

6 ETAPAS PARA A CONSTRUÇÃO DO CÉREBRO

Relações recíprocas e atentas entre adulto e criança — com múltiplas interações de ida e volta — ajudam a construir conexões fortes nos cérebros. Siga estas 6 etapas, pratique e divirta-se com o seu filho.

1 Partilhe o foco de atenção

Esteja ao nível da criança. Preste atenção no que ela está focada.

Não conseguirá fazer isso o tempo todo, então procure pequenas oportunidades ao longo do dia — como enquanto a veste ou enquanto espera na fila do supermercado. Irá aprender muito sobre as habilidades, interesses e necessidades do seu filho.



2 Apoie e Incentive

Mostre entusiasmo pelos interesses do seu filho. Valorize a sua curiosidade e reforce as suas iniciativas.

Dê abraços, incentive com palavras, ajude-o, brinque com ele ou simplesmente mostre que está a vê-lo.



3 Dê um nome...

Nomeie o que a criança está a ver, a fazer ou a sentir.

Ao nomear aquilo que as crianças estão a observar, está a ajudá-las a entender o mundo ao seu redor e a criar conexões linguísticas importantes no seu cérebro, mesmo antes de elas conseguirem falar ou compreender as suas palavras.



6 ETAPAS PARA A CONSTRUÇÃO DO CÉREBRO

As interações de ida e volta são essenciais para o desenvolvimento do cérebro da criança e o melhor é que pode fazê-lo a qualquer momento, em qualquer lugar, sem ser necessário qualquer tipo de brinquedos ou ecrãs.

4 Falem à vez...

Alterne as falas... e espere. Mantenha a interação a fluir.

Dê tempo às crianças para ouvir, processar e responder. Ter paciência é crucial. As crianças precisam de tempo para formular as suas respostas, especialmente quando estão a aprender muitas coisas ao mesmo tempo.



5 Expanda

Repita o que a criança diz e desenvolva adicionando mais palavras.

Devolva à criança o que ela disse mas acrescentando mais palavras, criando frases mais longas e completas. Seja um modelo de linguagem estimulante.



6 Treine finais e começos

Ao compartilhar o foco da criança, você perceberá quando ela está pronta para encerrar uma atividade e iniciar algo novo. Aproveite cada novo começo para iniciar uma nova interação de ida e volta.

As crianças sinalizam quando terminaram ou estão prontas para iniciar uma nova atividade. Elas podem largar um brinquedo, pegar outro ou virar-se para observar algo diferente. Apoie a criança na exploração do mundo e possibilite mais interações.

