

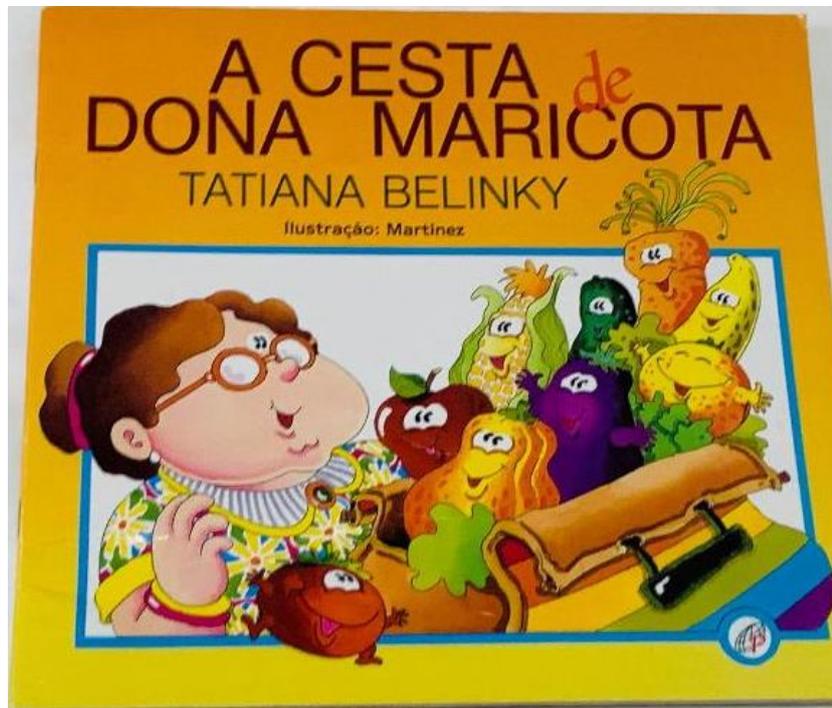
## ATIVIDADES PARA A TURMA MULTISSERIADA

PROFESSORA TAÍS

SEMANAS DE 07/06/2021 A 18/06/2021

### ATIVIDADE 1- HISTÓRIA: A CESTA DA DONA MARICOTA!

- ❖ COMEÇAMOS NOSSAS ATIVIDADES COM UMA HISTÓRIA SUPER DIVERTIDA!
- ❖ VOCÊ PODE ACESSAR O LINK OU LER A HISTÓRIA ABAIXO PARA SUA CRIANÇA!



LINK: <https://youtu.be/UHFkMD6XzI>

### A CESTA DE DONA MARICOTA

DONA MARICOTA,  
BOA COZINHEIRA,  
VOLTOU COM A CESTA  
CHEINHA DA FEIRA:

CENOURA, LARANJA,  
PEPINO E LIMÃO,  
BANANA E MILHO,  
ERVILHA E MAMÃO.

MORANGA, ESPINAFRE,  
TOMATE E CEBOLA,  
ALFACE, PALMITO,  
MAÇA E ESCAROLA.

GUARDOU NA DESPENSA  
E FOI DESCANÇAR.

ENTÃO ESSAS VERDURAS,  
LEGUMES E FRUTAS  
FRESQUINHAS, MADURAS,  
TODOS ANIMADOS  
DEPOIS DA VIAGEM,  
PUSEAM-SE LOGO  
A CONTAR VANTAGEM:

O MILHO FALOU:  
OLHEM, SOU O MAIS BELO!  
SOU LOURO, GOSTOSO  
E TÃO AMARELO!

O BELO SOU EU,  
DECLAROU O TOMATE.  
NÃO MAIS DO QUE EU,  
CONTESTOU O ABACATE.

POIS OLHEM PRA MIM!  
PROVOCOU O PALMITO.  
SOU BRANCO E MAGIO,  
EU SOU O MAIS BONITO!

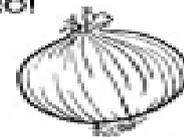


ENTÃO A LARANJA  
FALOU, BEM AMÁVEL:  
MELHOR QUE BONITA,  
EU SOU É SAUDÁVEL.



E LOGO O ESPINAFRE  
GRITOU: NÃO TEM ERRO!  
SOU VERDE E SAUDÁVEL,  
SOU CHEIO DE FERRO!

FALOU A CEBOLA:  
AQUI, ATENÇÃO!  
SAUDÁVEL SOU EU:  
BOA PRO CORAÇÃO!



E DISSE A ERVILHA:  
EU SOU PEQUENINA  
POR FORA, MAS DENTRO  
TENHO PROTEÍNA.

