

## PLANO DE ATIVIDADES PARA EDUCAÇÃO INFANTIL

Escola Municipal x

Educadoras: Aldriessa Carolina da Luz, Sandy Maila de Lima (estudantes do Curso de Pedagogia da Universidade Estadual do Centro-Oeste, UNICENTRO, 2018).

Turma: 5 anos (Educação Infantil)

Porção da realidade: Corpo Saudável.

Eixos: identidade e autonomia, consciência corporal e linguagem plástica.

Período: 19, 20 e 21 de março de 2018.

### OBJETIVOS:

- Diferenciar alimentos saudáveis e prejudiciais à saúde;
- Associar os hábitos de higiene a uma vida saudável;
- Desenvolver as habilidades de motricidade (correr, saltar, abaixar, e rolar);
- Adquirir gosto pela prática de exercícios físicos;
- Desenvolver trabalho de cooperação em grupo;
- Perceber as diferentes características em cada fruta (cor, forma e textura);
- Experimentar e manusear frutas.

### Eixos e conteúdos:

<b>Eixo: Identidade e autonomia</b>	
Hábitos	Higiene Alimentação

<b>Eixo: Consciência corporal</b>	
Jogos	Jogos de corrida variada

<b>Eixo: Linguagem plástica</b>	
---------------------------------	--

Percepção da natureza	Cor Forma Textura
-----------------------	-------------------------

## Encaminhamentos Metodológicos

### **1º dia**

- 13:00 – 13:25h recepcionar as crianças, disponibilizando folhas sulfites coloridas, giz de cera e lápis de cor. Pedir às crianças que desenhem seus alimentos preferidos, ou o que comeram antes de vir para a escola;
- 13:25 – 13:30h Rotina: chamadinha
- 13:30 – 13:50h Contar a história “A cesta de Dona Maricota” A professora narrará a história, deixando sempre em evidência as figuras do livro para as crianças, que estarão dispostas em círculo. A professora levará as frutas e legumes citados no texto para os alunos conhecerem!

### A CESTA DA DONA MARICOTA

Dona Maricota, boa cozinheira,  
Voltou com a cesta cheinha da feira  
Cenoura, laranja, pepino, limão,  
Banana e milho, ervilha, mamão  
Morango espinafre tomate e cebola  
Alface palmito, maçã escarola  
Guardou na despensa e na geladeira,  
Deu um suspiro ufa! Que canseira!  
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 eu sou 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 mais bonito!  
Então a laranja falou bem amável:  
Melhor que bonita, eu sou 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: sou pequenina por fora,  
Mas por dentro tenho proteína  
Logo o limão disse: quem é que não vê?  
Tenho a vitamina preciosa - a tal "c"  
Mas nisso aparece dona Maricota  
E as frutas gostosas viraram ...compota!  
E os belos legumes me toda a sua glória  
Viraram sopão e acabou- se a história!

- 13:50 – 14:20h após contar a história será feito um diálogo sobre o processo desde a plantação da fruta até que ela chegue ao mercado e perguntar se alguém tem algum tipo de árvore frutífera em casa , e se, a criança quer contar pra turma como ela é. Mostrará os legumes e frutas da história, perguntará se conhecem e finalizar com uma reflexão sobre o assunto, abordando a importância que elas tem para uma alimentação saudável! Após a conversa sobre alimentação, a professora explicará o conceito de consumismo, abordará também que não existe consumismo apenas na alimentação (doces e guloseimas) que que isto é praticado por adultos e crianças, abordar o consumismo dos brinquedos e marcas que são supervalorizadas pela mídia.
- 14:20 – 14:45h poderá ser feito um cartaz coletivo. A professora fará uma cesta em uma cartolina, e cada criança colará seu desenho da fruta ou dos legumes

que coloriu, o cartaz deverá ficar exposto para que as crianças possam observar e lembrar da história.

- 14:45 – 15:15h hora do lanchinho;
- 15:15- 15:35h hora da higiene(escovação);
- 15:35 – 15:50h recreio
- 15:50 – 16:00h fazer associação de alimentos saudáveis e não saudáveis por meio de figuras. Cada criança terá o seu desenho dos alimentos (feito no início da aula), todos começam no tapete, cada um na sua vez, pegará seu desenho e colocará, ou na caixa de alimentos saudáveis ou na caixa do que não é saudável.
- 16:00 – 16:30h ensinar a brincadeira mãe fruta, e brincar no pátio da escola, parque, ou local aberto. **Descrição da brincadeira:** A professora vai ser a primeira a “pegar” as crianças na corrida, para não ser pega, a criança precisará abaixar-se e dizer o nome de uma fruta, quando alguém pegar uma criança, ela passa a correr atrás das outras.
- 16:30 – 16:45h exercício de relaxamento. Será feito uma série de alongamentos combinados com respiração para acalmar o corpo (alongamento das pernas e pés e depois dos braços e mãos)
- 16:45 – 16:55h organizar a sala e as mochilas;
- 16:55 – 17:00h hora de ir para casa.

