



PREFEITURA MUNICIPAL DE PARANAGUÁ
Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

CADERNO DE ATIVIDADES Nº 11

CONTEÚDO DA SEMANA (14/06 A 20/06)





PREFEITURA MUNICIPAL DE PARANAGUÁ
Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

EDUCAÇÃO FÍSICA

ATIVIDADES:

➤ **BIG PÉ** (EF35EF01)

MATERIAL:

- PAPELÃO.
- FITA OU BARBANTE OU UM PEDAÇO DE SACOLA.
- TESOURA.

PROCEDIMENTO:

- COM O PAPELÃO VOCÊ IRÁ DESENHAR SEUS PÉS, MAS BEM GIGANTE E DEPOIS RECORTÁ-LO.
- COM A AJUDA DE ALGUM ADULTO QUE MORA COM VOCÊ, PEÇA PARA QUE FAÇA DOIS FUROS EM CADA PÉ, COMO A FIGURA ABAIXO:





PREFEITURA MUNICIPAL DE PARANAGUÁ
Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

-AGORA VOCÊ IRÁ PEGAR AQUELA FITA, BARBANTE OU AQUELE PEDAÇO DE SACOLA E IRÁ COLOCAR SEUS PÉS EM CIMA DO BIG PÉ E AMARRÁ-LOS:



VOCÊ PODE SAIR POR AÍ, COM SEU BIG PÉ EXPLORANDO SUA CASA, SEU QUINTAL, PODE APOSTAR CORRIDA COM SEU IRMÃO, PODE DANÇAR E PODE USAR A SUA CRIATIVIDADE.





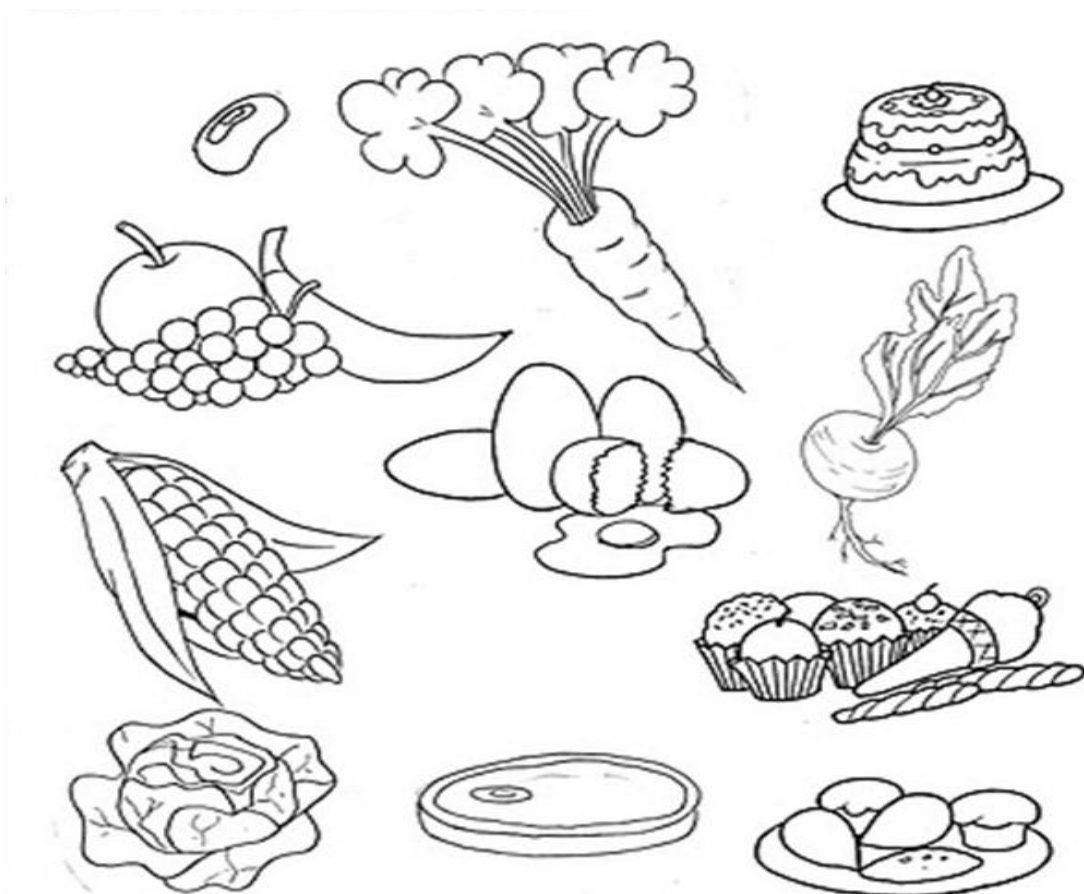
PREFEITURA MUNICIPAL DE PARANAGUÁ
Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

➤ **ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL (EF12EF04)**

A REFEIÇÃO DE TODOS OS DIAS, É O NOSSO COMBUSTÍVEL PARA A VIDA. UMA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL PROMOVE SAÚDE, AJUDA NO CRESCIMENTO E NO SEU DESENVOLVIMENTO. ENTÃO VAMOS RELEMBRAR ALGUMAS ATIVIDADES SOBRE A ALIMENTAÇÃO? SE ALIMENTE DIREITINHO NESSA QUARENTENA PARA QUE QUANDO VOLTARMOS PARA A ESCOLA, VOCÊ ESTEJA SUPER BEM, PARA AS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA COM SEUS COLEGUINHAS.

ATIVIDADES:

- CIRCULE OS ALIMENTOS SAUDÁVEIS:



- LEIA ATENTAMENTE AS INFORMAÇÕES DA PIRÂMIDE ALIMENTAR. LEMBRE-SE QUE NA BASE ESTÃO OS QUE MAIS DEVEMOS COMER E NO TOPO ESTÃO OS QUE MENOS DEVEMOS INGERIR. AGORA VOCÊ PODE PINTÁ-LA.



PREFEITURA MUNICIPAL DE PARANAGUÁ
Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

PIRÂMIDE ALIMENTAR

