

Jardim de Infância
CEIDe IDEIA Tires
- Proposta de atividades -



Estimada Família,

Estamos a viver um momento muito especial ao qual todos nós temos de nos adaptar.

Vamos todos dar o nosso melhor para ultrapassar esta situação com o menor número de implicações negativas.

- Nos próximos tempos vão ficar em casa e para ajudar deixamos aqui algumas sugestões para passarem o tempo de uma forma lúdica e educativa com os vossos filhos.



Música



CLIQUEM para ouvir no Youtube:

**VERSÃO
CANTADA**

**VERSÃO
INSTRUMENTAL**

A música é uma descoberta mágica para as crianças, e este novo mundo de sensações pode ser a experiência mais gratificante também para os adultos. Além disso, desperta o gosto pela música desde cedo. Vamos fazer e tocar!

Andorinha

Irene Lucília

*Olha a andorinha
De peninha preta
Voa, voa, voa
Mais que a borboleta.
Voa, voa, voa
Ninguém a contém
Olha a alegria
Que a andorinha tem.*

1. Chegou de viagem
Cá estou eu à espera
Sei que na bagagem
Traz a Primavera.
Traz manhãs verdinhas
P'ra pôr no jardim
E um balão de Sol
Dourado p'ra mim.
2. Traz um lindo ramo
Um ninho macio
Pequeninas vozes
Meigo piu, piu.
Traz vestidos novos
De todas as cores
E perfumes raros
P'ra dar às flores.



Música

**Nós, o Pedro e a viola,
cantamos afinados
lindas canções!**

*CLIQUEM para
ouvir as musicas
no Youtube:*

Um de cada vez

5 pedrinhas

Um de Cada vez

Musical score for the song "Um de Cada vez". The score is written on two staves in G major, 2/4 time, with a tempo marking of 130. The first staff begins with a treble clef and a key signature of one sharp (F#). The lyrics are: "Ou-ve bem com a - ten - ção O tri - ân-gu - lo quer to - car to - ca". The second staff continues the melody and includes the lyrics: "for-te e pi - a - ni - nho E o pi - a - no a a - com - pa - nhar to - ca nhar". Chord symbols (D, A, G) are placed above the notes. A small cartoon character is visible on the left side of the score.

Ouve bem com atenção
O triângulo quer tocar.
Toca forte e pianinho
E o piano (a viola/guitarra) a acompanhar.





Música

Construção de instrumentos musicais



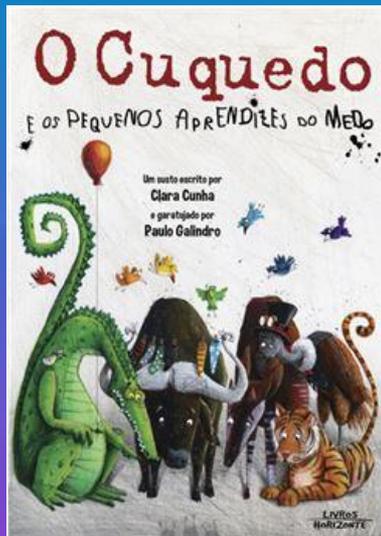
A guitarra é um instrumento muito admirado por todas as crianças. É fácil construir com uma simples caixa de papelão e elásticos. só têm que fazer pequenos furos em ambos os lados da caixa e ligar o elástico direito. Desta forma, começam a criar a base da guitarra. Se quiserem, pode adicionar algum braço alongado para melhor ser manipulado.



O xilofone é outro instrumento divertido e simples de criar. Primeiro pegam em várias garrafas de vidro e colocam água com quantidades diferentes em cada uma. Se quiserem adicionar algumas gotas corantes vai dar um efeito interessante. Coloquem-nos todos juntos e usem colheres de metal e madeira, para variar as notas e timbres.



História “O Cuquedo e os Pequenos Aprendizes do Medo”



Cliquem [AQUI](#) para ouvir!



Experiências

Neve Artificial

O que precisam:

1 fralda descartável

Tesoura

1 saco plástico

1 caixa de plástico grande
copo (ou recipiente transparente)

Água

Como fazer:

Corta-se a fralda em tiras (com a ajuda da tesoura) e retira-se os flocos de gel absorvente que estão no seu interior. Colocam-se as tiras no saco plástico e agitamos até que o gel (na forma de um pó branco) se acumule no fundo;

Depois colocamos as tiras numa caixa de plástico e vai-se colocando água aos poucos...

Aparece a Neve!!!



EXPLICAÇÃO CIENTÍFICA:

O poliacrilato de sódio está presente nas fraldas dos bebês. Uma das características deste composto é a capacidade para absorver água. Consegue absorver entre 200 a 300 vezes o valor do seu peso.

