

# ATIVIDADES NÃO PRESENCIAIS EDUCAÇÃO INFANTIL - 2021

GRUPO ETÁRIO: CRIANÇAS PEQUENAS  
TURMA: PRÉ II

PERÍODO: 31/05 A 11/06

NOME: \_\_\_\_\_



TEMA INTEGRADOR: EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL

SUBTEMAS: "COMER, COMER, PARA PODER CRESCER!"

"CONHECENDO AS FRUTAS"



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO  
**ATÍLIO VIVÁCQUA**

TURMA: PRÉ II

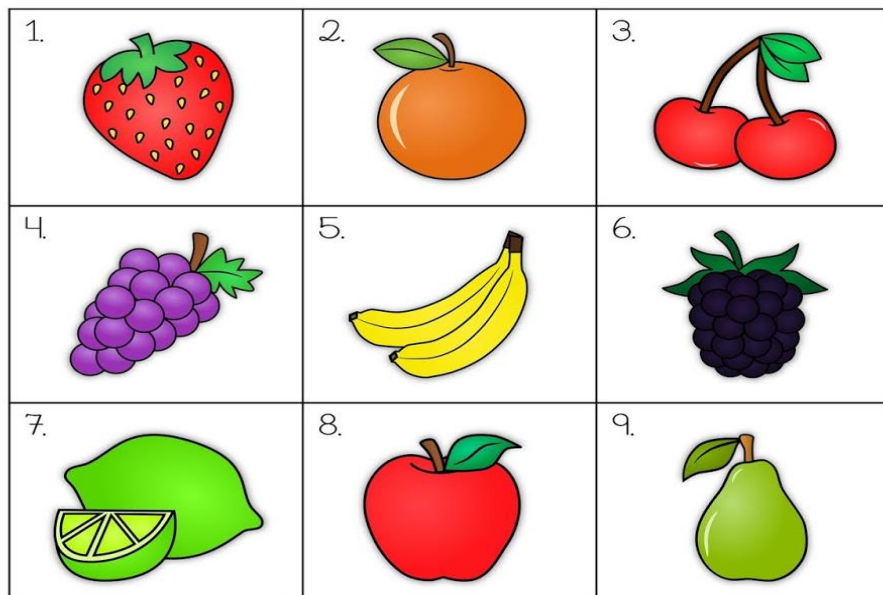
**TEMA INTEGRADOR:** EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL**SUBTEMAS:** “COMER, COMER, PARA PODER CRESCER!”

“CONHECENDO AS FRUTAS”

AS FRUTAS, FAZEM PARTE DE UMA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL. ELAS POSSUEM FORMATOS, CORES, SABORES E CHEIRO DIFERENTES. NEM TODOS GOSTAM, MAS É SEMPRE BOM TERMOS UMA ALIMENTAÇÃO VARIADA E COLORIDA, POIS A ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL CONTÉM NUTRIENTES NECESSÁRIOS PARA QUE TENHAMOS QUALIDADE DE VIDA.



COM A AJUDA DO ADULTO ESCREVA O NOME DAS FRUTAS SEGUINDO A NUMERAÇÃO NAS LINHAS ABAIXO.



1. \_\_\_\_\_ 5. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_ 6. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_ 7. \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_ 8. \_\_\_\_\_

9. \_\_\_\_\_



TURMA: PRÉ II

**TEMA INTEGRADOR:** EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL**SUBTEMAS:** "COMER, COMER, PARA PODER CRESCER!"*"CONHECENDO AS FRUTAS"*

ENCONTRE NA COLUNA AO LADO O NÚMERO CORRESPONDENTE A QUANTIDADE DE SEMENTES DA MELANCIA E COLE NO QUADRADINHO ABAIXO DAS FIGURAS.

	<input type="text"/>	1
	<input type="text"/>	2
	<input type="text"/>	3
	<input type="text"/>	4
	<input type="text"/>	5
	<input type="text"/>	6
	<input type="text"/>	7
	<input type="text"/>	8
	<input type="text"/>	9
	<input type="text"/>	10



