



PREFEITURA MUNICIPAL DE PARANAGUÁ  
Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

## CADERNO DE ATIVIDADES



## Queridos pais e/ou responsáveis:

Com a nova realidade que acomete o mundo (o novo **Coronavírus**), a Rede Municipal de Educação de Paranaguá **precisou suspender momentaneamente as suas aulas**. No entanto, a SEMEDI preocupada com a aprendizagem dos alunos durante este período de distanciamento do ambiente escolar, lança o **Caderno de Atividades “Fica em Casa... Estudando!!!”** para que nossos alunos não se afastem dos estudos neste momento em que o distanciamento social se faz de extrema necessidade.

Este caderno, não apenas traz atividades aos alunos, como traz também um foco muito importante, o de conscientizar alunos e toda comunidade, a respeito do COVID-19 (Coronavírus). Segundo dados atualizados, metade dos alunos do mundo, encontram-se fora das escolas, totalizando mais de 1 bilhão de estudantes em 115 países desde a Educação Infantil até o Ensino Superior, por causa da proliferação da COVID-19, doença causada por esse agente patogênico.\*\*

\*\* fonte: <https://brasil.elpais.com/internacional/2020-03-06/quase-300-milhoes-de-alunos-ja-foram-afetados-pelo-fechamento-de-escolas-por-conta-do-coronavirus.html>





PREFEITURA MUNICIPAL DE PARANAGUÁ  
Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

## SOBRE O CADERNO

O caderno traz primeiramente uma rotina de fácil entendimento e realização, para que de fato possa auxiliar o aluno **a estudar em casa neste período conturbado**. E hoje, tão quanto lutar contra a pandemia, é preciso lutar para que ela não atrase a aprendizagem.

Num segundo momento, o caderno traz atividades com a intenção de **estimular a aprendizagem de maneira significativa**, organizar assuntos essenciais do trimestre que estimulem o aprendizado, ao mesmo tempo em que promovam aos alunos novas vivências, sejam elas através dos diferentes recursos disponíveis na própria casa: celulares, tablets, computadores, quintal, objetos, entre outros. Queremos sua ajuda, para mostrar que mesmo em casa é possível garantir direitos fundamentais dos alunos, até que o tão esperado retorno aconteça. Lembramos que nossos professores

## COMO FAZER?



Montamos um passo-a-passo para facilitar os estudos durante estes dias.

### Seguir uma rotina

A ideia é seguir uma rotina o mais parecido possível com a que se fazia:

- ✓ acordar cedo;
- ✓ colocar uma roupa confortável;
- ✓ tomar o café da manhã no horário normal;
- ✓ separar o seu material de estudo: lápis, folhas, cadernos, livros.

### Definir um local de estudos

✓ Escolher um lugar tranquilo e iluminado para fazer suas atividades. Lembre-se de que as atividades podem ser impressas ou não. Caso a impressão realmente não seja possível, o registro da atividade poderá ser feito em caderno. Pedimos que para neste momento, a criança com o auxílio dos pais monte um “Caderno de Registro”, quase um diário para que possa registrar todos os novos conhecimentos adquiridos.

### Fazer uma pausa

✓ Após algumas atividades, pode-se descansar ou comer algo. Só não pode ser demorado!

### Conectar os colegas

✓ Esta é a hora de juntar os amigos! Pode ser pelo whatsapp, facebook e/ou algum outro meio virtual. Só não esqueça que precisa ser virtual! **#ficaemcasaEstudando!** Assim, todos poderão trocar informações e tirar dúvidas uns com os outros. Só não pode copiar a tarefa do amigo!



**PREFEITURA MUNICIPAL DE PARANAGUÁ**  
Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

✓ **Pedir ajuda**

A família pode ajudar sim, pois tem um papel fundamental no processo de aprendizagem, e ainda mais nesta mudança. É importante que os pais demonstrem interesse naquilo que os filhos estão aprendendo e que se disponham a ajudá-los quando possível. Sem esquecer de que é o aluno quem deve fazer as atividades enviadas.