## 2º dia:

- 13:00 – 13:30h recepcionar as crianças, disponibilizando massinha de modelar, para que confeccionem frutas que gostam de comer.
- 13:30 – 13:40h rotina: janelinha do tempo;
- 13:40 – 13:50h ensinar a música “Sopa do neném”;

O que que tem na sopa do neném?  
O que que tem na sopa do neném?  
Será que tem espinafre?  
Será que tem tomate?  
Será que tem feijão?  
Será que tem agrião?  
É um, é dois, é três...

O que que tem na sopa do neném?  
O que que tem na sopa do neném?  
Será que tem farinha?  
Será que tem balinha!?  
Será que tem macarrão?  
Será que tem caminhão?!  
É um, é dois, é três...

O que que tem na sopa do neném?  
O que que tem na sopa do neném?  
Será que tem rabanete?  
Será que tem sorvete!?  
Será que tem berinjela?

Será que tem panela!?  
É um, é dois, é três...

O que que tem na sopa do neném?  
O que que tem na sopa do neném?  
Será que tem mandioca?  
Será que tem minhoca!?!  
Será que tem jacaré?!  
Será que tem chulé?!  
É um, é dois, é três...

O que que tem na sopa do neném?  
O que que tem na sopa do neném?  
Será que tem alho-poró?  
Será que tem sabão em pó?!  
Será que tem repolho?  
Será que tem piolho?  
É um, é dois, é três...

O que que tem na sopa do neném?  
O que que tem na sopa do neném?  
Será que tem caqui?  
Será que tem javali?!  
Será que tem palmito?  
Será que tem pirulito!?  
É um, é dois, é três...

- 13:50 – 14:00h relembrar a história contada e em seguida disponibilizar as frutas para que as crianças observem sua cor, forma e textura, por meio do seu manuseio ao mesmo tempo em que a professora explicará sobre as características das frutas que estão observando e manuseando;
- 14:00 – 14:20h após analisarem, a professora ensinará a importância da higiene para a nossa saúde, fazendo algo prático, ensinando a lavar as frutas, as mãos antes de comer e explicar a importância dessas práticas.
- 14:20- 14:40 após feita a higiene oferecer para eles experimentarem o sabor de cada fruta, pode até ser realizado um jogo de adivinhações pelo sabor da fruta, e identificá-las. **Descrição do jogo:** uma criança de cada vez, vendada, terá que experimentar uma fruta, descrever o gosto, o cheiro e o sabor e tentará adivinhar qual fruta comeu.
- 14:40 – 15:00h assistir os vídeos “Shaun, o carneiro – episódio 1 e 2 do repolho”;
- 15:00 – 15:20h hora do lanchinho;
- 15:20 – 15:35h hora da higiene (escovação);
- 15:35 – 15:50h recreio;
- 15:50 – 16:20h levar materiais para confecções dos jogos da memória, fazer por meio de recorte e colagem de imagens dos pares de fruta. Separar a turma em grupos para que façam a prática do jogo de memória já confeccionado;
- 16:20h assistir com a turma o vídeo: “Hora do banho – Castelo Ratibum” (duração de 1m 5s – o vídeo trata de um ratinho que canta uma música que

descreve como deve ser o banho e ao mesmo tempo demonstra como fazê-lo tomando banho em uma banheira);

- 16:20 – 16:30h após o vídeo, a professora fará uma roda de conversa, explicando sobre a importância do banho (higiene corporal) para a saúde. A conversa pode ser encerrada com uma simulação de banho, acompanhada do vídeo novamente;
- 16:30 – 16:45h a professora levará as crianças ao parque, para brincar de “Elefante colorido”. **Descrição da brincadeira:** No início a professora vai falar: ELEFANTE COLORIDO. E as crianças responderão: QUE COR? A professora fala a cor (azul, por exemplo) e as crianças correm pelo parque para procurar a cor que está sendo pedida.
- 16:45 – 16:55h organizar a sala e as mochilas;
- 16:55 – 17:00h aguardar os pais chegarem.