TURMA: PRÉ II

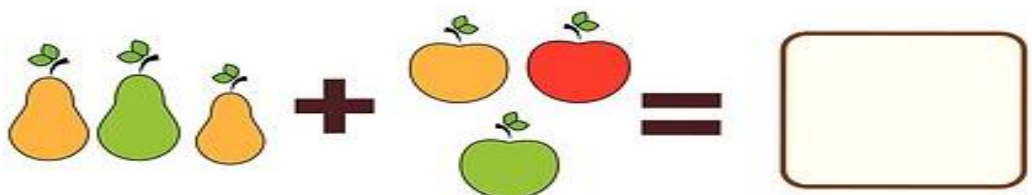
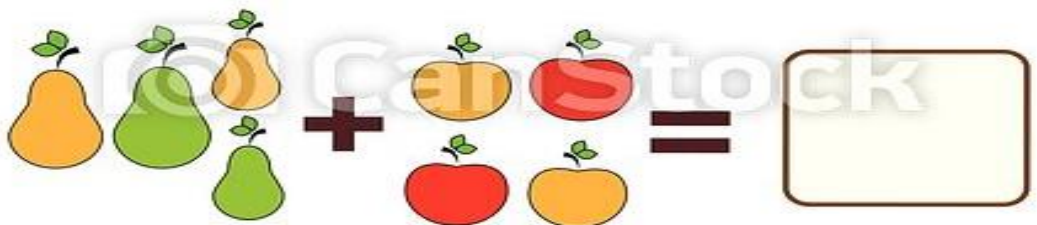
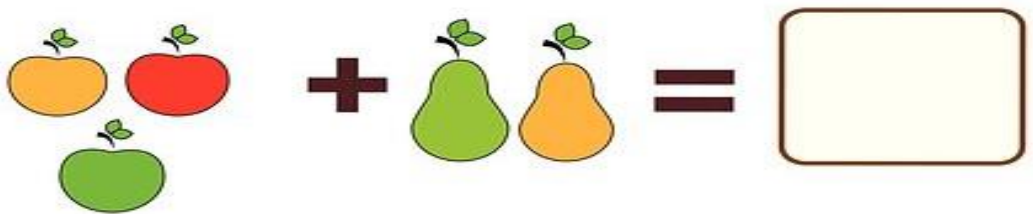
**TEMA INTEGRADOR:** EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL**SUBTEMAS:** “COMER, COMER, PARA PODER CRESCER!”

“CONHECENDO AS FRUTAS”

COM A AJUDA DO ADULTO FAÇA A LEITURA DAS LETRAS ABAIXO E DESENHE UMA FRUTA CUJO NOME SE INICIE COM CADA UMA DELAS:

B	
M	
U	
L	

CONTE AS FRUTAS DOS DOIS GRUPOS E REGISTRE O TOTAL NO QUADRADINHO.



TURMA: PRÉ II

**TEMA INTEGRADOR:** EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL**SUBTEMAS:** “COMER, COMER, PARA PODER CRESCER!”

“CONHECENDO AS FRUTAS”

PINTE DE VERMELHO A PRIMEIRA LETRA DE CADA NOME DAS FRUTAS ABAIXO, EM SEGUIDA, OBSERVE O ALFABETO E ESCREVA O NOME DAS FRUTAS EM ORDEM ALFABÉTICA:

A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z



MANGA

1 \_\_\_\_\_



BANANA

2 \_\_\_\_\_



ABACAXI

3 \_\_\_\_\_



LARANJA

4 \_\_\_\_\_



UVA

5 \_\_\_\_\_



PERA

6 \_\_\_\_\_





TURMA: PRÉ II

**TEMA INTEGRADOR:** EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL

**SUBTEMAS:** “COMER, COMER, PARA PODER CRESCER!”

“CONHECENDO AS FRUTAS”

**HORA DA RECEITA: VAMOS FAZER UMA VITAMINA?**

AJUDE A PREPARAR A RECEITA RECORTANDO AS FRUTAS E COLANDO-AS NO LIQUIDIFICADOR DE ACORDO COM A QUANTIDADE INDICADA.

**VITAMINA DE FRUTAS:**

**INGREDIENTES:**

4 BANANAS

2 MAÇÃS

1 MAMÃO

1 LITRO DE LEITE

**MODO DE FAZER:**

EM UM LIQUIDIFICADOR

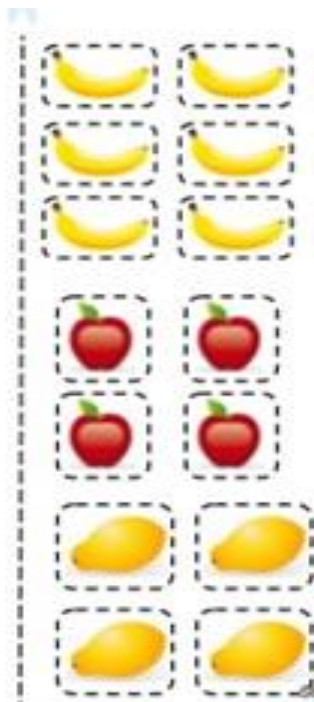
COLOQUE

AS FRUTAS PICADAS.

DEPOIS ACRESCENTE O LEITE E

BATA POR 3 MINUTOS PARA FICAR

BEM CREMOSO





TURMA: PRÉ II

TEMA INTEGRADOR: EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL

SUBTEMAS: "COMER, COMER, PARA PODER CRESCER!"

"CONHECENDO AS FRUTAS"

EDUCAÇÃO FÍSICA

CONHECENDO A PIRÂMIDE ALIMENTAR

## Pirâmide Alimentar

A pirâmide alimentar é uma representação gráfica do Guia Alimentar e auxilia os indivíduos na seleção de uma alimentação adequada e saudável.

