



## EMEI JARDIM AMANDA I

Prefeitura Municipal de Hortolândia  
Secretaria de Educação, Ciência e Tecnologia



### ORIENTAÇÕES PARA O TRABALHO PEDAGÓGICO

**DATA:** DE 26/07/2021 a 06/08/2021.

**FAIXA ETÁRIA:** 5 ANOS – **TURMA:** JARDIM II A, JARDIM II B, JARDIM II C, JARDIM II D, JARDIM II E, JARDIM II F, JARDIM II G e JARDIM II H

**PROFESSORES:** MARINA, SOLANGE, VIVIANE, SHEILA, GRACIÉDINA, SOLANGE, MARILDA e ANA LÍDIA

É IMPORTANTE QUE VOCÊ UTILIZE MATERIAIS QUE TENHA EM CASA, CASO NÃO TENHA ALGUM ITEM, IMPROVISE, USE A CRIATIVIDADE

#### ATIVIDADE 1: HISTÓRIA – A CESTA DE DONA MARICOTA

OLÁ, CRIANÇADA E FAMÍLIA!!

CHEGOU A HORA DE APRENDERMOS SOBRE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL!  
QUANDO NOS ALIMENTAMOS DE FORMA ADEQUADA, CRESCEMOS FORTES E COM MUITA SAÚDE.

PRA COMEÇAR VAMOS ASSISTIR A UMA LINDA HISTÓRIA!

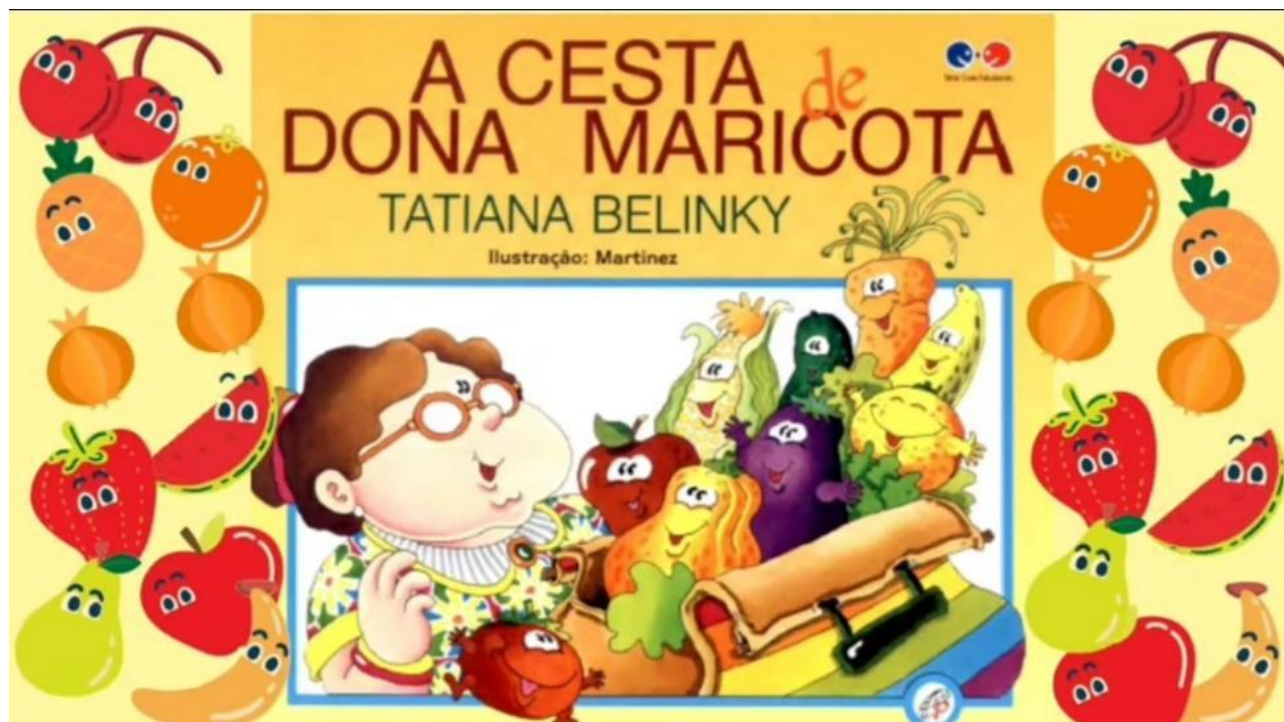


IMAGEM RETIRADA DO LINK <https://www.youtube.com/watch?v=UHFikMD6Xzi> ACESSO EM 14/07/2021 as 13:57.



