

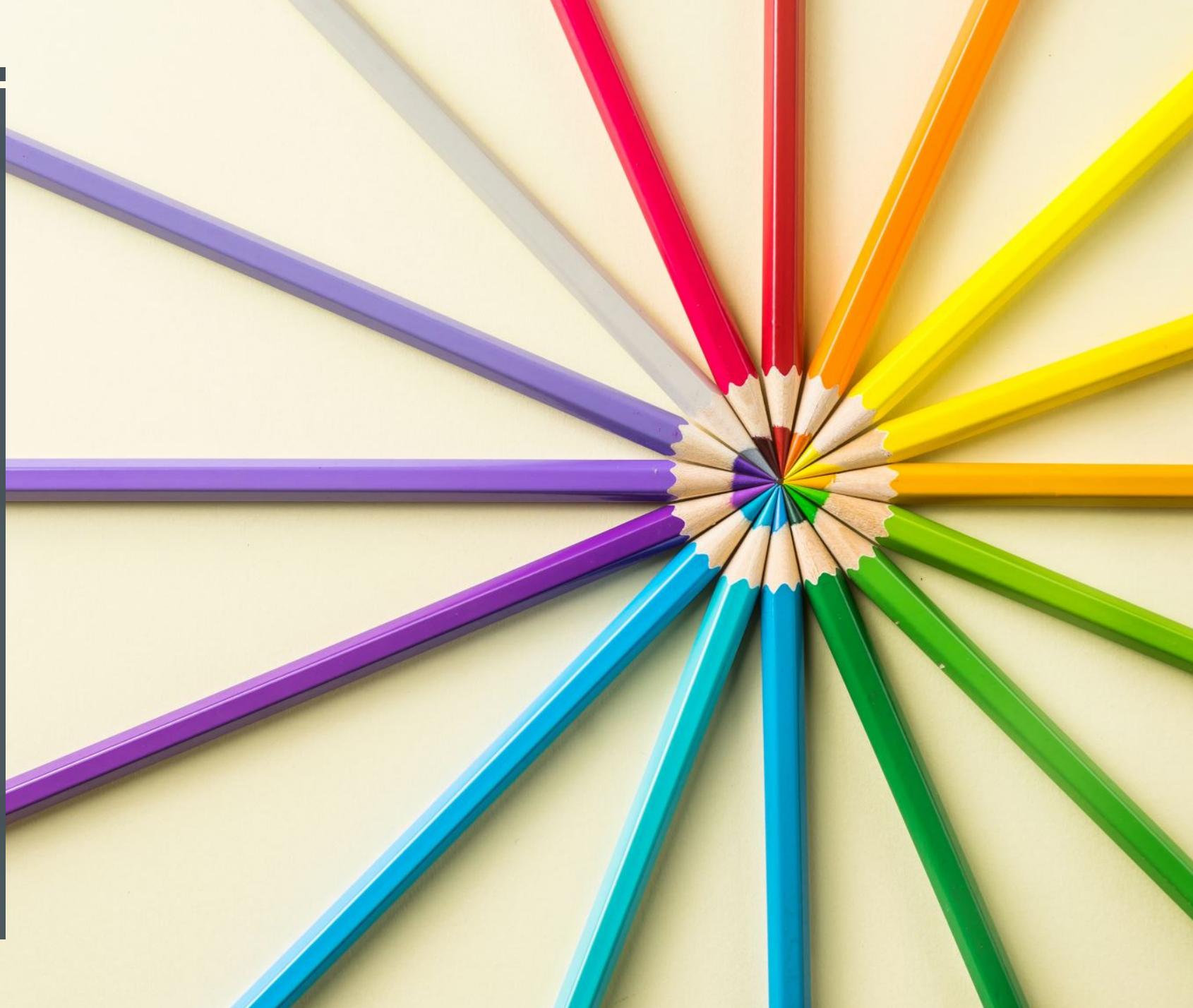
CRIANÇAS EM CASA:

“UMA
QUARENTENA DE
OPORTUNIDADES”

