

## Independência



Antes de começar a escola, ajude seu filho/a a aprender a fazer o seguinte:

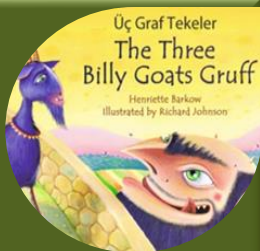
- Alimentando-se • Vestir e despir
- lavar as mãos • ir ao banheiro/WC
- Arrumar • Usar um lenço de papel para assoar o nariz

## Falar & Ouvir



Ter habilidades linguísticas bem desenvolvidas quando começarem a escola ajudará seu filho/a a se adaptar e a progredir. Converse com seu filho/a na sua língua materna o máximo que puder. Converse sobre coisas do dia-a-dia e deixe-os falar e digam o que pensam sobre elas. Músicas, rimas e outros jogos de falar e ouvir são ótimas maneiras de ajudar seu filho/a a aprender quando falar na sua vez e a partilhar enquanto eles desenvolvem suas habilidades no idioma.

## Partilhar Historias



Contar histórias e partilhar livros são maneiras fáceis de se divertir com seu filho/a e desenvolver as suas habilidades de pensamento e linguagem. Entre gratuitamente na sua biblioteca local e peça livros emprestados de outros pais para partilhar histórias. Converse com seu filho/a sobre as imagens no livro. Faça perguntas, por exemplo: "Consegues ver o menino? O que ele está fazendo?" "Quantos pássaros podes ver na foto?"; "O que achas que vai acontecer?" Use o seu idioma local ou inglês. Para mais idéias, consulte "Lendo com o teu filho" (disponível gratuitamente no The BookTrust em diferentes idiomas).

## Numeros & Contagem



Pratique a contagem dos numeros com seu o filho/a. Pergunte "quantos patos consegues ver?" Pergunte tambem por exemplo: "Quantos patos consegues ver?" e conte com seu filho/a para encontrar a resposta juntos.

Procure números no ambiente - em casas, nas lojas, nos sinais de trânsito - e fale sobre eles com seu filho/a - em qualquer idioma!

## Fazer Escolhas



As crianças se sentem mais confiantes quando são solicitadas a fazer escolhas sobre o que gostariam de fazer. Você pode apoiar isso oferecendo uma escolha simples de duas coisas, por exemplo: "Gostaria de jogar um jogo ou ler uma história comigo?"

Também funciona nas refeições. Você poderia oferecer "palitos de cenoura ou fatias de pepino?" ou diga "você gostaria de uma maçã ou uma laranja com o pão?" Isso ajuda seu filho/a a fazer escolhas (gerenciadas) sobre alimentos.

## Habilidades Motoras Básicas



Deixe seu filho/a usar uma tesoura de segurança (você deve supervisionar) para brincar de brincar, brincar com o Duplo ou os blocos de construção e engajar-se em atividades domésticas, como cozinhar ou jardinar. Essas são ótimas maneiras de ajudá-las a desenvolver a força, a destreza e a coordenação das mãos necessárias para controlar um lápis.

Deixe seu filho se expressar com giz de cera, giz, tintas, paus na areia ou pedras e pincéis no caminho.

## iPads, tablets, Telemoveis celulares, aplicativos



Muitas crianças gostam de jogar em tablets e outros dispositivos. Você sabe exatamente quais jogos seu filho/a está jogando e tente limitar o tempo que ele passa fazendo isso. É importante que seu filho/a tenha experiência em uma variedade de atividades, incluindo passar tempo brincando com outras pessoas. Veja para encontrar mais informações sobre segurança on-line aqui - [here](#). Lembre-se de que o YouTube tem um limite de idade de 13 anos. O YouTube Kids é adequado para famílias e mais adequado para crianças pequenas.

## Links/Sites



Para músicas e rimas em vários idiomas, consulte aqui neste site - [Mam](#), [YouTube Kids](#); [The BookTrust](#) site – informações sobre a leitura com seu filho(a); [Bilingual Quick Tips](#) – Fundo de Literatura Nacional (em vários idiomas); [Tips for Technology for 0-3 and 3-5 year old](#) children- Dicas de tecnologia para crianças de 0 a 3 e 3-5 anos; [Hampshire Libraries](#) – inscreva-se e alugue livros gratuitamente.