

ESTIMULAÇÃO SENSORIAL PARA O DESENVOLVIMENTO DA PSICOMOTRICIDADE NA CRIANÇA

Professora JULIANA MONTENEGRO

Graduada e Mestre em Educação Física, Psicomotricista, Docente do
Grupo Rhema, Coordenadora Educacional

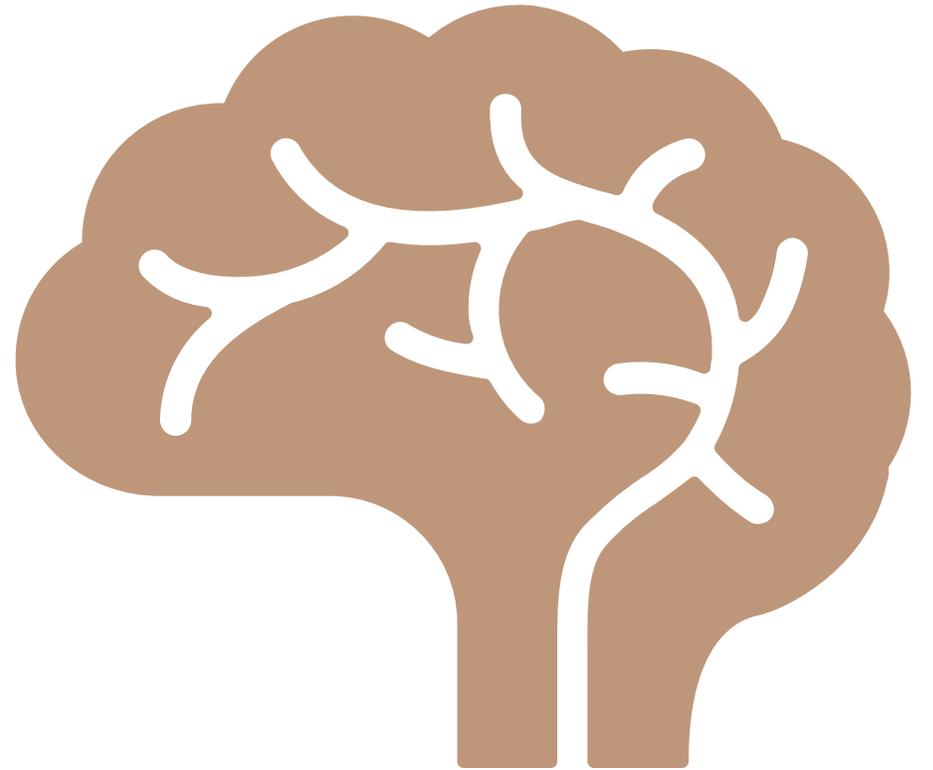
Siga nossas Redes Sociais



Antes de falarmos na importância dos estímulos sensoriais e o que estes proporcionam no desenvolvimento das crianças, vamos compreender como funcionam as funções cerebrais.

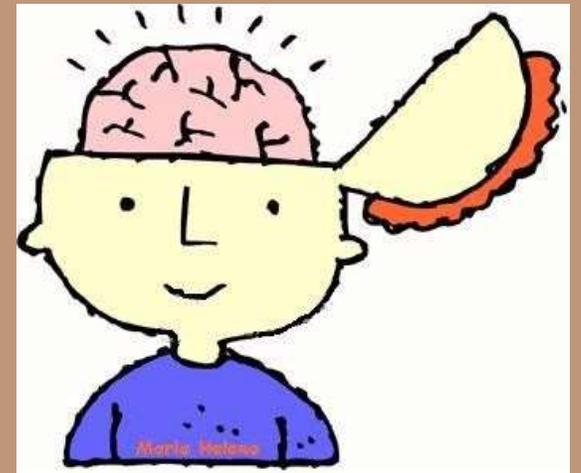
O cérebro infantil está repleto de neurônios prontos para serem desenvolvidos com estímulos, mas existe uma fase crítica para assimilar determinadas informações, esta fase de desenvolvimento são os primeiros anos de vida da criança, devido a sua plasticidade neuronal (capacidade de o sistema nervoso reorganizar e modificar as suas funções, como reação à diversidade do meio envolvente).

-
- Grande parte da ativação neural acontece devido a estimulação feita por meio dos sentidos: **a visão, a audição, o tato, o olfato, o paladar, o vestibular e o proprioceptivo**, por isso, é importante que a criança esteja num ambiente estimulante, lúdico e com oportunidades de desenvolvimento das suas habilidades, pois as conexões que não forem exercitadas acabam por ser eliminadas.



PERCEPÇÕES

- É a capacidade de reconhecer e compreender estímulos recebidos.
- Está ligada à atenção, consciência e memória.
- É o fenômeno de captar, distinguir, associar e interpretar as sensações.
- Divide-se em espacial, temporal, visual, auditiva, olfativa, gustativa, termo-tátil e de análise e síntese.



Percepção Visual: É a percepção de objetos, de pessoas, de formas, cores, tamanhos, espessuras, etc.

Percepção Auditiva: Discriminação através do ouvido de sons, ruídos e tonalidades.

