

**HABILIDADE:** Identificar e reconhecer em seus próprios hábitos de vida os fatores de risco para as doenças hipocinéticas.

1. OBSERVE A IMAGEM COM BASTANTE ATENÇÃO:



a- A IMAGEM MOSTRA:

- REFRIGERANTES
- VASILHA COM BOLACHAS
- ADOLESCENTE PRATICANDO EXERCÍCIO

B- ESTE ADOLESCENTE ESTÁ NO PESO IDEAL? \_\_\_\_\_

C- POR QUE ESTE ADOLESCENTE ESTÁ ACIMA DO PESO IDEAL?

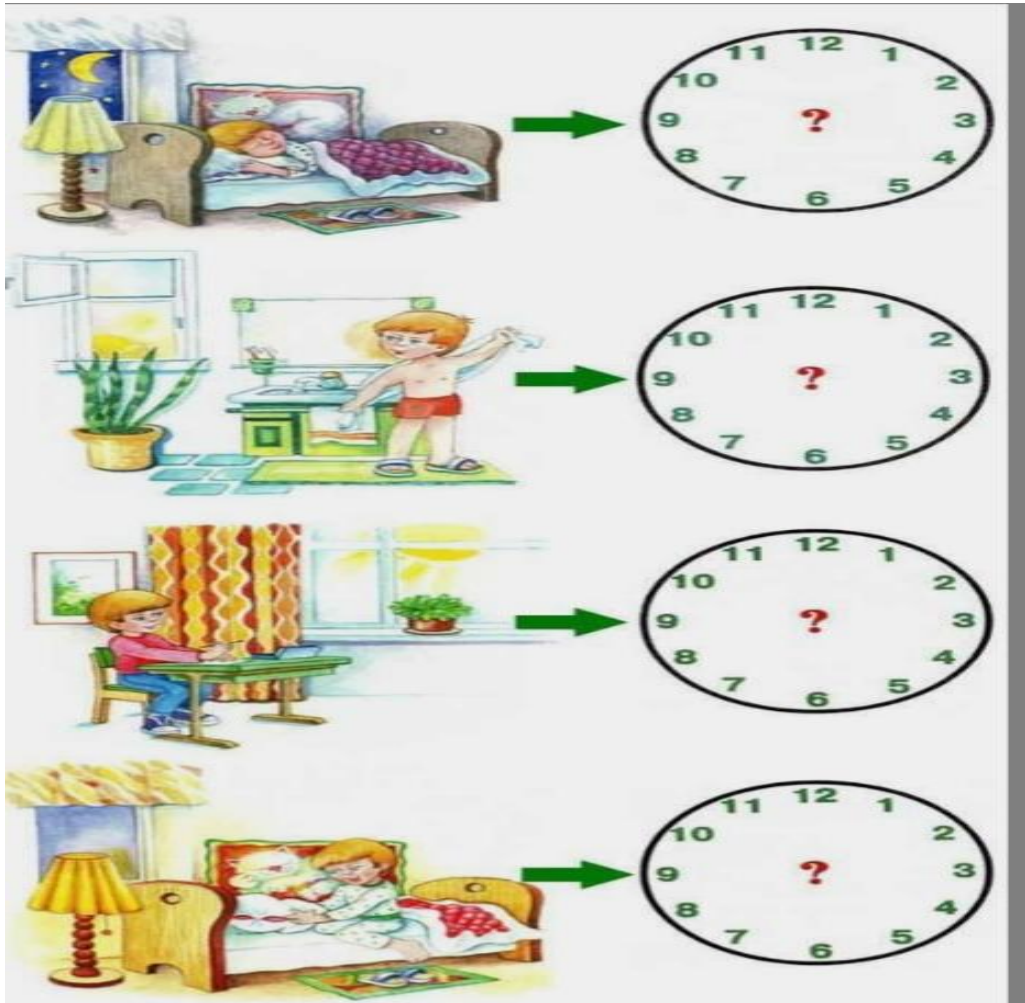
- ( ) MÁ ALIMENTAÇÃO
- ( ) BOA ALIMENTAÇÃO E PRÁTICA BASTANTE EXERCÍCIOS
- ( ) NÃO PRÁTICA EXERCÍCIOS FÍSICOS

**ATIVIDADE 1:** Faça um X na resposta correta

**Objeto:** Reflexão de hábitos saudáveis.

Os alunos que não sabem ler, por favor um adulto leia e o aluno responde.

