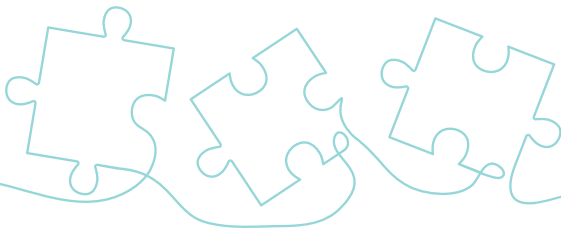


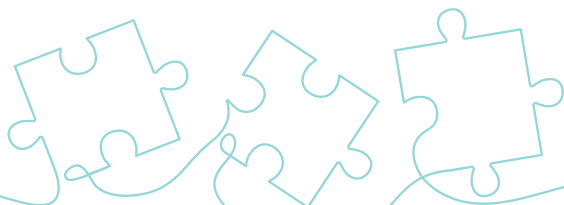
# DICAS DE ATIVIDADES PARA FAZER EM CASA COM CRIANÇAS AUTISTAS

Programa de Orientação Parental

Amplia - Clínica de  
Atendimento ao Autismo



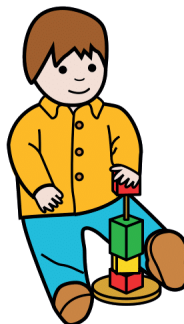




Este material foi elaborado pela equipe do **Programa de Orientação Parental da Amplia**, oferecido pela Unimed Campinas, para auxiliar pais e familiares no tratamento da criança com Transtorno do Espectro Autista - TEA. Nele, traremos dicas práticas e úteis de atividades para a família colocar em prática em casa com as crianças, a fim de contribuir para o seu desenvolvimento.

## Dê a liderança para a criança

Permita que a criança tenha momentos para estimular sua imaginação, criando o seu próprio brincar e se expressando da maneira que quiser. Intercale momentos para brincar com as atividades de seu interesse e se inclua na brincadeira dela, sem interferir.



\*Ilustração criada utilizando o banco de imagens ARASAAC

## Atente-se para a segurança

Deixar a criança brincar livremente não significa permitir que ela faça tudo. Fique atento ao ambiente ao seu redor e não permita que a criança coloque a si mesma ou outras pessoas em situação de risco. Retire itens perigosos do ambiente, como talheres, vidros, isqueiros, fósforos, produtos de limpeza e escadas, e guarde-os em locais onde a criança não tem acesso.

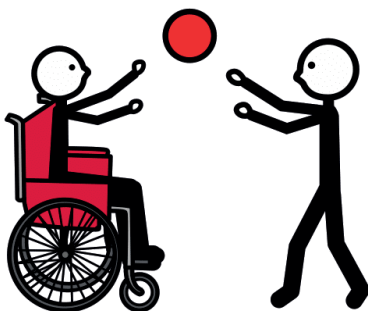


\*Ilustração criada utilizando o banco de imagens ARASAAC

## Seja participativo



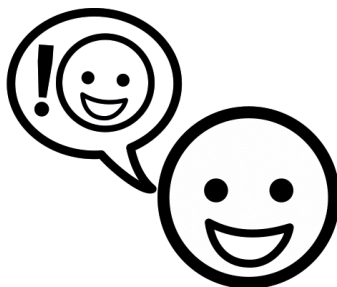
Interaja com a criança durante suas brincadeiras e se mostre presente, dando atenção necessária nesse momento. Crie oportunidades e situações para iniciar uma interação com base nos itens de interesse dela.



\*Ilustração criada utilizando o banco de imagens ARASAAC

## Faça uso de expressões divertidas e animadas

Use e abuse de expressões faciais e gestos divertidos que irão engajar a criança na atividade que ela estiver realizando. Utilize expressões com tom de voz empolgado, como o “ohow!”, “uau!”, “wow!”, “eba!” e “oba!”.



\*Ilustração criada utilizando o banco de imagens ARASAAC

## Entendendo os sentimentos



Use figuras para sinalizar como você está se sentindo e explique para a criança o significado daquele sentimento. Sempre mantenha essas figuras por perto para que ela possa utilizá-las para se expressar também.



\*Ilustração criada utilizando o banco de imagens ARASAAC

## Adequando o ambiente

Ao propor uma atividade, procure um ambiente mais sossegado, onde não haja tantos estímulos ao redor. Desligue a televisão para não tirar o foco da criança. Separe apenas os brinquedos que você irá utilizar e guarde os demais para que não fiquem muitos itens espalhados ao redor.



\*Ilustração criada utilizando o banco de imagens ARASAAC

## Estimulando o sensorial



Para isso, uma sugestão é fazer massinha caseira com a criança. Deixe-a tocar nos ingredientes e manipular a massa para sentir bem a textura oferecida. Faça a massinha junto com ela. Esse momento também pode ser divertido!

