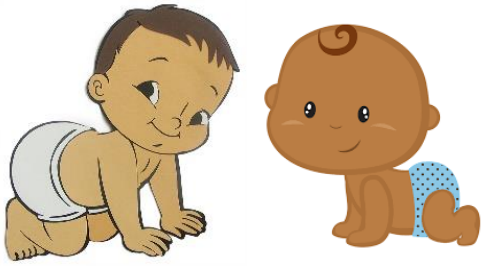
Atividade
Pega-pega engatinhando

Bate-papo inicial

Olá pessoal!

O primeiro ano de vida de um bebê é marcado por várias conquistas psicomotoras. Uma delas é arrastar e engatinhar. Quando o bebê faz essas descobertas, multiplicam-se as possibilidades de explorar o ambiente.

Vamos favorecer o desenvolvimento dessas habilidades?



Como fazer

Deixe seu pequenino no chão, em uma área lisa e se posicione junto a ele. Comece a engatinhar para incentivar que ele também o faça. Quando ele começar a se mexer, siga-o! Chame-o para ir até você.

Quando ele estiver atrás de você, engatinhe devagar para que ele possa te pegar. No final, comemore! Quando você estiver perseguindo o bebê e o alcancar, dê "mordidinhas" de leve nos seu pezinho.

Brinque de persegui-lo entre os móveis, que servirão de obstáculos e esconderijo. Chame as outras pessoas da casa para brincar também!

Mas meu filho ainda não engatinha, e agora?

Incentive! Assim como a fala, é possível incentivar os primeiros movimentos de quatro do seu bebê. Aprenda a fazer isso com o seu filho e esteja sempre por perto para minimizar o risco de acidentes.

Assim que o bebê for capaz de se sustentar sentado, deixe-o à vontade para explorar os movimentos em um local seguro. Pode ser sobre o tapete do quarto, sobre pedaços de EVA, sobre a grama do parque (desde que não haja formigas ou fezes de animais).

Coloque o pequeno no chão ou na cama, deitado de barriga para baixo ao invés de colocá-lo na cadeira de descanso ou no carrinho. Assim, ele poderá se acostumar com o contato do solo e desenvolver força nos ombros, braços, costas e tronco para que possa se levantar e ficar de quatro apoios.

Coloque objetos interessantes a uma curta distância do pequeno, enquanto ele estiver sentado ou deitado para que tente alcançá-los. Brinquedos infantis e espelhos são boas opções para atrair sua atenção!

Dica importante!

O andador não é recomendado pela Sociedade Brasileira de Pediatras (SBP) por dois motivos: expõe a criança a riscos e atrasa seu desenvolvimento motor. O andador atrapalha um pouco o desenvolvimento do andar porque o bebê fica o tempo todo sentado e não aprende a ter noção do perigo.

Mais possibilidades

Use a imaginação! Crianças adoram imitar animais. Então aproveite que estão engatinhando e faça sons e gestos de gato, cachorro, cavalo, vaca, etc. Assim, além de incentivar seu bebê a engatinhar, estará estimulando e desenvolvendo sua fala.

Bate-papo final

Querida família, aproveite essa fase em que seu bebê está pois passa rapidinho. Tire fotos, faça vídeos e envie pra seus familiares para que vejam o quanto estão se divertindo neste momento em que devemos ficar em casa!

Até a próxima atividade!