A pirâmide alimentar é, portanto, um instrumento útil na educação alimentar das crianças, sendo possível a sua adaptação às diferentes culturas alimentares.

**Pirâmide Alimentar Infantil**  
Pré-escolar (4 a 6 anos)  
Escolar (7 a 10 anos)

Óleos e Gorduras 1 porção	Açúcares e doces 1 a 2 porções
Carnes e Ovos 2 porções	Feijões 1 porção
Leite, queijo, iogurte 3 porções	Fruta 3 a 4 porções
Verduras e legumes 3 a 4 porções	arroz, pão, massa, batata, mandioca 6 porções

**"Atividade física é uma prática importante durante a infância."**

Fonte: Philippi e Col, ESAIQ, 2000 Philippi e Col, 2000

AGORA QUE VOCÊ APRENDEU SOBRE A PIRÂMIDE ALIMENTAR, RECORTE OS ALIMENTOS E COLE NOS LOCAIS ADEQUADOS PARA FORMAR A SUA PIRÂMIDE ALIMENTAR.

The activity includes a collection of food cut-outs on the left, such as bread, eggs, vegetables, fruits, and dairy products. On the right is a large pyramid template divided into four horizontal layers (yellow, blue, green, and light green) with dashed lines for cutting and dotted lines for pasting the food items.



02/06/2021

TURMA: PRÉ II

**TEMA INTEGRADOR:** EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL

**SUBTEMAS:** “*COMER, COMER, PARA PODER CRESCER!*”

“*CONHECENDO AS FRUTAS*”

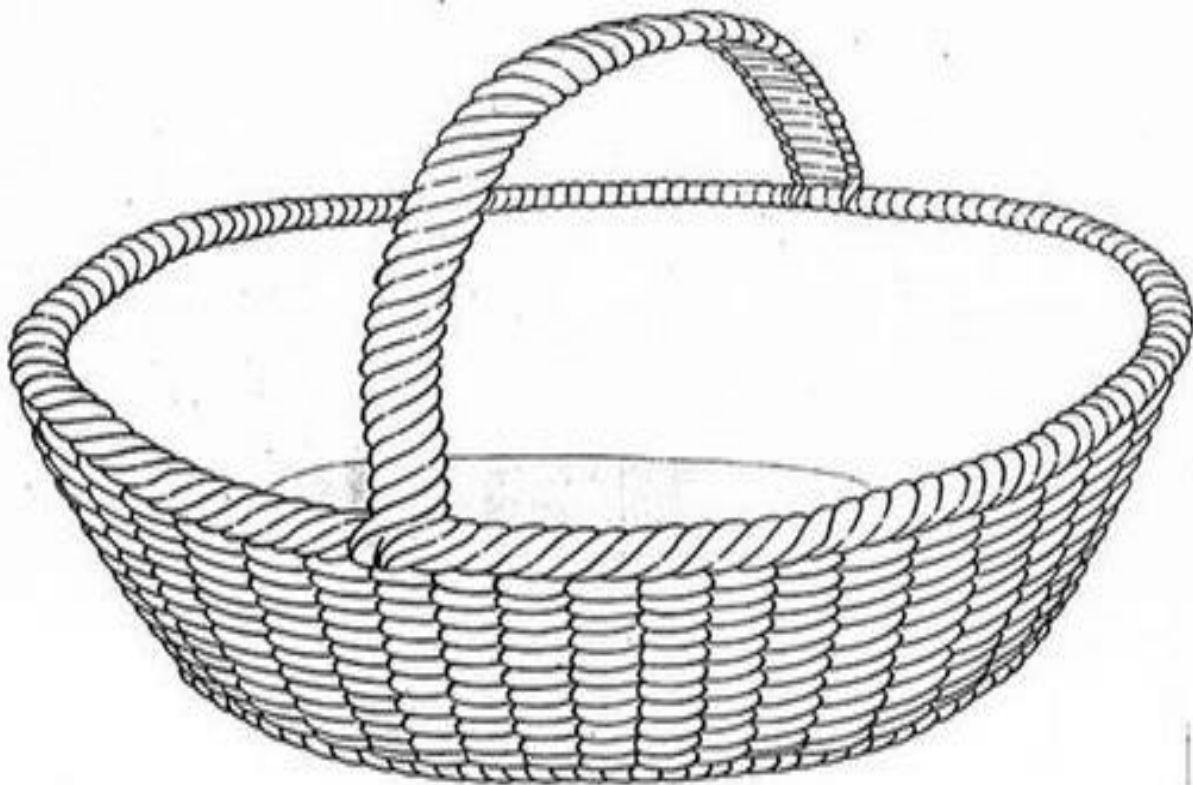


### **BOA ALIMENTAÇÃO: UM PRATO CHEIO DE SAÚDE.**

UMA BOA ALIMENTAÇÃO É COMPOSTA DE ALIMENTOS FRESCOS E DE DIVERSOS TIPOS. AS PESSOAS NECESSITAM ENTRE OUTRAS COISAS DE UMA ALIMENTAÇÃO NUTRITIVA E VARIADA. QUANTO MAIS COLORIDAS AS REFEIÇÕES, MAIS SAUDÁVEIS.

