



**Bem-estar físico
e movimento
são essenciais para
o aprendizado e o
desenvolvimento
do seu filho.**

Há cinco áreas essenciais ao desenvolvimento saudável de seu filho. Nas páginas seguintes, descubra mais experiências de aprendizagem incentivadoras para seu filho nas **“Massachusetts Early Learning Guidelines for Infants and Toddlers” (Diretrizes de Ensino Infantil de Massachusetts para Crianças e Bebês)**, que podem ser baixadas no site de Educação Infantil e Creche: www.mass.gov/eec

Crianças pequenas (12 a 33 meses) →
Bebês (0 a 15 meses) →

1	Desenvolvimento socioemocional	p. 31	p. 101
2	Desenvolvimento da linguagem e da comunicação	p. 47	p. 120
3	Desenvolvimento cognitivo	p. 65	p. 144
4	Saúde física e bem-estar (esta brochura)	p. 80	p. 153
5	Abordagens à aprendizagem	p. 83	p. 163



MASSACHUSETTS
Department of
Early Education and Care

Sherri Killins, Ed.D., Representante

Preparado pela Davis Publications, Worcester, MA



Consultores de educação infantil

Susan Etheredge, Ed.D., professora e presidente de Educação e Estudo Infantil, Smith College, Northampton, MA

Cathy Weisman Topal, M.A.T. Estudos Visuais, Conferencista e Professora de Arte de Estúdio, Smith College, Northampton, MA

Ilustrações por Melissa Iwai

© 2011 Massachusetts Department of Early Education and Care
Portuguese

Brinque comigo!



**Seu filho precisa
de rotinas
divertidas e
saudáveis todos
os dias.**

Seja ativo com seu filho..

**Você estimula a base
do aprendizado e do
desenvolvimento cerebral
do seu filho durante os 3
primeiros anos de vida dele.**

Coisas que seu **bebê** pode fazer

Atividades para saúde física e bem-estar



Comer alimentos saudáveis

Escolha alimentos frescos e nutritivos para seu bebê. **Hmmm... eu gosto de batata doce também.**

Sair ao ar livre

Aproveite para brincarem juntos ao ar livre e observar outros brincando. **É hora do nosso passeio de hoje.**



Empurrar, puxar, rolar

Deixe seu bebê praticar o empurrar, o puxar e o rolar. **Que surpresa! Você rolou!**



Alcançar

Observe todos os modos pelos quais seu bebê alcança, se estica e se flexiona.

Olhe que bela esticada!



Coisas que sua **criança pequena** pode fazer

Atividades para saúde física e bem-estar

Cuidar de si mesmo

Dê o exemplo de cuidados físicos saudáveis. **Vamos passar fio dental e escovar nossos dentes juntos.**



Escala, pular, levantar

Procure oportunidades para movimento não estruturado todos os dias. **Eu gosto de ver você correr!**



Praticar com objetivo

Deixe seu filho explorar o desenhar e o escrever com os materiais e a supervisão apropriados.

Você fez marcas realmente grandes. Você consegue fazer algumas pequenas também?



Participar de rotinas diárias

Convide seu filho para ajudar, de modo seguro, com atividades como cozinhar e limpar. **Não é divertido fazer comida gostosa juntos?**



Coordenar movimentos dos olhos e mãos

Proponha jogos de arremessar e pegar com objetos de vários tamanhos e texturas. **Vou rolar a bola desse jeito desta vez.**



Pegar e soltar

Coloque os objetos de interesse um pouco além do alcance de seu bebê. **Você é tão forte!**



Desenvolver a destreza

Use materiais como massa de modelar e argila com seu filho para apertar, enrolar, modelar e bater. **Estou vendo que você está cutucando a argila. O que acontece quando você a cutuca?**