## EMEI JARDIM AMANDA I

Prefeitura Municipal de Hortolândia  
Secretaria de Educação, Ciência e Tecnologia



### A CESTA DE DONA MARICOTA – TATIANA BELINK



DONA MARICOTA FOI A FEIRA E COMPROU MUITOS ALIMENTOS. VOLTOU PARA CASA COM A CESTA CHEIA. TINHA MUITOS LEGUMES, VERDURAS E FRUTAS. CENOURA, LARANJA, PEPINO E MUITOS OUTROS ALIMENTOS.

IMAGEM RETIRADA DO LINK <https://www.youtube.com/watch?v=UHFIkMD6XzI>  
ACESSO EM 14/07/2021 AS 13:58.



DEPOIS DE GUARDAR TODOS OS ALIMENTOS NA DESPENSA, DONA MARICOTA FOI DESCANSAR. OS ALIMENTOS APROVEITARAM PARA FAZER AQUELA ANIMAÇÃO.

IMAGEM RETIRADA DO LINK  
<https://www.youtube.com/watch?v=UHFIkMD6XzI>

ACESSO EM 14/07/2021 AS 13:59.

E COMEÇARAM A CONTAR VANTAGEM UM SOBRE O OUTRO. O MILHO SE DIZIA MAIS BELO, A LARANJA MAIS SAUDÁVEL E ASSIM CONTINUARAM COM AS COMPARAÇÕES.

ATÉ QUE DONA MARICOTA APARECEU... E AS FRUTAS GOSTOSAS VIRARAM COMPOTA! E OS BELOS LEGUMES VIRARAM SOPÃO!

ACESSE O LINK <https://www.youtube.com/watch?v=UHFIkMD6XzI> ASSISTA AO VÍDEO E DIVIRTA-SE COM ESSA MARAVILHOSA HISTÓRIA!



## EMEI JARDIM AMANDA I

Prefeitura Municipal de Hortolândia  
Secretaria de Educação, Ciência e Tecnologia



NÃO SE ESQUEÇA DE REGISTRAR A ATIVIDADE COM FOTOS OU VIDEO DA CRIANÇA ASSISTINDO, DEPOIS MANDE PARA A PROFESSORA NO GRUPO.

