

L+U
D+I

Família



PlenaMente

“Uma dentada de cada vez”

Atividade

Descrição

Distribuir por cada elemento da família uma bolacha. Cada um terá que observar, tocar e cheirar a sua bolacha.

Partilhem com as crianças o que estão a sentir e a pensar antes de comerem a bolacha e peçam-lhes que façam o mesmo (“a que cheira?”,”é suave?”).

De seguida trincar um pouco da bolacha e pedir às crianças que descrevam o seu sabor (“é doce?” ,“é salgado?”).

Para terminar, saboreiem juntos as bolachas.

Intenção

Estimular os sentidos e a concentração.

#FiqueEmCasa

MAIA

Sorrir
para
a Vida.