COM A AJUDA DE UM ADULTO LEIA A HISTÓRIA: **A CESTA DE DONA MARICOTA**, QUE ESTÁ NOS ANEXOS DESTA COLETÂNEA DE ATIVIDADES.

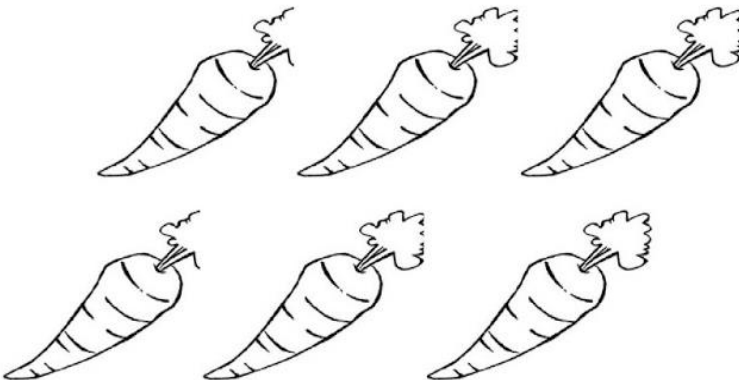
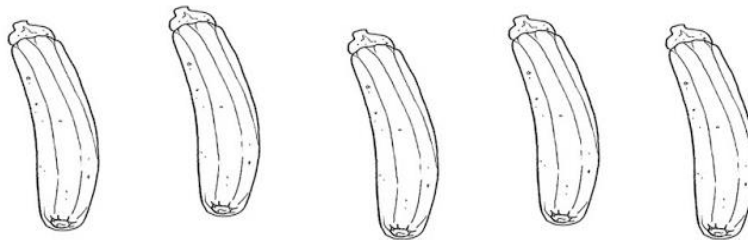
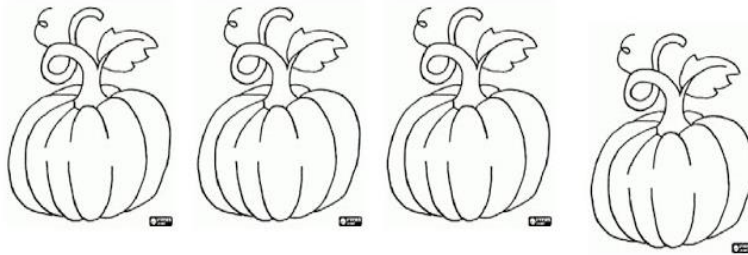
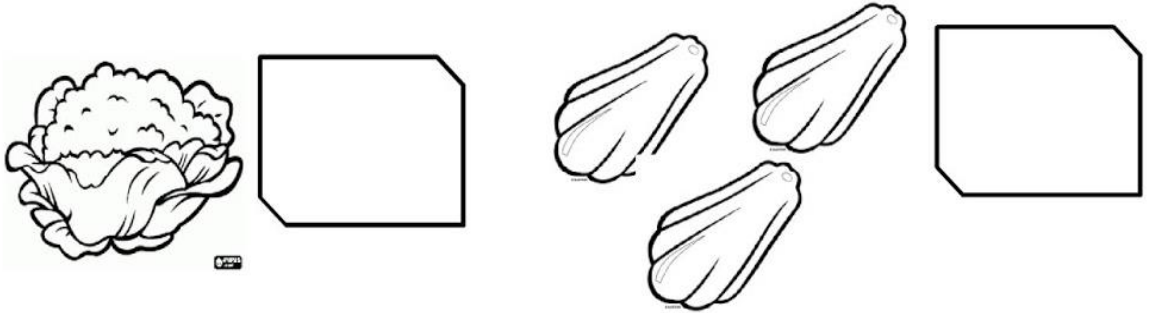
RECORTE OS ALIMENTOS QUE SÃO CITADOS NA HISTÓRIA QUE ACABOU DE OUVIR E COLE DENTRO DA CESTA. AS IMAGENS ESTÃO NOS ANEXOS:



TURMA: PRÉ II

**TEMA INTEGRADOR:** EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL**SUBTEMAS:** “COMER, COMER, PARA PODER CRESCER!”

