

# SUGESTÕES DE ATIVIDADES PARA CRIANÇAS DE 3 MESES A 3 ANOS

As crianças aprendem muito rápido.

Brincando exploram o ambiente à sua volta como também desenvolve a sua própria identidade.

Brincar é também um modo de expressão

Brincar desenvolve e muito a imaginação da criança.

## **Brincar e aprender? Como? De que forma?**

- Dançar, correr, saltar, jogar à bola são excelentes estímulos para o desenvolvimento motor, contribuindo para maior facilidade de movimentos do corpo, para uma maior força e flexibilidade assim como para a melhoria da coordenação motora.
- Os blocos de construção, encaixáveis e quebra-cabeça ajudam no reconhecimento de diferentes formas e tamanhos, permitem desenvolver a noção de seriação e de lógica.
- Desenhar, pintar, brincar de massinha, brincar com bonecas, carrinhos, permite estimular a criatividade, a imaginação e a expressão de sentimentos.
- Cantar e brincar com instrumentos musicais simples representam estímulos fundamentais para o desenvolvimento cognitivo, auditivo, sensorial, da fala , etc.

A criança precisa de fazer coisas que gosta, experimentar objetos, encontrar novas e incomuns maneiras de realizar uma determinada atividade. A seu tempo e à sua maneira, a criança vai-se desenvolvendo e atribuindo significado às suas experiências.

## **1 - CHUVINHA DE PAPEL**

**MATERIAL:**

Revistas, jornais, propaganda de supermercado.

Sente-se no chão com o seu filho em torno dos papéis que você disponibilizou.

Deixe que ele manipule e rasgue os papéis livremente. Depois junte os papéis picados num monte e jogue tudo para o alto.

Vai ser uma festa!

Se a criança mostrar interesse em guardar os papéis que picou, deixe-a colar em uma folha.

## **2 - A MÚSICA DOS NOMES**

Muitas vezes temos o costume de chamar o bebê ou a criança pequena por nomes carinhosos, mas é muito importante que a criança se reconheça pelo nome.

Escolha uma música na qual você possa incluir o nome e seu filho, mesmo que ele seja um bebê.

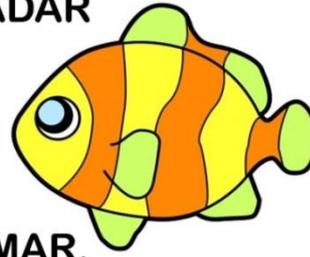
Algumas sugestões de música:

**SE EU FOSSE UM PEIXINHO**

**E SOUBESSE NADAR**

**EU TIRAVA A(O)**

**NO FUNDO DO MAR.**



[SOESCOLA.COM](http://SOESCOLA.COM)

No lugar do desenho, coloque o nome do seu filho(a).

**A CANOA VIROU**

**POR DEIXAR ELA VIRAR**

**FOI POR CAUSA**

**DA(O)**

**QUE NÃO SOUBE REMAR.**



**CIRANDA, CIRANDINHA**

CIRANDA, CIRANDINHA  
VAMOS TODOS CIRANDAR  
VAMOS DAR A MEIA VOLTA  
VOLTA E MEIA VAMOS DAR

O ANEL QUE TU ME DESTE  
ERA VIDRO E SE QUEBROU  
O AMOR QUE TU ME TINHAS  
ERA POUCO E SE ACABOU

CIRANDA, CIRANDINHA  
VAMOS TODOS CIRANDAR  
VAMOS VER A -----(NOME DO SEU FILHO)  
QUE VAI LOGO SE CASAR

VEM CÁ, -----(NOME DO SEU FILHO)  
ENTRA LOGO NESSA RODA  
FALE UM VERSO BEM BONITO  
DIGA ADEUS E VAI-SE EMBORA

**3 - TIRAR E COLOCAR**



#### MATERIAL

Caixa de papelão

Barbante

Brinquedos e bolas

Numa caixa de papelão trança alguns barbantes formando uma trama, não muito fechada.

Coloque alguns brinquedos e bolas.

Depois peça para o seu filho(a) retirar de dentro da caixa o que você colocou. Deixe que ele explore.

Depois que ele retirar todos os itens se ele(a) quiser colocar, deixe.

### 4 - VAMOS GUARDAR?



#### MATERIAL

Caixa de sapato

Bolas

Faça dois círculos na caixa de sapato, um na tampa e outro de um dos lados.

