



EMEI NOVO CAMBUÍ

HORTOLÂNDIA/SP

Atividades a serem realizadas de 12 a 23 de julho de 2021.

NÍVEL: JARDIM I

Vida saudável!
HIGIENE, HIDRATAÇÃO, VACINAÇÃO e ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

EMEI NOVO CAMBUÍ
HORTOLÂNDIA/SP

Olá famílias! Seguem abaixo sugestões de atividades para esta quinzena com o objetivo de conhecer um pouco algumas atitudes e hábitos de uma vida mais saudável, através de cuidados de higiene com o corpo, a importância da ingestão de água, da vacinação das nossas crianças e hábitos de alimentação saudável.

Atividade 1 (12/07/2021): Número 8

Objetivo: Reconhecer o número 8 utilizando a matemática e habilidades. Realizar a contagem por meio de ligação de números e quantidades.

Material a ser utilizado: Papel; lápis, caneta ou giz de cera.

Descrição da Atividade: Assista ao vídeo “Número 8 - NÚMEROS - Os Pequerruchos Almanaque” para aprender a grafar o número 8, acessando o link abaixo. Após, faça a ligação de numeral e quantidade até o 8.



<https://www.youtube.com/watch?v=65EmaEfyLWk>

Acesso em 25/06/2021, às 07h45.

_ Agora, um responsável auxilie a criança para que em uma folha de papel trace os numerais de 1 ao 8 na sequência.

_ Em baixo de cada número faça pontinhos de quantidades 1 ao 8, fora da sequência.

_ A seguir, faça traços de ligação do número com a quantia correta de pontinhos, como no exemplo abaixo.

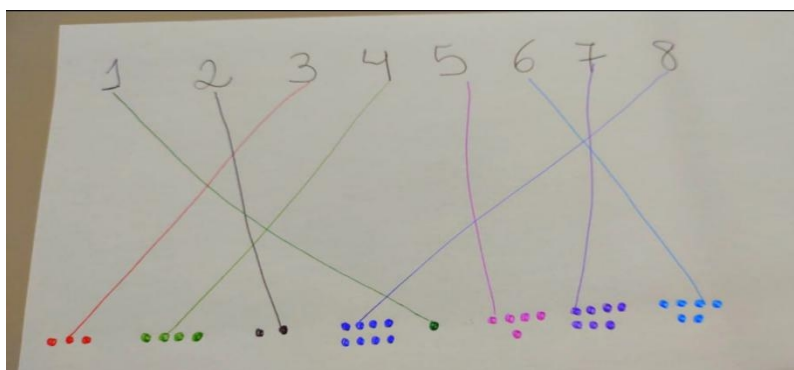


Foto – arquivo pessoal da professora Maria

Registre a atividade com fotos ou vídeos e compartilhe no grupo de whatsapp da Turma.

Atividade 2 (13/07/2021): Vacinas salvam!

Objetivo: Compreender a forma da ação das vacinas no nosso organismo e a importância na prevenção de doenças.

Material a ser utilizado: Papel; lápis, caneta ou giz de cera; tinta guache; fios de lã ou barbante e tesoura.

Descrição da Atividade: Assistam ao vídeo “Como funciona uma vacina?”. Após, faça uma figura do “monstro” que pode causar doenças. Clique link abaixo:



<https://www.youtube.com/watch?v=I3q-ITskbko>

Acesso em 25/06/2021, às 17h00.

Agora, façam uma figura de um “monstro” que pode causar doenças em quem não se vacina.

Vejam o link descritivo da atividade “Como Fazer Monstro de Tinta” abaixo:



https://www.youtube.com/watch?v=_FEKxiKjOjI

Acesso em 25/06/2021, às 17h13.

- Dobre uma folha de papel ao meio;
- Abra a folha e espalhe pequenas quantidades de tinta guache de cores variadas entre as partes da marca do meio;
- Feche a folha para que as partes com tinta se unam e massageie com as mãos com a folha dobrada para que as tintas se espalhem bem;
- Abra a folha e acrescente olhos com desenho recortado e cabelos com pedaços de lã ou barbante;
- Depois de seco, poderá acrescentar braços, mãos e tronco corporal do monstro com caneta.

