



ATIVIDADES DOMICILIARES-PERÍODO DE SUSPENSÃO DAS AULAS

ALIMENTAÇÃO

NO DIA 16 DE OUTUBRO, FOI COMEMORADO O DIA NACIONAL DA ALIMENTAÇÃO. ESTA DATA FOI ESCOLHIDA PARA RESSALTAR A IMPORTÂNCIA DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL PARA AS NOSSAS CRIANÇAS!



Fonte: Alimento vetor criado por gstudioimagen - br.freepik.com

SEGUNDA-FEIRA 26/10

ACOMPANHE A HISTÓRIA DA LAGARTA COMILONA. ACESSE O VÍDEO:
<https://youtu.be/W9Y82N9DJg0>

AGORA CONVERSE COM SUA FAMÍLIA:

1. O QUE A LAGARTA COMEU NA SEGUNDA FEIRA?
2. EM QUE DIA ELA COMEU MAIS FRUTAS?
3. O QUE ACONTECEU COM A LAGARTA APÓS COMER VÁRIOS DOCES E SALGADOS?
4. NO QUE ELA SE TRANSFORMOU NO DOMINGO?
5. PEÇA PARA UM ADULTO FAZER A TABELA ABAIXO EM UMA FOLHA E DESENHE A QUANTIDADE DE FRUTAS QUE A LAGARTA COMEU EM CADA DIA DA SEMANA:

SEGUNDA-FEIRA 1 MAÇÃ	TERÇA-FEIRA 2 PERAS	QUARTA-FEIRA 3 AMEIXAS
QUINTA-FEIRA 4 MORANGOS	SEXTA-FEIRA 5 LARANJAS	



TERÇA-FEIRA 27/10

APÓS COMER FRUTAS E VÁRIOS DOCES, A LAGARTA COMILONA TRANSFORMOU-SE EM UMA LINDA BORBOLETA!

VAMOS DESENHAR O CICLO DA BORBOLETA?

PEÇA PARA UM ADULTO DESENHAR OS CÍRCULOS ABAIXO EM UMA FOLHA E DESENHE CADA ETAPA DO CICLO DA BORBOLETA.



VAMOS FAZER UMA BORBOLETA DE COM ROLO DE PAPEL HIGIÊNICO? VOCÊS PODEM PINTAR, COLAR PAPEL OU FAZER DESENHOS. VEJAM OS EXEMPLOS ABAIXO E USEM A SUA CRIATIVIDADE!



FONTE IMAGENS: PINTEREST

QUINTA-FEIRA 28/10

APRENDA OS NOMES DAS FRUTAS BRINCANDO! PEÇA PARA ALGUÉM DA SUA FAMÍLIA DESENHAR AS FRUTAS EM PALITOS DE SORVETE CONFORME O EXEMPLO ABAIXO E ESCREVER OS NOMES DAS FRUTAS. AGORA É SÓ BRINCAR E APRENDER AS FRUTAS COM ESTE QUEBRA-CABEÇA DIVERTIDO!



FONTE: PINTEREST



SEXTA-FEIRA 29/10

HORA DA DIVERSÃO! ADIVINHE OS ALIMENTOS



FONTE: PINTEREST

PASSO 1: COM AJUDA DE UM ADULTO, PROCURE DIFERENTES ALIMENTOS NA GELADEIRA DE CASA OU NOS ARMÁRIOS. PODE SER LEGUMES, PÃES, FRUTAS, BOLACHAS OU O QUE TIVEREM EM CASA.

PASSO 2: CUBRA SEUS OLHOS COM UMA VENDA.

PASSO 3: PEÇA À OUTRA PESSOA PARA TE DAR UM ITEM DE CADA VEZ. COM CUIDADO, TOQUE, CHEIRE E SINTA A TEXTURA PARA DESCOBRIR O QUE É.

