

|   |                 |                     |
|---|-----------------|---------------------|
| ESCOLA MUNICIPAL: PROFESSOR SEBASTIÃO VAYEGO DE CARVALHO  |                 |                     |
| NOME DO ALUNO:  | DATA 09-10-2020 | SEMANA: 06          |
| PROFESSOR: CHAINE NOGUEIRA  |                 | TURMA: JD IA B e C. |
| CAMPO DE EXPERIÊNCIA: Corpo, Gestos e Movimentos.   |                 |                     |
| OBJETIVO DE APRENDIZAGEM: (EI03CG04) Adotar hábitos de autocuidado relacionados à higiene, alimentação, conforto e aparência. |                 |                     |

Atividade de 09 de outubro de 2020.

Tema da aula: **Alimentação Saudável**

**Atenção:** Antes de iniciar nossa atividade assistam ao vídeo com um desenho animado sobre alimentos saudáveis e alimentos não saudáveis.

Aperte a tecla **Ctrl** e clique duas vezes na frase abaixo.

**LINK:** [Alimentos Saudáveis](#)

## Aula 1

**Preparação física:**



Em pé e olhando para frente, passar o braço esquerdo por baixo do queixo e segurar no cotovelo com o outro braço, deixando estendido conte até cinco. Repita o exercício com o braço direito e conte até cinco.

Sentado com as pernas estendidas (imagem da menina sentada), segure na ponta dos pés e conte até dez. Depois conforme a imagem do menino flexione a perna direita para dentro e segure no joelho esquerdo contando até dez. repita o exercício com a perna esquerda.

## Aula 2

### Brincadeira Labirinto

**Objetivos:** Desenvolver as capacidades físicas.

Trabalhar as habilidades motoras.

Trabalhar a lateralidade, direção e atenção.

**Material:**

- ✓ Quatro garrafas plásticas de refrigerante ou suco, pequenas. Se não for possível podem ser usadas às garrafas de leite ou refrigerante das aulas anteriores.
- ✓ Um balde pequeno ou pote médio.
- ✓ Duas folhas de caderno e um lápis.
- ✓ Barbante, fita ou linha.

**Desenvolvimento:**

Recorte a primeira folha e escreva os nomes de alimentos saudáveis em pedaços de papel, exemplo; Frutas, verduras, legumes, macarrão, arroz e feijão, suco natural. Coloque esses pedaços de papel dentro do balde pequeno.

Com a segunda folha recorte quatro pedaços pequenos de papel e escreva nomes de alimentos que são indicados como não sendo saudáveis, por exemplo; Frituras, balas, doces, salgadinhos, e refrigerante. Cole um nome de alimento não saudável em cada garrafinha e coloque um pouco de água ou areia (garrafa pequena pode encher), para ter um peso ideal e fazer a nossa atividade dar certo.

Em seguida recorte quatro pedaços de barbante ou fita com 60 centímetros cada e amarre um em cada garrafa junto à tampa. A outra ponta que sobrou do barbante será amarrada em um varal ou uma corda esticada no alto, cada garrafa terá uma distância da outra de meio metro.

O aluno se posicionará em uma das extremidades de frente para as garrafas, em baixo do varal ou corda, na outra ponta no final das garrafas estará o balde e dentro, os nomes dos alimentos saudáveis. Imagem 1.

Um adulto irá balançar o varal com cuidado, como se estivesse balançando uma rede, (vai e vem), somente para as garrafas se movimentarem lateralmente, nesse momento ao sinal do adulto o aluno vai caminhar e desviar em zig-zag das garrafas. Imagem 2.

Não pode encostar-se às garrafas. Porque nesta brincadeira as garrafas representam os alimentos não saudáveis que os alunos devem evitar. Chegando ao final o aluno encontra os alimentos saudáveis dentro do balde, representados pelos pedaços de papel.



1



2