PREFEITURA MUNICIPAL DE SANTOS
ESTADO DE SÃO PAULO
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
UME GEMMA REBELLO

ROTEIRO DAS ATIVIDADES DA SEMANA (24/11 a 30/11/2020)

TEMA: ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

- É importante que os pais criem para seus filhos uma rotina alimentar que inclui frutas, legumes, verduras (e, não menos importante, água!), consumindo os alimentos na companhia deles, têm mais facilidade da criança se acostumar a hábitos alimentares saudáveis. Ser o exemplo é essencial para educar as crianças e apresentá-las à importância de comer bem.

VERDURAS E LEGUMES - VOCABULÁRIO PARA CRIANÇAS
https://www.youtube.com/watch?v=Z4dr_hkn-nk&t=115s

- Depois de ver o vídeo vou perguntar para vocês crianças;
- Quem come legumes e verduras?
- Qual legume e verdura vocês gostam mais?
- Agora vocês aprenderam como é importante comer de maneira saudável?

COMER BANANAS | EU AMO APRENDER | CANÇÕES EDUCACIONAIS | PLAYKIDS
https://www.youtube.com/watch?v=uMy6ljZOYzA

- As crianças vão adorar essa música. Elas vão aprender que mamão e manga fornecem vitamina A. Essa vitamina é ótima para os seus ossos, dentes e cabelo. Elas também vão aprender sobre a vitamina B1. Quero ver a partir de agora todas as minhas crianças comendo frutas.

PREFEITURA MUNICIPAL DE SANTOS
ESTADO DE SÃO PAULO
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
UME GEMMA REBELLO

DESAFIO

- Agora que vocês já sabem a importância das frutas e legumes em nossa vida, peça para a mamãe fazer uma gostosa salada e de sobremesa uma deliciosa salada de frutas. E claro vocês irão participar e serão os cozinheiros mirins. Mostre para sua professora os seus quitutes e tire muitas fotos.

ADIVINHANDO AS FRUTAS DE OLHOS VENDADO

MATERIAL

- 1 TIRA DE TECIDO PARA VENDAR OS OLHOS
- FRUTAS DIVERSAS

- **VAMOS COMEÇAR A BRINCADEIRA?**

- A MAMÃE VAI COLOCAR A VENDA NOS SEUS OLHOS E OFERECER UMA FRUTA PARA VOCÊ PROVAR.
- VOCÊ VAI TENTAR ADIVINHAR O NOME DA FRUTA.
- COM A AJUDA DE UM ADULTO CONTE A QUANTIDADE DE FRUTAS QUE VOCÊ CONSEGUIR ACERTAR
- AGORA QUERO VER VOCÊ DESENHAR E PINTAR A FRUTA QUE VOCÊ MAIS GOSTA.

Boa semana a todos