Registre a atividade com fotos ou vídeos e compartilhe no grupo de whatsapp da Turma.

Atividade 3 (14/07/2021): Letra H

Objetivo: Grafar a letra H e reconhecer palavras que se iniciam com esta letra.

Material a ser utilizado: Papel; lápis, caneta ou giz de cera.

Descrição da Atividade: Assistam ao vídeo “LETRA H - VAMOS CANTAR E ESCREVER?” para aprender a grafar a letra H e reconhecer palavras que se iniciam com esta letra.

Após, em folha treine a grafia da letra H. A seguir, faça uma brincadeira com alguém da família para ampliar o vocabulário.



<https://www.youtube.com/watch?v=2PrxD6IFP-c>

Acesso em 25/06/2021, às 17h19.

Agora, convide alguém da família para brincar de Roleta do Alfabeto.



SUGESTÃO DE ATIVIDADE PARA ADAPTAÇÃO

Imagem disponível em: www.clarissapereira.com.br
Acesso em 03/06/2021, às 07h00.

- Em uma folha de papel faça um círculo em formato de roleta divididos em 8 partes, da letra A até a letra H;
- No centro do círculo coloque um lápis ou caneta, representando a seta;
- Gire o lápis/caneta, na letra que parar a ponta deverá dizer o nome de uma palavra iniciada pela referida letra.
Um adulto auxilia a criança.

Registre a atividade com fotos e compartilhe no grupo de whatsapp da Turma.

Atividade 4 (15/07/2021): Use máscara

Objetivo: Aprender como o uso correto das máscaras reduzem os riscos de transmissão e contaminação de doenças.

Material a ser utilizado: Máscara de proteção facial.

Descrição da Atividade: Assistir aos vídeos “Como usar as máscaras de proteção corretamente? Aprenda com Manga e Leco, do MYTIKAH!” e “Como Ensinar as Crianças a Usar Máscara?” disponíveis nos link’s abaixo. Após, mande um registro usando corretamente a sua máscara.



https://www.youtube.com/watch?v=YHH0_rG0TRc

Acesso em 25/06/2021, às 17h23.



<https://www.youtube.com/watch?v=jCjalAqd6JA>

Acesso em 25/06/2021, às 17h28.

- Agora, envie uma foto com sua máscara de proteção facial preferida, usando-a de forma correta, bem ajustada ao rosto, tampando o nariz e a boca.
- Vale um registro atual ou uma foto antiga em que tenha usado máscara.
- Pode estar sozinho ou acompanhado por alguém da família. O importante é se proteger!

Registre a atividade com fotos e compartilhe no grupo de whatsapp da Turma.

Atividade 5 (16/07/2021): Brincando de lavar roupas

Objetivo: Trabalhar conceitos de higiene pessoal, coordenação motora, concentração e independência.

Material a ser utilizado: Bacia com água; roupas pequenas; sabão; barbante; papel crepom de cores variadas; prendedores de roupas; borrifador de água; tesoura e folhas brancas de papel sulfite.

Descrição da Atividade: Assistam ao vídeo da canção “Lavadeira Brincando de Lavar a roupa #BrincadeiraMusical / Educação Infantil”. Após, façam divertidas brincadeiras.



<https://www.youtube.com/watch?v=w734swVNOos>

Acesso em 25/06/2021, às 17h35

Agora vamos brincar de lavar roupas com duas brincadeiras bem divertidas.

1º Momento: Um adulto auxilia a criança para brincar de lavar roupas.



Imagem disponível em: <https://www.consa.com.br/noticias/educacao-infantil/infantil-4/brincando-de-estender-roupa/>
Acesso em 28/06/2021, às 07h34.

