Guia Prático

para Estimular a Linguagem, Comunicação e Fala das Crianças



SPEECHCARE CENTER



Comunicação e Linguagem

Estimular a comunicação e a linguagem desde cedo é essencial para o desenvolvimento das crianças. Este guia oferece estratégias simples e eficazes para pais, com atividades que podem ser integradas no dia a dia e adaptadas às diferentes idades. Aproveite cada momento para ajudar o seu filho a crescer comunicativamente confiante e preparado para os desafios futuros.

0-2/3 anos

Como estimular a comunicação nos primeiros anos?

Estratégias essenciais:

- Passe tempo de qualidade com o bebé.

- Mantenha contacto visual:
Coloque-se ao nível da criança.
Prefira posições frente a frente.
Sente-se ou deite-se no chão para brincar.
Repita ciclos de brincadeira.

- Preste atenção ao que o bebé lhe tenta comunicar e dê intencionalidade aos seus comportamentos.

- Seja responsivo e consistente.

- Aproveite momentos do dia (muda da fralda, amamentação, etc.) para interagir, falar, fazer sons e expressões faciais, para que ele possa começar a imitar.

- Chame pelo nome do bebé.

- Em atividades que exijam repetição (ex.: cócegas, baloiço, jogar à bola):
Faça pausas durante as atividades e aguarde a reação do bebé.
Pare e aguarde para ele lhe transmita que quer mais cócegas (e não diga nada – olhe expectante).

- A imitação é fundamental:
Imite sons e gestos do bebé para encorajá-lo a imitá-lo.

Dicas por Rotina

Gradualmente, a criança vai aprender a comunicar de forma mais complexa. Primeiro, compreende o que lhe é dito e depois começa a expressar-se com sons, sílabas, palavras e frases. Esta evolução ajuda-a a interagir melhor com o mundo à sua volta, tornando-se mais confiante e curiosa.

Hora de vestir



- Fale e cante para o bebé.
- Exagere na comunicação não verbal, sorria, faça contacto visual e exagere nas expressões faciais para captar e manter a atenção do bebé.
- Peça opinião do bebé mesmo que ele ainda não possa responder com palavras: “Queres vestir a camisola verde? Ou vamos colocar as calças agora?” Faça pausas para dar o “turno” de resposta ao bebé, com um olhar um sorriso ou até um balbucio.
- Imite os sons e movimentos do bebé, isso demonstra que está a prestar atenção ao que ele está a tentar comunicar.
- Dê tempo de resposta, mesmo que esta seja “apenas” um sorriso.

Hora da refeição



- Evite distrações (televisão, tablet, telemóvel) para que a criança se foque na alimentação, na interação e comunicação.
- Descreva o que a criança vai comer.
- Fomente o uso de gestos se a criança ainda não falar (pedir “mais”, ou até mesmo para expressar que já terminou a sua refeição).

Hora do conto



- Coloque-se numa posição em que fique de frente para a criança.
- Ao explorar um livro, espere que a criança olhe para si para passar para a página seguinte.
- Faça questões e dê tempo para a resposta.
- Faça variações de entoação e expressões faciais.
- Faça efeitos sonoros que a criança possa rapidamente imitar e reproduzir.
- Leia várias vezes o mesmo livro, para que a criança possa cumprir o seu turno de comunicação de forma mais eficaz com a experiência e repetição.

3 - 5 anos

Estimular a linguagem em idade pré-escolar

Atividades Lúdicas:

- Inventar histórias com livros:

Utilize perguntas como “Quem?”, “O quê?”, “Onde?” para ajudar na organização das ideias;

Peça à criança para prever o final ou expandir frases (ex.: “O rato fugiu porque...”);

Utilizar velocidade/ritmo de fala diferente (depressa/devagar; alto/baixo), falar com emoções (a rir, a chorar) para captar interesse da criança e incentivá-la a experimentar/imitar o adulto;

Ajudar a organizar a história de uma forma simples (início, meio e fim);

- Tempo na cozinha:

Deixe a criança ajudar e fale sobre os alimentos e utensílios utilizados na preparação;

Proponha listas de objetos (ex.: “Vamos pensar em frutas!”).