“CONHECENDO AS FRUTAS”

REGISTRE NOS CUBOS A QUANTIDADE DE VERDURAS E LEGUMES  
CORRESPONDENTES A CADA UM:



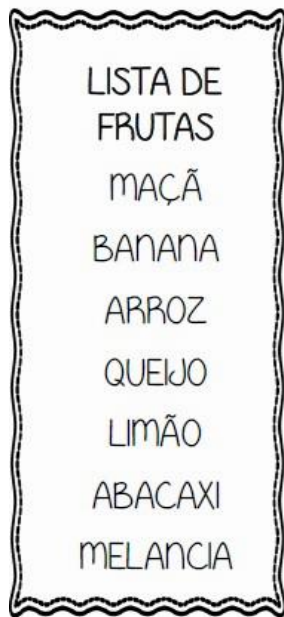
TURMA: PRÉ II

**TEMA INTEGRADOR:** EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL

**SUBTEMAS:** “COMER, COMER, PARA PODER CRESCER!”

“CONHECENDO AS FRUTAS”

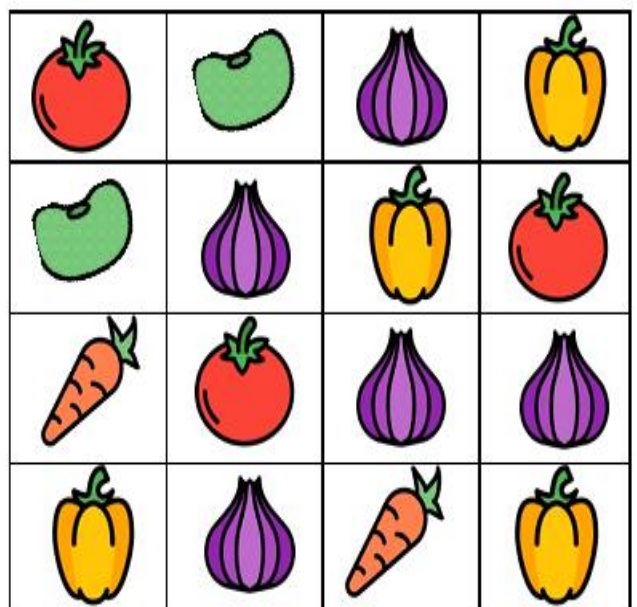
CIRCULE NAS LISTAS ABAIXO AS PALAVRAS QUE NÃO PERTENCEM A ELAS.



<https://images.app.goo.gl/beZZi4ZNywA4wUMMA>

CONTE OS ALIMENTOS ABAIXO E REGISTRE:

- CEBOLA \_\_\_\_\_
- PIMENTÃO \_\_\_\_\_
- CENOURA \_\_\_\_\_
- TOMATE \_\_\_\_\_
- FEIJÃO \_\_\_\_\_



TURMA: PRÉ II

**TEMA INTEGRADOR:** EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL**SUBTEMAS:** “COMER, COMER, PARA PODER CRESCER!”

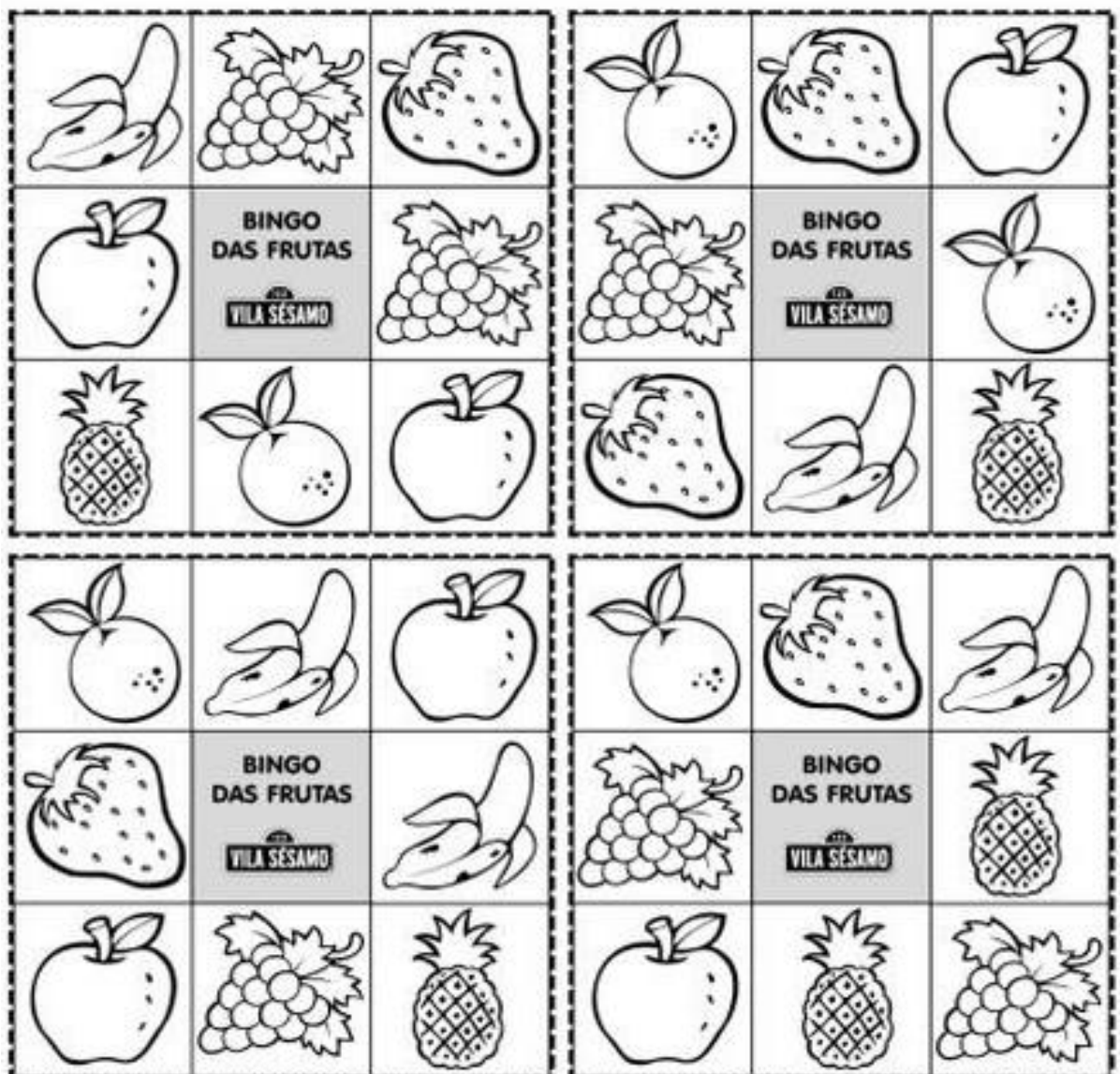
“CONHECENDO AS FRUTAS”