LOGO O LIMÃO DISSE:  
QUEM É QUE NÃO VÊ?  
TENHO A VITAMINA  
PRECIOSA – A TAL "C".



MAS NISTO APARECEU  
DONA MARICOTA,  
E AS FRUTAS GOSTOSAS  
VIRARAM...COMPOTA!

E OS BELOS LEGUMES,  
EM TODA A SUA GLÓRIA,  
VIRARAM SOPÃO!  
E ACABOU-SE A HISTÓRIA.

- ❖ AGORA CONVERSE COM A CRIANÇA, RELEMBRE TODOS OS ALIMENTOS QUE A DONA MARICOTA COMPROU NA FEIRA.
- ❖ QUAL DESSES LEGUMES E VERDURAS A CRIANÇA GOSTA DE COMER?
- ❖ EXPLIQUE PARA A CRIANÇA QUE ESSES ALIMENTOS SÃO MUITO SAUDÁVEIS E FAZEM BEM PARA NOSSA SAÚDE, EXPLIQUE QUE NOSSO CORPO PRECISA DE VITAMINAS E QUEM SE ALIMENTA DE COISAS SAUDÁVEIS CRESCE FORTE.

## ATIVIDADE 2- A MÚSICA DAS FRUTAS!

- ❖ VAMOS OUVIR UMA MÚSICA MUITO DIVERTIDA QUE FALA SOBRE AS FRUTAS!
- ❖ ACESSE O LINK ABAIXO OU CANTE A MÚSICA PARA A CRIANÇA.



LINK: <https://youtu.be/x3ZFTkfUWz4>

### A MÚSICA DAS FRUTAS (GUGUDADA)

LÁ VEM O TREM. É O TREM DAS FRUTAS!  
 LÁ VEM O TREM. É O TREM DAS FRUTAS!  
 O QUE É QUE ELE TEM? BANANA!!  
 O QUE É QUE ELE TEM? MAÇA!!  
 O QUE É QUE ELE TEM? LARANJA!!  
 O QUE É QUE ELE TEM? MORANGO!!



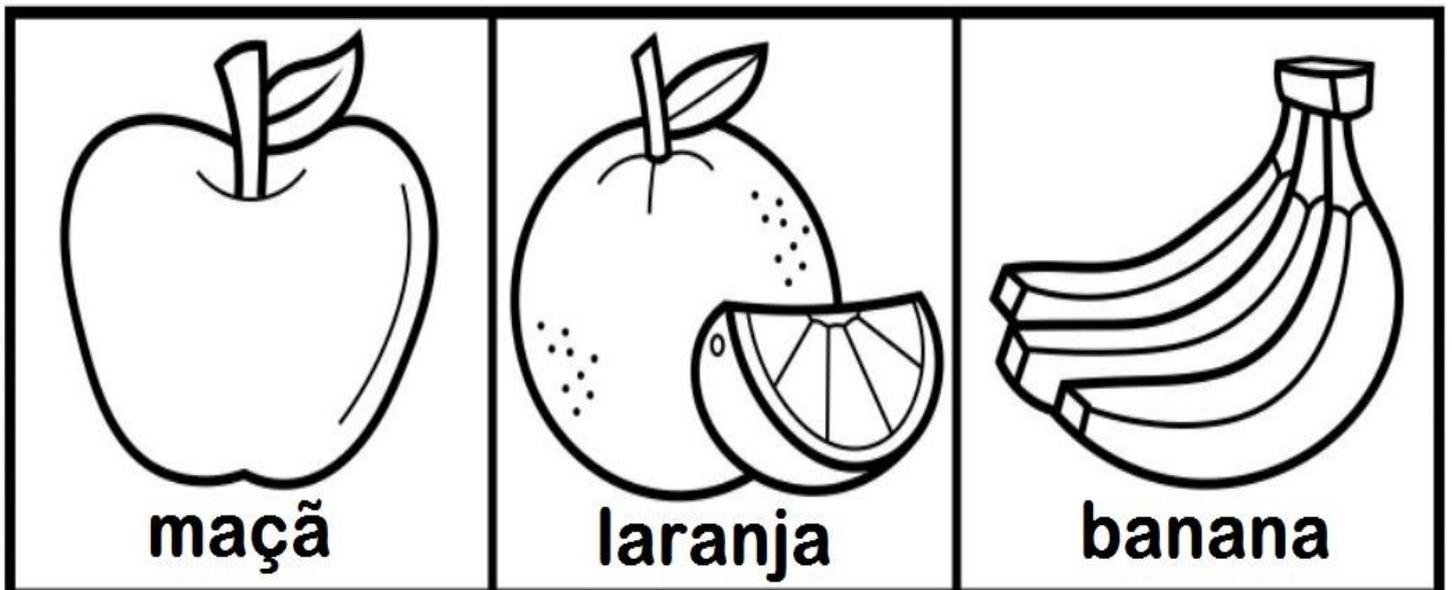
LÁ VEM O TREM. É O TREM DAS FRUTAS!  
 LÁ VEM O TREM. É O TREM DAS FRUTAS!  
 O QUE É QUE ELE TEM? MAMÃO!!  
 O QUE É QUE ELE TEM? MELÃO!!  
 O QUE É QUE ELE TEM? MELANCIA!  
 O QUE É QUE ELE TEM? UVA!