JULIANA ORTIZ

PEDAGOGA FONOAUDIÓLOGA PSICOPEDAGOGA

JUJU.ORTIZ@HOTMAIL.COM



- 
- Diante do novo cenário mundial, referente ao Covid-19, é notório que algumas medidas tomadas para o bem comum impactarão a rotina de nossas crianças. As escolas se preparam para aderir a suspensão gradativa das aulas e as famílias se questionam sobre o que fazer para gerenciar o tempo das crianças de maneira produtiva.
 - Com o objetivo de cuidar da saúde emocional e vislumbrando que o momento pode ser oportuno para uma aproximação familiar, coletamos sugestões de propostas significativas e práticas para que as crianças possam estar entretidas, além de mantê-las conscientes da necessidade de cuidarmos uns dos outros durante esse período de responsabilidade social.
 - Sabemos que muitas crianças se divertem por conta própria, seja utilizando eletrônicos ou brincando com outras crianças. Mas a nossa intenção aqui é ressaltar a importância desse tempo, direcionando-o para a valorização dos estímulos relacionados ao desenvolvimento cognitivo, à linguagem, às habilidades motoras e atencionais. Consideramos que a criança, ao perceber que está sendo acolhida e motivada a experimentar, de modo direto, também ensinamos sobre a necessidade do fortalecimento emocional gerados por imprevistos e situações desconhecidas.

CRIANDO O QUADRO DE ROTINA



	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sáb	Dom	Qui	Sex
8:30h									
9:00h									
10:00h									
10:30h									
11:30h									
12:00h									
13:00h									
18:30h									
19:00h									
20:00h									
21:00h									
22:30h									

ROTINA

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
Manhã							
Tarde							
Noite							



* Adaptar as atividades da rotina de acordo com as nossas medidas de segurança.

HORA DA PLANTAÇÃO

USANDO SEMENTES E VEGETAIS UTILIZADOS NA PRÓPRIA ALIMENTAÇÃO DA FAMÍLIA, PLANTEM EM UM VASINHO. ALÉM DA PREOCUPAÇÃO COM O MEIO AMBIENTE, APROVEITE A OPORTUNIDADE PARA CONVERSAREM SOBRE O PROCESSO DE CRESCIMENTO DAS PLANTAS E CUIDADOS IMPORTANTES PARA UM MELHOR DESENVOLVIMENTO.



MONSTRINHO DE BEXIGA

USANDO O FUNIL, ENCHA A BEXIGA COM AMIDO DE MILHO. FAÇA OS CABELINHOS UTILIZANDO LÃ E DIVIRTA-SE FAZENDO AS CARINHAS COM CANETA PERMANENTE.



AQUARELA



INGREDIENTES:

- 1 XÍCARA DE BICARBONATO DE SÓDIO
- $\frac{3}{4}$ XÍCARA DE VINAGRE
- 1 XÍCARA DE AMIDO DE MILHO
- 2 COLHERES DE XAROPE DE MILHO
- CORANTE ALIMENTÍCIO
- BANDEJA DE CUBOS DE GELO

PREPARO:

- 1- DESPEJE O BICARBONATO NUMA TIJELA. DESPEJE AOS POUCOS O VINAGRE.
- 2- AGUARDE PARAR AS BORBULHAS E MEXA BEM.
- 3- ADICIONE O XAROPE E O AMIDO DE MILHO.
- 4- DIVIDA A MISTURA NA BANDEJA E MISTURE OS CORANTES.
- 5- DEIXE SECAR POR 2 DIAS.

POTE DA CALMA



Sugere-se que o “pote da calma” estabelece um foco de atenção nas crianças e acalma, devido ao movimento, cor e estímulos visuais.

INGREDIENTES:

- 1 GARRAFA OU POTE PLÁSTICO COM TAMPA
- 2 COLHERES (SOPA) DE COLA GLITTER
- 4 COLHERES (CHÁ) DE GLITTER
- ÁGUA MORNA

PREPARO:

- 1) DENTRO DO RECIPIENTE, COLOQUE A COLA GLITTER E O GLITTER.
- 2) SEM ENCHER COMPLETAMENTE O RECIPIENTE, ACRESCENTE ÁGUA MORNA. É NECESSÁRIO DEIXAR UM ESPAÇO LIVRE PARA AGITAR O LÍQUIDO.
- 3) POR FIM, BASTA AGITAR PARA QUE O MOVIMENTO ACONTEÇA.