**EDUCAÇÃO FÍSICA**

OS HÁBITOS PARA UMA VIDA SAUDÁVEL BUSCAM MODIFICAR DE FORMA POSITIVA O CONHECIMENTO E AS ATITUDES DAS CRIANÇAS COM RELAÇÃO À ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL, À PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS E À SAÚDE SÓCIO-EMOCIONAL.

NOSSA ATIVIDADE DE HOJE SERÁ **BINGO DAS FRUTAS**.

RECORTE AS CARTELAS. CADA PARTICIPANTE DEVERÁ FICAR COM UMA CARTELA E LÁPIS DE COR COLORIDO. OS PAIS OU RESPONSÁVEIS DEVERÃO FALAR OS NOMES DE DIVERSAS FRUTAS QUE DEVE SER COLORIDA NA CARTELA. (NOS ANEXOS TAMBÉM TEM A IMAGEM PARA SER RECORTADA)



10/06/2021

TURMA: PRÉ II

**TEMA INTEGRADOR:** EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL

**SUBTEMAS:** “COMER, COMER, PARA PODER CRESCER!”

“CONHECENDO AS FRUTAS”

RECORTE AS FIGURAS E COLE NOS ESPAÇOS CORRESPONDENTES.

**FRUTAS**

**VERDURAS**

**LEGUMES**



<http://cantinhodosaber.com.br/wp-content/uploads/2020/04/Slide37-2-709x1024.jpg>