Este composto tem ainda outra aplicação: como absorve muita água, pode ser usado na jardinagem/agricultura. Retém muita água e depois vai libertando essa mesma água muito devagar, o que permite diminuir a frequência das regas.



Experiências

Mistura as Cores

O que precisam:

Pratos de sopa/alguidares

Leite gordo

Corantes alimentares

Palitos

Detergente de loiça

Como fazer:

1. Coloca um pouco de leite no prato e deixa repousar alguns minutos para que o leite esteja parado.
2. Adiciona algumas gotas de corante alimentar de cores diferentes.
3. Coloca a ponta do palito no detergente para que fique com uma gota na ponta.
4. Coloca o palito, com o detergente, no meio de uma mancha de corante. E repete o processo para cada mancha de diferentes cores. Pode usar-se o mesmo palito.
5. Observar a “explosão” das cores.



EXPLICAÇÃO CIENTÍFICA:

O detergente que utilizaste serve para remover a gordura da louça. O leite gordo tem muita gordura, pelo que quando adicionas uma gotinha de detergente a gordura do leite “foge” do detergente e forma umas correntes (quebra da tensão superficial do leite). Estas correntes fazem com que os corantes se misturem e formem uma “explosão de cores”.



Experiências

Observação de germinação de sementes

Material necessário

- Sementes de feijão.
- Copo alto transparente (vidro OU plástico).
- Pedaco de tecido OU algodão
- Água.

www.cecgodoy.net

Procedimentos

1. Forre o copo com algodão ou tecido.
2. Coloque algumas sementes de feijão entre o tecido (algodão) e o vidro, regue com água.
3. Regue novamente apenas se necessário, sem encharcar.
4. Observe a semente se abrindo para que as raízes e folhas possam crescer.





Expressão Plástica

1 Construção de “obras de arte”

Com tampas de garrafas, palhinhas, botões, ou outros materiais de plástico que queiram reciclar.

Instruções: pensar num desenho que queiram fazer e para que divisão da casa que querem, arranjar uma superfície plana para colarem as peças (por ex, cartão de uma caixa), separar os materiais por cores (estarão ao mesmo tempo a trabalhar a matemática – seriação e classificação), desenhar com lápis de carvão o desenho que escolheram e colar os materiais.



2 Piões reciclados

Com cd's velhos e tampas de garrafas uma de cada lado, decora-se e faz-se um pião.





Expressão Plástica

3 Garagem para os carros

Construção de uma garagem com rolos de papel higiénico para arrumar os carrinhos de brincar.

Sugestão: podem utilizar uma caixa de cartão para colar os rolos e se quiserem ser mais criativos podem pintar os rolos.



4

Labirintos

Com uma tampa da caixa de sapatos e com palhinhas ou paus podemos criar um labirinto, junta-se a bola e já está! Simples e divertido!





Expressão Plástica

5 Plasticina Caseira

INGREDIENTES:

1 chávena de farinha de trigo,
1/4 de chávena de sal,
30ml de água morna (para começar),
Algumas gotas de corante alimentar,
1 colher de sobremesa de vinagre,
1 colher de sobremesa de óleo.

INSTRUÇÕES:

Primeiro juntar todos os líquidos e misturar tudo bem até que o corante esteja bem diluído. A seguir juntar o sal e a farinha. Se for preciso acrescentar pouco a pouco mais água, até que a mistura fique com uma consistência boa para modelar. Guardar em frascos de vidro para não secar.



6 Casinhas de Bonecos

Com garrafas de amaciador ou detergente da roupa, é só decorar da forma que quiserem dando largas à imaginação e criar novas casinhas para os bonecos!

Culinária

Bolachinhas de manteiga

INGREDIENTES:

500 g de farinha

250 g de açúcar

120 g de manteiga

100 ml de leite



PREPARAÇÃO:

- Junta-se a manteiga e o açúcar. De seguida vai-se juntando a farinha, pouco a pouco, assim como o leite.
- Depois mistura-se tudo muito bem até se obter uma massa homogênea.
- Seguidamente, estende-se a massa, com a ajuda do rolo da massa.
- Com as formas de cortar massa corta-se a massa, de modo a fazer os biscoitos.
- Por fim, colocam-se os biscoitos num tabuleiro e vão ao forno a 190°C durante 10 minutos.