Peça para identificar itens de uma categoria (ex.: “Onde está uma coisa que serve para cortar?”).



- Poderá fazer o jogo em que a criança é o professor:
Diga frases agramaticalmente incorretas e peça à criança que reconheça o erro e, posteriormente, corrija (ex.: "Eu comi duas cenoura";
"Amanhã fui à praia"; "A menina bebe a maçã"; "O menino veste o vestido"; "A Joana é minha irmão").

- Criar frases com duas ou três palavras:
Aumente gradualmente o grau de dificuldade (ex.: menino/cama/livro – e a criança terá de construir uma frase com estas palavras).

- Jogue o jogo do "Eu vejo":
Escolha um item que esteja no espaço à sua volta e descreva-o utilizando várias características até a criança adivinhar (ex.: "Eu vejo... um brinquedo, redondo, preto e branco que serve para chutar").

- Brincar ao faz de conta:
Imagine que são bombeiros, enfermeiros, vendedores, etc., e fale sobre as suas funções.

- Supermercado:
As idas ao supermercado são momentos que fazem parte da rotina e que podem ser momentos proveitosos para os familiares e para a criança:
"Põe no carrinho de compras as maçãs e a fruta que os coelhos comem."
"Olha, a mãe pôs o sabonete no carrinho... para que serve?"
"Antes de arrumarmos as compras vamos juntar todas as frutas/todas as bebidas."
"Agora só vamos arrumar as frutas – o que podemos arrumar?"

- Crie uma história (por exemplo: fingir que são dois cozinheiros e estão a arrumar um restaurante).

- Viagens de carro:
Jogos de evocação de palavras por categoria (ex.: "Cada pessoa diz o nome de uma fruta.").
Tentar adivinhar a cor do carro que está a passar.
Contar uma história tendo por base o que vai sendo visto pelas janelas.
Trabalhe conceitos como cores ou posições (ex.: "em cima", "à frente").

Estas atividades ajudam a criança a expandir o seu vocabulário, organizar as ideias e comunicar de forma mais estruturada e confiante.



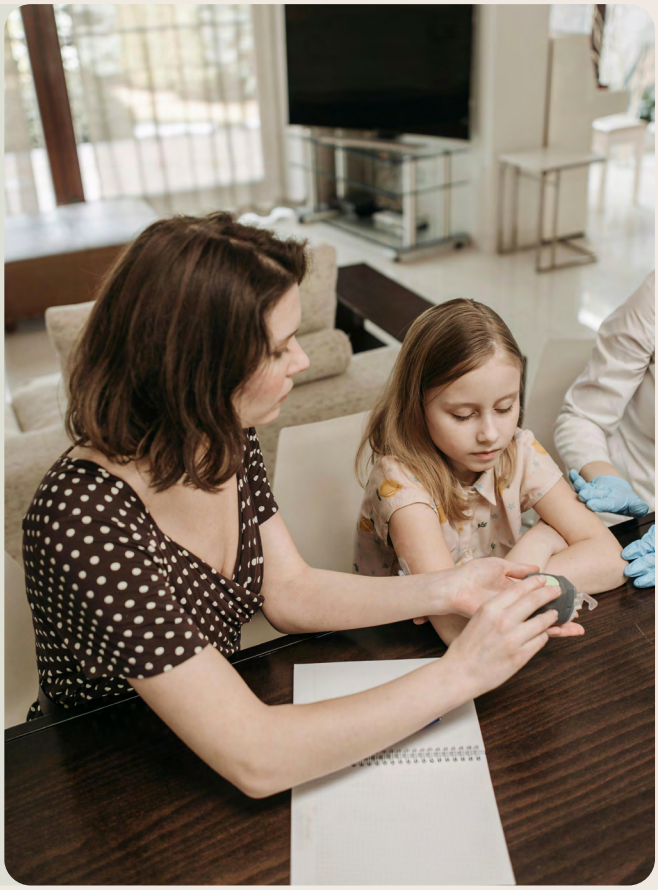


A linguagem escrita (leitura e escrita) e a entrada no 1º ciclo

A aquisição da leitura e da escrita não é um processo natural e espontâneo como aprender a falar.

