

Como estão a correr estes dias em casa?

Sabemos que não está fácil, mas ainda assim podemos estar junto dos nossos filhos e tentar aproveitar este tempo para vivenciar com eles momentos lúdicos e significativos.

Deixamos um pequeno vídeo do jornal Público para os pais alargarem as suas ideias com possíveis atividades a fazer com os filhos em casa neste período mais difícil → <https://www.publico.pt/2020/03/19/video/entreter-criancas-dentro-casa-20200319-124913>

Disponibilizamos também no nosso site, as **recomendações de rotinas e atividades** do **Ministério da Educação**, de apoio às famílias de crianças com idade de pré-escolar.

Outras ideias de atividades:

Culinária

- 🏠 **Receitas saudáveis e divertidas!** Inclua os vossos filhos nas rotinas do dia-a-dia ... Ajuda a fazer as refeições.

<https://www.pingodoce.pt/colecoes/criancas/>



Nestes tempos em que as novas tecnologias estão, inevitavelmente, muito presentes na vida das crianças vamos usá-las a nosso favor...

Música

🏠 Flauta Mágica (escola de música)

Neste canal podes escutar e recordar canções que já conheces e aprender novas. Podes adivinhar as melodias de músicas que tanto gostas e tentar adivinhar os nomes dos instrumentos que vão sendo tocados.



https://www.youtube.com/channel/UCINRneq3pMQeebntTuVMnKA?fbclid=IwAR3bzTLToU-CRZT4t8a5JyZLYsXh_ogUtJ5UbWERMwk1WRUBzq_-U6U3o&app=desktop

Conhecimento do Mundo

🏠 Sabem que é possível visitar **museus** nacionais e internacionais sem sair de casa??

<https://m.m8o.iol.pt/noticias/98676/covid-19-ficou-em-casa-para-se-proteger-pode-ir-a-estes-museus-a-visita-e-virtual-e-gratuita>

Visita um destes museus, regista a obra de arte que mais te fascinou com um desenho e depois traz para a escola para mostrar aos teus amigos.

Expressão Plástica

🏠 Provavelmente já ouviram falar da iniciativa que as crianças de Itália começaram e tem contagiado as crianças por todo o mundo – **Vamos todos ficar bem**. A revista para miúdos “Happy Kids” quer perpetuar a iniciativa que foi lançada em Itália: a criação de cartazes com arco-íris e a mensagem



“Vamos todos ficar bem”. O objetivo é realizar esta atividade com os miúdos, para se entreterem durante este período de quarentena em casa, e depois pendurar o resultado à janela de forma a enviar uma mensagem positiva para todos os vizinhos – Não precisa de ser muito grande e pode ser em qualquer suporte – folhas, um pano ou lençol velho, e podem utilizar os materiais que tiverem disponíveis – tintas, canetas, recortes.. com pincel, com os dedos...

Hábitos de leitura

- 🏠 Pede aos teus pais para te contarem esta história e faz a sua ilustração...

O bicharoco de *Mala d'estórias*

“Era uma vez um bichinho muito aborrecido que nasceu no oriente mas depressa se fez gente e percorreu o mundo inteiro. Aborrecia toda a gente com o seu jeito insistente de saltar de pessoa em pessoa. Parecia quase um piolho esse bicharoco que de cabeça em cabeça ia traçando o seu caminho. Este bichinho aborrecido levou todos a afastar-se. Não gostava de abraços nem de beijinhos e obrigou os avós e os mais pequeninos a ficar longe por uns tempos. Como ninguém o suportava e achava que ele já estava a exagerar começaram todos a tentar que ele desaparecesse de vez. A solução foi encontrada em ficar todos em casa até ele se fartar. Como viu que já não apanhava ninguém desistiu de chatear, seguiu o seu caminho e mais ninguém quis incomodar. A força deste bichinho, que apesar de pequenino incomodava muita gente foi pouco a pouco desaparecendo. Não há bicharoco que vença quando todos se unem para ajudar. E este bicho malvado com a mania que mandava depressa foi posto no seu lugar.”

