

**2021**  
**PRÉ I - II**



**SEMANA 01 – DE 08 A 12 DE FEVEREIRO DE 2021**

**TAREFA 3- ÚNICA**

A alimentação saudável na infância promove a saúde, o crescimento, o desenvolvimento e previne problemas de saúde, tais como a anemia por deficiência de ferro, obesidade, e cárie dental; e pode prevenir problemas de saúde em longo prazo, como doenças cardíacas, câncer, diabetes, hipertensão, osteoporose e outras.

<b>PRÉ I E II</b>	<b>SEMANA 1</b> <b>(10 DE FEVEREIRO 2021)</b>
<b>CAMPOS DE EXPERIÊNCIA</b>	<b>CONTEÚDOS</b>
EU, O OUTRO E O NÓS	Identidade Iniciativa
CORPO, GESTOS E MOVIMENTO	Movimento corporal
TRAÇOS, SONS, CORES E FORMAS	Manipulação de texturas diferentes. Expressão por meio de músicas gestuais Cores Expressão de sensações e ritmos corporais, por meio de gestos e postura.
ESCUITA, FALA, PENSAMENTO E IMAGINAÇÃO	Linguagem Oral
ESPAÇOS, TEMPOS, QUANTIDADES, RELAÇÕES E TRANSFORMAÇÕES	Alimentação Números Jogos Relações de comparações

Aluno (a): \_\_\_\_\_

Escola: \_\_\_\_\_

Data: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ Ano de Escolaridade: \_\_\_\_\_ Prof: \_\_\_\_\_

Professor (a) \_\_\_\_\_

## ROTEIRO DE ATIVIDADES

### PRÉ I e II

#### TEMA: ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL



**QUARTA-FEIRA- 10/02/2021**

<https://youtu.be/2rUiw6htvll>

Apresentar a cozinha logo cedo aos pequenos ajuda a desenvolver uma alimentação saudável. Sem contar que o momento é também uma maneira de criar vínculo e se divertir!

Agora, vamos passar a ação e fazer uma deliciosa receita de salada de frutas! É rápido divertido e traz muitos benefícios a saúde. Ela é muito simples, pode ser preparada com a ajuda de seu pequeno.

**Objetivo:** Estimular aos bons hábitos alimentares.

#### **Proposta 1:** Salada de frutas

**Passo 1** - Assista ao vídeo musical.

**Passo 2** – Separe as fruta que tiver em casa e que seja de sua preferência.

Sugestões de frutas: melancia, laranja, banana, maçã, mamão.

Se preferir adoçar, use mel.

**Passo 3** - Modo de preparo:

-Lave bem todas as frutas.

- Descasque-as e corte em pedaços pequenos.

-Esprema uma laranja e reserve o caldo.

-Os pequenos assistentes ajudam a juntar tudo em uma tigela e completar com o suco de laranja e um pouco de mel. Está pronto para comer.

- Leve a geladeira e sirva quando a salada estiver bem geladinha.



Aluno (a): \_\_\_\_\_

Escola: \_\_\_\_\_

Data: \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_ Ano de Escolaridade: \_\_\_\_\_ Prof: \_\_\_\_\_

Professor (a) \_\_\_\_\_

### Proposta 2: Jogo da Memória

**Passo 1** – Recorte as figuras ( com supervisão do responsável).

**Passo 2** - Vire as cartas para baixo, embaralhe e espalhe pela mesa. Cada **jogador** deverá levantar duas cartas de uma vez, tentando encontrar o par. Se a segunda carta virada for diferente da primeira, o **jogador** deverá devolver as duas e passar a vez.

