



MARCOS DO DESENVOLVIMENTO



Finge ser um personagem ao brincar (professor, super-herói, cachorro).

Pede para brincar com crianças se ninguém estiver por perto, como "Posso brincar com Alex?".

Conforta os outros que estão feridos ou tristes, como abraçar um amigo chorando.

Evita o perigo, como não pular de alturas altas no playground.

Gosta de ser um "ajudante".

Muda o comportamento baseado em onde ele está (local de culto, biblioteca, playground).



Diz frases com quatro ou mais palavras.

Diz algumas palavras de uma canção, história ou rima infantil.

Fala sobre pelo menos uma coisa que aconteceu durante o seu dia, como "Eu joguei futebol".

Responde perguntas simples como "Para que é um casaco?" ou "Para que é um lápis?".



Pega uma bola grande na maior parte do tempo.

Serve a si mesmo comida ou água, com supervisão de adultos.

Desabotoa alguns botões.

Segura lápis ou lápis entre os dedos e o polegar (não no punho).



Nomeia algumas cores de objetos.

Conta o que vem a seguir em uma história bem conhecida.

Desenha uma pessoa com três ou mais partes do corpo.



Ajude seu filho a se desenvolver!

Ajude seu filho a estar pronto para novos lugares e conhecer novas pessoas. Por exemplo, você pode ler histórias ou fazer teatro (faz-de-conta) para ajudá-lo a se sentir confortável.

Leia com seu filho. Pergunte a ele o que está acontecendo na história e o que ele acha que pode acontecer a seguir.

Ajude seu filho a aprender sobre cores, formas e tamanhos. Por exemplo, pergunte a cor, formas e tamanho das coisas que ela vê durante o dia.

Tire um tempo para responder as perguntas de "por quê" do seu filho. Se você não sabe a resposta, diga "eu não sei", ou ajude seu filho a encontrar a resposta em um livro, na Internet ou com outro adulto.



Encoraje seu filho a usar "suas palavras" para pedir coisas e resolver problemas, mas mostre a ele como. Ele pode não saber as palavras que precisa. Por exemplo, ajude seu filho a dizer: "Pode ser a minha vez?" em vez de tirar algo de alguém.

Ajude seu filho a aprender sobre os sentimentos dos outros, e sobre maneiras positivas de reagir. Por exemplo, quando ele vê uma criança que está triste, diga "Ele parece triste. Vamos levar um ursinho para ele."

Deixe seu filho brincar com outras crianças, como em um parque ou biblioteca. Pergunte sobre grupos locais de jogos e programas pré-escolares. Brincar com os outros ajuda você a aprender o valor da partilha e amizade.

Crie uma rotina calma e tranquila para dormir. Evite qualquer tempo de tela (TV, telefone, tablet, etc.) por 1 a 2 horas antes de dormir e não coloque nenhuma tela no quarto do seu filho. Crianças dessa idade precisam de 10 a 13 horas de sono por dia (incluindo sonecas). Tempos de sono consistentes facilitam!

Dê brinquedos ou coisas que incentivem sua imaginação, como roupas de fantasias, copos e panelas para fingir cozinhar, ou blocos para construir. Junte-se a ele em brincadeiras de fingir, como comer a comida de mentira que ele cozinha.

Coma com seu filho quando possível. Deixe-o vê-lo desfrutando de alimentos saudáveis, como frutas, legumes e grãos integrais e bebendo leite ou água.



Marcos sociais/emocionais



Marcos de comunicação



Marcos de movimento



Marcos cognitivos