✓ **Usar a tecnologia**

Para aprender mais, vale sim usar a internet, pois ela ajuda a tirar dúvidas e aumentar o conhecimento. Só não esqueça de procurar sites confiáveis e que realmente sejam para crianças.

A rotina tem uma grande importância na vida na criança, pois traz organização e ajuda a minimizar o estresse infantil, que são ocasionados por momentos que surgem evitando que a vida cotidiana siga um caminho normal. Neste momento a rotina é um elemento importante no dia a dia, por oferecer sentimentos de estabilidade e segurança, além de proporcionar uma organização espaço-temporal.

Mesmo com o mundo conturbado e uma rotina escolar abalada, a rotina em casa, permite que a vida das crianças seja mais tranquila. Pensando nisso, elaboramos uma rotina semanal que traz atividades leves e faz com que as crianças não se sintam pressionadas ou entediadas. As atividades podem ser repetidas semanalmente, uma vez que as atividades propostas não se encerram num dia, há muitas possibilidades esperando para serem descobertas.

Por isso, consideramos fundamental que, ao utilizar a rotina e as atividades abaixo, os pais observem as singularidades de cada criança. Algumas crianças farão as atividades com maior facilidade que outras, lembramos que isso é normal, e faz parte do processo de aprendizagem de cada ser humano.

**FicamCasa... Estudando!!!**  
Com carinho EQUIPE SEMEDI

Fonte: <https://escoladainteligencia.com.br/a-importancia-da-rotina-para-criancas/>



PREFEITURA MUNICIPAL DE PARANAGUÁ  
Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral



## ROTINA



### SEGUNDA

#### HORA DO REFORÇO

Assistir aos vídeos indicados nas atividades para recapitular o que você estudou. Você escolhe os seus preferidos!

Sugestão

Youtube: link nas atividades

### TERÇA

#### HORA DA CONTAÇÃO DE HISTÓRIAS

Leia um livro e faça um vídeo recontando esta história.

Sugestão  
App: Filmora GO  
Site:

<https://www.euleio.paraumacrianca.com.br/>

### QUARTA

#### HORA DO MOVIMENTO

Movimente o corpo através de uma atividade que você gosta! Vale correr, pular, só não vale sair de casa.

Sugestão  
Site:

<https://www.soescola.com/2016/10/50-sugestoes-de-brincadeiras-para-dia-das-criancas.html>

### QUINTA

#### HORA DO DIÁRIO

Escreva um pequeno texto ou um desenho, registrando o que você gostaria de fazer e agora não está podendo.

Sugestão:  
Diário de Bordo

### SEXTA

#### HORA DA LEITURA

Escolha uma história em quadrinhos, poesia, ou conto para ler no lugar da sua casa que você mais gosta.

Sugestão  
Site:

<https://canaldoensino.com.br/blog/20-livros-gratis-de-literatura-infantil-para-voce-baixar>

#### HORA DA FAMÍLIA

Aproveite o dia e faça algo com alguém que gosta da sua família. Não esqueça de registrar no seu caderno.

Sugestão:  
Diário de Bordo

#### HORA DA ORGANIZAÇÃO

Escolha um dos espaços da casa, e tire o que você e sua família não precisam mais e deixem para doação. Registre este momento no diário com uma frase/desenho de todos da casa.

#### HORA DA SURPRESA

Prepare cartões virtuais ou áudios carinhosos para quem você gosta na escola. Vale os colegas, professores, funcionários, etc...

Sugestão:  
App: Canvas

#### HORA DA RODA DE CONVERSA

Junte toda a família para contar histórias malucas. Veja que sugestão legal!

Sugestão:  
Youtube <https://www.youtube.com/watch?v=WtoUM4QvO7w>

#### HORA DO CINEMA

Assista seu programa de TV preferido. Você pode usar televisão, celular ou computador.

