



E.M.E.F. "RAUL DE OLIVEIRA FAGUNDES"

NOME: _____ Nº _____

1º ANO _____ PROFESSORA(S): _____

ATIVIDADES REMOTAS SEMANA DE 29/06 A 03/07/2020

OLÁ!

NESTA SEMANA, VAMOS FALAR SOBRE A SAÚDE DO CORPO.

QUAIS HÁBITOS SÃO NECESSÁRIOS PARA MANTER UMA BOA SAÚDE?

VOCÊ SABE?



Fonte: Pixabay.

Acesso em junho, 2020



E.M.E.F. "RAUL DE OLIVEIRA FAGUNDES"

NOME: _____ Nº _____

1º ANO _____ PROFESSORA(S): _____

PARA VIVER BEM E SE MANTER SAUDÁVEL, É IMPORTANTE CUIDAR DO CORPO. BONS HÁBITOS COLABORAM PARA UMA BOA SAÚDE.

LAVAR AS MÃOS É IMPORTANTÍSSIMO PARA IMPEDIR A PROPAGAÇÃO DE DOENÇAS. A HIGIENIZAÇÃO ADEQUADA DAS MÃOS PODE IMPEDIR QUE VOCÊ FIQUE DOENTE.

VOCÊ SABIA QUE EXISTE UMA MANEIRA CORRETA DE LAVAR AS MÃOS?

VAMOS APRENDER?



1
Coloque um pouco de sabonete nas mãos já úmidas.



2
Esfregue bem as palmas das mãos uma na outra.



3
Esfregue bem os dedos para lavar cada um deles.



4
Esfregue as unhas na palma das mãos.



5
Esfregue a parte de trás das mãos.



6
Enxague abundantemente



7
Seque bem as mãos com uma toalha limpa.

Disponível em: professoraivanferreira.blogspot

VAMOS ASSISTIR UM VÍDEO: LAVAR AS MÃOS



E.M.E.F. "RAUL DE OLIVEIRA FAGUNDES"

NOME: _____ **Nº** _____

1º ANO _____ **PROFESSORA(S):** _____

PARA CRESCER COM SAÚDE, UMA CRIANÇA DEVE TER ACESSO A ALIMENTOS VARIADOS.

ESSES ALIMENTOS DEVEM SER DISTRIBUÍDOS EM TRÊS REFEIÇÕES E DOIS LANCHES POR DIA.

É IMPORTANTE COMER DEVAGAR E MASTIGAR BEM OS ALIMENTOS.

EM UMA FOLHA:

- 1- DESENHE UM PRATO GRANDE (NA FOLHA INTEIRA)
- 2- NESSE PRATO, VOCÊ PODERÁ COLAR OU DESENHAR ALIMENTOS SAUDÁVEIS QUE VOCÊ MAIS GOSTA.



Imagem: ferramenta do Word



E.M.E.F. "RAUL DE OLIVEIRA FAGUNDES"