### 3º dia:

- 13:00 – 13:30h fazer o acolhimento das crianças com a brincadeira “Eu Sonhei”. **Descrição da brincadeira:** A professora começa a brincadeira falando a frase eu sonhei, em seguida as crianças repetem e aguardam para representar, em forma de mímica, o sonho que será contado pela professora. A descrição do sonho deve ser dita de maneira curta, simples e objetiva, por exemplo, “eu sonhei que tinha virado um coelho” depois dessa fala as crianças vão imitar o coelho. Não existe uma ordem para a descrição desse sonho, o objetivo é despertar a imaginação das crianças, ao passo em que estão se exercitando e delimitando o seu espaço em relação a sala, e em relação ao outro.
- 13:30 – 13:40h rotina: calendário;
- 13:40 – 14:20h após realizar um circuito cooperativo: para tanto serão utilizados como recursos, carteiras e cadeiras da sala de aula, corda e bambolê. O circuito de obstáculos pode ter qualquer ordem, desde que ofereça a possibilidade de pular por cima da corda, desviar das cadeiras em zigue zague e passar sob a carteira. Nos intervalos de um obstáculo e outro colocar exercícios físicos simples, por exemplo, “agora para passar para o próximo desafio, você precisar dar 3 pulos com o seu amigo”. A brincadeira será realizada em dupla, um participante vendado e outro sem venda, a criança vendada terá que fazer o circuito confiando nas orientações do seu amigo, depois de terminar o circuito as crianças invertem os papéis. A atividade segue até que toda a turma tenha feito o trajeto das duas maneiras, uma vez vendado e sendo auxiliado, e a outra prestando auxílio.
- 14:20 – 14:45h depois da atividade do circuito, colocar as crianças em roda, fazer exercício de relaxamento, podendo ser uma música calma, ou exercício de respiração. Perguntar às crianças, ainda na roda, sobre como eles se sentiram, se gostaram mais de fazer com o olho fechado a brincadeira, ou ajudar o amigo, levá-los a refletir sobre a importância de ajudar ao outro;

- 14:45 – 15:10h preparação da primeira parte do lanche em sala, será feita uma salada de fruta com as crianças, todos ajudarão, começando pela higiene com as mãos e com as frutas (verificar com antecedência possíveis crianças com alergias) após com ajuda das professoras cada colega terá que servir uma porção da salada de fruta ao outro;
- 15:10 – 15:30h hora do lanchinho com os demais alimentos do dia;
- 15:30 – 15:45h hora da higiene (escovação);
- 15:45 – 16:00h recreio;
- 16:00 – 16:20h pedir aos alunos que representem em forma de desenho, atividades ou brincadeiras que eles fazem em casa e que ficam cansados ou com sede: andar de bicicleta, correr, brincar com o cachorro... etc.
- 16:20 – 16:40h fazer com a turma a brincadeira do morto ou vivo. **Descrição da brincadeira:** todos começam a brincadeira em pé, quando a professora falar a palavra VIVO, todos continuam em pé, quando a professora falar a palavra MORTO, todos ficam abaixados. No começo a troca das palavras pode acontecer de maneira lenta, conforme as crianças vão melhorando o tempo de resposta, o ritmo vai acelerar gradativamente. Dar oportunidade para que cada criança que quiser, possa dirigir a brincadeira.
- 16:40 – 16:50h organizar a sala e as mochilas;
- 16:50 – 17:00h aguardar a chegada dos pais brincando com massa de modelar.

Avaliação:

INSTRUMENTO	CRITÉRIOS
Observação com registro	Capacidade de diferenciar as frutas; construção dos conceitos faz bem X faz mal à saúde do corpo; apropriação dos hábitos de higiene (lavar as mãos para o lanche e após sair do banheiro, realização da escovação, etc)
Análise de atividades escritas (desenho)	Criatividade; coordenação motora fina; registro dos conceitos aprendidos.
Jogos / Brincadeiras (circuito cooperativo, elefante colorido e vivo ou morto)	Execução dos movimentos de motricidade; cooperação; se o gostar de exercício físico foi desenvolvido.

Referências:

BELINKY, T. **A cesta de dona Maricota**. Disponível em:  
<http://cantinhodosaber.com.br/atividades/historia-da-cesta-da-dona-maricota-para-trabalhar-o-tema-alimentacao/> Acesso em 04/05/2018 às 15:47h.

ESTEVES, C.; HAN, D. **Palavra cantada: que que tem na sopa do neném**. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=x5Dm5FcvlOw> Acesso em: 06/05/18 às 22:29h.

CASTELO RATIMBUM. **Hora do banho**. Disponível em:  
<https://www.youtube.com/watch?v=VloTCp1HO7A&pbjreload=10> Acesso em 21/06/18 às 08:24h.

PARK, N. **Shaun, o carneiro: O repolho**. Disponível em:  
<https://www.youtube.com/watch?v=99YMuJp67Qs> Acesso em: 25/06/18 às 09:12h.

### **ADAPTAÇÕES PARA ESCOLA DO CAMPO**

Este plano poderá ser utilizado para aulas em escolas do campo, com a ressalva de que, os recursos como vídeos e/ou músicas terão de ser adaptados se não houver televisão em sala, a professora levará seu notbook,, terá que baixar os vídeos com antecedência e para as músicas levar cd's com rádio, ou caixa de música com pendrive.