Culinária

Panquecas de aveia

INGREDIENTES:

- 1 ovo
- 1 banana madura
- 5 colheres de sopa aveia (preferencialmente sem glúten)
- Canela (opcional)
- Sementes (por exemplo chia, linhaça (opcional))



PREPARAÇÃO:

- Numa taça esmagalhar a banana.
- Adicionar a aveia.
- Juntar o ovo, a canela e as sementes.
- Mexer bem.
- Deixar repousar uns 10/15 minutos.
- Fazer as pancakes numa frigideira anti-aderente (não necessita de adicionar qualquer gordura)



Educação Física

O objetivo é que se mantenham ativos e saudáveis enquanto a escola está fechada. Para não perderem todos os benefícios das vossas aulas de educação física e cumprirem com as recomendações da OMS e DGS, devem realizar 60 minutos de atividade física de intensidade moderada a vigorosa em cinco ou mais dias por semana, tempo que pode ser dividido em períodos de pelo menos 10 minutos ao longo do dia. Para maior diversão e impacto do plano, sugerimos que os adultos façam as atividades em conjunto com as crianças. Mantenham-se ativos e que corra tudo bem!



(Cliquem [AQUI](#) para ver as sugestões dos professores de Educação Física.)



Super-Herói do Ambiente

4ª missão

Vamos fazer pasta de dentes ecológica

INGREDIENTES (sempre 100% puros e preferencialmente bio)

3 colheres de sopa de óleo de coco sólido

1 colher de sopa de bicarbonato de sódio

10-15 gotas de óleo essencial (opcional)

2 colheres de chá de adoçante natural stevia (opcional)

MATERIAL: colher pequena, frasco de vidro com tampa

TEMPO DE PREPARAÇÃO - 2 minutos

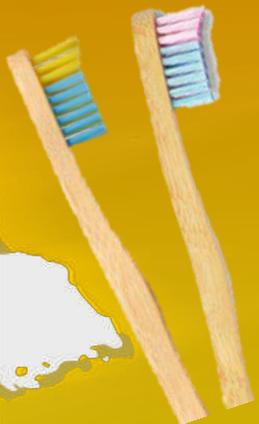
MODO DE PREPARAÇÃO:

Misture tudo num pote (preferencialmente de vidro). Aplique com uma colherinha a quantidade parecida com a da pasta de dente normal na sua escova. Se o óleo de coco estiver líquido, coloque um pouco no frigorífico. Guarde dentro de um frasco.

– Quando fores escovar os dentes, basta humedecer as cerdas da escova e recolher um pouco da pasta diretamente do frasco.

Fazer o registo no meu caderno

Esta tarefa vale: 6 pontos » Pulseira: branca (quando voltarmos recebem as pulseiras)





Super-Herói do Ambiente

6ª missão

Vamos poupar água...

Vamos colocar com areia ou outro material mais denso que a água numa garrafa de 1l, esta afunda. Assim, quando o reservatório do autoclismo enche, a quantidade de água necessária para elevar a boia, o que determina o cessamento da entrada de água, é menor, pois a garrafa ocupa determinado volume.

Deste modo, é poupado, em cada descarga, o volume do recipiente colocado. Se o recipiente tiver a capacidade de 1L, por exemplo, cada vez que "puxamos" o autoclismo será poupado 1L.

Fazer o registo no meu caderno.

Esta tarefa vale: 5 pontos

Pulseira: lilás (quando voltarmos recebem as pulseiras)





Super-Herói do Ambiente

7ª missão

Vamos fazer um saco de compras!

Vou construir, em casa, um saco giro e com materiais que não façam mal ao ambiente (por exemplo a partir de uma t-shirt), para que os meus pais possam ir às compras e não usem mais sacos de plástico.

Esta tarefa vale: 20 pontos

Pulseira: amarela

(quando voltarmos recebem as pulseiras)



Brincar...

Jogar....

Inventar...

Criar...

Construir brinquedos

Reutilizem os materiais.

Construam com as crianças brinquedos com material reciclado.



Caça ao tesouro

Esconder vários objetos pela casa para a criança procurar.



Sombras

Escurecer uma divisão da casa

Acender as lanternas

Explorar a sombra livremente ou através de histórias.



Esquilo



Lebre



Borboleta



Cão



Cabra



Ganso



Boi



Burro



Lobo



Elefante

Brincar...

Jogar....

Inventar...

Criar...

Descobrir...

Pequenas dramatizações

Dramatizar histórias recorrendo, por exemplo, a peças de vestuário e adereços da família.



Caça às letras

Brincar com as palavras e com as letras, incentivando a criança a recortar palavras e letras de jornais e revistas velhas. Ver as letras iguais e as diferentes. Colar as letras de modo a construir o seu nome e o dos familiares.



Álbuns de memórias

Registrar com a câmara fotográfica do telemóvel as atividades mais divertidas e/ou como passam os seus dias e fazer um “portfólio” para mais tarde recordar e partilhar com a escola e outros familiares.





Desejamos que neste momento em que todos temos de estar em casa, se divirtam com as atividades e momentos que escolhemos.

Esperamos que este tempo passe rápido, para de novo vos podermos abraçar.

Portem-se bem!!!

A Equipa do Jardim de Infância
CEIDe IDEIA Tires

