

## **Lista de actividades para alunos do jardim-de-infância.**

**Caros pais,**

**Para os seus filhos muitas actividades diárias, actividades que se encaixam na rotina diária e actividades a serem feitas com materiais de casa são experiências de aprendizagem reais e concretas.**

**Uma criança nunca faz “mal” uma actividade. Ela comete erros, tenta e pratica. É assim que aprendemos e como somos bem sucedidos.**

**O seu filho precisa de um ritmo regular.**

**Tente levantar-se, dormir uma sesta e ir para a cama à mesma hora todos os dias.**

**Tente fazer certas actividades ao mesmo tempo todos os dias. Por exemplo: desenhe com ele de manhã, jogue um jogo de tabuleiro com ele à tarde e leia-lhe uma história antes de ir para a cama.**

**Se você não fala francês, faça as actividades desta lista em seu próprio idioma.**

### **Praticar actividades de matemática:**

- Usar a vida quotidiana para aprender a contar. Por exemplo: vá buscar 4 maçãs para um bolo, conte o número de legos ou carros, ponha a mesa para 4, há mais maçãs ou pêras na mesa? etc.
- Classificar os objetos com ele. Por exemplo: organizar os carros do menor para o maior, ordená-los por cores, organizar caixas dentro uns dos outros, etc.
- Situe-se no tempo perguntando, por exemplo, ao seu filho todos os dias: que dia é hoje? Em que mês estamos?
- Fazer puzzles com o seu filho.
- Fazer-lhe perguntas usando os nomes dos quartos da casa, os nomes dos móveis e as palavras "ao lado", "em cima", "por baixo", etc. Por exemplo: faça a criança adivinhar onde você escondeu seu brinquedo fofo, guiando-a com palavras: ele está dentro, debaixo, por cima, etc.
- Jogar jogos de tabuleiro com ele: jogos de cartas, dominó, jogos de ganso, cavalos pequenos, etc. É difícil de perder nesta idade: é normal, é também um aprendizado.

### Praticar actividades linguísticas:

- Ler ou contar uma história ao seu filho e pedir-lhe que a conte. Faz perguntas se ele ou ela não o conseguir fazer.
- Peça ao seu filho para descrever uma foto em um livro.
- Peça ao seu filho para contar sobre um desenho animado que ele acabou de ver (use com moderação, evite de manhã ao acordar ou à noite, pouco antes de ir para a cama).
- Peça ao seu filho para contar sobre um momento da vida real. Por exemplo, um momento na escola ou durante o dia.
- Pedir-lhe para dizer de outra forma o que ele queria dizer quando ele se exprimiu mal.
- Se ele pronunciar mal uma palavra, peça-lhe que olhe para a sua boca, diga a palavra e peça-lhe que a repita.
- Jogar jogos de tabuleiro com ele e pedir-lhe para explicar as regras quando as tiver entendido.

### Participar em actividades da vida diária :

- Fazê-lo participar consigo na vida quotidiana da casa: pôr a mesa, limpar, arrumar, etc.
- Cozinhar com ele, pedindo ao seu filho para dizer os nomes dos ingredientes. Dê-lhe os passos da receita para que o seu filho possa repeti-los.
- Peça ao seu filho para se vestir sozinho e para dizer o que ele está vestindo. Peça-lhes para se vestirem em uma ordem: calcinhas, meias, camiseta, etc.
- Ensine o seu filho a colocar atacadores nos buracos dos sapatos e as crianças mais velhas a atar os seus próprios atacadores.
- Cuide das plantas e animais com ele, se tiveres algum/a.
- Pendurar a roupa com ele, pendurando-a com cavilhas de roupa.
- Ordenar com ele as meias de toda a família: por tamanho, por cor, etc.

### Praticar actividades manuais ou artísticas:

- Sugerir que desenhem ou pintem o que querem, o que vêem ou observam ou um momento do seu dia.
- Ouça uma música com ele e pergunte-lhe se ele gostou e porquê?
- Faça-o manusear massa de barro ou sal: faça bolas, salsichas, animais, etc.
- Dançar com ele à música que gostem.
- Pedir-lhe que se mova imitando um animal: saltando como um sapo, rastejando como uma cobra, etc.
- Deixe-o manusear diferentes objectos enquanto cozinha, por exemplo: colheres, espátulas, funis, panelas. Deixe-o deitar água com estes objectos para uma bacia. Ele deverá ajudar-lhe a limpar depois.
- Cante rimas de berçário com ele.
- Fazê-lo ouvir ruídos de fora e pedir-lhe para adivinhar o que é.
- Desenhar algo para o outro adivinhar.
- Jogar jogos de construção com ele: legos, kapla, ou quaisquer outros objetos empilháveis ou embutidos como copos, potes de iogurte.