*Poderá usar também miçangas, lantejoulas e pedrinhas.

TINTA DE GELO



INGREDIENTES:

- ÁGUA
- AMIDO DE MILHO
- CORANTE ALIMENTÍCIO DE DIVERSAS CORES
- FORMA DE GELO
- PALITO

PREPARO:

- 1) USE O MESMO COPO PARA MEDIR O AMIDO E A ÁGUA, SENDO QUE PARA CADA MEDIDA DE AMIDO ADICIONE METADE DE ÁGUA.
- 2) MISTURE OS CORANTES E DESPEJE NA FORMA DE GELO.
- 3) LEVE AO CONGELADOR E PRONTINHO.

TINTA DE FARINHA



INGREDIENTES:

- 2 XÍCARAS DE ÁGUA GELADA
- ½ XÍCARA DE AMIDO DE MILHO
- 2 COLHERES DE SOPA DE AÇÚCAR
- CORANTE ALIMENTÍCIO

PREPARO:

- 1) MISTURE OS INGREDIENTES EM FOGO BAIXO, MEXENDO ATÉ ENGROSSAR.
- 2) NÃO DEIXE COZINHAR.
- 3) SEPARE EM PORÇÕES E TINJA COM OS CORANTES.
- 4) DEIXE ESFRIAR E DIVIRTAM-SE.

MASSINHA DE FARINHA



INGREDIENTES:

- 1 XÍCARA DE SAL
- 4 XÍCARAS DE FARINHA DE TRIGO
- 1 XÍCARA E MEIA DE ÁGUA
- 3 COLHERES DE SOPA DE ÓLEO
- CORANTE ALIMENTÍCIO

PREPARO:

- 1- EM UMA VASILHA GRANDE MISTURE A FARINHA E O SAL. EM SEGUIDA ADICIONE A ÁGUA E O ÓLEO.
- 2- MISTURE ATÉ QUE TODO O CONTEÚDO FORME UMA MASSA HOMOGÊNEA.
- 3- SE FICAR MUITO MOLE VOCÊ PODE ADICIONAR MAIS FARINHA. SE AINDA ESTIVER SECA E QUEBRADIÇA ADICIONE MAIS ÁGUA.
- 4- O ÚLTIMO INGREDIENTE É O CORANTE.

PINTANDO OVOS

APROVEITE A TRADIÇÃO DA EUROPA E A ÉPOCA DE PÁSCOA PARA PINTAREM OVOS E CRIAREM ENFEITES PARA A CASA.

PARA FAZER O FURINHO NO OVO, USE UMA AGULHA OU UM PALITO, E COM CUIDADO, PERFURE O TAMANHO QUE DESEJA. LAVE BEM OS OVOS E DEIXE SECAR.

PARA PINTAR A CASCA, DEVE Mergulhá-las em água com corante, tingi-las com o auxílio de uma esponja, pincel ou passar cola.



ASSOPRANDO A TINTA

PARA FAZER ESSA ATIVIDADE VOCÊ PRECISA DE FOLHA DE PAPEL, PINCEL, ÁGUA, TINTA AQUARELA E UM CANUDO.



* Atenção para a criança não sugar a tinta, mas sim assoprar.

COZINHANDO EM FAMÍLIA

COZINHAR É DE FATO UMA ATIVIDADE QUE, ALÉM DE SER IMPORTANTE PARA O DESENVOLVIMENTO DAS CRIANÇAS, COLABORA PARA UMA ALIMENTAÇÃO MAIS SAUDÁVEL E PROPORCIONA DIVERTIDOS MOMENTOS EM FAMÍLIA.



PANQUECA COLORIDA



INGREDIENTES:

- 1 XÍCARA DE LEITE
- 2 OVOS
- 1 XÍCARA DE FARINHA
- 1 COLHER DE SOPA DE ÓLEO
- 1 COLHER DE CAFÉ DE SAL

INGREDIENTES PARA AS CORES:

- 1 ½ XÍCARA DE BETERRABA RALADA - ROSA
- 2 XÍCARAS DE CENOURA RALADA - LARANJA
- 2 XÍCARAS DE ESPINAFRE CRU- VERDE

MODO DE FAZER:

1- BATA NO LIQUIDIFICADOR O LEITE, OS OVOS, A FARINHA, O ÓLEO, O SAL E OS INGREDIENTES DA COR ESCOLHIDA.