**QUEM NÃO TEM WHATSAPP: LEVE O REGITRO NA ESCOLA**

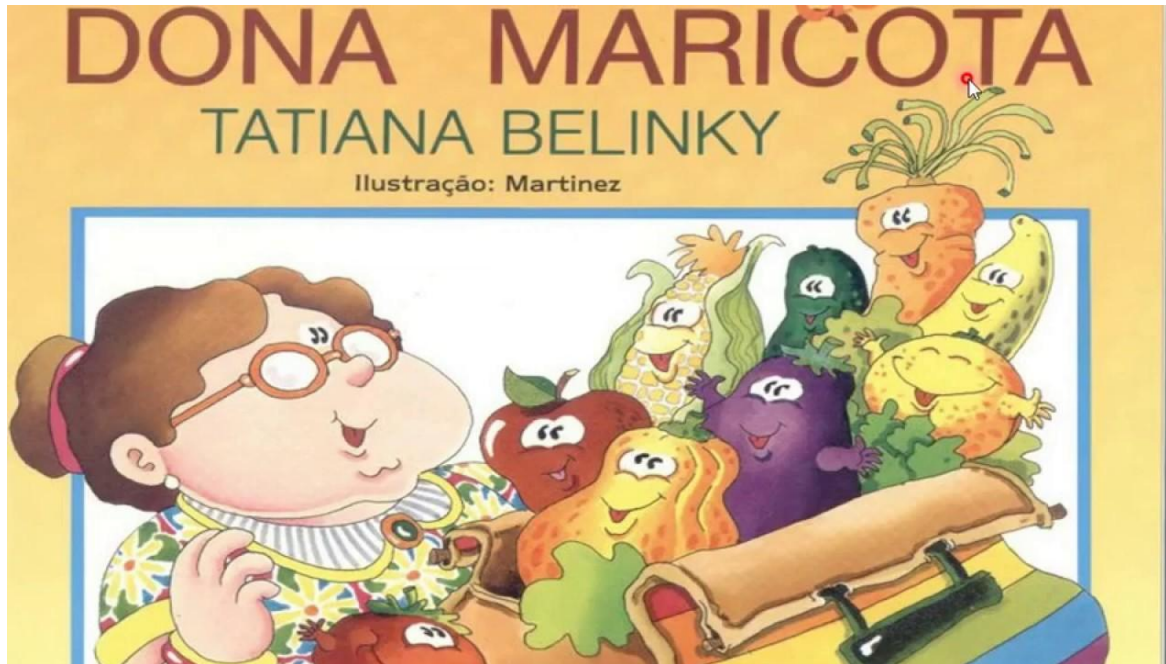


## EMEI JARDIM AMANDA I

Prefeitura Municipal de Hortolândia  
Secretaria de Educação, Ciência e Tecnologia



### ATIVIDADE 2: **LISTA DE FRUTAS E DE LEGUMES**



[https://i.ytimg.com/vi/AgMMK\\_Ky-zE/maxresdefault.jpg](https://i.ytimg.com/vi/AgMMK_Ky-zE/maxresdefault.jpg). ACESSO EM 14-07-2021 ÀS 18:22 hs

OLÁ CRIANÇAS!

AGORA QUE VOCÊS JÁ VIRAM O VÍDEO DA HISTÓRIA: A CESTA DA DONA MARICOTA! FAÇA UMA LISTA DE FRUTAS E OUTRA DE LEGUMES QUE APARECEM LÁ. PEÇA PARA UM ADULTO ESCREVER A LISTA QUE VOCÊ VAI FALAR. DEPOIS VOCÊ PODE COPIAR.

NÃO SE ESQUEÇA DE REGISTRAR A ATIVIDADE COM FOTOS OU VÍDEO, DEPOIS MANDE PARA A PROFESSORA NO GRUPO.

**QUEM NÃO TEM WHATSAPP: LEVE O REGISTRO NA ESCOLA**



## EMEI JARDIM AMANDA I

Prefeitura Municipal de Hortolândia  
Secretaria de Educação, Ciência e Tecnologia



### ATIVIDADE 3: **FRUTA PREFERIDA**



[https://s2.glbimg.com/7inplUNcR9cTFdKI4IblEZBToM=/0x0:724x483/984x0/smart/filters:strip\\_icc\(\)/s.glbimg.com/es/ge/f/original/2019/05/15/frutas\\_variadas\\_nao\\_engordam.jpg](https://s2.glbimg.com/7inplUNcR9cTFdKI4IblEZBToM=/0x0:724x483/984x0/smart/filters:strip_icc()/s.glbimg.com/es/ge/f/original/2019/05/15/frutas_variadas_nao_engordam.jpg). ACESSO EM 14/07/2021 ÀS 18:31HS.

QUERIDOS ALUNOS!

AGORA QUE VOCÊS JÁ FIZERAM A LISTA DE FRUTAS, OBSERVE E FAÇA EM SEU CADERNO UM DESENHO DA SUA FRUTA PREFERIDA, ESCREVA O NOME, CIRCULE A LETRA INICIAL E A FINAL E CONTE QUANTAS LETRAS TEM.

NÃO SE ESQUEÇA DE REGISTRAR A ATIVIDADE COM FOTOS OU VIDEO, DEPOIS MANDE PARA A PROFESSORA NO GRUPO.

**QUEM NÃO TEM WHATSAPP: LEVE O REGITRO NA ESCOLA**



## EMEI JARDIM AMANDA I

Prefeitura Municipal de Hortolândia  
Secretaria de Educação, Ciência e Tecnologia