### Praticar actividades físicas

- Fazer ginástica com ele: equilíbrio, saltos, rolos, etc., que não requerem muito espaço ou movimentos de dança.
- Fazê-lo andar sobre almofadas sem cair.
- Peça-lhe para andar numa linha equilibrada.
- Fazê-lo rastejar debaixo das cadeiras.
- Atira meias com ele num cesto no chão ou num cesto sobre uma mesa.

### Praticar actividades científicas

- Plante com ele sementes de lentilha, feijão e abóbora no solo, no algodão, etc. Peça-lhe para desenhar o que você fez. Toda semana observe com ele e peça-lhe para desenhar uma vez por semana o que você plantou.
- Peça-lhe para provar alguma comida e que reconheça se é doce ou salgada. Para as crianças mais velhas, peça-lhes que reconheçam o que provaram.

- Peça-lhes que toquem nos objectos vendados e peça-lhes que os reconheçam, que os descrevam: é pequeno, é macio, é doce, etc.
- Sair para a natureza ou para o parque o mais rápido possível. Entretanto, olhe pela janela ou varanda e pergunte: está quente ou frio? O tempo está seco ou húmido? Sinta o vento, olhe para as nuvens, para as cores das flores...

## **Lista de actividades para estudantes do ensino básico**

**Caros pais,**

**Para os seus filhos muitas actividades diárias, actividades que se encaixam na rotina diária e actividades a serem feitas com materiais de casa são experiências de aprendizagem reais e concretas.**

**Uma criança nunca faz mal uma actividade. Ela comete erros, tenta e pratica. É assim que aprendemos e como somos bem sucedidos.**

**O seu filho precisa de um ritmo regular.**

**Tente levantar-se e ir para a cama à mesma hora todos os dias.**

**Tente que o seu filho faça certas actividades todos os dias à mesma hora. Por exemplo: desenhar de manhã, jogar um jogo de tabuleiro à tarde e ler uma história antes de ir para a cama.**

**Se você não fala francês, faça as actividades desta lista em seu próprio idioma.**

### **Fazer actividades matemáticas:**

- Use a vida cotidiana para aprender a contar: por exemplo, se você fizer uma receita peça ao seu filho para dobrar as proporções para passar de uma receita para 2 para uma receita para 4 ou mais difícil, passe de uma receita para 6 para uma receita para 8.
- Com ele, pesar, medir objetos na casa, compará-los uns com os outros ou com o seu próprio peso ou altura. Exemplo: para fazer uma Samia, de quantas almofadas você precisa?
- Situe-se no tempo perguntando ao seu filho todos os dias, por exemplo: que dia é hoje? Que horas são? Podes fazer isto em meia hora. Diz-me quando for a altura. Quanto tempo durou esta actividade?
- Jogue jogos de tabuleiro com ele: jogos de cartas, xadrez, damas, inhame, tamgrama, mikado, dominó, ... Faça-o dizer quem ganhou e como.
- Desenhar o mapa/planta do seu quarto, a casa, a residência, o bairro.
- Localizar o leste (onde o sol nasce) e o oeste (onde o sol se põe), o norte e o sul.

- Observar com ele todos os dias a que horas o sol se põe e nasce.
- Cada dia, peça-lhe que escreva uma palavra/frase no calendário: uma actividade, um desafio, uma memória, uma pessoa a quem se telefonou, uma piada, uma emoção.

