

Ficar em casa também é divertido!

Atividades e jogos para crianças



É tempo de ficar em casa!

Sabemos que estamos a viver dias diferentes. Agora não vamos à escola e ficamos em casa. Mas podem ser dias divertidos para fazer atividades e jogos que habitualmente não fazemos.

Antes de mais, é importante seguir os conselhos dos adultos e não sairmos à rua, cumprir o horário para colaborar nas tarefas de casa e fazer os trabalhos que nos enviaram da escola e... depois de fazer tudo, **temos tempo para brincar!**

É por isso, que damos algumas sugestões de jogos e atividades que podes fazer em casa.



© UNICEF | Março 2020

Tradução: UNICEF Portugal

Original: UNICEF Guatemala / UNICEF México / Secretaría de Salud-México (2020). ¡Quedarnos en casa también es divertido! Actividades y juegos para niños y niñas.



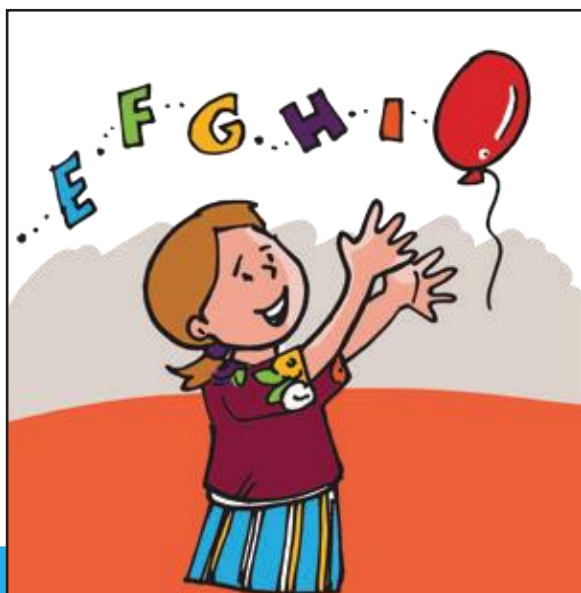
Faz um bolo ou uma salada.

Faz uma receita que seja fácil e que leve os ingredientes que tens em casa.



Grava um vídeo com o telefone.

Podes dar asas à tua imaginação e fazer um vídeo, um anúncio ou uma peça de teatro.



Joga voleibol com um balão ou diz uma letra do alfabeto sempre que o balão cair no chão. O desafio é chegar à letra "z".



Jogos de mesa, jogo da memória, jogo das damas, jogo do loto, quebra-cabeças, etc.





Adivinha o filme.

Faz gestos de mímica para que os outros adivinhem.



Frio ou quente.

Esconde um objeto e pede que o procurem, sabendo que frio significa distante e quente está próximo.



Espalha mensagens pela casa.

Escreve ou desenha, em tiras de papel, mensagens surpresa que espalhas pela casa. Vais receber um sorriso de quem as encontrar.



Decora e arruma a casa.

Ajuda a decorar e a trocar os móveis de sítio.





Inventa uma coreografia.

Escolhe uma música que gostes e inventa uma coreografia.



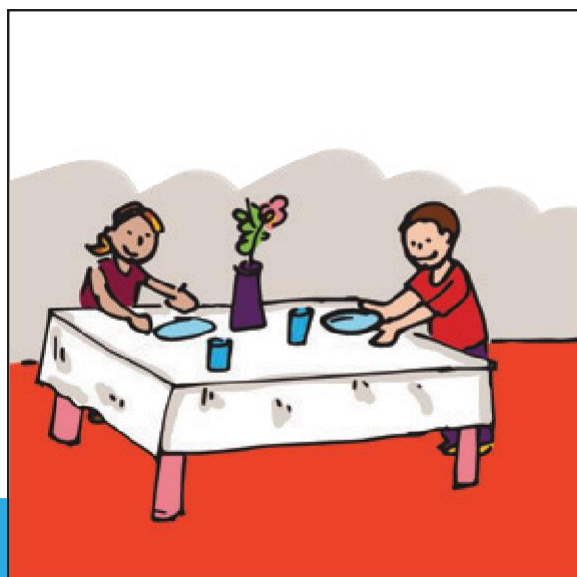
Retratos em grupo.