### ATIVIDADE 4: **DESENHE SEU LEGUME PREFERIDO**



[https://www.google.com/search?q=fotos+de+legumes&tbm=isch&ved=2ahUKEwixkt6pjO\\_xAhWuopUCHclaCjYQ2-cCegQIABAA&og&gs\\_lcp=CgNpbWcQARgBMaqlxDqAhAnMaqlxDqAhAnMaqlxDqAhAnMaqlxDqAhAnMgclxDqAhAnMgclxDqAhAnMgclxDqAhAnMgclxDqAhAnMgclxDqAhAnMgclxDqAhAnMgclxDqAhAnOgQlIXAnOgQlIADoECAAQZzoICAAQsQMqgwE6BQgAELEDOgclABCxAxBDUPqcAVjKugFgy-UBaAFwAHgAgAGtAYgBpAeSAQMwLjeYAQCgAQGgAQtd3Mtd2l6LWltZ7ABCsABAQ&scient=img&ei=0mr1YLHhEq7F1sQPybWpsAM&bih=750&biw=1686&hl=pt-BR#imgcr=EE00dpjOK8GsNM](https://www.google.com/search?q=fotos+de+legumes&tbm=isch&ved=2ahUKEwixkt6pjO_xAhWuopUCHclaCjYQ2-cCegQIABAA&og&gs_lcp=CgNpbWcQARgBMaqlxDqAhAnMaqlxDqAhAnMaqlxDqAhAnMaqlxDqAhAnMgclxDqAhAnMgclxDqAhAnMgclxDqAhAnMgclxDqAhAnMgclxDqAhAnMgclxDqAhAnOgQlIXAnOgQlIADoECAAQZzoICAAQsQMqgwE6BQgAELEDOgclABCxAxBDUPqcAVjKugFgy-UBaAFwAHgAgAGtAYgBpAeSAQMwLjeYAQCgAQGgAQtd3Mtd2l6LWltZ7ABCsABAQ&scient=img&ei=0mr1YLHhEq7F1sQPybWpsAM&bih=750&biw=1686&hl=pt-BR#imgcr=EE00dpjOK8GsNM) ACESSO EM 16/07/2021 ÀS 10:30HS.

OLÁ QUERIDOS ALUNOS!

AGORA QUE VOCÊS JÁ FIZERAM A LISTA DE LEGUMES QUE APARECE NA HISTÓRIA. VAMOS CONVERSAR EM FAMÍLIA E ESCOLHER O LEGUME QUE VOCÊ MAIS GOSTA DE COMER FEITO EM CASA. DEPOIS QUE VOCÊ ESCOLHEU SEU LEGUME PREFERIDO COM A AJUDA DE UM ADULTO ESCREVA NO CADERNO OU EM UMA FOLHA DE SULFITE O NOME DESSE LEGUME E FAÇA UM DESENHO BEM BONITO, EM SEGUIDA CIRCULE AS VOGAIS.

NÃO SE ESQUEÇA DE REGISTRAR A ATIVIDADE COM FOTOS OU VIDEO, DEPOIS MANDE PARA A PROFESSORA NO GRUPO.

**QUEM NÃO TEM WHATSAPP: LEVE O REGITRO NA ESCOLA**



## EMEI JARDIM AMANDA I

Prefeitura Municipal de Hortolândia  
Secretaria de Educação, Ciência e Tecnologia



### ATIVIDADE 5: **QUEBRA CABEÇA DAS FRUTAS**



<https://educacrianca.com.br/quebra-cabeça-de-frutas/> Acesso em 13/07/2021 às 19:34hrs

OLÁ, CRIANÇA LINDA!

AS FRUTAS, ALÉM DE GOSTOSAS, FAZEM MUITO BEM PARA NOSSA SAÚDE. NA HISTÓRIA DA CESTA DA DONA MARICOTA, APARECEM VÁRIAS DELAS.

AGORA É HORA DA ATIVIDADE:

- ESCOLHA TRÊS QUE VOCÊ MAIS GOSTA E DESENHE EM BOM TAMANHO, COLE EM PAPELÃO OU EMBALAGENS PARA QUE FIQUE MAIS FIRME E TENHA DURABILIDADE PARA BRINCAR BASTANTE;
- ESSES DESENHOS DEVEM SER RECORTADOS EM 4 PARTES;

HORA DE BRINCAR!

- EMBARALHE TODAS AS PEÇAS.
- SEPRE AS PEÇAS QUE FAZEM PARTE DE CADA FRUTA E MONTE O QUEBRA CABEÇA.

SUGESTÕES:

- PODE BRINCAR A FAMÍLIA TODA, UTILIZANDO O CRONOMETRO DO CELULAR, MONTANDO PLACAR COM NOMES DOS JOGADORES E MARCANDO QUEM FEZ EM MAIS E MENOS TEMPO;
- QUANDO O TEMPO ACABAR QUANTAS PEÇAS CADA JOGADOR CONSEGUIU MONTAR?