### Praticar actividades linguísticas:

- Ler uma história para (ou com) o seu filho e pedir-lhe que a conte. Fazer-lhe perguntas se ele não puder.
- Peça ao seu filho para contar um desenho animado que ele acabou de ver (para ser consumido com moderação, evitar de manhã ao acordar ou à noite, pouco antes de ir para a cama). Ofereça-se para desenhar o desenho animado e escrever os diálogos ou o resto da história. Oferta para mudar o fim da história.
- Peça ao seu filho para contar uma história verdadeira. Por exemplo, um momento na escola ou durante o dia.
- Peça-lhe para dizer de outra forma o que ele quis dizer quando se exprimiu mal.
- Peça-lhe para ler por prazer: revista, quadrinhos, romance, álbum, mangá, etc.
- Escrever o que ele quer: um resumo de uma banda desenhada, um livro, um álbum, uma manga, o que ele fez durante o dia, uma palavra para seus amigos, para os alunos da classe, etc.
- Escrever à sua família pelo correio ou por email.
- Sugerir-lhe a leitura em voz alta, para um membro da família, grande ou pequeno. Podemos partilhar os diálogos falando à vez, mudando as nossas vozes...
- Jogar jogos de tabuleiro com ele e pedir-lhe para explicar as regras quando ele as entender.
- Desenhar e fazê-lo adivinhar o desenho, desenhar expressões, o jogo da forca, desenhar o oposto de uma palavra, etc.

### Participar em actividades da vida diária :

- Envolvê-lo na vida quotidiana da casa: pôr a mesa, limpar, arrumar, etc.
- Cozinhar com ele, pedir-lhe para dizer os nomes dos ingredientes. Para crianças mais velhas, peça-lhes que façam a receita por conta própria, seguindo os passos e respeitando o peso dos ingredientes.
- Peça-lhes para cuidarem das plantas e dos animais, se tiveres alguma.
- Desenhe as plantas ou animais da casa.

### Praticar actividades manuais ou artísticas :

- Oferecer-se para desenhar ou pintar o que quer, o que vê ou observa ou um momento do seu dia.
- Proponha-lhe desenhar ou pintar enquanto se ouve música.
- Colar papel colorido ou cortado em revistas para fazer um mosaico, um assemblage, um retrato, uma pintura abstrata, etc.
- Pedir-lhe para fazer uma escultura com o que tem em casa: papel, massa de barro ou sal, blocos de madeira, arame, caixas de papelão reutilizadas
- Ouvir com ele uma música e perguntar-lhe se ele gostou e porquê?
- Sugerir-lhe que faça animais, monstros, etc. a partir de massa de modelar barro ou sal.
- Revezarem-se fazendo um ritmo do início ao fim de uma peça musical (por exemplo palmas, percussão).
- Cantar canções com ele/ela.
- Pedir-lhe que se mova imitando um animal: salte como um sapo, rasteje como uma cobra, etc.
- Desenhar algo que a outra pessoa possa adivinhar.
- Jogar jogos de construção com ele/ela: legos, kapla, etc. Desafiarem-se uns aos outros. Por exemplo: fazer o edifício mais alto.
- Fazer um circuito de dominó ou peças para cair, ou percursos para rolar uma bola ou um berlinde.
- Peça-lhe para reler ou dizer em voz alta os seus poemas favoritos e partilhá-los com a família. Sugerir que tentem várias formas diferentes de os dizer:

sussurrar, gritar, rir...

- Sugerir que ele ou ela termine ou comece ilustrações de poemas, canções, shows, etc., nos cadernos
- Sugerir que ele ou ela se vista de uma maneira que não pode ser reconhecida e tirar uma foto de si mesma.
- Construir com ele a torre mais alta possível com o que você tem em casa e ver como medi-la .

### Praticar actividades físicas

- organizar um aquecimento completo com a família, como antes do ginásio ou da dança e alongamentos.
- Fazer ginástica (equilíbrio, saltos, rolos) que não necessitem de muito espaço.
- Dançar com ele a música que gostamos

### Praticar actividades científicas

- Fazê-lo plantar lentilha, feijão, sementes de abóbora no chão, em algodão... Desenhe o que fez e observe e desenhe uma vez por semana o que plantou.
- Observar animais com ele, se tiveres algum. Faça perguntas e tente respondê-las observando-as.
- Fazer objetos para enfrentar um desafio. Por exemplo, faça um pára-quadras com objetos reciclados. O vencedor é a pessoa cujo pára-quadras bate no chão por último.
- Sair para a natureza ou ir ao parque o mais rápido possível e observar as diferentes plantas, procurar animais, etc.

**Para as crianças mais velhas, fazer as atividades para o jardim de infância ou para os alunos do ensino fundamental com suas irmãs ou irmãos pequenos.**