Um faz pose e os outros desenham. Qual ficou mais parecido?



Grava um programa de rádio.

Imagina que fazes um programa de rádio. De que falavas? Que tipo de música passavas? Podes gravar e ouvir de seguida.



Prepara uma mesa especial.

Tens tempo para preparar uma mesa bonita. Pode ser para o pequeno almoço, almoço ou jantar.





Inventa uma música.

O desafio é compor uma música. Deixa a tua imaginação correr à solta.



Faz exercício físico ou ioga.

Podes pesquisar na internet e imitar uma aula de dança ou ioga.



Desfile de fantasia.

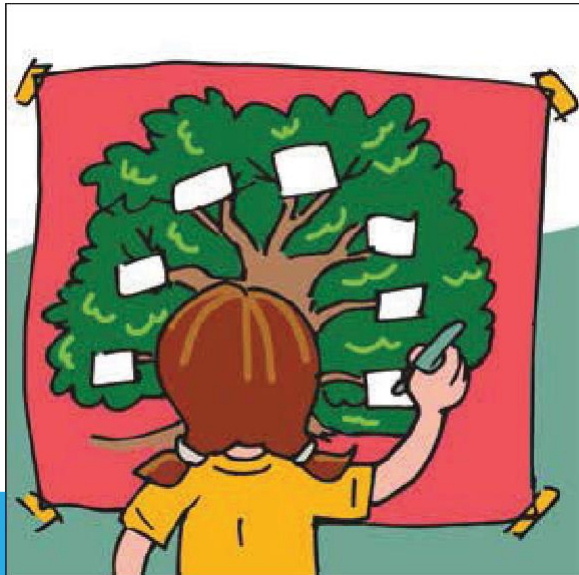
Cria personagens e organiza um desfile.



“Se eu fosse---”.

Se fosses um animal, quem serias? Porquê? E se fosses um planeta, um alimento ou uma peça de roupa?





Faz a árvore genealógica.

Numa folha desenha uma árvore com os elementos da tua família. Podes também juntar os teus amigos.



Monta uma tenda.

Com mantas e móveis constrói uma tenda, onde podes contar histórias.



Escreve um diário.

Anota o que fazes, todos os dias. Podes decorar o diário.



Faz aviões de papel.

Constrói aviões de papel.





Escreve um poema

Deixa sair o poeta que tens dentro de ti e escreve uma bonita poesia. Não precisa de rimar.



Super-Heróis ao poder.

Cada um escolhe um superpoder e começa o jogo...



Telefone sem fio.

Pensa numa frase. Diz ao ouvido de quem está ao teu lado direito e assim sucessivamente até ao último elemento do grupo.



Ler uma história.

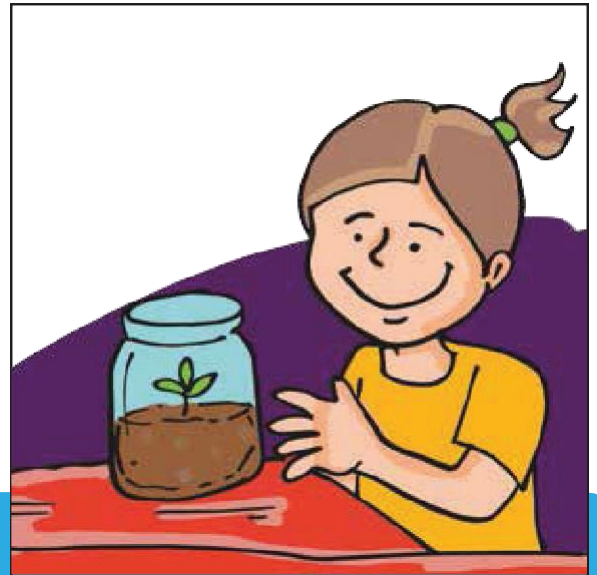
Leiam uma história. Cada um faz a voz de uma personagem.