QUERIDA FAMÍLIA, SEMPRE REGISTRE ESSE MOMENTO, POIS É RICO EM APRENDIZAGEM E NÃO ESQUEÇAM DE ENVIAR PARA A PROFESSORA. ISSO NOS AUXILIA A CRIAR MAIS CONTEÚDOS DE QUALIDADE PARA AS CRIANÇAS



## EMEI JARDIM AMANDA I

Prefeitura Municipal de Hortolândia  
Secretaria de Educação, Ciência e Tecnologia



### ATIVIDADE 6: PIRÂMIDE ALIMENTAR

OLÁ QUERIDAS CRIANÇAS E FAMILIARES, ESPERAMOS QUE TODOS ESTEJAM BEM!

ESSA SEMANA DANDO CONTINUIDADE AO TEMA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL, VOCÊS VÃO CONHECER UM POUQUINHO SOBRE A PIRÂMIDE ALIMENTAR.

A PIRÂMIDE ALIMENTAR É UMA FORMA DE MOSTRAR ÀS PESSOAS HÁBITOS ALIMENTARES MAIS SAUDÁVEIS, DIVIDINDO OS ALIMENTOS EM GRUPOS E FACILITANDO A SELEÇÃO DO QUE SE DEVE INGERIR. UMA DIETA SAUDÁVEL DEVE SER COMPOSTA POR TODOS OS ALIMENTOS INCLUÍDOS NA PIRÂMIDE.

ASSISTAM AO VÍDEO SOBRE A PIRÂMIDE ALIMENTAR, NO LINK <https://www.youtube.com/watch?v=qwwPdsg4qO0>

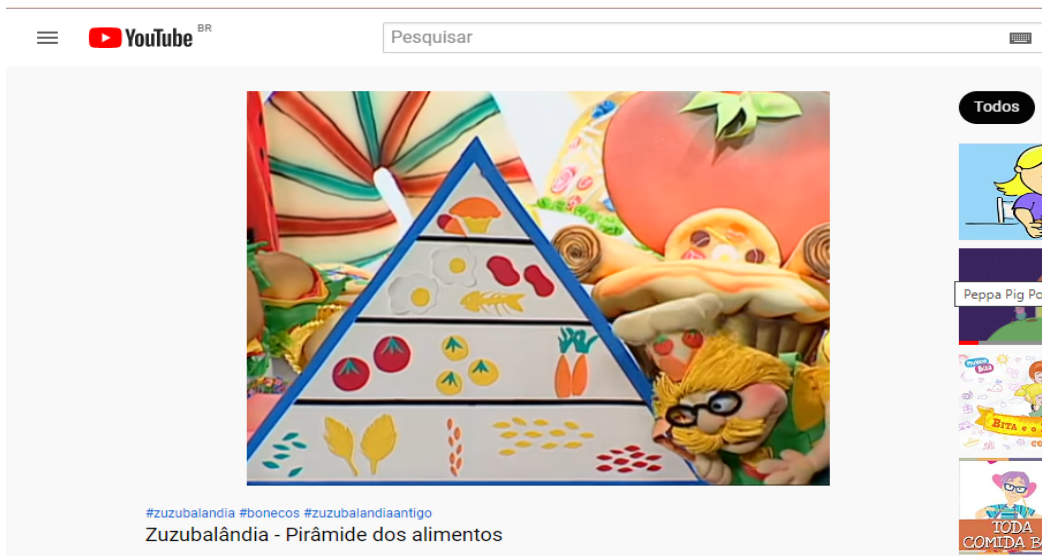


Imagem retira

<https://www.youtube.com/watch?v=qwwPdsg4qO0> dia 06/07/2021.

