

ESCOLA MUNICIPAL MARIA GOMES DO PILAR

Nome do aluno:

Semana 19

Professor:

CLÁUDIA, DÉBORA, MARIA DE JESUS, MARIA GONZAGA,
PATRÍCIA, ROBERTA, SILVIA, VANDERLENI E VERA.

Data:

28/07/ 2021

Turma:

Berçário II A

Campos de Experiência:

ESPAÇOS, TEMPOS, QUANTIDADES, RELAÇÕES E TRANSFORMAÇÕES.

Quarta-Feira

Alimentação Saudável

Para obter maiores benefícios, além da alimentação também é importante praticar regularmente atividade física, pois o exercício contribui para o ganho de massa muscular e perda de gordura, além de aumentar a disposição. Além disso, é importante que a pessoa seja acompanhada por um nutricionista para seja possível ser indicada uma alimentação adequada para a idade, estilo de vida e histórico de saúde, e, assim, garantir os benefícios de uma alimentação saudável.



Atividade: Música – Recortes

Para uma boa saúde, disposição e energia, o caminho é possuir uma boa alimentação, pois é sem dúvida a base para uma ótima infância. Por isso, é muito importante o papel dos pais, e de todos que tenham contato com as crianças no incentivo a realizar boas refeições e adotar bons hábitos de vida. A educação alimentar é um ponto que pode ser trabalhado sobretudo nas escolas, mas também desde os primeiros anos de vida em e ao longo do tempo em casa.

Com essa atividade proposta, a família irá separar alguns folhetos de supermercado e ou revistas contendo variedades de imagens de alimentos inclusive de frutas, e pedirá para a criança apontar com o dedinho os alimentos que faz bem à saúde. Feito isso, com uma tesoura sem ponta, irão recortar as imagens escolhidas e em uma folha de papel de um lado separado os alimentos saudáveis e do outro lado os alimentos não saudáveis. Deixe a criança fazer o uso da tesoura, ensinando como ela deverá pegar e manusear a tesoura para recortar e sempre auxiliando-a com cautela.

Essa atividade contribuirá para o desenvolvimento da coordenação motora fina.

Recurso: Panfletos, revistas e tesoura.



Referências:

<http://basenacionalcomum.mec.gov.br/abase/>

<https://educacaoinfantil.aix.com.br/meio-ambiente-na-educacao-infantil/>

<https://www.tuasaude.com/alimentacao-e-saude/>