MOMENTOS DE BRINCAR NO DIA A DIA

Você não precisa de um espaço grande, nem de um plano perfeito para brincar com seu filho. O brincar pode acontecer nos pequenos momentos que vocês já compartilham ao longo do dia.

Esta seção está cheia de ideias divertidas e simples para pausas de brincadeira que se encaixam na sua rotina: pela manhã, nas refeições, esperando na fila, na hora de dormir, e em tudo mais que houver entre esses momentos.



CARAS DE ACORDAR
(Rotinas da manhã)

Se cumprimentem de manhã com a mesma cara engraçada ou expressiva (por exemplo: combinem na noite anterior qual será a "cara do dia seguinte". "Vamos fazer uma cara de tartaruga sonolenta acordando").

Por que ajuda
Fortalece a conexão emocional e dá um tom positivo ao dia.

Dica de conexão
Deixe seu filho escolher a cara do dia seguinte.

1-2 min

Brincadeiras do Dia a Dia



ME GUIE ATÉ LÁ

Em um trajeto conhecido (até o carro ou o parque), deixe seu filho ser o "GPS". Ele diz quando virar à esquerda, à direita, parar ou ir em "velocidade turbo".

Por que ajuda
Estimula a confiança e a tomada de decisões ao deixar a criança liderar, além de desenvolver a noção espacial e habilidades de orientação.

Dica de conexão
Se ele te guiar para o "caminho errado" de propósito, siga por alguns passos: a diversão de fazer isso juntos é mais importante do que chegar ao destino.

2-3 min

Brincadeiras do Dia a Dia



SURPRESA NA MOCHILA

Coloque um bilhetinho, um desenho ou um desafio divertido para seu filho encontrar na mochila da escola ou em outro lugar (por exemplo: dentro do tênis, embaixo do travesseiro, embaixo do prato no café da manhã, no bolso do casaco).

Por que ajuda
Cria conexão emocional ao longo do dia.

Dica de conexão
Convide seu filho a te fazer uma surpresa da próxima vez.

2-3 min **Brincadeiras do Dia a Dia**



BOLA INVISÍVEL

Finjam jogar e pegar uma bola invisível, mudando o tamanho ou o peso dela.

Por que ajuda
Estimula a imaginação e a cooperação

Dica de conexão
Deixe seu filho mudar as regras

2-5 min **Brincadeiras do Dia a Dia**



QUEM SOU EU?

Esconda um brinquedo pequeno atrás das costas e descreva-o com pistas. Seu filho tenta adivinhar qual brinquedo é.

Por que ajuda
Desenvolve a escuta atenta e o raciocínio.

Dica de conexão
Revezem quem descreve e quem adivinha.

5-10 min **Brincadeiras do Dia a Dia**



SEJA UM MÁGICO

Segure uma concha de metal pelo cabo, debaixo do braço, com a parte arredondada virada para a plateia. Segure levemente com as pontas dos dedos, depois solte devagar e mexa as mãos ao redor dela para criar a ilusão de que uma esfera de metal está flutuando no ar, sem nenhum apoio.

Por que ajuda
Fazer um truque na frente dos outros ajuda a criança a se orgulhar de si mesma e se sentir mais à vontade sendo vista e ouvida, desenvolvendo confiança e habilidades de comunicação.

Dica para os pais
Mantenha o clima leve e divertido, sem focar em performance. Elogie o esforço, não só o resultado.

10-15 min **Brincadeiras do Dia a Dia**



HISTÓRIAS ENQUANTO CAMINHAM

(no caminho de ida ou volta da escola)

Criem uma história juntos, uma frase de cada vez, enquanto caminham. Revezem para continuar a história (por exemplo: "Aquele cachorro que a gente viu na verdade é um detetive...", "...que está procurando um petisco desaparecido").

Por que ajuda

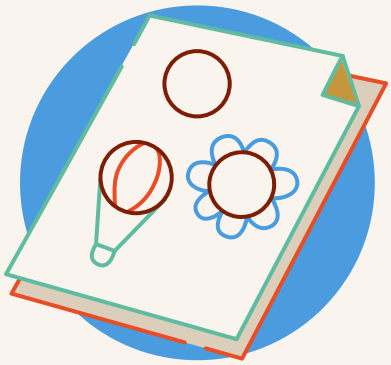
Estimula a imaginação e a alternância de turnos na conversa.

Dica para os pais

Deixe a história seguir para onde seu filho quiser levar.

5-10 min

Brincadeiras do Dia a Dia



SEJA CRIATIVO!

Desenhe de 3 a 5 círculos idênticos em uma folha grande de papel branco. Desafie seu filho a transformar cada círculo em um objeto diferente usando canetinhas ou giz de cera (por exemplo: rostos diferentes, frutas como uma laranja, objetos como um balão ou um relógio).

Por que ajuda

Estimula o pensamento divergente, ensinando à criança que um único ponto de partida pode levar a infinitas possibilidades.

Dica para os pais

Você pode começar o desenho para os pequenos, como adicionar as orelhas de um urso ou as pétalas de uma flor, e deixar que eles terminem de colorir..

10-15 min

Brincadeiras do Dia a Dia