Faz colagens.

Junta revista e jornais antigos, corta e cola e constrói uma paisagem ou personagens divertidas.



Semeia uma planta.

Num frasco com algodão ou na terra semeia uma planta... e espera que cresça.



Escreve uma carta.

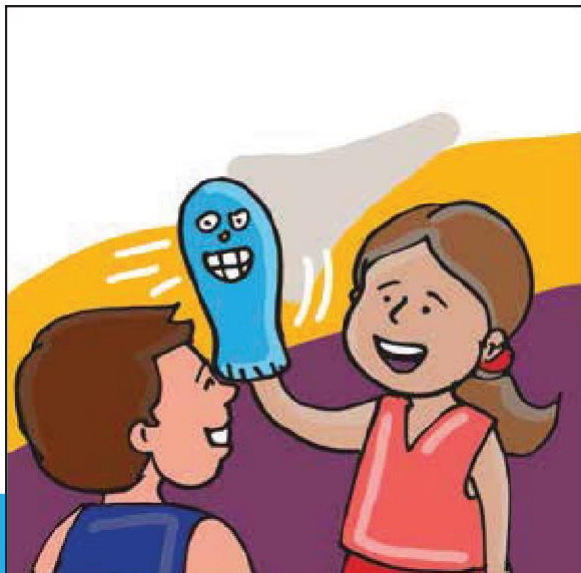
Escolhe uma pessoa especial e escreve-lhe uma carta. Vai gostar de recebê-la.



Faz um piquenique – Um dia no campo.

Prepara uma refeição, arranja uma toalha de mesa e simula um piquenique num lugar onde gostas de ir.





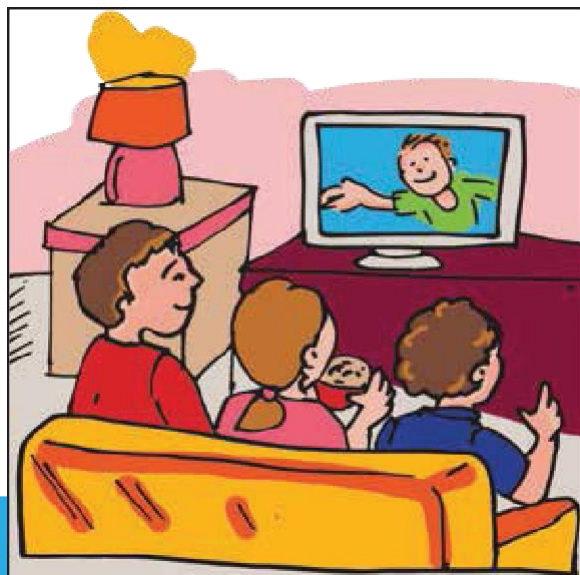
Bonecas de pano.

Procura meias velhas para construir bonecas, com botões, marcadores, pedaços de pano, etc.



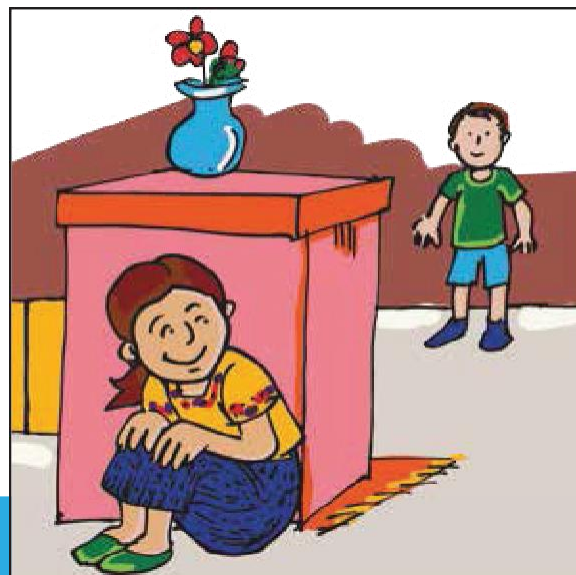
Faz um karaoke.