Sugestão  
App: GloboPlay



PREFEITURA MUNICIPAL DE PARANAGUÁ  
Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

# EDUCAÇÃO FÍSICA

A EDUCAÇÃO FÍSICA ESTÁ LIGADA AO MOVIMENTO CORPORAL, É O PROCESSO QUE VISA À FORMAÇÃO DO ALUNO CAPAZ DE SE CONDUZIR PLENAMENTE EM SUAS ATIVIDADES, A CURTO E EM LONGO PRAZO DESTINA-SE A PROMOÇÃO DA SAÚDE, MANTER UMA ROTINA DE EXERCÍCIOS OU ATIVIDADES QUE SE MOVIMENTEM CONTRIBUEM PARA A QUALIDADE DE VIDA, QUE É O BEM FÍSICO E ESPIRITUAL DO SEU FILHO.

TOMANDO TODOS OS CUIDADOS DE HIGIENE PESSOAL, ALGUMAS SUGESTÕES DE ATIVIDADES QUE O SEU FILHO PODERÁ FAZER NO SEU LAR, ADOTANDO AS RECOMENDAÇÕES DE FICAR EM CASA.

## ATIVIDADES:

### ➤ **BATA PALMAS** (EF12EF01)

#### MATERIAIS:

- UMA BOLA, PODE SER AQUELA DE MEIA QUE FIZEMOS NAS AULAS ANTERIORES OU A BOLINHA DE PING-PONG.

#### PROCEDIMENTO:

- VOCÊ IRÁ BRINCAR COM SEUS IRMÃO, FAÇA UM CIRCULO, IRÁ INICIAR LANÇANDO A BOLA PARA ALGUÉM, ESSE ALGUÉM ANTES DE AGARRÁ-LA IRÁ BATER PALMAS.



- PODE-SE DESAFIAR O OUTRO, VOCÊ IRÁ LANÇAR A BOLA PARA CIMA E TODOS CONTAM QUANTAS PALMAS VOCÊ CONSEGUE BATER ATÉ PEGAR A BOLA NOVAMENTE, NÃO PODE DEIXAR A BOLA CAIR NO CHÃO, GANHA QUEM MAIS BATER PALMAS.



PREFEITURA MUNICIPAL DE PARANAGUÁ  
Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral



- SE VOCÊ TIVER UMA BOLA DE PING-PONG OU QUALQUER OUTRA QUE QUIQUE, PODE LANÇÁ-LA NA PAREDE E TENTAR RECUPERÁ-LA. TROCA-SE O JOGADOR DE NÃO CONSEGUIR EXECUTAR TODA A TAREFA.



- VOCÊ PODE LANÇAR A BOLA NA PAREDE E PEDIR PARA QUE SEU IRMÃO RECUPERE DEPOIS ELE JOGA NA PAREDE E VOCÊ RECUPERA.



PREFEITURA MUNICIPAL DE PARANAGUÁ  
Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral



➤ **SALTO/PALAVRA** (EF35EF01)

**MATERIAIS:**

- NENHUM

**PROCEDIMENTO:**

- NESSA ATIVIDADE VOCÊ IRÁ JOGAR COM TODOS DA SUA CASA QUE DESEJA DESAFIAR, TODOS EM CÍRCULO. UM DELES INICIA O JOGO DANDO UM SALTO E DIZENDO UMA PALAVRA QUALQUER. POR EXEMPLO, MAÇÃ. O PRÓXIMO CONTINUA, PULA E DIZ OUTRA PALAVRA QUE TENHA ALGUMA RELAÇÃO COM A ANTERIOR, COMO, POR EXEMPLO, "GOIABA".

- A ATIVIDADE SE REPETE COM NOVAS PALAVRAS ATÉ QUE ALGUÉM REPITA UMA DELAS. NESSE CASO, INICIA-SE O JOGO NOVAMENTE COM UMA PALAVRA DIFERENTE.

➤ **DOMINÓ** (EF35EF01)

**MATERIAL:**

- PAPELÃO OU CARTOLINA.
- COLA.
- TESOURA SEM PONTA.

**PROCEDIMENTO:**

- AS DUAS FOLHAS COM OS DESENHOS DO DOMINÓ, DEVERÃO SER COLADAS NO PAPELÃO OU NA CARTOLINA, DEIXE SECAR POR UM TEMPO, DEPOIS É SÓ RECORTAR E SE DIVERTIR.