de

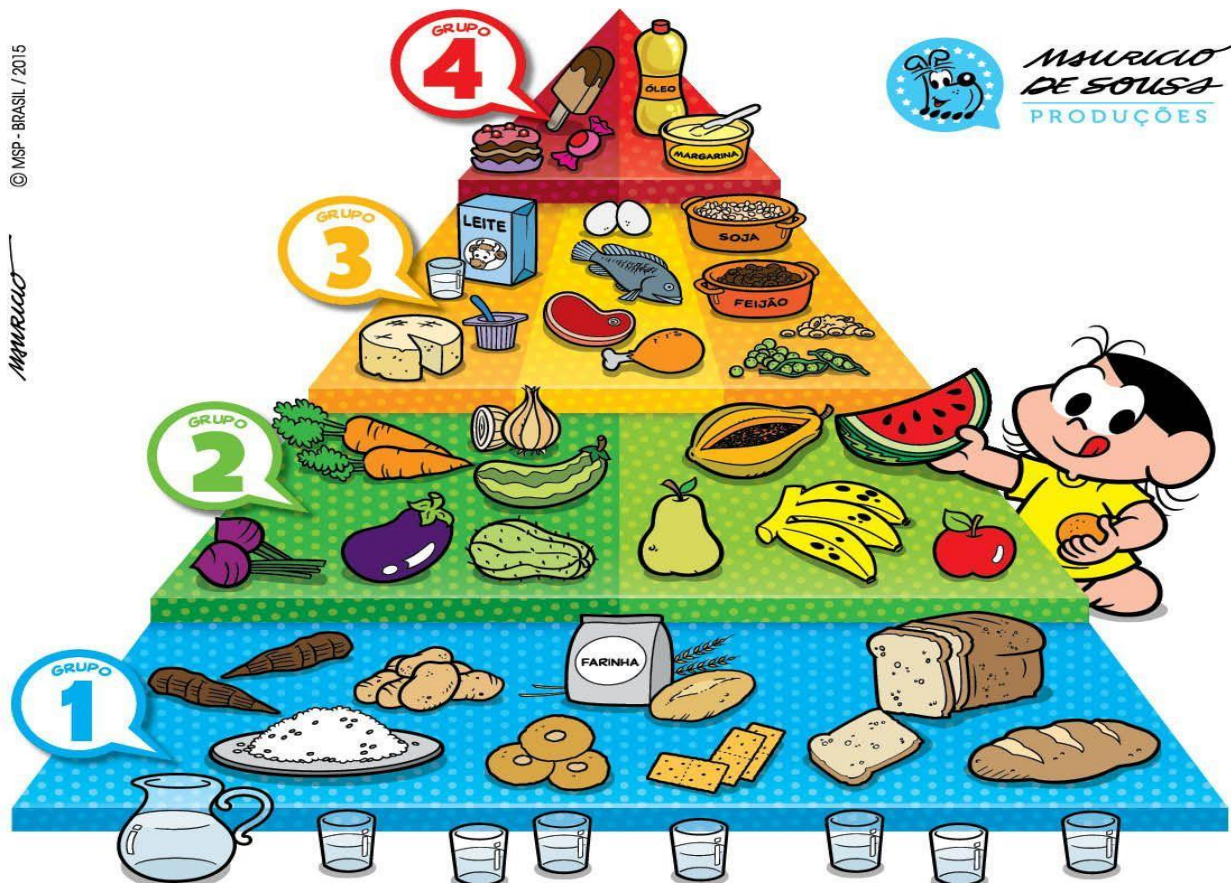


## OBSERVEM A PIRÂMIDE!

OS ALIMENTOS DO GRUPO 1, COMO PÃES, RAÍZES, CEREAIS, DEVEM SER OS MAIS PRESENTES NO CONSUMO DIÁRIO, ENQUANTO OS ALIMENTOS DO GRUPO 4 DEVEM SER CONSUMIDOS COM MAIS CAUTELA, ISSO PORQUE POSSUEM MUITAS CALORIAS E PODEM PREJUDICAR UMA ALIMENTAÇÃO BALANCEADA.

© MSP - BRASIL / 2015

Maurício



MAURÍCIO DE SOUSA PRODUÇÕES

NÚMERO DE PORÇÕES DIÁRIAS RECOMENDADAS, DE ACORDO COM A FAIXA ETÁRIA, POR GRUPO:

PIRÂMIDE ALIMENTAR		IDADE 6 A 11 MESES	IDADE 1 A 3 ANOS	IDADE PRÉ-ESCOLAR E ESCOLAR	ADOLESCENTES E ADULTOS
<b>1</b>	CEREAIS, PÃES, TUBÉRCULOS E RAÍZES	3	5	5	5 A 9
<b>2</b>	VERDURAS E LEGUMES	3	3	3	4 A 5
	FRUTAS	3	4	3	4 A 5
<b>3</b>	LEITES, QUEIJOS E IOGURTES	LEITE MATERNO*	LEITE MATERNO*	3	3
	CARNES E OVOS	2	2	2	1 A 2
	FEIJÕES	1	1	1	1
<b>4</b>	ÓLEOS E GORDURAS	2	2	1	1 A 2
	AÇÚCAR E DOCES	0	1	1	1 A 2