É uma aprendizagem que envolve competências linguísticas, cognitivas, psicomotoras, entre outras.

Por isso, é natural que surjam preocupações e dúvidas sobre a entrada do seu filho no primeiro ano de escolaridade. Independentemente do método de iniciação da leitura e da escrita, é importante que a criança possua alguns pré-requisitos essenciais para a entrada no primeiro ciclo.



Faça a leitura do **Qr Code** para ver mais

Consciência fonológica:
pré-requisito crucial para a aprendizagem da leitura e da escrita

A consciência fonológica é a capacidade de a criança identificar e dizer rimas, dividir frases em palavras, palavras em sílabas, manipular sílabas e identificar os sons nas palavras.

Atividades para estimular a consciência fonológica

- Jogos com rimas
(ex.: descobrir qual é a palavra que rima com caracol: cão, sol, coelho).

- Pensem em palavras que rimem com o nome de cada elemento da família
(ex.: Ana – Banana; Maria – Pia).

- Dividir frases em palavras e descobrir quantas palavras tem a frase.
(ex.: "A menina come a maçã")**.**

- Dividir palavras em sílabas
(ex.: descobrir quantos "bocadinhos" tem a palavra /menina/ e /maçã/).

- Manipular sílabas de uma palavra
(ex.: o que acontece com a palavra /cebola/ se tirarmos a sílaba /ce/?).

- Identificar a sílaba inicial das palavras
(ex.: "Qual palavra tem a sílaba /pa/ igual à de /palhaço/?").

- Dizer palavras pela sílaba inicial
(ex.: palavras começadas pela sílaba /pa/).

- Identificar o som inicial das palavras
(ex.: palavras que começam com o som /v/ como /veado/).

- Dizer palavras começadas por determinados sons
(p. ex. dizer palavras começadas pelo som /sssssssssss/).



Estratégias adaptadas à leitura e escrita:

- Jogue ao **jogo do "STOP"** com categorias apropriadas à idade da criança;

- Incentivar a criança a **pequenas tarefas de escrita** integradas nas rotinas do dia a dia: escrever bilhetes/recados para a família, escrever no diário, elaborar lista de compras, fazer jogos de sopa de letras e/ou palavras cruzadas;

- Aproveite a hora da preparação da refeição para **pedir à criança que leia a receita** do almoço/jantar;

- Numa fase inicial de aprendizagem de leitura, a mesma pode ser partilhada entre pais e filhos, ou seja, **o pai/mãe lê uma frase e a criança lê outra**;

- **Desenvolver atividades com rimas, lengalengas e trava-línguas.**

- **Catalogar brinquedos ou objetos** da casa com a palavra escrita correspondente.

- **Falar sobre o tema principal das histórias**, explicando conceitos novos.

- **Fazer jogos de soletração** (ex.: pedir para dizer as letras/sons da palavra "banana").

- **Fazer perguntas antes, durante e após** a leitura de histórias.

- **Corrigir os erros de escrita de forma divertida**, separando as palavras em sílabas (ex.: ba/na/na) e sons individuais (ex.: b/a/n/a/n/a), ao invés da clássica escrita do erro várias vezes.

- **Incentivar a escrita criativa** com banda desenhada ou no computador.

- **Elaborar um calendário mensal** com espaço para registar atividades.

- **Elogiar a criança sempre que tenta escrever**, independentemente dos erros.

- **Envolver a criança na leitura de receitas ou listas de compras**.



Estas estratégias e atividades preparam a criança para o sucesso escolar, estimulando o interesse e confiança na leitura e escrita!

SpeechCare Lisboa
Rua General Firmino Miguel 3, 11° Piso, 1600-100 Lisboa
geral@speechcare.pt | + 351 211 645 770