LÁ VEM O TREM. É O TREM DAS FRUTAS!  
 LÁ VEM O TREM. É O TREM DAS FRUTAS!  
 O QUE É QUE ELE TEM? ABACAXI!  
 O QUE É QUE ELE TEM? KIWI!  
 O QUE É QUE ELE TEM? CARAMBOLA!  
 O QUE É QUE ELE TEM? PÊRA!  
 LÁ VEM O TREM! LÁ VEM O TREM! LÁ VEM O TREM!



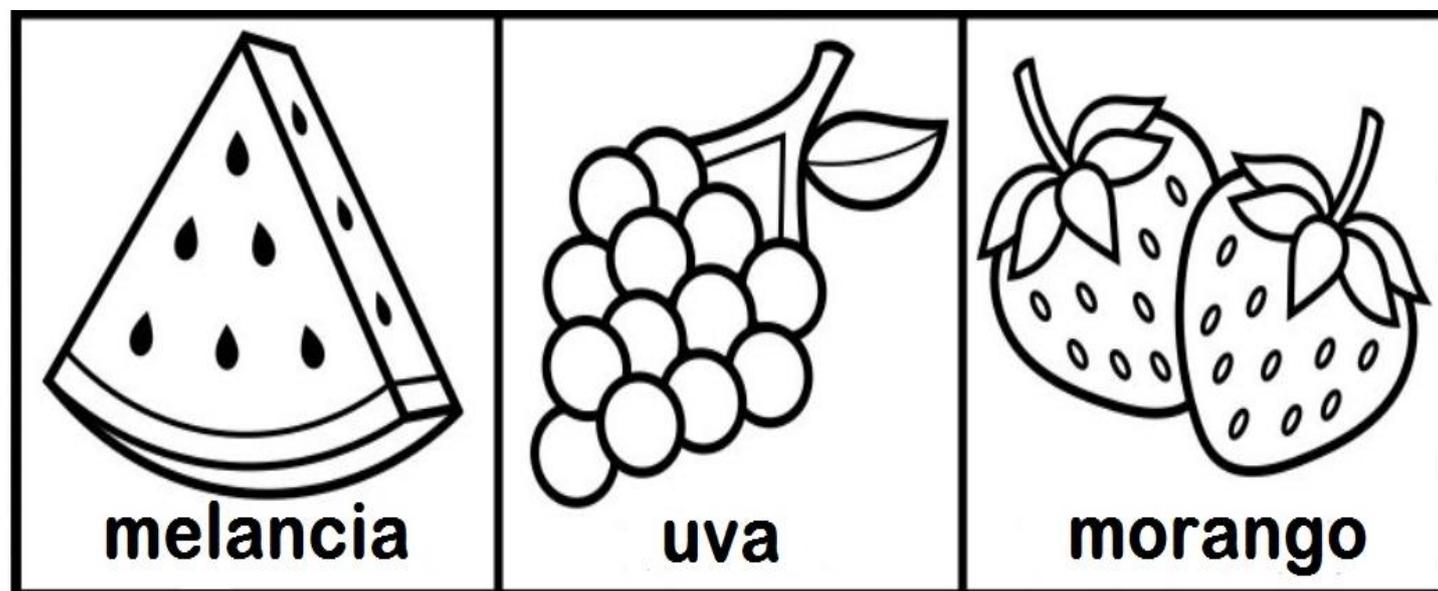
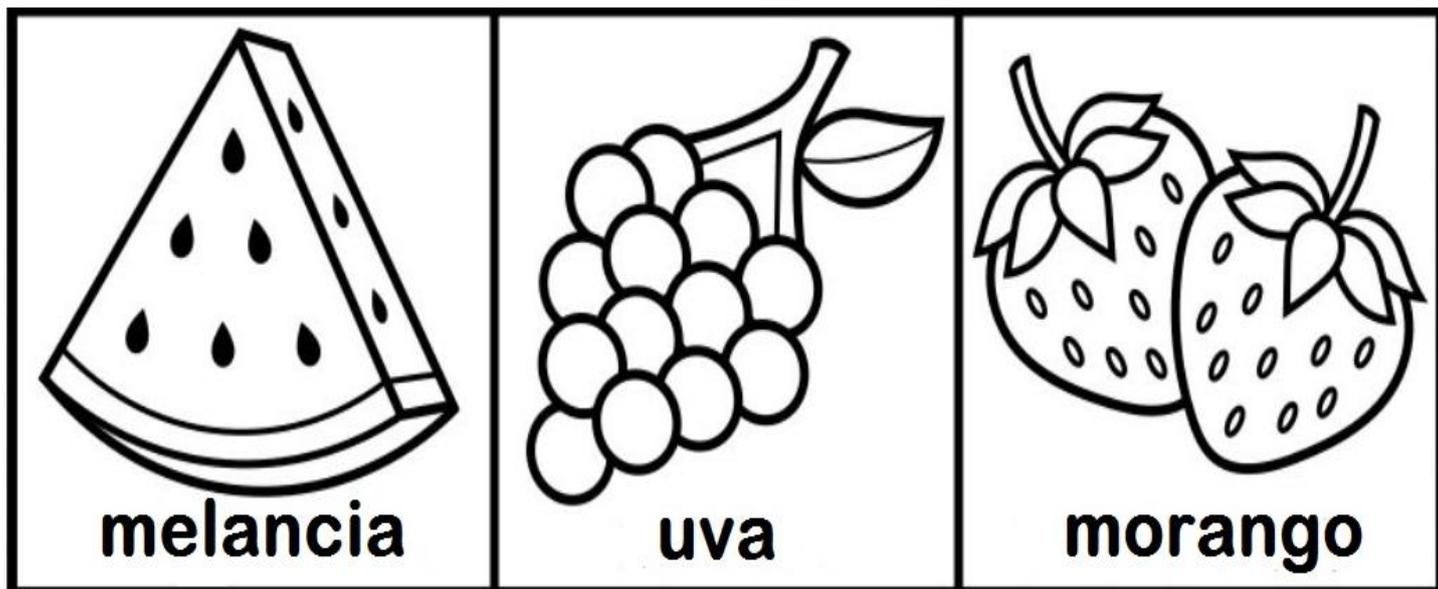
- ❖ AGORA **CONVERSE** COM A CRIANÇA.
- ❖ DAS FRUTAS MENCIONADAS NA MÚSICA, QUAL FRUTA A CRIANÇA MAIS GOSTA?
- ❖ MOSTRE AS FIGURAS DAS FRUTAS E PERGUNTE A COR DE ALGUMAS DELAS PARA A CRIANÇA.
- ❖ EXEMPLOS: QUAL COR É O MORANGO? QUAL COR É A BANANA? QUAL COR É A UVA?
  