- Coloque uma bacia com água no chão;
- Acrescente sabão e pequenas peças de roupas;
- Oriente a criança a esfregar as peças tirando a sujeira;
- Depois enxaguem as roupas e um adulto ajuda a criança a estender para secarem no varal.

2º Momento: Façam a experiência da chuva colorida de papel crepom para ensinar as crianças que não podem deixar as roupas no varal se estiver chovendo, nem muito tempo expostas no sol, pois isso danifica o tecido.



Fotos – arquivo pessoal da professora Maria

- Corte pequenas fitas de papel crepom de cores variadas;
- Amarre um barbante em superfícies baixas para representar um varal em que a criança alcance;
- Pendure as fitas cortadas de papel crepom no varal, se estiver ventando, prenda-as com prendedores de roupas;
- Coloque folhas de papel brancas embaixo das fitas recortadas;
- A criança irá borrifar água nas fitas coloridas de papel crepom e observar o efeito que ocorre com a água escorrendo e caindo sobre as folhas brancas.

Cairão gotas de chuva **coloridas** que pintarão as folhas brancas de diversas cores. Observem que algumas cores quando se misturam mudam de tonalidade.

Registre a atividade com fotos e compartilhe no grupo de whatsapp da Turma.

Atividade 6 (19/07/2021): Boa Alimentação

Objetivo: Entender sobre a importância de uma alimentação balanceada, com bastante nutrientes e o mais saudável possível.

Descrição da Atividade: Assistam ao vídeo “Desenho alimentação saudável”. Clique no link abaixo:



<https://www.youtube.com/watch?v=V-f-d5-pwww>

Acesso em 01/07/2021, às 17h00.

Agora fale um pouco sobre o que entendeu, respondendo a algumas sugestões de perguntas:

- _ O que é necessário para ter uma alimentação saudável?
- _ Quais os principais nutrientes encontrados nos alimentos?
- _ Quais alimentos devemos evitar?
- _ Qual alimento saudável você mais gosta?

Registre a atividade com vídeos ou áudios e compartilhe no grupo de whats app da Turma.

Atividade 7 (20/07/2021): Papa Tudo

Objetivo: Desenvolver hábitos de alimentação saudável regularmente, ingerindo a quantidade necessária de nutrientes e evitando o desperdício.

Material a ser utilizado: Alimentos que consome no dia a dia.

Descrição da Atividade: Assistam aos vídeos “👉 Desenho Infantil 🎵 🎵 Papa-Tudo - Jacarelviz e Amigos Vol. 1”. Clique no link abaixo:



https://www.youtube.com/watch?v=UiD_IeTCggl

Acesso em 02/07/2021, às 17h10.

Agora converse em família sobre a importância de manter uma alimentação bem nutritiva e não desperdiçar alimentos, evitando deixar sobras no prato durante as refeições.

- Mande uma foto de sua refeição ou nos conte sobre o que costuma comer durante as principais refeições.

Registre a atividade com vídeos, fotos ou áudios e compartilhe no grupo de whats app da Turma.

Atividade 8 (21/07/2021): ALIMENTOS RUINS X ALIMENTOS SAUDÁVEIS

Objetivo: Aprender de um jeito divertido sobre os alimentos que são benéficos e maléficos a nossa saúde.

Material a ser utilizado: Papel; lápis, caneta ou giz de cera; encartes de supermercados ou recortes de jornais ou revistas; cola e tesoura.

Descrição da Atividade: Assista ao vídeo da canção “Música ALIMENTO RUIM vs ALIMENTO SAUDÁVEL - Mundo Aquarela Kids” para aprender quais são os alimentos saudáveis e quais devemos evitar. Clique no link abaixo:



<https://www.youtube.com/watch?v=SlptTa3UbgM>

Acesso em 02/07/2021, às 17h16.

Agora, vamos preencher o quadro abaixo colocando os alimentos saudáveis na carinha feliz e os alimentos que não são saudáveis na carinha triste.

Pinte com capricho!