Os círculos devem ser um pouco maior que as bolas que serão utilizadas. Agora deixe seu filho(a) brincar de guardar as bolas.

## 5 - VAMOS PENEIRAR



### MATERIAL:

- Peneira
- bolas
- caixa ou bacia

Coloque as bolas dentro da caixa dê a peneira a seu filho(a) e deixe que ele retire as bolas da caixa usando a peneira.

Se você estiver do lado de seu filho(a) pode colocar água se a caixa for de plástico. Você verá como ele vai achar interessante a água sair pela peneira e a bolas ficarem.

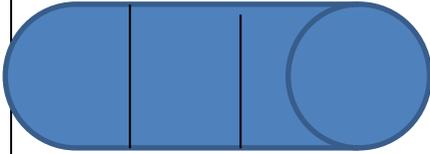
## 6 - JOGO DE ENCAIXE



### MATERIAL:

- Caixa de ovos
- rolo de papel higiênico

Corte o rolo de papel em 3 partes



Dê a caixa de ovos e os rolinhos.

Deixe que ele encaixe os rolinhos na parte saliente da caixa de ovos.

## 7 - Circuito



**MATERIAL:**

- Rolos: papel higiênico, papel toalha, papel alumínio
- Bolas que passem dentro dos rolos.

Faça um circuito com os rolinhos numa altura que seu filho(a) consiga alcançar, dê as bolas e deixe que ele explore.

Boa brincadeira.

## 16 – VAMOS TRANSFERIR



**MATERIAL:**

2 bacias

Esponja ou bucha de banho ou cozinha

Coloque água em uma das bacias, de a esponja ou bucha para seu filho(a).  
Mostre a ele(a) como transferir a água de um recipiente a outro usando a esponja,  
depois deixe-o fazer.

## 9 – SEI PENDURAR ROUPA



### MATERIAL:

Prendedores de roupa

Camisetas e short da criança ou recorte papel em formato de roupa

Barbante

Estenda um barbante entre duas cadeiras.

De os prendedores e as roupas ou a roupa de papel e deixe que seu filho(a) brinque a vontade de pendurar roupas.

Ele(a) poderá ter dificuldade para abrir os prendedores, incentive-o(a) não faça por ele.

## 10 – MUITO AMOR



Esta brincadeira desenvolve a capacidade de cuidar dos outros.

Sente-se no chão com seu filho (a) pequeno e ponha dois ou três de seus bichinhos de pano ou pelúcia a seu lado.

Escolha um dos bichinhos e abrace-o. Diga palavras carinhosas como “É gostoso brincar com você!” ou “Adoro te abraçar”. Agora faça o mesmo com o seu filho (a).

De à criança um dos bichinhos e peça-lhe para abraça-lo e beija-lo.

Continue a brincadeira enquanto seu filho mostrar interesse. Você vai ver que logo ele vai estar fazendo essa brincadeira sozinho

## 11- SURPRESA

Essa brincadeira desenvolve a coordenação motora fina.

Diga as seguintes frases e faça movimentos para acompanhá-las

*BONECO NA CAIXINHA, BONECO NA CAIXINHA* (feche os dedos da mão direita e esconda o polegar entre eles)

*ESTÁ NA HORA DE ACORDAR E SORRIR* (bata no punho com a outra mão, como se estivesse batendo numa porta)

*UM, DOIS, TRÊS, QUATRO* (continue batendo)

*ELE AGORA VAI SAIR* (tire o polegar de dentro dos outros dedos)

Repita e estimule a criança a fazer os mesmos movimentos.

## 12 – CÓ – CÓ – CÓ

Essa é uma maravilhosa brincadeira com os dedos que vai ajudar a desenvolver os movimentos motores menores da criança e divertir vocês dois. Sente seu filho (a) no colo se for pequeno e na sua frente se for maiorzinho e movimente os dedos de acordo com o versinho.

CÓ-CÓ-CÓ (imite uma galinha)

CÓ-CÓ-CÓ

BOM DIA, DONA GALINHA.

QUANTOS PINTINHOS TEM?