- ❖ **AGORA A CRIANÇA IRÁ PINTAR A IMAGEM ABAIXO DAS FRUTAS!**
- ❖ APONTE COM O DEDO AS FRUTAS E DIGA O NOME DE CADA UMA DELAS PARA A CRIANÇA, PEÇA PARA ELA REPETIR!



- ❖ REGISTRE A ATIVIDADE COM FOTO OU UM PEQUENO VÍDEO E ENVIE PARA A PROFESSORA PELO WHATSSAP.

### ATIVIDADE 3- JOGO DA MEMÓRIA!

- ❖ HOJE VOCÊS IRÃO BRINCAR DE **JOGO DA MEMÓRIA!!**
- ❖ A CRIANÇA IRÁ **COLORIR AS FRUTAS ABAIXO**, UTILIZANDO LÁPIS DE COR OU GIZ DE CERA.
- ❖ AGORA, **AUXILIE SUA CRIANÇA A RECORTAR** O JOGO DA MEMÓRIA.
- ❖ PRONTO!! EXPLIQUE PARA A CRIANÇA AS REGRAS DO JOGO E **BRINQUE** COM ELA DE JOGO DA MEMÓRIA!!



- ❖ REGISTRE A ATIVIDADE COM FOTO OU UM PEQUENO VÍDEO E ENVIE PARA A PROFESSORA PELO WHATSSAP.

