



## SUGESTÃO DE ROTINA PARA QUARENTENA- INFANTIL 4 A e B



SEGUNDA – FEIRA	TERÇA - FEIRA	QUARTA - FEIRA	QUINTA - FEIRA	SEXTA - FEIRA
	BRINCAR COM BRINQUEDOS (BONECAS/PANELINHAS OU CARRINHOS/SUPER HERÓIS)	AJUDAR EM UMA ATIVIDADE DA CASA/ OU CULINÁRIA (PREPARAR UMA RECEITA EM FAMÍLIA)	BRINCAR DE CASINHA/CARRINHOS. ARRUMAR OS BRINQUEDOS E SEPARAR O QUE NÃO USA MAIS	OUVIR MÚSICA, DANÇAR E SE FANTASIAR
	<b>ATIVIDADE</b> TREINAR A COORDENAÇÃO MOTORA DICA: PINTURA LIVRE ( PINTAR SEM SAIR PARA FORA)	<b>ATIVIDADE</b> TREINAR A COORDENAÇÃO MOTORA DICA: COLOCAR OBJETOS PEQUENOS DE UM POTE PARA O OUTRO USANDO UM PRENDEDOR DE ROUPA.	<b>ATIVIDADE</b> TREINAR A COORDENAÇÃO MOTORA DICA: TREINAR AS LETRINHAS DO NOME. COLAR PAPEL PICADO EM VOLTA PARA DECORAR.	<b>ATIVIDADE</b> TREINAR A COORDENAÇÃO MOTORA DICA: ATIVIDADES COM TESOURA E PAPEL (RECORTAR O CABELO MALUCO/ PICAR PAPEL
	FAZER UM LANCHE	FAZER UM LANCHE	FAZER UM LANCHE	FAZER UM LANCHE
	OUVIR MÚSICA, DANÇAR E SE FANTASIAR	BRINCAR DE CABANA	HORA DA HISTÓRIA/ OUVIR OU CONTAR UMA HISTORINHA PARA A FAMÍLIA	BRINCAR DE DESENHAR E PINTAR
	ARTESANATO  DICA: CONFECCIONAR UM FANTOCHE COM MEIAS USADAS/INVENTAR UM JOGO DE TABULEIRO	CINEMINHA COM PIPOCA	ATIVIDADE FÍSICA  DICA: PULAR CORDA, BRINCAR DE AMARELINHA, PULAR E ROLAR, FAZER ALONGAMENTOS.	ARTESANATO DICA: MENINAS: FAZER UM LAÇO PARA CABELO COM A MAMÃE MENINOS: FAZER UMA PISTA DE CARRINHOS COM PAPELÃO COM O PAPAÍ
	AJUDAR A GUARDAR E ORGANIZAR A CASA NO FIM DA TARDE	AJUDAR A GUARDAR E ORGANIZAR A CASA NO FIM DA TARDE	AJUDAR A GUARDAR E ORGANIZAR A CASA NO FIM DA TARDE	AJUDAR A GUARDAR E ORGANIZAR A CASA NO FIM DA TARDE