Percepção Olfativa: Identificação através do olfato de diferentes perfumes, odores ou cheiros específicos.

Percepção Gustativa: Verificação de sabores diferentes, azedo, amargo, salgado, doce, etc.

Percepção Termo-tátil: Interpretação tátil ou térmica relacionada com formas, tamanhos, texturas, peso, temperaturas.

Análise e síntese: O todo pode se decompor em partes (análise) e as partes podem formar um todo (síntese).

4 componentes importantes que caracterizam um sentido humano:

- Cada um é especializado em interpretar um tipo específico de **informação** que nos ajuda a nos situar e perceber o mundo ao nosso redor.
- Existe um **órgão** com **sensores** especializados em detectar a informação, sendo ativados pela interação com o estímulo.
- O estímulo é transmitido ao cérebro por um **sistema neural**.
- Uma **região do cérebro** é responsável pela interpretação da informação neural.

Todos os sentidos devem ser estimulados:

- **VISÃO:** habilidade de discriminar, processar e perceber corretamente aquilo que se está a ver;
- **AUDIÇÃO:** habilidade de discriminar sons, a percepção de ritmos e saber reagir aos mesmos;
- **TATO:** resposta dos receptores da pele ao toque, à pressão, à temperatura, ao movimento, à textura e a dor;
- **OLFATO:** relacionado com o cheiro, em discriminar, processar e saber responder a diferentes odores;
- **PALADAR:** capacidade de perceber, discriminar, processar os paladares e os diferentes estímulos dentro da boca;
- **VESTIBULAR:** está situado no interior do ouvido, é responsável pelas nossas reações ao movimento e ao equilíbrio;
- **PROPRIOCETIVO:** forma como o cérebro interpreta a posição do corpo, o peso e o movimento. É a capacidade de interpretar espacialmente, cada segmento corporal, tanto em situações estáticas como nas atividades dinâmicas (com movimento).

POSSIBILIDADES DE ESTIMULAÇÃO SENSORIAL



NOVAS TURMAS DE

PÓS

EAD E ONLINE AO VIVO

RHEMA
Educação

*O caminho para
quem busca assumir
o protagonismo em
sua carreira*



Metodologias
ativas

Completa
interação

Certificado
reconhecido
pelo MEC

Plataforma
disponível
24h por dia

Mara Duarte da Costa
Mentora do Grupo Rhema Educação

Colocar a crianças em contacto com diferentes materiais e texturas;

Utilizar jogos e brinquedos enquanto toma banho;

Massagens e brincadeiras com o corpo;

Livros sonoros, com texturas, imagens, cores;

Instrumentos musicais;

Brincar no parque (no escorrega, no baloiço, no trampolim);

Experimentar alimentos (duros, moles, doces, salgados, ácidos).

-
- Brincadeiras com gelatina e massinha de modelar ajudam na familiarização com texturas, além de auxiliar no desenvolvimento da coordenação motora.
 - Bacias cheias de água podem ser utilizadas para aguçar a imaginação dos pequenos. Coloque objetos na água e adivinhe com a criança quais irão flutuar ou afundar. Brincar com a temperatura da água também ajuda a exercitar os sentidos. Lembre-se de ajustar a temperatura da água para que não fique muito quente (ou fria demais).
 - As caixas sensoriais são ótimas para os pequenos brincarem e descobrirem novas texturas. Vale colocar pedacinhos de pano, arroz, areia e outros grãos para tornar a brincadeira ainda mais divertida.
 - Faça modificações no ambiente, como deixar as luzes mais baixas e contar uma história de maneira diferente e curiosa.
 - Brincar com diferentes sons também é uma boa maneira de estimular a audição de forma divertida: coloque os sons da natureza, de animais e onomatopeias para a criança ouvir.

Materiais para usar em atividades sensoriais e ajudar na estimulação das crianças

- Água e gelo
- Gelatina
- Massinha de modelar
- Livros coloridos e de diferentes texturas
- Areia
- Grãos como arroz, feijão e macarrão (pode ser parafuso, de letrinhas, bichinhos, etc.)
- Bexiga



**PERCEPÇÃO OLFATIVA e
PERCEPÇÃO GUSTATIVA:
estimulando os sentidos**

Expor as crianças a muitas experiências diferentes obtidos utilizando cheiros do cotidiano como colônia, desodorizantes, loções, talco, creme dental, spray de cabelo, creme ou loção pós-barba, etc.

Forneça as experiências da criança através do uso de especiarias e ervas tais como canela, pimenta, chocolate, alho, orégano, limão, etc.

Expor a criança aos cheiros de várias frutas e legumes, como limão, laranja, maçã, banana, cebola, ervilha, couve-flor, beterraba, pepino, etc.

Oportunidade de experimentar sabores diferentes de flores como rosas, cravos, etc.

Dar à criança a oportunidade de sentir o cheiro de produtos de limpeza diferentes.

Expor a criança aos cheiros de assados culinários, vinagre, pão fresco, mostarda, bacon, etc.

Expor com o cheiro da queima de folhas e grama , pintura, etc.