Escolhe um objeto para fazer de microfone e começa a cantar.



Cinema em casa.

Faz os bilhetes, prepara as pipocas e disfruta do filme.



Às escondidas.

Escolhe os melhores lugares para te esconderes na tua casa. Um membro da tua família conta de 1 a 10 e vai apanhar-te.





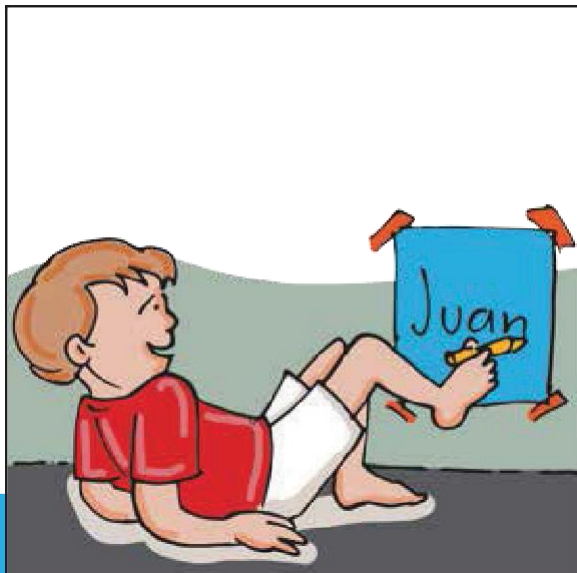
O que gosto mais.

Diz em voz alta ou escreve o que gostas mais em cada um dos membros da tua família.



Trava-línguas.

Conheces trava-línguas? Qual é o trava-línguas mais difícil que conheces? Tenta dizê-lo ainda mais rápido?



Desenha com os pés.

Consegues escrever o teu nome com um pé ou desenhar uma casa?



Conta piadas.

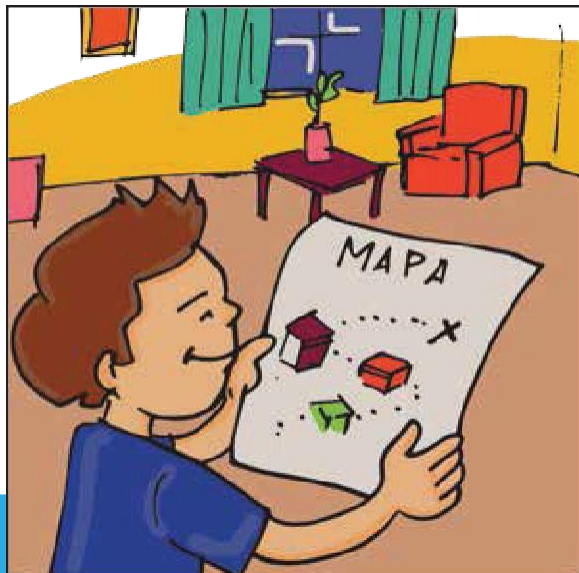
Partilha as tuas melhores piadas...





Equilibrista.

Coloca uma fita ou um fio de lã e tenta caminhar por cima, como se fosses um acrobata. Não é tão fácil como parece!



Caça ao tesouro

Esconde um objeto. Dá pistas para encontrarem o tesouro.



Desenho coletivo.

Começa por desenhar uma ideia no papel. Passa para o próximo, que vai continuar o desenho. No final têm um desenho coletivo.



As tuas músicas preferidas.

Recorda as tuas músicas preferidas.





unicef 

para todas as crianças