

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:

30/07/2021

Turma:

Berçário II A

Campos de Experiência:

CORPO, GESTOS E MOVIMENTOS.

Sexta-Feira

Alimentação Saudável

Plante uma horta. Você pode escolher quais alimentos irá cultivar, como temperos, ervas, verduras e legumes. Os alimentos mais comuns em hortas caseiras são: manjeriço, tomate cereja, cebolinha, alecrim, morango, couve, salsinha, coentro, pimenta, alface, cenoura e hortelã.

O que você vai precisar para sua horta orgânica:

- Escolha um lugar bem ensolarado;
- Opte por vasos ou floreiras grandes a fim de que tenham espaço para crescer;
- Fique atento à drenagem, mantendo o solo sempre úmido, mas não encharcado;
- Não esqueça de adubar;
- Nunca arranque com a mão, colha com cuidado;
- Cuide para plantar no mesmo vaso apenas alimentos que combinam entre si.

Você ainda pode fazer a sua horta no chão, em cima de um móvel, suspensa na sacada ou vertical na parede, basta usar o espaço e a criatividade que você tem.



Atividade: Brincadeira: Batata Quente

Pais que criam para seus filhos uma rotina alimentar que inclui frutas, legumes, verduras (e não menos importante água), consumindo-os em sua companhia, tem mais facilidade em introduzir esses alimentos, ser o exemplo é essencial para educar as crianças e apresentá-las a importância de comer bem. Faça com que o ambiente seja alegre, convidativo, acolhedor e tranquilo, pois este é também um bom momento para investir no bem-estar da família e aproveitar a proximidade para dialogar com seus filhos, reforçar os aprendizados e se divertirem juntos. Por isso, tornar a vivência da alimentação nutritiva em todos os sentidos será a base para uma saúde- física, afetiva, familiar e socioemocional. Junto a essas informações, a atividade proposta é a brincadeira da “Batata Quente”. Será necessária uma batata ou uma bola de papel no lugar as batatas.

Em um local limpo e arejado, poderá ser na sala ou na área externa (quintal) o adulto irá explicar a brincadeira para a criança e sentados um de frente para o outro irá cantar a música: Batata quente, quente, quente. Queimou!! Passando a batata de mãos em mãos e no momento em que pronunciar a palavra “QUEIMOU”, aquele que estiver com a batata nas mãos perderá.

Com essa atividade a criança irá desenvolver a coordenação motora.

Recurso: uma batata ou uma bola de papel no lugar as batatas.



Referências:

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

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

<https://educacaoinfantil.aix.com.br>

<https://institutoneurosaber.com.br>

<https://escolasainteligencia.com.br>