Use marcadores perfumados.

Use diferentes recipientes com misturas de flores secas.

Use um perfume diferente para cada espaço.

Quando uma criança tomar banho, usar gel de banho perfumado.

Associar certos cheiros para cada estação.



Expor a criança a um sabores suaves: açúcar, mel, maçã, morango, etc.

Expor a criança a sabores azedo: vinagre, canela, mostarda, etc.

Expor a criança a salgados: sal, azeitonas, etc.

Expor a criança a uma variedade de sabores: anis, hortelã, etc.

Enquanto estiver cozinhando, compartilhar ingredientes quando você usá-los.

Comprar vários cremes dentais. Experimentá-los com a criança.

Experimento com diferentes variedades de pão.

Dê a seu filho os diferentes tipos de sucos de frutas e legumes.

Entre os sabores de especiarias como a pimenta (fazê-lo gradualmente).

ATIVIDADES PROPRIOCEPÇÃO

1- "Sanduiche" de gente – envolva a criança com almofadas, cobertor ou como no caso desta foto um grande almofadão cheio de bichos de pelúcia macios e/ou almofadas.

Que seja macio, preciso e dê um sentido de continuidade do território corporal.

Que seja lúdico: a criança é o recheio e você irá passar a maionese no cachorro quente, ou o requeijão no pão. Amasse, faça toque com pressão profunda contínua, mexa e remexa. Eles adoram!

Provoque respostas da criança como sair se movimentando, querer ficar quieto, pedir mais.

Esta brincadeira estimula no mínimo o sistema tátil e proprioceptivo a depender da intensidade e movimento.

2- Esticar o corpo. Use tecidos elásticos para oferecer resistência e provocar situações diferentes de amplitude e intensidade de movimento nas articulações. Incentive o espreguiçar. Sempre!

3- Pular – em superfícies diferentes: seja no chão, na cama elástica, no colchão, na bola, na brincadeira de corda. Pular amarelinha. Corrida de saco.

4-Subir e pendurar-se – em árvores, em brinquedos de parque, no trapézio, em cordas.

5-Carregar – mochila, objetos pesados de acordo com a possibilidade da criança, no contexto.

NOVAS TURMAS DE

PÓS

EAD E ONLINE AO VIVO

RHEMA
Educação

*O caminho para
quem busca assumir
o protagonismo em
sua carreira*



Metodologias
ativas

Completa
interação

Certificado
reconhecido
pelo MEC

Plataforma
disponível
24h por dia

Mara Duarte da Costa
Mentora do Grupo Rhema Educação

6- Empurrar o corpo contra superfícies e com outros corpos.

7- Puxar objetos, brincar de cabo de guerra, puxar água com rodo

8- Brincar com os pés. Além das brincadeiras de pular incentive a sentir o contato dos pés com diversos materiais como bambu, sementes, massinha. Faça caminhos sensoriais com brincadeiras de imaginação. Brinque com o equilíbrio, peso, direção e amplitude diferentes dos membros.

9- Brincar com as mãos – além das citadas anteriormente de carregar, empurrar, puxar, pendurar e subir há aquelas em que há descarga de peso ou os membros superiores como suporte do corpo para ação e aquelas para atenção para o uso das mãos refinando a coordenação e dissociação .

10- Brincar com a boca – estalar a língua, chupar uma fruta, sugar um canudo de voltas, soprar, mastigar alimentos sólidos e brinquedos orais com pressão intra e extra oral. Uso de vibradores orais.

Aprenda a fazer uma CAIXA SENSORIAL

Aqui está uma lista de possíveis bases:

- arroz
- arroz colorido
- espaguete cozido ou outra massa
- massas secas
- milho
- aveia
- feijões
- papel picado
- água
- areia
- folhas
- cereais
- pedras
- Bolinhas de gude
- algodão
- grama
- gelatina
- creme de barbear



www.demaeparamamae.com



Eis outra lista com itens de manipulação:

colher

pequena pá

copos de medição

espátulas

cortadores de biscoito

pompons

objetos temáticos, dependendo do seu tema

brinquedos







NOVAS TURMAS DE

PÓS

EAD E ONLINE AO VIVO

RHEMA
Educação

*O caminho para
quem busca assumir
o protagonismo em
sua carreira*



Metodologias
ativas

Completa
interação

Certificado
reconhecido
pelo MEC

Plataforma
disponível
24h por dia

Mara Duarte da Costa
Mentora do Grupo Rhema Educação



Siga nossas Redes Sociais



www.rhemaeducacao.com.br

Aline Rodrigues Bueno Momo
Claudia Silvestre
Zodja Graciani

Atividades Sensoriais

Na clínica, na escola, em casa



Biblioteca da Educação e Formação

A INTEGRAÇÃO SENSORIAL

NO DESENVOLVIMENTO
E APRENDIZAGEM DA CRIANÇA

Paula Serrano



PAPA-LETRAS®

nuno
lobo
antunes
e a equipa técnica do PIN

sentidos

o grande livro
das perturbações
do desenvolvimento
e comportamento

do autismo
à hiperatividade,
da adição à Internet
à dislexia

