Alguns possíveis sinais de alerta de problemas de função executiva

- Struggles with time management
- Dificuldade com gerenciamento do tempo
- Dificuldade em tomar a iniciativa de iniciar tarefas
-) Desorganização
- Dificuldade em usar e aplicarb informações memorizadas
- Esquece as regras facilmente
- Dificuldade no planejamento e conclusão de projetos
- Precisa seguir rotinas rigorosas
- Não gosta de mudanças
- Parece impulsivo
- Controle emocional insatisfatório
- Dificuldade com tarefas abertas

As habilidades de função executiva são habilidades aprendidas. Com prática e um pouco de ajuda, todas as crianças podem melhorar suas funções executivas. Praticar melhora!

> Se você tem alguma preocupação com o desenvolvimento do seu filho, converse com seu profissional de saúde.

Acesse o site www.Pathways.org!

Todos os marcos de desenvolvimento apresentadas pela Pathways.org são apoiadas por constatações da Academia Americana de Pediatria (American Academy of Pediatrics).



Todos os mais de 300 jogos disponibilizados pela Pathways.org foram desenvolvidos por terapeutas pediátricos licenciados.



A Pathways.org oferece a pais e profissionais de saúde ferramentas e recursos GRATUITOS para maximizar o desenvolvimento motor, sensorial e de comunicação da criança.



friends@pathways.org www.pathways.org











Permitido copiar.

É NECESSÁRIO INCLUIR

taxa ou encargo pode estar necidos pela Pathways.org uma autorização prévia



Função executiva



Ferramentas GRATUITAS para maximizar o desenvolvimento

Pathways.org é uma organização sem fins lucrativos 501(c)(3)

O que são habilidades de função executiva?

As habilidades de função executiva nos ajudam a organizar as informações, gerenciar o tempo, agir adequadamente e realizar as etapas necessárias para alcançar uma meta.



Importantes áreas para a função executiva

Memória de trabalho

- Absorve novas informações e as utiliza para realizar uma tarefa, por exemplo, segue instruções simples de adultos sem lembretes
- Lembra e organiza as principais informações para atividades, por exemplo, joga um jogo de tabuleiro utilizando as regras

Autocontrole

- Pensa antes de agir e mantém os sentimentos sob controle, por exemplo, levanta a mão na sala de aula em vez de gritar
- Gerencia o tempo ao iniciar e concluir atividades quando é necessário, por exemplo, começa uma rotina matinal como, por exemplo, se vestir, sem se distrair

Flexibilidade mental

- Ajusta-se a situações em constante evolução, especialmente quando as coisas não acontecem conforme o planejado, por exemplo, facilmente interrompe uma brincadeira para jantar
- Considera diferentes pontos de vista, por exemplo, utiliza a resolução de problemas para corrigir um erro na lição de casa

Obs.: estas são três áreas comumente reconhecidas da função executiva.

Atividades para desenvolver habilidades de função executiva

Seu filho desenvolve habilidades de função executiva por meio de interações sociais, brincadeiras e atividades diárias. Aqui estão algumas dicas e atividades que você pode fazer para ajudar seu filho a aprender e aprimorar suas habilidades de função executiva.

4-5 anos

6-12 meses Brincar de esconde-esconde para praticar a memória da localização de um objeto, mesmo que não possa ser visto Conversar frequentemente com o bebê para ajudar a criar as habilidades de atenção e foco Proporcionar bringuedos apropriados para a idade, bem como objetos domésticos, como colheres ou panelas, para o bebê explorar Utilizar brincadeiras de imitação, por exemplo, bater palmas, para desenvolver habilidades de memória e ensinar o bebê a imitar você 13-24 meses Brincar de jogos de apontar, por exemplo, apontar e falar o nome dos objetos, praticar prestar atenção e aprender como as palavras e os objetos se relacionam Oferecer instruções simples para melhorar as habilidades de escuta, relembrar instruções e iniciar novas tarefas Pintar com os dedos com diferentes cores para incentivar o pensamento criativo Pegar e despejar feijões de um balde para outro usando um copo de plástico pode ajudar as crianças a aprender a se concentrarem em uma tarefa específica 2-3 anos Cantar músicas e brincar com jogos que incluam instruções, por ex., "Mamãe, eu posso...?" para praticar revezar com outras crianças e usar palavras para realizar uma ação Brincar em ambientes diferentes para praticar a adaptação a novas experiências Guardar brinquedos e jogos depois de jogar para ajudar a desenvolver habilidades de organização Brincar de "Siga o líder" para desenvolver habilidades de escuta, seguir instruções e aprender a esperar sua vez

Brincar de "Macaco disse" para praticar lembrar regras e pensar com flexibilidade para se ajustar a diferentes cenários

Usar atividades físicas estruturadas, como futebol em grupo, para desenvolver habilidades de concentração

Proporcionar oportunidades para praticar a tomada de decisões, por ex., decidir sobre uma atividade a fazer e descobrir como realizá-la

Brincar com jogos de adivinhação do tipo "Sou espião" para praticar lembrar suposições anteriores e compreender o objetivo final do jogo

Incentivar o jogo imaginário para praticar a tomada de decisões

Fazer perguntas ao jogar ou montar quebra-cabeças para ajudar a

Brincar com jogos que usam habilidades de correspondência,

classificação e memória, por exemplo, jogos de cartas

Envolver a criança em atividades que exijam seguir

instruções, por ex., jogos de tabuleiro

Construir formas ou figuras com blocos de montar ou massa de modelar para desenvolver habilidades de planejamento

desenvolver a capacidade de pensar ao longo das etapas da brincadeira

Ter tempo para fazer atividades manuais para

Contar histórias para que a criança possa refletir

e para realizar uma tarefa com diversas etapas

Mais de 5 anos

sobre a ordem e os detalhes dos eventos

desenvolver habilidades de pensamento criativo

Acesse o site www.Pathways.org para encontrar mais recursos
GRATUITOS sobre desenvolvimento infantil.