



ESTADO DE SANTA CATARINA
MUNICÍPIO DE BALNEÁRIO RINCÃO
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO

PLANEJAMENTO DIÁRIO-EDUCAÇÃO INFANTIL

DIA DA SEMANA: SEGUNDA A SEXTA FEIRA.

DATA : 18/05/2020 A 22/05/2020

TEMA DA AULA: ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL.

CAMPOS DE EXPERIÊNCIA:

- (X) O EU, O OUTRO E O NÓS
- (X) CORPO, GESTOS E MOVIMENTOS
- (X) TRAÇOS, SONS, CORES E FORMAS
- (X) ESCUTA, FALA, PENSAMENTO E IMAGINAÇÃO
- (X) ESPAÇOS, TEMPOS, QUANTIDADES, RELAÇÕES E TRANSFORMAÇÕES.

OBJETOS DE CONHECIMENTO: Promover e incentivar o consumo de alimentos saudáveis e a consciência de sua contribuição para a promoção da saúde de forma atraente, lúdica e educativa, desenvolvendo os sentidos, estimulando a linguagem oral e visual.

OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM: Conhecer os alimentos que são importantes para uma boa alimentação;

- Ouvir com atenção a história “A cesta da dona Maricota”, valorizando uma boa alimentação;
- Conhecer as propriedades de diferentes alimentos;
- Aprender a escolher alimentos nutritivos e de boa qualidade;
- Expressar seus sentimentos e desejos através de atividades;
- Desenvolver o raciocínio lógico através de jogos e brincadeiras;
- Desenvolver a motricidade ampla e fina através de recorte e colagem;
- Diferenciar alimentos saudáveis e não saudáveis;

DESENVOLVIMENTO:

- Hora do conto “A Cesta da Dona Maricota”;
- Músicas;
- Pesquisas;
- Pintura e recortes;
- Jogos;



CEI MUNDO MÁGICO

Rua: Copacabana, S/Nº - Lagoa dos Freitas

Fone: (48) 3468-7249

emefjosereus@outlook.com

Nome: _____ / Data: ____ / ____ / ____ . Turma: _____

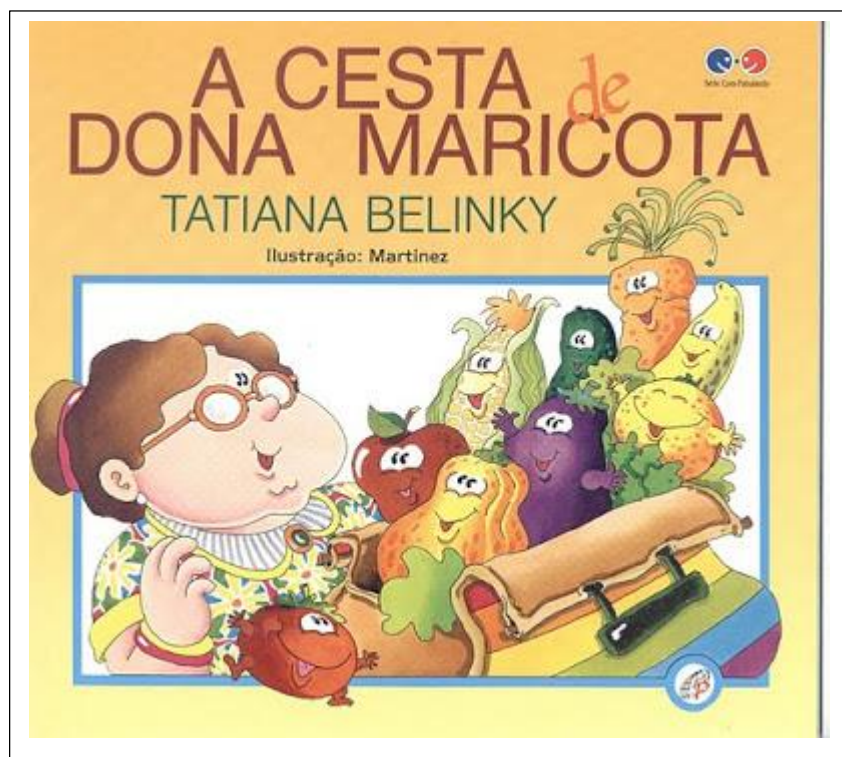
OLÁ, FAMÍLIAS!!!

Iremos trabalhar sobre: “ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL”.

É preciso ser trabalhado na criança um hábito alimentar saudável, conseqüentemente em suas famílias, e conscientizá-los da importância de que uma boa alimentação deve ser regrada e nutritiva para que tenha uma boa saúde. Por isso essas atividades foram elaboradas para que as crianças reconheçam o grande valor que esses alimentos têm para nossa saúde. Por isso para crescer forte e saudável é preciso comer diariamente alimentos como cereais (arroz), tubérculos (batatas), raízes (mandioca), carnes e peixes, pães e massas, distribuindo esses alimentos nas refeições e lanches ao longo do dia. Além de comer legumes e verduras nas duas principais refeições do dia e frutas nas sobremesas e lanches.

Vamos lá:

Primeira proposta: hora do conto “A CESTA DA DONA MARICOTA”, famílias contem a história para os pequenos, após conversem com eles sobre a importância de nos alimentarmos bem e os cuidados que devemos ter com os alimentos e a higiene antes de consumi-los: lavar as mãos antes de pegar os alimentos, lavar frutas, verduras e legumes,



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 na geladeira,
E deu um suspiro
Ufa! que cansada!

E foi descansar.



Então essas verduras,
Legumes e frutas
Fresquinhas, maduras,

Todos animados
Depois da viagem,
Puseram-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 macio,
Eu sou o mais bonito!

Então a Laranja
Falou, bem amável:
Melhor que bonita,
Eu sou é saudável.



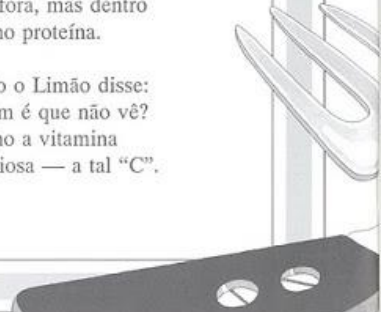
E logo o Espinafre
Gritou: Não tem erro!
Sou verde e saudável,
Sou cheio de ferro!

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 aparece
Dona Maricota,
E as frutas gostosas
Viraram... compota!



E os belos legumes,
Em toda a sua glória,
Viraram sopão!
E acabou-se a história.