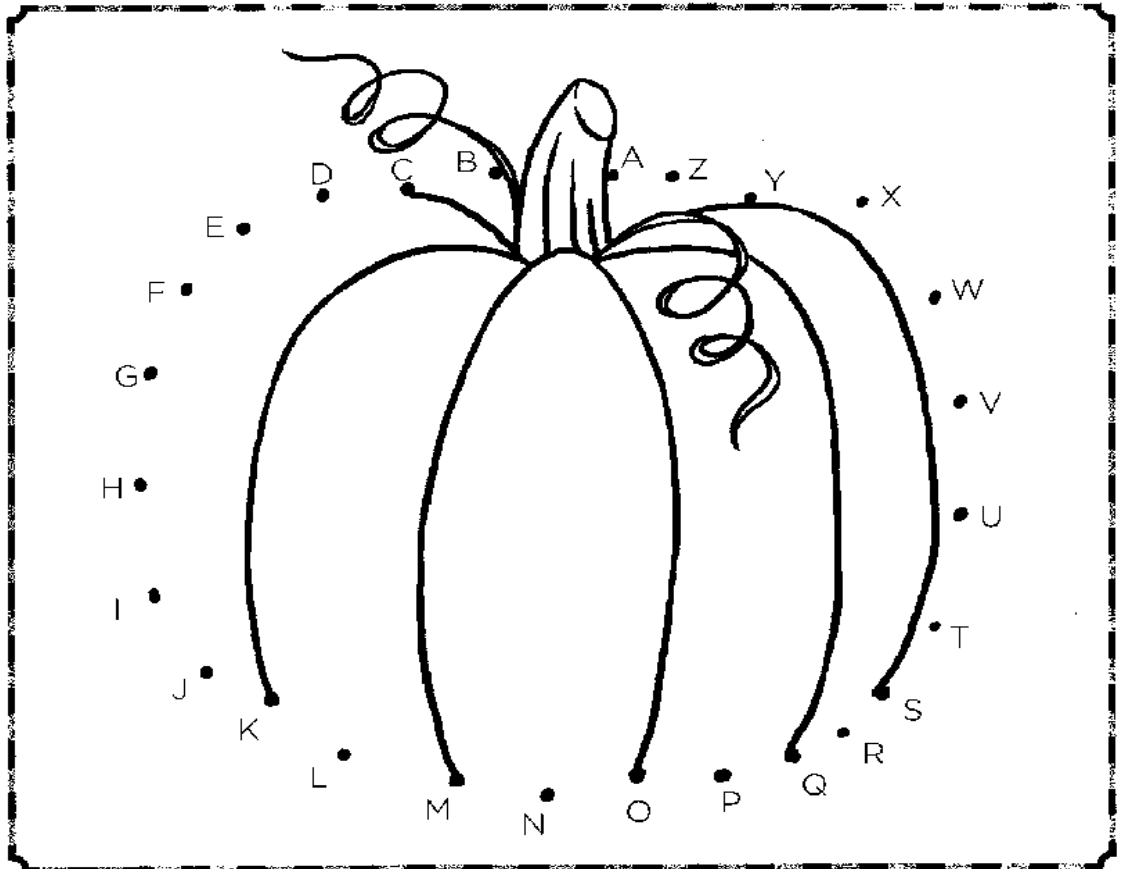


TURMA: PRÉ II

**TEMA INTEGRADOR:** EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL**SUBTEMAS:** “COMER, COMER, PARA PODER CRESCER!”

“CONHECENDO AS FRUTAS”

LIGUE AS LETRAS SEGUINDO A ORDEM ALFABÉTICA E VEJA O LEGUME QUE VAI APARECER.



[Atividades de Alimentação - Para Imprimir - Series Iniciais](#)

OBSERVE A PALAVRA.

**ABÓBORA**

ESCREVA NO RETÂNGULO O QUE SE PEDE:

QUANTAS LETRAS A EXISTE NA PALAVRA.

QUANTAS LETRAS B EXISTE NA PALAVRA.

QUANTAS LETRAS O EXISTE NA PALAVRA.

QUAL A LETRA QUE NÃO SE REPETE NA PALAVRA

TOTAL DE LETRAS DA PALAVRA.

11/06/2021

TURMA: PRÉ II

**TEMA INTEGRADOR:** EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL

**SUBTEMAS:** “COMER, COMER, PARA PODER CRESCER!”  
“CONHECENDO AS FRUTAS”

### **LITERATURA INFANTIL**

VAMOS BRINCAR DE ADIVINHAR?

PEÇA PARA UM ADULTO IR LENDO A ADIVINHA PARA VOCÊ E ASSIM QUE ENCONTRAR A RESPOSTA DESENHE A FRUTA NO QUADRADO AO LADO E COMPLETE COM O NOME DELA! TENHO CERTEZA QUE VOCÊ SERÁ MUITO ESPERTO(A) E IRÁ CONSEGUIR DESVENDAR RAPIDINHO!

VESTIDA DE AMARELO,  
NO CACHO ME CRIEI  
SOU A SABOROSA \_\_\_\_\_  
QUE O MACACO ENCANTEI.