MADAME TENHO DEZ. (levante os dez dedos da criança)

QUATRO SÃO AMRELOS (abaixe os quatro dedos de uma mão, deixando só o polegar para cima)

E QUATRO SÃO MARRONS (abaixe os quatro dedos da outra mão, deixando o polegar para cima)

E DOIS TEM PINTINHAS VERMELHAS (toque os polegares das duas mãos)

OS MAIS LINDOS DA CIDADE (beije os dois polegares da criança)

## 13 – ALGUÉM ESPECIAL

Desenvolva a audição de seu filho (a) dizendo –lhe o seguinte:

**Conheço alguém especial**

**Você quer saber quem é? Vou rodar e rodar de novo,** (gire)

**E depois encontrar você** (aponte para a criança)

Peça a seu filho (a) para girar enquanto você pronuncia as frases acima. Repita as frases mudando a ação. Em vez de girar, você pode pular, bater palmas. Coar como um pássaro, etc

Essa brincadeira desenvolve a audição da criança porque ela precisa distinguir as palavras para saber o que fazer.

## 14 – OLHE PARA VOCÊ

Essa é uma brincadeira maravilhosa que ajuda a criança a pensar nas diferentes partes do corpo e a melhorar sua capacidade de observação.

Diga a seu filho de dois anos: “Se você está usando sapatos, pule”.  
Ajude-o perguntando-lhe: “Você está usando sapatos?” Mostre onde eles estão.  
Aponte para os seus sapatos e peça-lhe para pular. Você talvez precise mostrar como se faz.

Eis aqui outras sugestões:

- Se estiver usando meias, levante-as e abaixe-as
- Se estiver usando camiseta, bate palmas.
- Se estiver usando short, mexa a cabeça para cima e para baixo

## 15 – BRINCAR DE RODAS

Cante uma canção de roda e brinque com seu filho (a). Segurem-se as mãos, andando em círculo e cantando os versos. Por exemplo:

Ciranda, cirandinha  
Vamos todos cirandar  
Vamos dar a meia volta  
Volta e meia vamos dar.

Mude de direção ao dizer “Vamos dar a meia volta”.

Escolha outra música com outras atividades que você vai realizar com seu filho enquanto canta e brinca de roda.

Isso é maravilhoso para desenvolver a percepção espacial da criança.

## 16 – TOMA LÁ – DÁ – CÁ



Os adultos costumam ficar irritados quando seus filhos pequenos não querem emprestar ou dar coisas suas. Dividir é um conceito muito difícil para crianças de 1 a 3 anos entenderem.

O revezamento é uma maneira mais fácil de compreender o conceito de dividir e partilhar.

Dê à criança um de seus brinquedos favoritos e fale sobre este brinquedo – como ele é colorido, como é gostoso de tocar, etc.

Pegue outro brinquedo para você e descreva-o

Brinque com o seu brinquedo e peça à criança para brincar com o dela.

Depois de um tempo razoável. Dê seu brinquedo à criança e peça-lhe para deixar você brincar com o dela.

Se não der certo da primeira vez, tente outra hora.

## 17 - Circuito (a partir de 6 meses)



Para os bebês (entre 6 meses e 2 anos de idade), delimite caminhos pela sala, pelo quarto, indo de um cômodo a outro da casa ou, se tiver a possibilidade, no jardim. As margens podem ser feitas com almofadas ou móveis, e é legal que a rota passe por baixo de cadeiras, de mesas, ao lado do sofá etc. Eles deverão engatinhar ou andar por esse circuito até cansarem, por isso é importante criá-lo “infinito”, ou seja, que o fim seja onde está o começo. Coloque brinquedos ao longo do caminho para que os bebês sempre tenham um estímulo para continuar.

Para as crianças (a partir de 2 anos), desenhe ou marque circuitos lineares no chão, com fitas adesivas ou cordões coloridos. Elas deverão andar sobre o caminho marcado, um pé na frente do outro.



## 18 - Caixa sensorial (a partir de 2 anos)

### MATERIAL:

Caixa de papelão

Objetos com: escova de cabelos, lenço, colher, bichinho de pelúcia, etc

Coloque diferentes objetos dentro de uma caixa e faça dois buracos em uma de suas laterais (grandes o suficiente para que a mão da criança passe por ele). A criança deverá colocar as mãos dentro da caixa e, apalpando os objetos, descobrir o que eles são.



## 19 - Garrafas Sensoriais



### MATERIAL:

Garrafas pet

Objetos para colocar dentro das garrafas como: lacre de latas, glitter e água, feijão, palitos de picolé, lantejoulas, etc.

Objetos coloridos e chamativos, uma garrafa ou potes plásticos transparentes com tampa e água. Estes são os itens necessários para criar uma garrafa sensorial, que estimula a coordenação motora, concentração e percepção visual dos bebês. Você também pode dispensar a água e inserir objetos que façam barulho, estimulando a audição. É muito simples de fazer e ficam muito bonitas!