RECORTE E COLE AS FRUTAS NO LOCAL CORRETO:

😊	☹️

Outra sugestão: recortar imagens de alimentos saudáveis, como: frutas, legumes e verduras e não saudáveis, como: industrializados e ultraprocessados, de encartes de supermercados ou jornais e revistas e colar numa folha de papel, após, pedir para a criança desenhar uma carinha feliz ou triste na frente de cada imagem de acordo com sua classificação.

Registre a atividade com fotos ou vídeos e compartilhe no grupo de whats app da Turma.

A atividade impressa estará disponível na secretaria da escola de segunda a sexta-feira das 9h00 às 15h00.

Atividade 9 (22/07/2021): Brincadeira das Frutas

Objetivo: Fortalecer a consciência sobre bons hábitos alimentares, especialmente a necessidade das crianças, acima de um ano, de comer de três a quatro porções de frutas por dia, de acordo com a recomendação de especialistas.

Descrição da Atividade: Assista ao vídeo abaixo “Vitamina Tutti-Frutti | ZiS | Canção para Crianças”. Após, tente fazer em casa uma divertida brincadeira.



<https://www.youtube.com/watch?v=-6Dz1grc3-s>

Acesso em 02/07/2021, às 17h25.

Agora, com a ajuda de um membro da família tente fazer uma brincadeira, conforme vídeo exemplificativo abaixo:



<https://www.youtube.com/watch?v=oQNVEqVNJJI>

Acesso em 02/07/2021, às 17h37.

- _ Um familiar vai citando nomes de frutas variadas para o aluno;
- _ A cada fruta que ouvir o aluno deverá bater palmas;
- _ Entre os nomes das frutas deverá citar alguns objetos que não são frutas e então o aluno deverá estar atento para não bater palmas;
- _ Se tiverem mais familiares participando, poderão competir entre si;
- _ Aproveite para ampliar o vocabulário do aluno, inserindo nomes de

frutas que não conheça. Caso surja dúvidas, mostre ao aluno imagens na internet de tais frutas.

Alguns exemplos de frutas:

Abacate, Abacaxi, Açaí, Acerola, Ameixa, Amora, Araçá, Atemoia, Banana, Cajá, Caju, Caqui, Carambola, Cereja, Coco, Cupuaçu, Figo, Framboesa, Goiaba, Graviola, Jabuticaba, Jaca, Jambo, Jenipapo, Kiwi, Laranja, Limão, Maçã, Mamão, Manga, Maracujá, Melancia, Melão, Mexerica, Morango, Pera, Pêssego, Pitaia, Pitanga, Romã, Sapoti, Seriguela, Tamarindo, Uva.

- Outra sugestão: Se preferir, monte uma receita com frutas, como: salada de frutas, vitamina, suco ou qualquer outra, deixe a criança participar da produção e envie um registro.

Registre a atividade com fotos ou vídeos e compartilhe no grupo de whats app da Turma.

Atividade 10 (23/07/2021): Trilha da Boa Alimentação

Objetivo: Aprender enquanto brinca. Desenvolver habilidades e concentração.

Material a ser utilizado: Papel; lápis, caneta ou giz de cera.

Descrição da Atividade: Assistam ao vídeo “Bento e Totó - Viva a Vida Verde (Desenho Infantil)”.

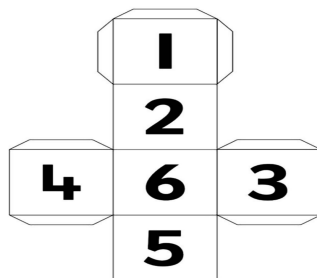
Após, em folha brinque com o jogo Trilha da Boa alimentação.



<https://www.youtube.com/watch?v=iJ7UinSD0XA>

Acesso em 02/07/2021, às 17h43.

- Que tal brincarmos um pouquinho enquanto aprendemos?
 - O jogo de trilha consiste em dois ou mais jogadores utilizar o dado para movimentar-se pelo tabuleiro;
 - Algumas casas apresentam recados sobre o tema alimentação;
 - Quem chegar ao final da trilha primeiro é o vencedor;
 - Os peões são frutas, escolha a sua.
- Ótimo jogo!