VOCÊ CONSEGUE DESCOBRIR O QUE É SÓ PELO CHEIRO OU TEXTURA? É SALGADO, DOCE OU AMARGO? SE VOCÊ NÃO CONSEGUIR DESCOBRIR NA PRIMEIRA TENTATIVA, A PESSOA VAI TE OFERECER NOVAMENTE O MESMO ALIMENTO NO FINAL E TENDE DESCOBRIR AGORA PROVANDO O ALIMENTO.

NA NOSSA SEMANA DE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NÃO PODERIA FALTAR A SALADA DE FRUTAS!



ESCOLHA 3 FRUTAS OU MAIS PARA FAZER A SALADA.

PODE SER BANANA, MAÇÃ, MAMÃO, LARANJA, PERA, UVA, MANGA OU O QUE TIVEREM EM CASA. COM AJUDA DE UM ADULTO PIQUE AS FRUTAS, JUNTE EM UMA VASILHA E ESPREMA O SUCO DE 1 OU MAIS LARANJAS. DEPOIS, SE PREFERIR, ADOCE A GOSTO.

ESTÁ PRONTA UMA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E GOSTOSA!

FONTE IMAGEM: <https://www.tudogostoso.com.br/receita/787-salada-de-frutas-gostosa.html>



TERÇA-FEIRA 03/11

CONTINUANDO COM O NOSSO TEMA DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL, TROUXEMOS A HISTÓRIA DA CESTA DE DONA MARICOTA. ACESSE O VÍDEO: <https://youtu.be/Vdq05gbWljQ>

AGORA CONVERSE COM SUA FAMÍLIA:

1. QUAIS SÃO OS ALIMENTOS QUE APARECEM NA HISTÓRIA DA CESTA DE DONA MARICOTA?

- A. FRUTAS
- B. LEGUMES
- C. VERDURAS

2. PESQUISE COM SUA FAMÍLIA E DESCUBRA QUAIS AS FRUTAS CITADAS NA HISTÓRIA QUE SÃO RICAS EM VITAMINA C.

3. PORQUE É IMPORTANTE COMER FRUTAS E LEGUMES?

4. VOCÊ GOSTA DE COMER FRUTAS, LEGUMES E VERDURAS?

5. O QUE ACONTECE SE COMERMOS MUITOS DOCES OU OUTROS ALIMENTOS NÃO SAUDÁVEIS?

VAMOS FAZER A CESTA DA DONA MARICOTA? PEÇA PARA UM ADULTO DESENHAR UMA CESTA BEM GRANDE EM UMA FOLHA E DESENHE OS PERSONAGENS DA CESTA DE DONA MARICOTA:





QUARTA-FEIRA 04/11

OBSERVE AS FRUTAS:



FONTE: PINTEREST

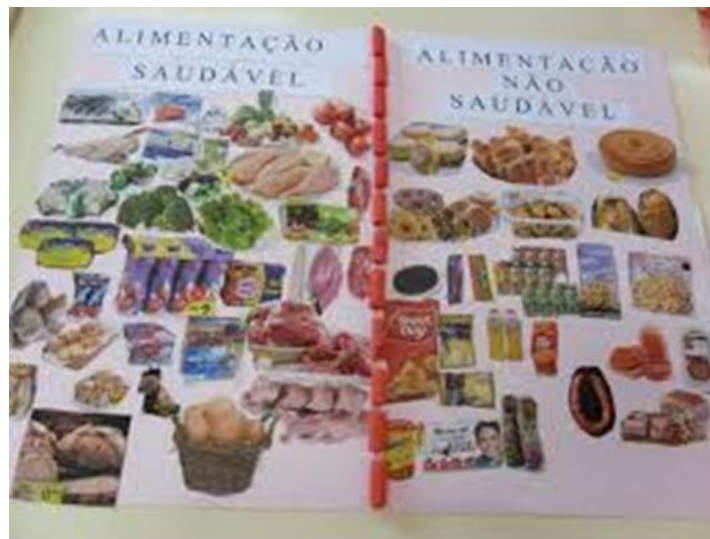
AGORA APONTE COM O DEDINHO E RESPONDA:

1. QUANTAS FRUTAS TEM NESSA IMAGEM?
2. QUANTAS FRUTAS TEM NA COR VERDE?
3. QUANTAS FRUTAS TEM NA COR ROXA?
4. QUANTAS FRUTAS TEM NA COR AMARELA?
5. QUANTAS FRUTAS TEM NA COR VERMELHA?
6. QUANTAS FRUTAS TEM NA COR LARANJA?
- 7.