Sugestão: conversem sobre alimentação saudável.



**Atividade 2: Rotina**

**Objetivo:** Relacionar a rotina com o horário.

Escreva uma frase contando que horas e que o menino está fazendo.

Ex: O menino dorme as 10 horas, no seu quarto escuro.

Os alunos que estão aprendendo a escrever, podem completar:

O menino acorda às.....

O menino estuda às.....

O menino estuda às .....

## COMPLETE OS NÚMEROS DA AMARELINHA

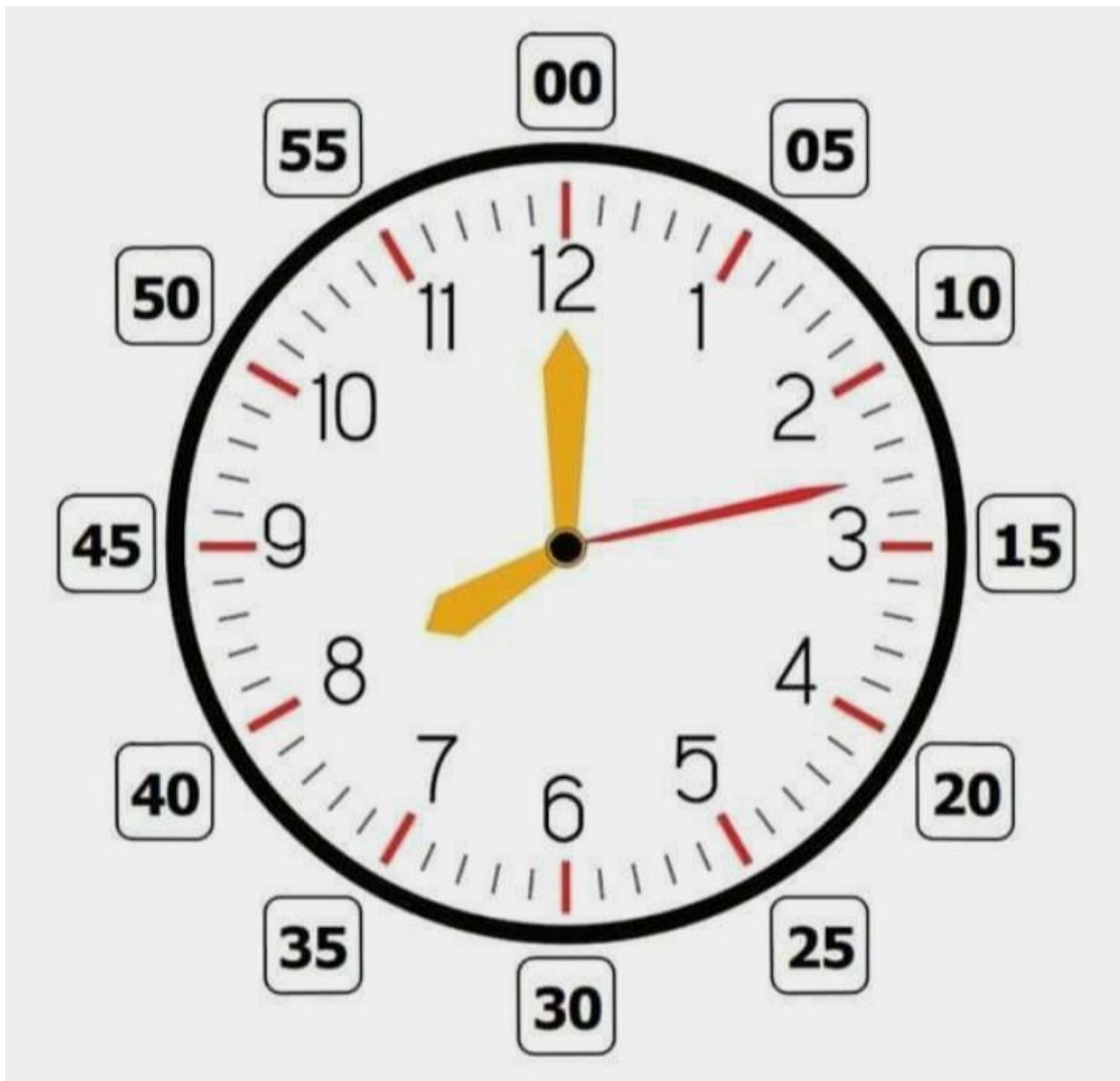
22		41			48
	18		37		46
		35			42
	13		32		41
11					
8		27			38
5			25		35
		23			
2				31	
		20			