- 🏠 Pega na tua **história** preferida e faz o seu reconto. Pede aos teus pais para te ajudarem a escrever o reconto e o resto é contigo – ilustrações, capa e contracapa!
- 🏠 Se já ouviste todas as histórias que tens em casa e gostavas de ouvir uma nova, existe uma biblioteca digital com muitas histórias disponíveis que podes para pedir aos teus pais lerem ou recorrer à versão contada...

http://www.planonacionaldeleitura.gov.pt/biblioteca/?fbclid=IwAR3Jpb8TQMm_qZ_s5qgn_oKTgFWVg53KxVg_KkO6Q6gQjKwUlpBUw7gUSAc

Artes plásticas

Sabes o que é LandArt? É fazer composições e obras de arte com elementos da natureza.

- 🏠 Se for possível, vai até lá fora e recolhe algumas folhas, pedras pequenas, paus ou outros elementos da natureza que possas recolher e faz a tua composição.
- 🏠 Se não conseguires pega no cesto das ***molás da roupa*** e faz as tuas composições artísticas!





Matemática

🏠 Por falar em ***molás da roupa***: escreve em alguns cartões os números até 10 e usa as molas para colocares o número correto em cada cartão.

Ficam ainda aqui mais **algumas sugestões de atividades** que podem ir fazendo.

FONTE: EstrelaseOuriços

1. Façam uma tenda com cadeiras, lençóis e mantas.
2. Na hora de jantar, troque o habitual jantar na mesa da sala ou da cozinha para um verdadeiro piquenique dentro de portas.
3. Faça fantoches de meias e prepare a apresentação de um teatro para toda a família.
4. Se tiver aguarelas em casa pinte quadros com os dedos e desafio os sentidos.
5. Prepare uma festa com música e muitas danças divertidas, faça os desafios online dos passos de dança, siga ao milímetro e no fim, haverá um vencedor.
6. Construa um livro de letras com as crianças, cada letra tem direito a uma fotografia ou imagem recortada de uma revista.
7. Veja álbuns de fotografias, jogue ao quem é quem ou tire uma fotocópia às fotos e recorte algumas partes do rosto, tente juntar com as de outros membros da família e veremos o resultado final, com os olhos do pai, o nariz da mãe, a boca do filho e a testa da avó.
8. Os jogos de tabuleiros não podem faltar encontre um momento para juntar todos numa partida
9. Brinque às escondidas, mas não se deixe ser apanhado com facilidade.
10. Faça uma corrida de obstáculos em casa.
11. Construa um forte com caixas de sapatos, se ainda as tem lá em casa e faça um jogo de estratégia com bolas de neve, usando meias ou almofadas.
12. Construa um puzzle de um desenho, colando-o num cartão e recortando as peças.
13. Faça carimbos nas maçãs ou nas batatas (corte uma maçã ao meio e faça carimbos com uma tinta lavável)
14. Aprenda uma nova música, um desafio de Karaoke será muito divertido



15. O concurso de talentos começa já. Escolha que famoso vai representar, seja ele o Michael Jackson, a Violeta ou a Madona, a geração não importa, apenas o talento em imitar, perfeitamente.
16. Esculpir barro, deixar secar e pintar.
17. Os legos são verdadeiros desafios e têm um potencial para além da construção. Vá aumentando o desafio...
18. Veja vídeos de família antigos.
20. Reorganize uma zona da casa, pode começar pela parte mais desorganizada que aguarda esta transformação há algum tempo.



E para toda a família, a Odisseias disponibilizou um conjunto de **experiências gratuitas** para fazer em casa.

<https://www.odisseias.com/experiencias/experiencias-em-casa?fbclid=IwAR3x1NpgCgtkBcJmt1Cci7kDb6p223wMrfQtvAyJyTleTneD1D2l3a6uRIO>

Explore, aproveitem, divirtam-se e fiquem em casa!

Beijinhos

Equipa do CEI O Nosso Sonho Matoscheirinhos