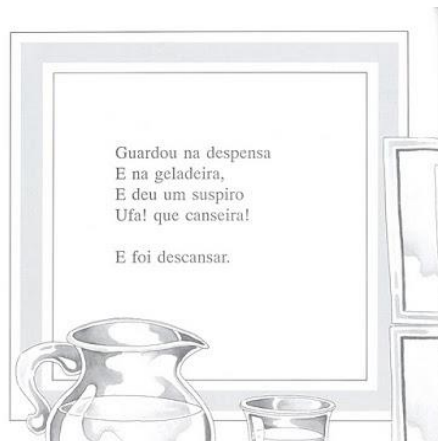
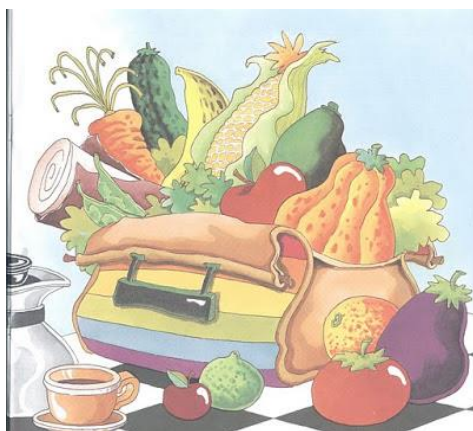
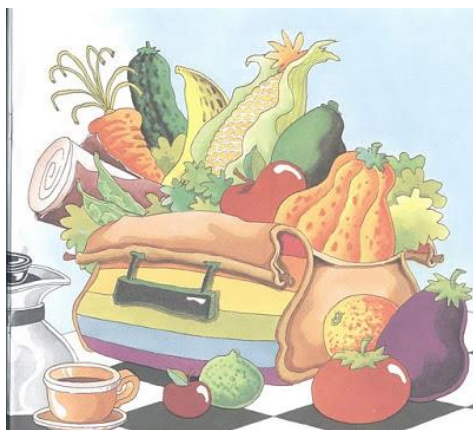
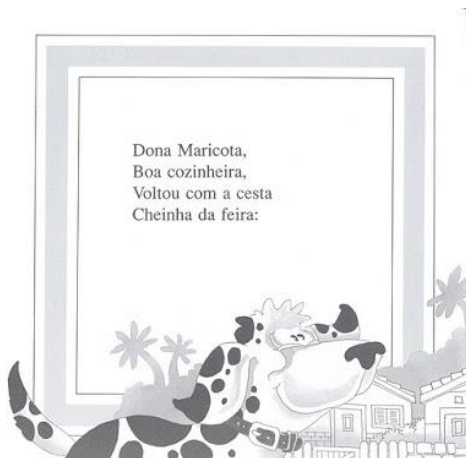
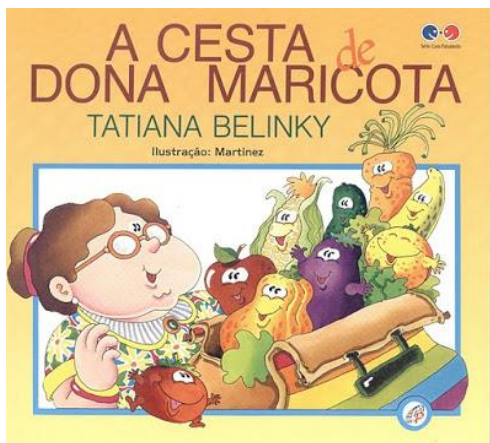
SOU VERDINHO E TÃO AZEDO  
QUE NINGUÉM CONSEGUE CHUPAR  
MAS COM ÁGUA E AÇÚCAR  
TODOS VÃO ADORAR  
SOU O \_\_\_\_\_

TENHO A POLPA BEM BRANQUINHA E  
CHEIROSA  
A CASCA VERMELHINHA E LUSTROSA  
SOU A \_\_\_\_\_  
UMA FRUTA SABOROSA





# História - A Cesta de Dona Maricota





## ANEXOS

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!

MAI



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”.

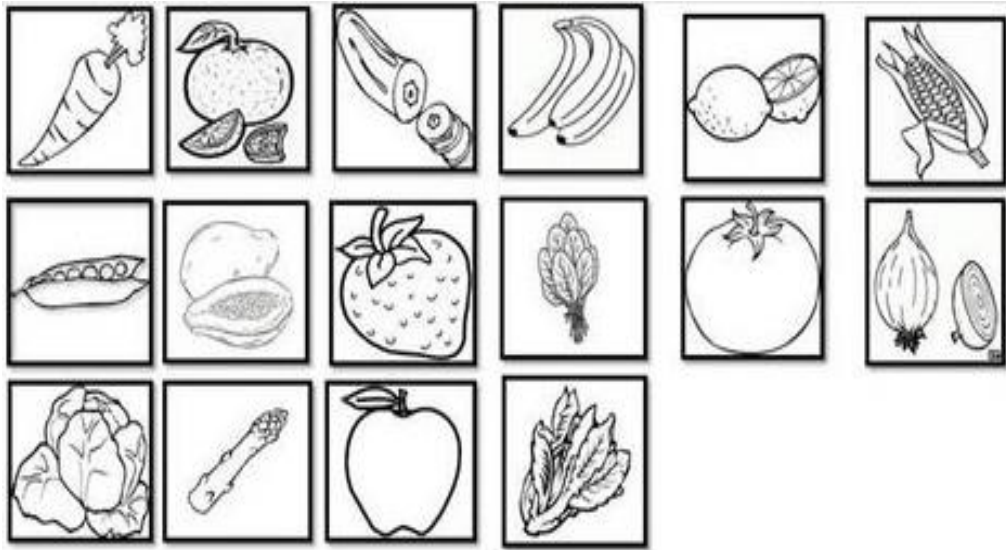


Mas nisto aparece  
Dona Maricota,  
E as frutas gostosas  
Viraram... compota!



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





<https://i.pinimg.com/564x/18/a0/8a/18a08ac71b9909eaca08a611f57e4011.jpg>

