a criança resolver problemas.** Se a criança está concentrada em algo – montando um brinquedo, por exemplo – veja o que ela consegue descobrir por si só. Se ela precisar de ajuda, não resolva por ela, apenas apoie o suficiente para que ela consiga sozinha.