2- NUMA FRIGIDEIRA, DERRETA UM POUCO DE MANTEIGA E COLOQUE A MASSA.

SUGESTÕES DE RECHEIOS:

CARNE MOÍDA, FRANGO DESFIADO E LEGUMES VARIADOS.

BALA DE GELATINA



INGREDIENTES:

- 30g DE GELATINA DO SABOR DESEJADO
- 12g DE GELATINA SEM SABOR
- 150 ml DE ÁGUA FILTRADA.

MODO DE PREPARO:

- 1- COLOQUE A GELATINA EM UM RECIPIENTE QUE POSSA IR AO MICRO-ONDAS, MISTURE COM A ÁGUA E AGUARDE UM MINUTINHO. ELA VAI HIDRATAR E PEGAR CONSISTÊNCIA PASTOSA.
- 2- NESSE MOMENTO LEVE AO MICRO-ONDAS POR 20 A 30 SEGUNDOS.
- 3- MEXER BEM ATÉ QUE TODA A GELATINA ESTEJA BEM DISSOLVIDA.
- 4- COLOQUE NAS FORMINHAS DE SILICONE E LEVE À GELADEIRA POR 20 MINUTOS.
- 5- DEPOIS DESSE TEMPO É SÓ DESINFORMAR E TERÁ A BALAS PRONTINHA!

BOLO DE CANECA



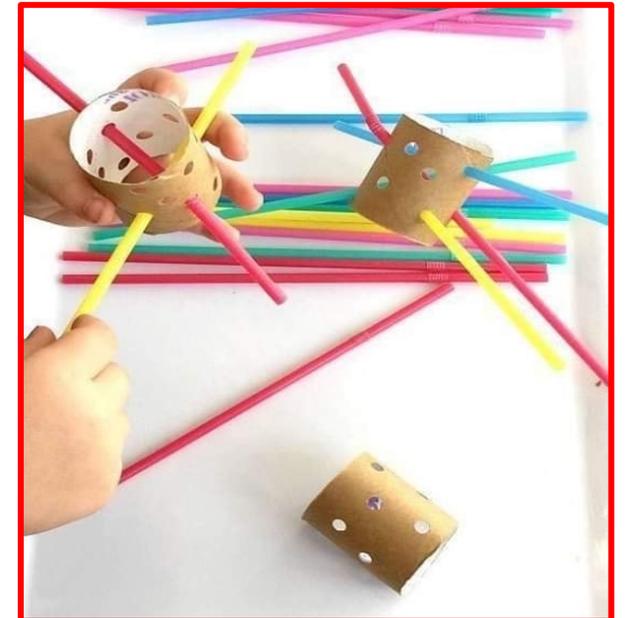
INGREDIENTES:

- 1 OVO PEQUENO
- 4 COLHERES DE LEITE
- 3 COLHERES DE ÓLEO
- 2 COLHERES DE CHOCOLATE EM PÓ
- 4 COLHERES DE FARINHA DE TRIGO COM FERMENTO
- 4 COLHERES DE AÇÚCAR

