

ESCOLA MUNICIPAL PROFESSOR VALBERTO FUSARI

Nome do aluno:		Semana 31
Professores: Cristiane, Ellen, Francisca, Glauce, Ivanilde, Luciana, Maria Aparecida, Maria de Lourdes, Marlene, Marisa, Mariza e Vanessa	Data: 20/10/2021	Turma: Berçário IIA e Berçário IIB
CAMPO DE EXPERIÊNCIAS: CORPO, GESTOS E MOVIMENTOS		

TEMÁTICA: ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

Desenvolvimento da atividade: Hoje iremos iniciar nossa atividade com uma roda de conversa. Fale para seu filho (a) que os alimentos saudáveis como frutas, verduras e legumes são necessários para nossa saúde e por isso devemos consumir desde pequenos. Peça para a criança separar somente as frutas, legumes e verduras na cor verde como: alface e brócolis. Geralmente eles gostam muito de brócolis, portanto, aproveitem essa preferência e prepare uma deliciosa macarronada com brócolis e sempre se lembrando de conversar sobre hábitos alimentares saudáveis.

Outra sugestão é separar algumas imagens de alimentos saudáveis, fazer um jogo da memória e brincar com a criança.



Observação: Não se esqueçam de compartilhar conosco através de foto, vídeo ou relatando como foi o momento da atividade.



ESCOLA MUNICIPAL PROFESSOR VALBERTO FUSARI		
Nome do aluno:		Semana 31
Professores: Ana Caetano, Ana Paula, Kelly, Rosely, Ana Clayde, Cassia, Luane, Noeli, Rosangela Moreira, Talita e Vanessa Aline	Data: 20/10/2021	Turma: Berçário IIC e Berçário IID
CAMPO DE EXPERIÊNCIAS: ESCUTA, FALA, PENSAMENTO E IMAGINAÇÃO.		

TEMÁTICA: ALIMENTAÇÃO

Por que comemos alimentos saudáveis na escola?

Desenvolvimento da atividade: O responsável ou familiar, conversará com a criança sobre a alimentação saudável na escola. Por que não comemos balas, doces, salgadinhos e etc., na hora do lanche?

Temos uma nutricionista que estudou para fazer o cardápio dos alunos. O açúcar em longo prazo causa desgaste dos ossos, diabetes e obesidade. O sal e condimentos em excesso causam pressão alta, colesterol ruim, e não tem nenhum tipo de vitamina para defender o nosso corpo contra essas doenças. As crianças chegam a nanição, anemia ou raquitismo. Por isso na escola comemos uma dieta balanceada. Leite sem adição de açúcar, carnes, verduras, ovos, vegetais e frutas como sobremesa e carboidrato (arroz, macarrão e batata) na proporção certa. Depois desta roda de conversa, desenhe um prato em folha de sulfite ou folha de caderno, e peça para a criança desenhar sua comida preferida servida dentro da escola (na hora do lanche, almoço ou jantar). Pode ser arroz, feijão ou somente a fruta. Usem a imaginação.

Sugestão de desenho na ilustração



Observação: Não se esqueçam de compartilhar conosco através de foto, vídeo ou relatando como foi o momento da atividade.