### Atividade 3- Amarelinha

**Objetivo:** Atenção e sequência numérica.

1-2-3-4-5-6-7-8-9-10-11-12-13-14-15-16-17-18-19-20-21-22-23-24-25-26-27-28-29-30  
31-32-33-34-35-36-37-38-39-40-41-42-43-44-45-46-47-48-49-50-51-52-53-54-55-56-  
57-58-59-60.

Complete os números que estão faltando na amarelinha.

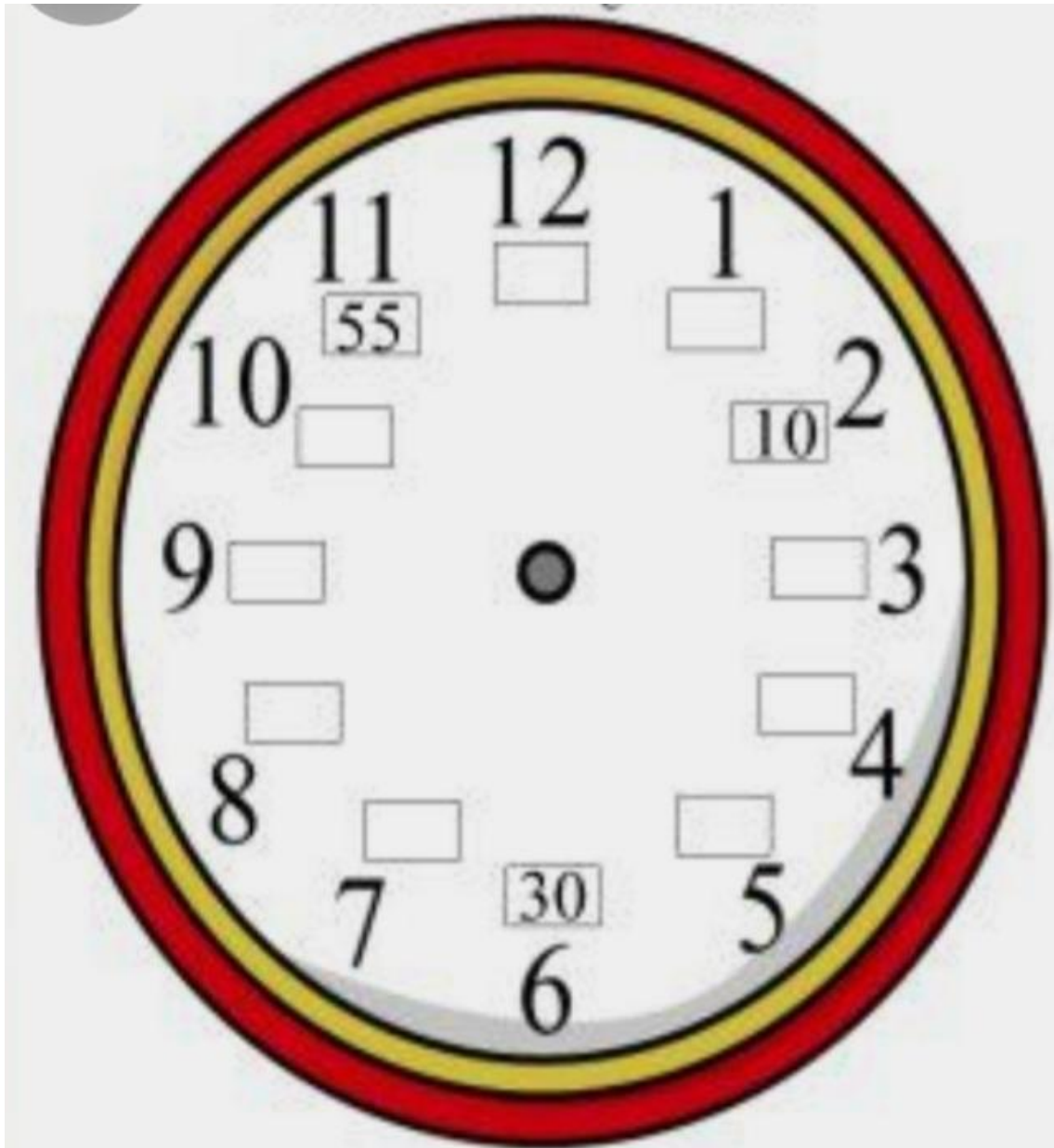


**Atividade 4-** Faça seu relógio.

**Objetivo:** Conhecer o relógio, para aprender as horas.

Em uma folha branca, observe o relógio acima e faça um igual.

Guarde o relógio pois poderá ser usado em atividades futuras.



**ATIVIDADE 4-** Complete os segundos

**Objetivo:** Localizar os segundos

Observando o relógio da atividade 3, complete os segundos, de 5 em 5.



SILABÁRIO					
	A	E	I	O	U
B	BA	BE	BI	BO	BU
C	CA	CE	CI	CO	CU
D	DA	DE	DI	DO	DU
F	FA	FE	FI	FO	FU
G	GA	GE	GI	GO	GU
H	HA	HE	HI	HO	HU
J	JA	JE	JI	JO	JU
L	LA	LE	LI	LO	LU
M	MA	ME	MI	MO	MU
N	NA	NE	NI	NO	NU
P	PA	PE	PI	PO	PU
Q	QUA	QUE	QUI	QUO	-
R	RA	RE	RI	RO	RU
S	SA	SE	SI	SO	SU
T	TA	TE	TI	TO	TU
V	VA	VE	VI	VO	VU
X	XA	XE	XI	XO	XU
Z	ZA	ZE	ZI	ZO	ZU

★PREENCHA O QUADRO COM AS FAMÍLIAS SILÁBICAS:

	A	E	i	O	U	ÃO
B						
C						
D						
F						
G						
H						
J						
K						
L						



	A	E	i	O	U	ÃO
M						
N						
P						
Q						
R						
S						
T						
V						
W						

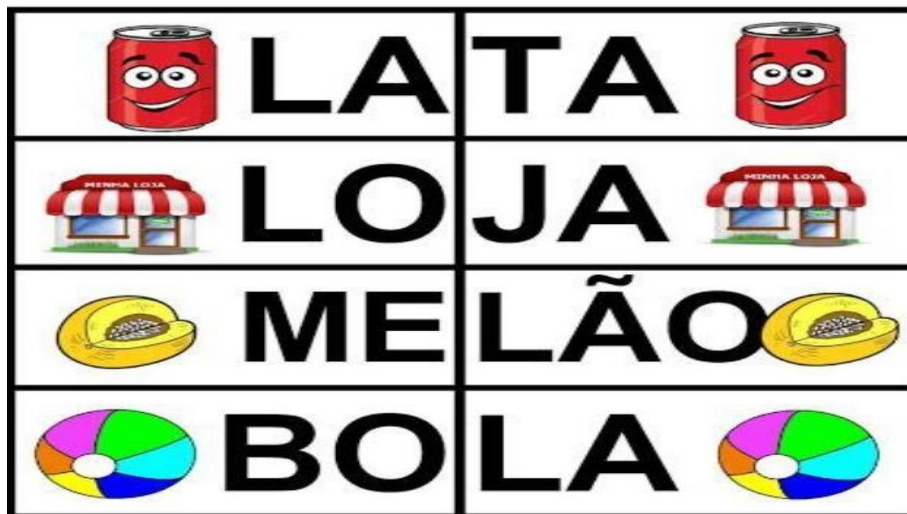
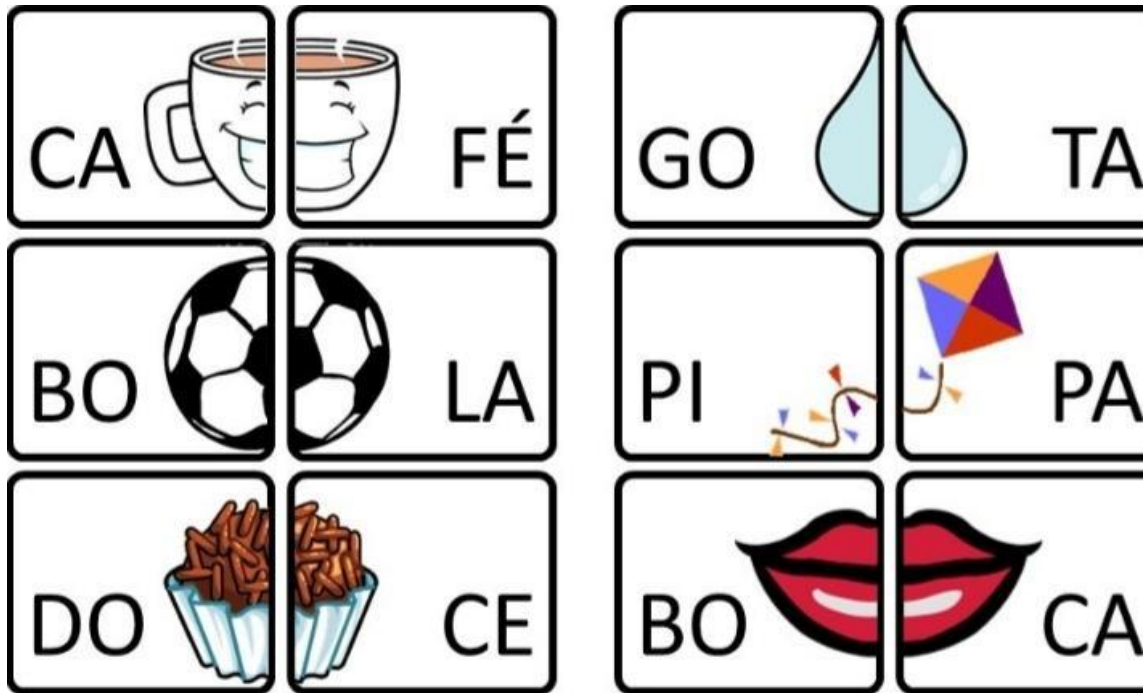
	A	E	i	O	U	ÃO
X						
Y						
Z						

### Atividade 5: Silabário

**Objetivo:** Formar as sílabas.

Observe o silabário acima, depois complete o silabário relacionando a consoante Com cada vogal.

Os alunos que já sabem escrever, apenas observe o silabário completo e escolham, sílabas e formem 8 palavras. Ex: CA+VA+LO= CAVALO BO+NE+CA= BONECA



**Atividade 6- Encaixe**(Junte as sílabas e forme as palavras).

**Objetivo:** Formar palavras

Sugestão: Cole as folhas acima em um papel duro ou papelão.

Recorte as palavras, separando as sílabas. Ex : LA/TA

Embaralhe as sílabas e forme as palavras novamente.

Os alunos que sabem escrever, escolham 3 palavras e formem uma frase

Com cada palavra escolhida.