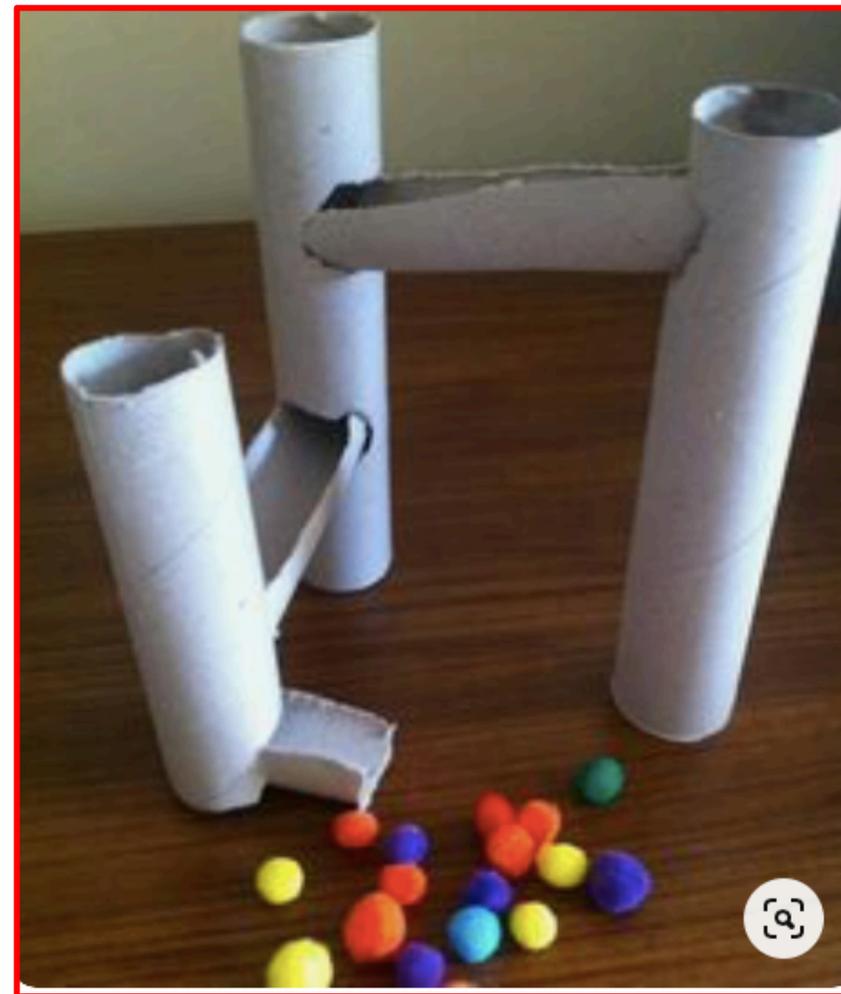
MODO DE PREPARO:

- 1- NA CANECA COLOQUE O OVO E BATA.
- 2- COLOQUE O ÓLEO, O AÇÚCAR, O LEITE, O CHOCOLATE E BATA MAIS.
- 3- COLOQUE A FARINHA DE TRIGO COM FERMENTO E MISTURE ATÉ ENCORPAR.
- 4- LEVE AO MICRO-ONDAS, 3 MINUTOS EM POTÊNCIA ALTA.