\* NA IMPOSSIBILIDADE DO LEITE MATERNO, OFERECER UMA FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA A IDADE  
PARA SABER A QUANTIDADE DE ALIMENTO QUE EQUIVALE A UMA PORÇÃO,  
É SÓ ACESSAR: [TURMADAMONICA.COM.BR/QUANTIDADES](http://TURMADAMONICA.COM.BR/QUANTIDADES)

Fonte: Adaptado pelo Departamento Científico de Nutrologia da Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP), presente no Manual de orientação para a alimentação do lactente, do pré-escolar, do escolar, do adolescente e na escola, a partir da Pirâmide Alimentar original de: Philipppi ST et al. Rev Nutr 12: 65-80, 1999 e Guia alimentar para crianças menores de 2 anos, Ministério da Saúde, 2005.

## ATIVIDADE 7: PESQUISA E RECORTE DE ALIMENTOS DA PIRÂMIDE

QUERIDAS CRIANÇAS, PARA MOSTRAR QUE VOCÊS APRENDERAM A IMPORTÂNCIA DE UMA ALIMENTAÇÃO BALANCEADA, COM AJUDA DE UM FAMILIAR, PROCURE EM JORNAIS OU PANFLETOS DE SUPERMERCADO OS ALIMENTOS QUE FAZEM PARTE DA PIRÂMIDE ALIMENTAR, RECORTE E GUARDE PARA A PRÓXIMA ATIVIDADE!

**DIA ECONOMIA DE VERDADE**  
SEMPRE BARATO SEMPRE CERTO

**MARÍLIA VALENTE**  
Especialista em Economia  
Loja DIA - Santa Catarina - SP

**SELEÇÃO DA ECONOMIA**  
QUER PAGAR BARATO SEM PRECISAR IR LONGE?  
PASSA NO DIA.

**2 DIAS**  
OFERTAS VÁLIDAS NOS DIAS 12 E 13/7/2018 ENQUANTO DURAREM OS ESTOQUES.

**4 DIAS**  
OFERTAS VÁLIDAS DE 12 A 15/7/2018 ENQUANTO DURAREM OS ESTOQUES.

**7 DIAS**

Produto	Preço ClubDIA
CAFÉ 3 CORAÇÕES (Extrato ou Tradicional - Aromatizado - 500g)	7,99
ÓLEO SOYA (Soya - 900 ml)	2,69
FILE DE PEITO DE FRANGO SADIÁ (Congelado - 1 kg)	9,99
LAVA-ROUPAS EM PÓ BRILHANTE (Brilho Ativo - 1,7 kg)	10,90
BISCOITO RECHEADO TRAKINAS (Doce Chocolate, Menta Hortolândia ou Maracujá - 136g)	1,49
ARROZ PRATO FINO (Branco - Tipo 1 - 5 kg)	13,99
AÇÚCAR CARAVELAS (Refinado - 1 kg)	1,55
PAPEL HIGIÊNICO Dia (20 rolos - 100 folhas - Folha Dupla - 42 1/2 cm)	10,49
MOLHO HEINZ (Bolonhesa - 340g)	3,09
MACARRÃO DE SÊMOLA C/ OVOS PETYBON (Espaguete nº 8 ou Parafuso - 500g)	2,39
Nesta promoção PAGUE apenas 6,89 no combo	6,89
ERVILHA OU MILHO-VERDE Dia (Enlatada - 300g)	1,09
ACHOCOLATADO EM PÓ TODDY (Original - 800g)	9,99

IMAGEM RETIRADA DE <https://i.pinimg.com/originals/d5/aa/73/d5aa7304a7bf155acb50f7fb54ca1f4a.jpg> EM 16/07/2021.

NÃO ESQUEÇAM DE COMPARTILHAR CONOSCO OS REGISTROS DAS ATIVIDADES, PARA QUEM NÃO TEM ACESSO À INTERNET, ENTREGAR OS REGISTROS NA SECRETARIA DA ESCOLA.



## EMEI JARDIM AMANDA I

Prefeitura Municipal de Hortolândia  
Secretaria de Educação, Ciência e Tecnologia



### ATIVIDADE 8: CORPINHO SAUDÁVEL

QUERIDA CRIANÇA,  
APRENDEMOS MUITO SOBRE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NAS ATIVIDADES ANTERIORES E AGORA SABEMOS QUE PARA TERMOS UM CORPO SAUDÁVEL, PRECISAMOS DE NUTRIENTES ENCONTRADOS EM VÁRIOS TIPOS DE ALIMENTOS.