### Ingredientes:

- 6 colheres de sopa de farinha de trigo;
- 1 colher de sopa de sal;
- 1 colher de sobremesa de vinagre de álcool.

Misture tudo e utilize corante comestível ou 6 colheres de sopa de água de beterraba para colorir.

## Dê limites

Brincar e se expressar é muito legal e essencial para o desenvolvimento de qualquer criança, mas toda brincadeira precisa de regras e limites. Não tenha medo de dizer “não” para a sua criança quando ela estiver fazendo algo que não é adequado. Interrompa a brincadeira, demonstre qual é o comportamento esperado dela, diga o que deve ser feito de diferente, explique a situação e, então, retorne à atividade normalmente.

## Contando histórias sociais



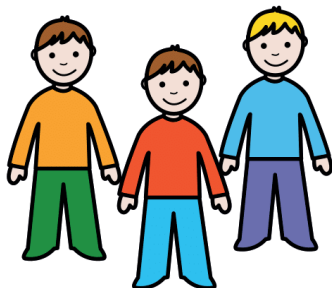
Crie pequenas histórias para ensinar à criança alguns comportamentos que são esperados dela ou para demonstrar algumas situações do cotidiano social.



\*Ilustração criada utilizando o banco de imagens ARASAAC

## Fazendo amigos

Incentive a interação e comunicação da sua criança com outras que possuam gostos semelhantes aos dela.



\*Ilustração criada utilizando o banco de imagens ARASAAC



## Para além de casa



Leve a criança para brincar em parques, praças e locais abertos para que ela possa correr, pular, cantar e gastar energia. Nesses momentos, não fique preocupado se ela vai se sujar ou não, mas sim a deixe experienciar todos os estímulos que estão ao seu redor.



\* Ilustração criada utilizando o banco de imagens ARASMAC

## Aprendendo a ter empatia

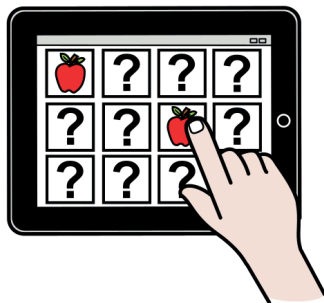
Ensine a criança o impacto do seu comportamento nos outros. Dê exemplos práticos do que já aconteceu em seu cotidiano. Finja que se machucou e mostre para ela, pedindo um beijo para melhorar.



\* Ilustração criada utilizando o banco de imagens ARASAAC

## Exercitando a memória

Brinque de jogo da memória. Você pode comprar um pronto ou criar um com figuras da internet que remetam aos interesses da sua criança. Por exemplo, se seu filho gosta muito de dinossauros, você pode pegar imagens de dinossauros na internet, imprimir duas iguais, todas do mesmo tamanho, e brincar livremente! Comece com poucas peças e, conforme a criança for tendo mais facilidade, vá aumentando o número de imagens na brincadeira.



\*Ilustração criada utilizando o banco de imagens ARASAAC

## Estimulando a imaginação

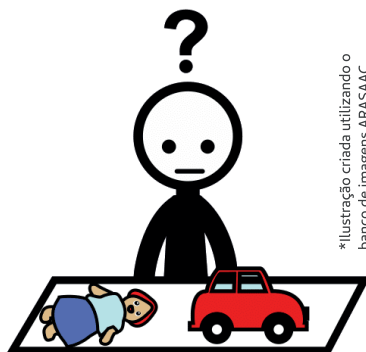
Conte histórias para a criança de maneira interativa. Use um livrinho com temáticas de interesse dela, leia para ela, encene os acontecimentos, faça expressões faciais e emita sons baseados no que você está lendo para ela.



\*Ilustração criada utilizando o banco de imagens ARASAAC

## Dê opções

Ao chamar a criança para brincar de algo, sempre dê duas opções, para que ela escolha uma. Isso faz com que ela tenha autonomia para decidir o que quer fazer com maior facilidade. Ter mais de duas opções disponíveis pode confundir a criança e dificultar a hora da tomada de decisão.



\* Ilustração criada utilizando o banco de imagens APASAAC

## Crie uma rotina visual

A rotina visual é importante para a criança com TEA ter previsibilidade do que irá acontecer no seu dia. Utilize figuras ilustrativas para fazer essa demonstração, pois isso facilitará o seu entendimento. Faça esse quadro todos os dias e explique para a criança conforme as figuras abaixo.



## Interaja com músicas divertidas

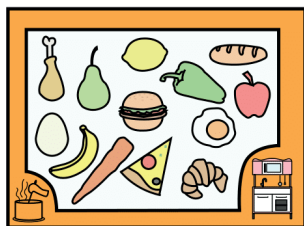
Por meio de músicas, você pode treinar a comunicação da criança, além das habilidades de imitação e atenção compartilhada. Cante músicas de interesse dela, sempre com entonação na voz, utilizando gestos ou bonecos para divertir ainda mais. Por exemplo, ao cantar a música da “dona aranha que subiu pela parede”, faça cócegas na criança com o dedinho para chamar sua atenção.