TRILHA DA BOA ALIMENTAÇÃO

Início	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18

Imagens Fonte: <http://cantinhodosaber.com.br/>



Acesso em 05/07/2021, às 07h33.

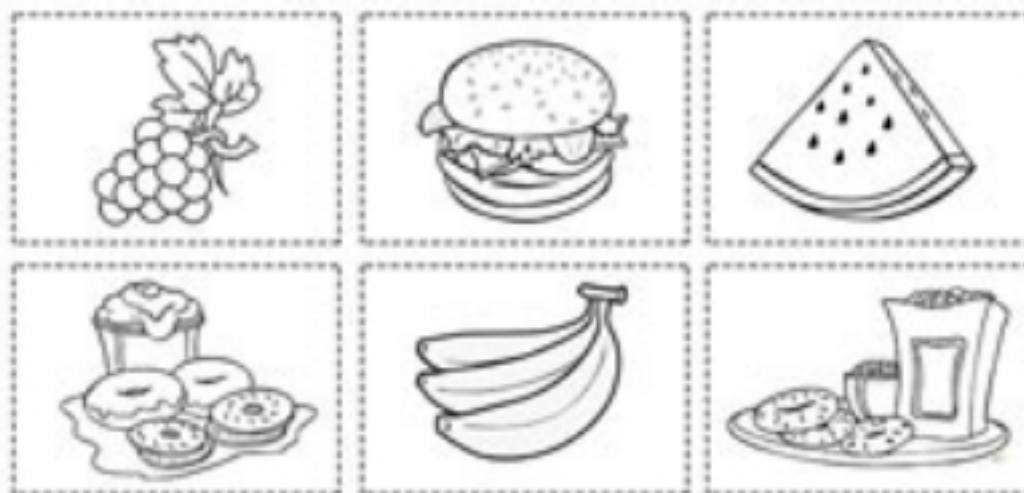
Registre a atividade com fotos ou vídeos e compartilhe no grupo de whats app da Turma.

A atividade impressa estará disponível na secretaria da escola de segunda a sexta-feira das 9h00 às 15h00.

ATIVIDADE:
ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL



















RECORTE E COLE AS FRUTAS NO LOCAL CORRETO:



NOME: _____ DATA: _____

TRILHA DA BOA ALIMENTAÇÃO

<p>Início</p>	 <p>1</p>	 <p>2</p>	<p>Um café da manhã saudável deixa o dia cheio de energia!</p> <p>3 Avance 2 casas</p>	 <p>4</p>	<p>Diga o nome de 3 frutas para avançar 1 casa.</p> <p>5</p>
<p>Sorvete no calor é uma delícia! Qual é o seu sabor preferido?</p> <p>12</p> 	 <p>11</p>	<p>Muitas cores em seu prato é mais saúde pra você!</p> <p>10 Avance 3 casas</p>	 <p>9</p>	 <p>8</p>	 <p>6</p>
<p>Diga o nome de 3 frutas vermelhas.</p> <p>13</p> 	<p>15</p> 	<p>Refrigerante todos os dias não é bom. Volte para o abacaxi.</p> <p>16</p> 	<p>17</p> 	<p>Jantou tudo? Parabéns! Pode comer a sobremesa e ir para a linha de chegada!</p> <p>18</p> 	<p>Comeu sobremesa antes do almoço? Volte 3 casas.</p> <p>7</p> 
<p>14</p> 	<p>Para ser saudável é preciso se exercitar. Pule 5 vezes e avance 3 casas.</p> <p>15</p>	<p>Refrigerante todos os dias não é bom. Volte para o abacaxi.</p> <p>16</p> 	<p>17</p> 	<p>Jantou tudo? Parabéns! Pode comer a sobremesa e ir para a linha de chegada!</p> <p>18</p> 	<p>Chegada</p> 