AMOSTRA GRÁTIS Missão 5 · O que mudou?

BORA, CONSIGO!

PARA A CRIANÇA QUE DIZ «NÃO CONSIGO»

12 missões curtas para fazer em família,
sem ecrãs e com o que já há em casa



4-8 anos



O TEU COMPANHEIRO DE MISSÕES

Olá! Eu sou o Pio.

Sou um passarinho pequeno e ainda estou a aprender a voar.

Às vezes caio do ramo e digo: «Não consigo!»
Depois sacudo as penas, abro as asas e tento outra vez.

Vou estar contigo nas 12 missões.
Em cada cartão, sou eu que te faço a primeira pergunta.

E se alguma coisa correr mal à primeira, não faz mal.
A mim também me acontece.

Quando quiseres começar, diz comigo:

BORA, CONSIGO!

O CAMINHO BORA

Quatro passos para crescer com confiança



1 Bater à porta da descoberta

Escolhemos a missão e preparamos o que é preciso.

2 Observar e explorar

Olhamos, escutamos e reparamos no que acontece.



3 Realizar e refletir

Experimentamos, vemos o que correu bem e tentamos outra vez.





4 Assumir a conquista

Contamos o que descobrimos e pintamos o carimbo.

O adulto acompanha sem controlar.
Pode dar tempo, fazer perguntas abertas e adaptar a missão.

ANTES DE COMEÇAR

Regras de segurança

Estas regras valem para todas as missões. Cada guia acrescenta os cuidados próprios da atividade.

Sempre

- A criança pode pedir ajuda, fazer uma pausa ou não querer continuar.
- O adulto acompanha e mantém a responsabilidade pela segurança, pelos materiais e pelo percurso.

Materiais

- Usa apenas objetos seguros, sem peças pequenas que possam ser engolidas.
- Prefere plástico a vidro. Evita objetos pesados, frágeis ou cortantes.

Construções

- Usa peças leves numa superfície plana, firme e estável, e mantém as construções baixas.
- Não uses cadeiras, pilhas altas ou superfícies instáveis.

Luz e sombras

- Usa uma lanterna LED que não aqueça e nunca apontes a luz para os olhos.
- Não uses velas nem fontes de calor. Se a criança se sentir desconfortável, mantém a divisão iluminada.

Sentidos

- Não forces o toque nem tapes os olhos.
- Evita alimentos, produtos de limpeza, plantas desconhecidas e objetos quentes.

Esconder e procurar

- Mantém sempre a procura à vista e ao alcance do adulto.
- Não escondas objetos em locais altos, fechados ou onde a criança tenha de se afastar de ti.

Emoções

- Se uma história tocar numa experiência difícil, muda de exemplo ou termina a atividade.
- Não pressiones a criança a contar experiências pessoais.
- Se a criança contar alguma coisa que te preocupe, escuta com calma, agradece a confiança e não prometas guardar segredo. Para orientação, a Linha SOS Criança e Jovem atende no 116 111 (gratuita e confidencial).

MISSÃO 05

GUIA DO ADULTO

O que mudou?

Pensar e descobrir

Põem dois ou três objetos na mesa, a criança olha bem e vira-se. Mudas uma coisa e ela tenta descobrir o quê. Depois é a vez dela de te pôr à prova.

TEMPO	MATERIAIS	ONDE	TREINA
10 min	2 ou 3 objetos do dia a dia	Em casa	Reparar nos pormenores

OBJETIVO **Observar, comparar e explicar que pormenores ajudaram a descobrir uma mudança.**

Materiais e preparação

Dois ou três objetos familiares para começar, como um lápis, uma colher, um carrinho ou uma meia. Usa uma mesa ou outra superfície estável. Não precisas de papel nem de lápis.

Como conduzir a atividade

1. Convida a criança a escolher dois ou três objetos e ponham-nos à frente dela. Contem juntos até dez enquanto olham. Digam em voz alta onde está cada um: «O lápis amarelo está ao lado da colher.»
2. Pede à criança que feche os olhos ou se vire de costas. Entretanto, muda só uma coisa: troca dois objetos de lugar ou tira um.
3. Convida a criança a voltar a olhar e a descobrir o que mudou. Se tiver dificuldade, dá uma pista simples, sem revelar a resposta.
4. Quando descobrir, troquem de papéis: a criança faz a mudança e és tu que tentas encontrá-la.

A **NO FIM, PERGUNTA** **«O que mudou? Como é que descobriste?»**

O papel do adulto

O objetivo é observar e comparar, não testar a memória nem a rapidez. Começa com uma única mudança. Dá tempo para observar e aceita que a criança peça uma pista ou queira parar.

4-5 anos

Usa apenas dois objetos e faz uma única mudança. A criança pode apontar para o objeto que mudou, sem precisar de explicar.

6-8 anos

Numa segunda ronda, faz duas alterações e pede à criança que identifique ambas. Depois, convida-a a explicar que pormenores a ajudaram.

O que mudou?





Eu olhei bem e mesmo assim enganei-me. Tu descobres o que mudou?

B

Escolhe alguns objetos

O

Olha com atenção

R

Fecha os olhos ou vira-te

Descobre o que mudou

A NO FIM, CONVERSA

O que mudou? Que pormenor me ajudou a descobrir?

Pinta o carimbo n.º 5 no passaporte

GOSTARAM DA MISSÃO?

Há mais 11 missões à vossa espera

O kit completo tem 12 missões para crianças dos 4 aos 8 anos. Cada uma dura entre 10 e 30 minutos e usa o que já há em casa.



01 Detetives das emoções



02 A ponte que aguenta



03 A lanterna das escolhas



04 O som escondido

Já fizeram



05 O que mudou?



06 Preparar uma aventura



07 A torre que dança



08 O mapa do tesouro escondido



09 Uma história com três coisas



10 O desafio das sombras



11 O caminho dos sentidos



12 A missão do pedido de ajuda

No kit completo

- 12 missões, cada uma com guia para o adulto e cartão para a criança
- Adaptações para os 4-5 anos e para os 6-8 anos em todas as missões
- Passaporte de descobertas e autocolantes para recortar
- Quadro das missões para o frigorífico
- Certificado «Missão cumprida!»
- Cartões de bolso para levar nos passeios

BORA, CONSIGO!
kit completo

48 páginas em PDF, para ler no ecrã ou imprimir em casa.

Quero o kit completo

[link da Hotmart a colocar]



Esta amostra é gratuita e podes partilhá-la com outras famílias, tal como está.
BORA, CONSIGO! © 2026 Inês Frazão. Todos os direitos reservados.