\*Ilustração criada utilizando o banco de imagens ARASAAC

## Estabeleça uma alimentação equilibrada

Para incentivar a criança a consumir novos grupos de alimentos, diferentes daqueles que ela está acostumada, você pode utilizar uma **roleta de alimentos**, é bem fácil! Você pede para a criança girar a roleta e o alimento que cair é o que ela deve experimentar. Mescle na roleta figuras de alimentos que a criança já conhece e gosta com alimentos novos.

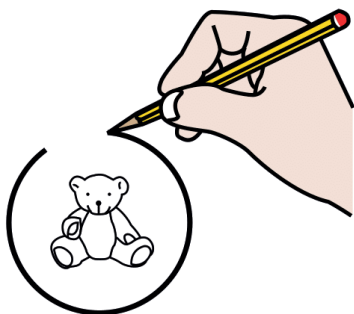


\*Ilustração criada utilizando o banco de imagens ARASAAC

## Faça desenhos



\* Ilustração criada utilizando o banco de imagens ARASAAC



Brincar de desenhar é extremamente importante para a criança desenvolver coordenação motora. Se ela tiver dificuldade, você pode iniciar essa brincadeira utilizando giz de cera jumbo e canetinhas grossas, para

facilitar na hora de segurar. Brincadeiras de guache com os dedinhos e com as mãos também engajam muito as crianças!

## Jogo de conceitos

Pegue imagens ou fotos de objetos, pessoas e lugares e pergunte para a criança: “quem é?”, “o que é?” ou “onde é?”. Esse treino será importante para ela desenvolver conceitos de acordo com a caracterização de algo ou alguém.



\* Ilustração criada utilizando o banco de imagens ARASAAC

**Faça você mesmo!**



## **Jogo de boliche com garrafa pet**

Junte 5 garrafas pet (pode ser de 600ml ou grande, de 2L) e faça carinhas divertidas num papel, podendo pintar, recortar e colar nas garrafas. Encha-as com papel colorido tipo crepom cortado em tiras ou pinte as garrafas de tinta guache. Depois de pronto, é só pegar bolinhas e começar a brincar. Comece colocando as garrafas mais perto da criança e comemore quando acertá-las. A cada acerto, afaste mais as garrafas.





## Gelo colorido

Coloque água com corante alimentar em um potinho e misture bem. Em seguida, coloque essa mistura em forminhas de gelo – pode inserir palitinhos para segurar também – e leve para o congelador até ficar pronto. É o brinquedo sensorial mais simples que poderia existir!

Deixe as crianças fazerem a festa ao explorarem o gelo colorido com a boca também. O pior que vai acontecer são manchas do corante na roupa ou corpo, mas nada que um bom banho não resolva! Porém, lembre-se de fazer isso em dias quentes.





## Tela de arte na caixa de papelão

Coloque a criança dentro de uma caixa de papelão bem grande com vários materiais de pintura (tinta, giz, lápis e canetinha) e deixe-a desenhar livremente, como se a caixa fosse uma tela de arte. Não tenha medo da criança se sujar. Depois, é só dar um bom banho!







## Amarelinha

Faça no chão, do lado de fora ou dentro de casa, uma amarelinha usando giz ou fita crepe e separe uma tampinha para jogar em um dos números. Na casa de 1 quadrado, pule com os 2 pés juntos ou com um pé só, e nas casas de 2 quadrados, pule com os 2 pés separados. Quando chegar na casa sinalizada pela tampinha, equilibre-se em um pé só para pegá-la e siga pulando até chegar no final.





## Caminho de laser

Com tiras de papel crepom ou fitas de tecido, crie um caminho imitando laser de alarme de segurança. Depois de pronto, peça para a criança passar por ele sem encostar nas tiras. A dificuldade da brincadeira fica na quantidade de tiras colocadas – quanto mais tiras, maior a dificuldade para passar.





## Cabaninha

Faça uma cabaninha usando lençóis, cobertas e chales, apoiando-os em cadeiras, sofá ou cama. Essa brincadeira estimula o brincar simbólico, favorece a imaginação e possibilita a reprodução das vivências reais no espaço do brincar.





## **Amplia – Clínica de Atendimento ao Autismo**

Av. Andrade Neves, 655/683 – Centro  
CEP 13013-161 – Campinas/SP  
(19) 3744-3745

**[www.unimedcampinas.com.br](http://www.unimedcampinas.com.br)**

### **Responsáveis Técnicos:**

Adilson Aparecido de Paiva  
Terapeuta Ocupacional – CREFITO-3: 21652TO

Edely Monteiro Vaccari de Souza  
Terapeuta Ocupacional – CREFITO-3: 9320TO

Luana Fortaleza Selingardi  
Psicóloga – CRP 06/160357