BRINCANDO COM SUCATAS



BRINCANDO COM SUCATAS



CRIANDO PISTA DE CARRINHOS

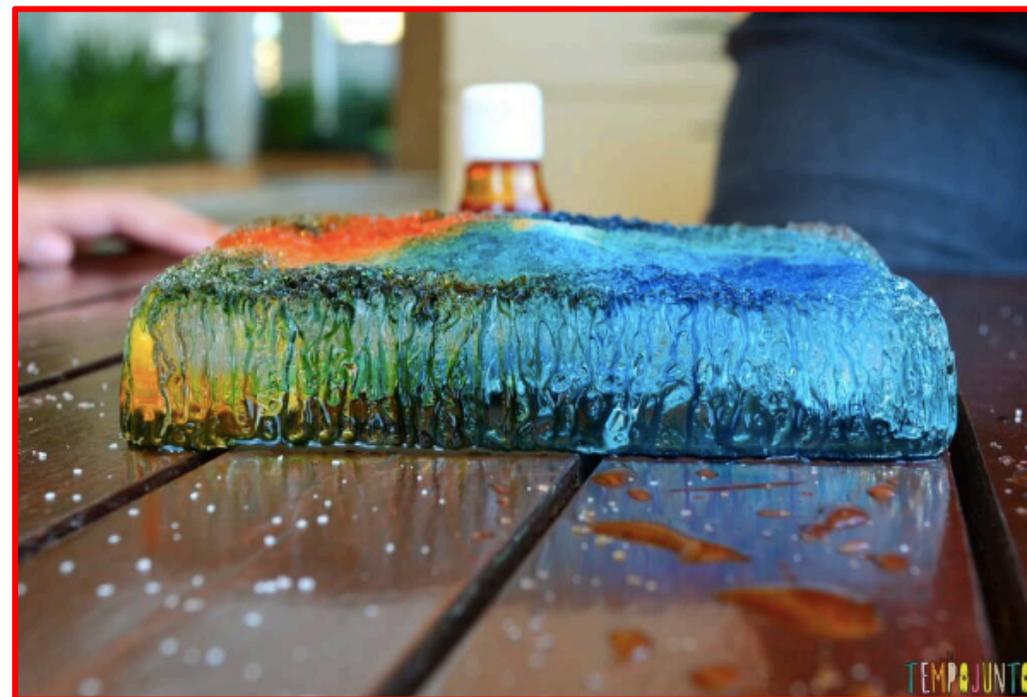


PINTURA NO GELO

COLOQUE ÁGUA EM UM POTE NO CONGELADOR. DESENFORME O GELO.

PRIMEIRO ESPALHE UMA FINA CAMADA DE SAL SOBRE O BLOCO DE GELO.

O SAL IRÁ PENETRAR NO GELO E FORMAR PEQUENAS FISSURAS. EM SEGUIDA, COLOQUE O CORANTE.



EXPLOSÃO DE CORES



INGREDIENTES

- 1 COPO
- ÁGUA
- UM POUCO DE ÓLEO VEGETAL
- CORANTE DE ALIMENTOS OU TINTA GUACHE

PREPARO

1. DESPEJE A ÁGUA NO COPO.
2. COLOQUE O ÓLEO E DEIXE QUE ELE DESCANSE, DESFAZENDO AS BOLHAS.
3. PINGUE AS GOTAS DO CORANTE OU DA TINTA NA SOLUÇÃO DE ÁGUA E ÓLEO.
4. NO PRIMEIRO MOMENTO, O CORANTE FORMARÁ BOLHAS PRESAS NA FAIXA DE ÓLEO NO COPO, MAS LENTAMENTE ESSAS BOLHAS IRÃO ATRAVESSAR A CAMADA DE ÓLEO E QUANDO TOCAREM NA ÁGUA IRÃO ESTOURAR, FORMANDO FITAS COLORIDAS RODOPIANTES.

TINTA DANÇANTE



INGREDIENTES:

- 1 PRATO RASO GRANDE
- LEITE
- CORANTE DE ALIMENTO
- DETERGENTE DE COZINHA
- COTONETE

PREPARO:

- 1- COLOQUE UM POUCO DE LEITE NO PRATO E PINGUE GOTAS DE CORANTE, DEIXANDO UMA COR BEM LONGE DA OUTRA.
- 2- COM UM COTONETE MERGULHE UMA DAS PONTAS DO ALGODÃO EM UM POUCO DE DETERGENTE.
- 3- CONTE ATÉ TRÊS E COLOQUE O COTONETE BEM NA VERTICAL NO PRATO.
- 4- DIVIRTA-SE COM A MISTURA LINDA QUE AS TINTAS FARÃO.

APLICATIVOS



Silabando- estimula a aprendizagem de escrita.



GCompris - atividades educativas para crianças de 2 a 10 anos.



Aprender a ler- auxilia na aprendizagem de leitura e escrita.



Genius- trabalha as habilidades de memória operacional e atenção visual.



MemoMix- treina memória, atenção, processamento espacial e fonológico

JOGANDO EM FAMÍLIA

NESSE APLICATIVO, TREINE O SEU INGLÊS E CONVIDE PESSOAS DE SEU CONVÍVIO PARA JOGAREM, CADA UM EM SUA CASA.

COM JOGOS INTERATIVOS E DE DIFERENTES MODALIDADES, DESAFIE OS PARTICIPANTES.



Houseparty 12+

Group Video Chat

[Life On Air, Inc](#)

#1 in Social Networking

★★★★★ 4.9, 159 Ratings

Free · Offers In-App Purchases

**DEIXO AQUI MEU CARINHO E SOLIDARIEDADE PARA CADA UM.
JUNTO-ME A VOCÊS NESSA LUTA, CONFIANDO DE QUE ASSIM SOMOS
MUITO MAIS FORTES E QUE SAIREMOS DESSA CRISE FORTALECIDOS
EM NOSSOS VALORES E PROPÓSITOS COMO ESSÊNCIA HUMANA. ❤️**