

# Seu filho com 4 anos



Nome da criança \_\_\_\_\_

Idade da criança \_\_\_\_\_

Data de hoje \_\_\_\_\_

A maneira como seu filho brinca, aprende, fala, age e se movimenta oferece indicações importantes sobre o seu desenvolvimento. Os marcos do desenvolvimento são as coisas que a maioria das crianças consegue fazer em uma determinada idade.

Verifique os marcos que seu filho alcançou em seu 4.º aniversário. Passe essas informações ao pediatra em todas as consultas e converse com ele sobre os marcos alcançados por seu filho, e o que esperar no futuro.

## O que a maioria das crianças faz nesta idade:

### Social/Emocional

- Gosta de fazer coisas novas
- Brinca de “mamãe” e “papai”
- Está cada vez mais criativo com brincadeiras de faz de conta
- Prefere brincar com outras crianças do que sozinho
- Cooperar com outras crianças
- Com frequência não consegue separar o real do imaginário
- Fala sobre o que gosta e no que está interessado

### Linguagem/Comunicação

- Sabe algumas regras básicas de gramática, como o uso correto de “ele” e “ela”
- Canta uma música ou recita um poema de cabeça, como “A dona aranha” ou “As rodas do ônibus”
- Conta histórias
- Consegue dizer seu nome e sobrenome

### Cognitivo (aprendizado, pensamento, resolução de problemas)

- Fala os nomes de cores e alguns números
- Entende a ideia de contar
- Começa a entender o tempo
- Lembra-se de partes de uma história
- Entende a ideia de “igual” e “diferente”
- Desenha uma pessoa com 2 a 4 partes do corpo
- Usa tesouras
- Começa a copiar algumas letras de forma
- Brinca de jogos de tabuleiro ou de cartas
- Diz a você o que acha que vai acontecer em seguida em um livro

### Movimento/Desenvolvimento físico

- Pula e fica sobre um pé só por até 2 segundos
- Consegue pegar uma bola quicando na maior parte das vezes
- Coloca líquidos [em um copo], corta com supervisão e amassa seu próprio alimento

[www.cdc.gov/ActEarly](http://www.cdc.gov/ActEarly) | 1-800-232-4636

## Aja cedo! Converse com o pediatra de seu filho se ele:

- Não consegue pular no mesmo local
- Apresenta dificuldade para rabiscar
- Não mostra interesse em jogos interativos ou de faz de conta
- Ignora outras crianças ou não responde a pessoas fora da família
- Resiste à troca de roupa, hora de dormir e ir ao banheiro
- Não consegue contar uma história preferida
- Não segue comandos de 3 partes
- Não entende “igual” e “diferente”
- Não usa “eu” e “você” corretamente
- Fala de forma não compreensível
- Perde habilidades que já teve

**Comunique ao pediatra ou à enfermeira de seu filho se observar algum destes sinais de possível atraso de desenvolvimento para esta idade**, e converse com alguém em sua comunidade que esteja familiarizado com serviços para crianças pequenas em sua área, como a sua escola pública local. Para mais informações, acesse [www.cdc.gov/Concerned](http://www.cdc.gov/Concerned) ou ligue para 1-800-232-4636.

Adapted from CARING FOR YOUR BABY AND YOUNG CHILD: BIRTH TO AGE 5, Fifth Edition, edited by Steven Shelov and Tanya Remer Altmann © 1991, 1993, 1998, 2004, 2009 by the American Academy of Pediatrics and BRIGHT FUTURES: GUIDELINES FOR HEALTH SUPERVISION OF INFANTS, CHILDREN, AND ADOLESCENTS, Third Edition, edited by Joseph Hagan, Jr., Judith S. Shaw, and Paula M. Duncan, 2008, Elk Grove Village, IL: American Academy of Pediatrics. This milestone checklist is not a substitute for a standardized, validated developmental screening tool.



Aprenda os sinais. Aja cedo.

# Ajude seu filho a aprender e crescer



Você pode ajudar seu filho a aprender e crescer. Converse, leia, cante e brinque com ele todos os dias. Abaixo estão algumas atividades para curtir com seu filho de 4 anos de idade hoje.

## O que você pode fazer pelo seu filho de 4 anos:

- Brinque de faz de conta com seu filho. Deixe que seja o líder e imite o que ele estiver fazendo.
- Sugira que seu filho imagine como será um evento que está por acontecer e vir que esteja deixando-o nervoso, como ir para a pré-escola ou dormir na casa dos avós.
- Apresente a ele escolhas simples sempre que puder. Deixe-o escolher o que vestir, do que brincar ou o que comer de lanche. Limite a 2 ou 3 escolhas.
- Durante os dias de brincadeira conjunta, deixe que resolva seus próprios problemas com os amigos, mas esteja por perto para ajudá-lo se necessário.
- Incentive-o seu filho a usar palavras, dividir brinquedos e revezar na escolha dos jogos.
- Dê a seu filho brinquedos que desenvolvam a imaginação, como fantasias, jogos de cozinha e blocos.
- Use boa gramática para falar com seu filho. No lugar de “Mamãe quer que você venha aqui”, diga, “Eu quero que você venha aqui”.
- Use palavras como “primeiro”, “segundo” e “por fim” quando estiver falando sobre atividades diárias. Isto ajudará seu filho a aprender a sequência de eventos.
- Reserve um tempo para responder aos “porquês”. Se não souber a resposta, diga “Eu não sei” ou ajude-o a encontrá-la em um livro, na internet ou perguntando a outro adulto.
- Quando você estiver lendo com seu filho, peça para contar a você o que aconteceu na história à medida que você continua.
- Diga as cores em livros, imagens e nas coisas em casa. Conte itens comuns, como o número de biscoitos, degraus ou trens de brinquedo.
- Ensine seu filho a brincar de jogos ao ar livre, como pega-pega, siga o líder e jogo do lencinho.
- Toque a música preferida de seu filho e dance com ele. Revezem imitando os movimentos de cada um.

[www.cdc.gov/ActEarly](http://www.cdc.gov/ActEarly) | 1-800-232-4636



**Aprenda os sinais. Aja cedo.**