NOME: _____ **Nº** _____

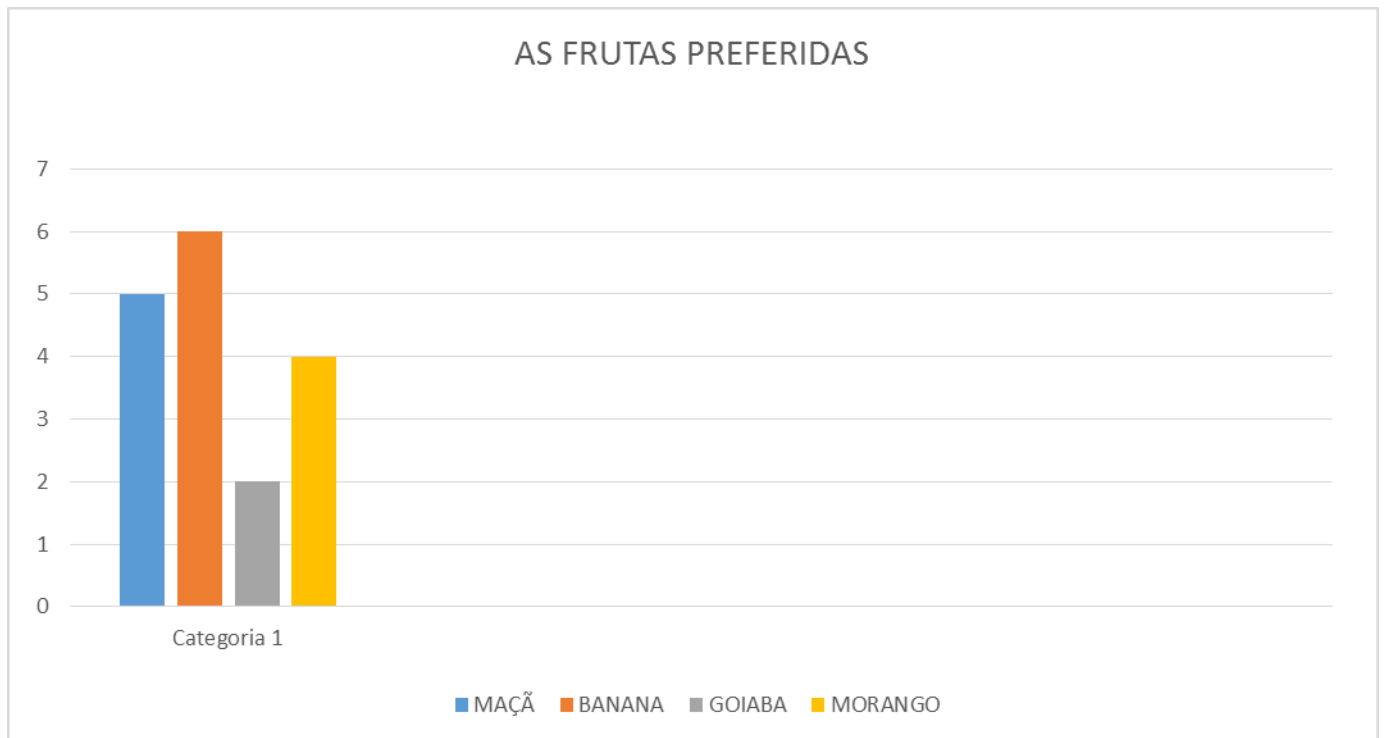
1º ANO _____ **PROFESSORA(S):** _____

NÓS SABEMOS QUE AS FRUTAS SÃO MUITO IMPORTANTES PARA NOSSA SAÚDE.

AS FRUTAS SÃO FONTES DE VITAMINAS, POTÁSSIO, FIBRAS E BIOFLAVANOIDES (PIGMENTOS COM PROPRIEDADES ANTIOXIDANTES). MAÇÃ, MANGA, BANANA, MAMÃO, UVA E MORANGO, ENTRE OUTRAS, DEVEM ESTAR PRESENTES NAS REFEIÇÕES.

NA SALA DO 1º ANO FOI REALIZADO UMA PESQUISA PARA SABER QUAIS AS FRUTAS PREFERIDAS DA TURMA.

OBSERVE A TABELA E RESPONDA AS PERGUNTAS EM SEU CADERNO.



Fonte: Elaborada pela professora. Dados fictícios

QUANTAS CRIANÇAS GOSTAM DE BANANA?

QUAL A FRUTA QUE AS CRIANÇAS MAIS GOSTAM?

QUAL A FRUTA QUE AS CRIANÇAS MENOS GOSTAM?



E.M.E.F. "RAUL DE OLIVEIRA FAGUNDES"

NOME: _____ **Nº** _____

1º ANO _____ **PROFESSORA(S):** _____

JÁ VIMOS QUE AS FRUTAS SÃO IMPORTANTÍSSIMAS PARA NOSSA SAÚDE.

COM AJUDA DE UM ADULTO, LEIA O NOME DE OUTRAS FRUTAS.

DEPOIS, PINTE DE VERMELHO OS NOMES DAS FRUTAS QUE COMEÇAM COM VOGAIS E DE AZUL OS NOMES DAS FRUTAS COMEÇAM COM CONSOANTES.

LISTA DE FRUTAS

1-ABACAXI

2-LARANJA

3-MAMÃO

4-ABACATE

5-LIMÃO

6-UVA

7-BANANA

8-AMEIXA

9-AMORA

10-MELÃO

11-PÊSSEGO

12-JABUTICABA

ESCOLHA UMA FRUTA E FAÇA JUNTO A UM ADULTO UM SUCO PARA O ALMOÇO OU JANTAR EM FAMÍLIA. REGISTRE ESSE MOMENTO POR MEIO DE FOTO OU DESENHO.



E.M.E.F. "RAUL DE OLIVEIRA FAGUNDES"

NOME: _____ **Nº** _____

1º ANO _____ **PROFESSORA(S):** _____

ESPORTES E BRINCADEIRAS DE PULAR E CORRER SÃO ATIVIDADES QUE MOVIMENTAM O CORPO.

ESSAS ATIVIDADES FÍSICAS SÃO IMPORTANTÍSSIMAS PARA MANTER A BOA SAÚDE DO CORPO.

ESCREVA O NOME DE 3 BRINCADEIRAS QUE MOVIMENTE O CORPO.

E O NOME DE 3 ESPORTES.



E.M.E.F. "RAUL DE OLIVEIRA FAGUNDES"

NOME: _____ **Nº** _____

1º ANO _____ **PROFESSORA(S):** _____

REGISTRO DE LEITURA

Disponível em: <https://youtu.be/tx5f8ppMLt4>

TÍTULO DO LIVRO:

AUTOR:

ESCREVA O NOME DE ALGUNS ALIMENTOS QUE DONA MARICOTA COMPROU NA FEIRA:

ILUSTRAÇÃO