

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 Bebês (Da IS Meses) 1 Desenvolvimento p. 31 p. 7 socioemocional

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



Sherri Killins, Ed.D., Representante

Preparado pela Davis Publications, Worcester, M

Consultores de educação infanti

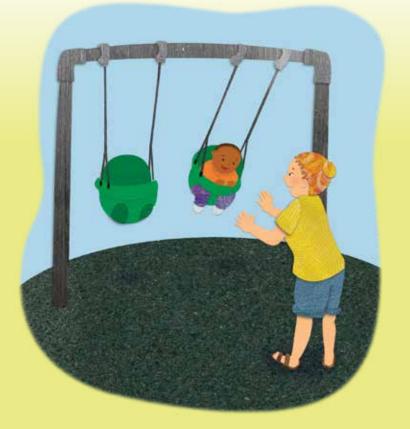
Susan Etheredge, Ed.D., professora e presidente de Educação e Estudo Infantil, Smith College, Northampton, MA

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

Ilustrações por Melissa Iwa

© 2011 Massachusetts Department of Early Education and Care Portuguese

Bringue 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

Coisas que sua criança pequena pode fazer

Atividades para saúde física e bem-estar



Alcançar

Observe todos os modos
pelos quais seu bebê
alcança, se estica e
se flexiona.
Olhe que bela
esticada!

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!



Comer alimentos saudáveis

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

Se Control of the Con

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?



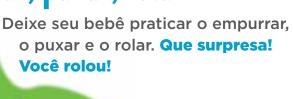
Convide seu filho para ajudar, de modo seguro, com atividades como cozinhar e limpar. **Não é divertido fazer comida gostosa juntos?**

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 p
o puxar e o rola
Você rolou!



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?