#### ATIVIDADE 4- FAZENDO UMA RECEITA SAUDÁVEL!

- ❖ QUERIDAS FAMÍLIAS, A PROPOSTA DE HOJE É FAZER UMA RECEITA SAUDÁVEL!!
- ❖ VOCÊS PODEM ESCOLHER UMA RECEITA JUNTOS E COMPARTILHAR COM A PROFESSORA, VOU DEIXAR ALGUMAS SUGESTÕES:
  - VITAMINA DE FRUTAS (LEITE, BANANA, MAÇÃ...)
  - SALADA DE FRUTAS;
  - LANCHE NATURAL (TOMATE; ALFACE, FRANGO...)
  - SUCO DE LARANJA;
  - LIMONADA;
- ❖ VOCÊS IRÃO ESCOLHER UMA RECEITA COM OS ALIMENTOS SAUDÁVEIS QUE VOCÊS JÁ TÊM EM CASA.
- ❖ O IMPORTANTE É QUE A CRIANÇA PARTICIPE DE TODAS AS ETAPAS DA RECEITA.
- ❖ AO FINAL SE DELICIEM E ENVIEM UMA FOTO PARA A PROFESSORA DIZENDO QUAL RECEITA VOCÊS PREPARARAM.



Imagens disponíveis em:

- <https://www.mundoboaforma.com.br/receita-de-salada-de-frutas-light-facil-e-rapida-de-fazer/>
- <https://guiadacozinha.com.br/receitas/limonada-suica/>
- <https://www.soreceitasfaceis.com/lanches/sanduche-natural-de-atum.html>
- <https://www.brastemp.com.br/experience/gastronomia/vitaminas-de-frutas-e-o-poder-do-habito-saudavel>

## ATIVIDADE 5- ALIMENTO SAUDÁVEL E NÃO SAUDÁVEL!

### Alimentos Saudáveis



### Alimentos NÃO Saudáveis



- ❖ OBSERVEM O CARTAZ ACIMA, NELES ENCONTRAMOS DIVERSOS ALIMENTOS, EXPLIQUE PARA A CRIANÇA QUE ALGUNS ALIMENTOS NÃO DEVEMOS CONSUMIR DIARIAMENTE POIS PREJUDICAM NOSSA SAÚDE.
- ❖ NA LISTA DOS **ALIMENTOS SAUDÁVEIS** TEMOS AS FRUTAS, LEGUMES, VERDURAS, CARNE E OVO.
- ❖ NA LISTA DOS **ALIMENTOS NÃO SAUDÁVEIS** TEMOS OS SALGADINHOS, LANCHES, PIZZAS, REFRIGERANTES E DOCES, PODEMOS COMÊ-LOS COM MODERAÇÃO PARA QUE NÃO PREJUDIQUEM NOSSA SAÚDE.
- ❖ AGORA É A VEZ DE VOCÊS, A CRIANÇA IRÁ PROCURAR EM CASA UM ALIMENTO SAUDÁVEL E UM ALIMENTO NÃO SAUDÁVEL, QUANDO ENCONTRAR IRÁ TIRAR UMA FOTO COM CADA ALIMENTO E ENVIAR PARA A PROFESSORA.

Imagens disponíveis em:

[https://www.elo7.com.br/cartela-a4-comidas-saudaveis-x-nao-saudaveis/dp/1587A3E?utm\\_source=facebook&utm\\_medium=autopost&utm\\_campaign=produto](https://www.elo7.com.br/cartela-a4-comidas-saudaveis-x-nao-saudaveis/dp/1587A3E?utm_source=facebook&utm_medium=autopost&utm_campaign=produto)

## ATIVIDADE 6- BRINCADEIRA DAS FRUTAS!

- ❖ **HOJE É DIA DE BRINCADEIRA!!**
- ❖ VOCÊS IRÃO ASSISTIR A VIDEOAULA DA PROFESSORA PARA APRENDEREM A BRINCADEIRA.
- ❖ A PROPOSTA É QUE UMA PESSOA FALE NOMES DE FRUTAS PARA A CRIANÇA E A CRIANÇA IRÁ BATER PALMA.
- ❖ EX: BANANA (CRIANÇA BATE PALMA); MAÇÃ (CRIANÇA BATE PALMA).
- ❖ QUANDO A PESSOA DISSER UMA PALAVRA QUE NÃO É FRUTA A CRIANÇA NÃO BATE PALMA E ESPERA A PRÓXIMA PALAVRA.
- ❖ EX: GOIABA (CRIANÇA BATE PALMA); PANELA (CRIANÇA NÃO BATE PALMA E ESPERA)



Imagens disponíveis em:

<https://pt.dreamstime.com/photos-images/crian%C3%A7a-com-os-bra%C3%A7os-cruzados.html>

<https://paisefilhos.uol.com.br/bebe/bravo-conheca-o-festival-de-teatro-para-bebes/>