QUINTA-FEIRA 05/11

ALIMENTOS SAUDÁVEIS E NÃO SAUDÁVEIS

COM AJUDA DA FAMÍLIA, PEGUE UM CARTAZ (PODE SER CARTOLINA OU FOLHAS SULFITES COLADAS UMA NAS OUTRAS) E DIVIDA AO MEIO. AGORA, PEÇA PARA UM ADULTO ESCREVER “ALIMENTOS SAUDÁVEIS” EM UMA PARTE E “ALIMENTOS NÃO SAUDÁVEIS” NA OUTRA METADE DO CARTAZ. RECORTE DE REVISTAS OU PANFLETOS DE SUPERMERCADOS OS ALIMENTOS SAUDÁVEIS E NÃO SAUDÁVEIS E COLE NO CARTAZ. VEJA O EXEMPLO ABAIXO:



FONTE: https://peps_aect.blogs.sapo.pt/2014/11/26/

SEXTA-FEIRA 06/11

BRINCADEIRA: “SÓ BATE PALMA QUANDO FOR FRUTA”

PEDE-SE PARA QUE AS CRIANÇAS BATAM 3 PALMAS DE UMA VEZ. APÓS O ENSAIO, O LÍDER DA BRINCADEIRA COMEÇA A CANTAR A MÚSICA:

ATENÇÃO (BATE TRÊS PALMAS)
CONCENTRAÇÃO (TRÊS PALMAS)
VAI COMEÇAR (TRÊS PALMAS)
JÁ COMEÇOU (TRÊS PALMAS)
A BRINCADEIRA (TRÊS PALMAS)
DA COMIDA (TRÊS PALMAS)
BRASILEIRA (TRÊS PALMAS)
ARROZ (TRÊS PALMAS)
FEIJÃO (TRÊS PALMAS)
MACARRÃO (TRÊS PALMAS)
FORMIGA ...

A CRIANÇA QUE BATER PALMA QUANDO O COMANDO NÃO FOR UM ALIMENTO, RECOMEÇA A MÚSICA NOVAMENTE. INTERCALE A MÚSICA COM NOMES DE ALIMENTOS E OUTROS NOMES PARA FICAR BEM DIVERTIDO!



EMEF Marleciene Priscila Presta Bonfim – 26/10 a 06/11/2020 – Jardim II

SUCO MALUCO

PARA TERMINAR A NOSSA SEMANA DE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL, MAIS UMA RECEITA PARA SABOREAREM:

DEIXE A CRIANÇA ESCOLHER TRÊS OU MAIS ALIMENTOS DA SUA GELADEIRA (COMO VERDURAS E LEGUMES) E DA FRUTEIRA. DIGA: HORA DO SUCO MALUCO! VAMOS VER O QUE VAI VIRAR E QUAL VAI SER O SUCO MAIS MALUCO?



FONTE: <https://soumamae.com.br/sete-sucos-ricos-em-vitaminas-para-criancas/>

SUGESTÃO: VOCÊS PODEM MISTURAR FRUTAS E LEGUMES COMO BETERRABA COM LARANJA E MAÇÃ, CENOURA COM LARANJA. ABACAXI COM COUVE, MANGA COM CENOURA ETC. USE A IMAGINAÇÃO!

AS ATIVIDADES ELABORADAS PELA PROFESSORA MIRIAM PARA OS NOSSOS ALUNOS DA EDUCAÇÃO ESPECIAL (AEE) DEVEM SER RETIRADAS NA ESCOLA.