HORA DA ATIVIDADE:

- DESENHE O SEU CORPINHO ( SABEMOS QUE TEMOS CABEÇA, TRONCO, BRAÇOS, MÃOS, PERNAS E PÉS...)
- EM VOLTA DO CORPINHO, COLE AS FIGURAS DOS ALIMENTOS QUE FORAM RECORTADAS NA ATIVIDADE 7., COMO MODELO ABAIXO:



<https://alunoon.com.br/infantil/atividades.php?c=425> Acesso em 13/07/2021 as 20:06 hrs

### ATIVIDADE 9: **CARIMBOS NATURAIS – COM FRUTAS OU LEGUMES.**



PINTEREST.COM ,AS 15:00 HS

LUNETAS.COM.BR, AS 15:07 HS

#### **PARA FAZER, VOCÊ VAI PRECISAR DE:**

- CORTADORES DE LEGUMES OU FACAS;
- TINTAS;
- LEGUMES E/OU VEGETAIS DE SUA PREFERÊNCIA – DÁ PARA FAZER COM BATATA, CENOURA, PIMENTÃO, ERVA-DOCE E MUITOS OUTROS;
- MOLDES DE BISCOITO.

#### **MODO DE FAZER:**

BATATAS CRUAS SÃO PERFEITAS PARA FAZER CARIMBOS, POIS SÃO FIRMES E FÁCEIS DE CORTAR. A MANEIRA MAIS SIMPLES DE CRIAR DESENHOS É USANDO CORTADORES DE BISCOITO COMO MOLDE. BASTA PARTIR A BATATA AO MEIO, PRESSIONAR O CORTADOR PARA DENTRO E CORTAR OS EXCESSOS AO REDOR DA FORMA.

NÃO TEM CORTADORES EM CASA?

USE APENAS UMA FACA E A IMAGINAÇÃO. NÃO PRECISA FICAR PERFEITO, AFINAL, O GRANDE CHARME DOS CARIMBOS NATURAIS É EXPLORAR SUAS FORMAS E TEXTURAS. BASTA CORTAR PEDAÇOS QUE FIQUEM CONFORTÁVEIS PARA AS CRIANÇAS SEGURAREM E PRONTO.



## ATIVIDADE 10: **SALADA DE FRUTAS**



[https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.youtube.com%2Fwatch%3Fv%3DA3m8yeOTfI&psig=AOvVaw0WzG2hgJFuPF0xy-mrAt08&ust=1626372586908000&source=images&cd=vfe&ved=0CAoQjRxqFwoTCKifzZeU4\\_ECFQAAAAAdAAAAABAD](https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.youtube.com%2Fwatch%3Fv%3DA3m8yeOTfI&psig=AOvVaw0WzG2hgJFuPF0xy-mrAt08&ust=1626372586908000&source=images&cd=vfe&ved=0CAoQjRxqFwoTCKifzZeU4_ECFQAAAAAdAAAAABAD)

Acesso em 14/07/2021 as 16:00 hrs

## Salada de Fruta

A SALADA DE FRUTA É UMA SOBREMESA SAUDÁVEL E BASTANTE FACIL DE FAZER. PODES FAZE - LAS COM AS FRUTAS QUE TENHAM EM CASA.

EXEMPLO DE FRUTAS:



# EMEI JARDIM AMANDA I

Prefeitura Municipal de Hortolândia  
Secretaria de Educação, Ciência e Tecnologia



**NÃO SE ESQUEÇAM DE QUE O ENVIO DE REGISTROS, SEJA POR FOTOS, ÁUDIOS, VÍDEOS SÃO SUPER IMPORTANTES PARA DARMOS SEGUIMENTO AO NOSSO TRABALHO E AUXILIAR NO DESENVOLVIMENTO DE APRENDIZAGEM DAS NOSSAS CRIANÇAS! CONTEM SEMPRE CONOSCO! VOCÊS SÃO O ELO NESSE PROCESSO!**

**AOS PAIS QUE NÃO UTILIZAM WHATSSAP, POR GENTILEZA LEVAR OS REGISTROS NA ESCOLA. ELAS SERÃO ENTREGUES Á PROFESSORA.**