3° ROTEIRO DE ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO - COVID 19

ESCOLA MUNICIPAL MONTEIRO LOBATO
PROFESSORAS: MARIA VILMA / ANDRÉIA TORREZAN
COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA

PERÍODO DE REALIZAÇÃO: 08 A 12 DE MARÇO DE 2021.

ALUNO (A) :_____**TURMA: 1º ANO**____

- PARA INICIAR PEDIMOS QUE ESCUTEM O AÚDIO ENVIADO PELO WHATTS COM AS EXPLICAÇÕES DAS ATIVIDADES Á SEGUIR.

1- O QUE VAMOS APRENDER:
- SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA.

2-PARA QUE VAMOS ESTUDAR ESSES CONTEÚDOS?
- CONHECER E COMPREENDER A IMPORTÂNCIA DE BONS HÁBITOS ALIMENTARES

3-COMO VAMOS ESTUDAR ESSE CONTEÚDO?
- ASSISTINDO AO VÍDEO, E DEPOIS PASSANDO PARA O PAPEL ATRAVÉS DO DESENHO O QUE SÃO ALIMENTOS SAUDÁVEIS.

IMPORTANTE!
ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL
VOCÊS SABIAM QUE O ALIMENTO É O COMBUSTÍVEL DO NOSSO CORPO?
QUANDO NOS ALIMENTAMOS BEM E DO JEITO CERTO, SERÁ MUITO DIFICIL O NOSSO CORPO FICAR CANSADO OU FICAR DOENTE!
MAS VOCÊ SABE O QUE É COMER DO JEITO CERTO?
ATRAVÉS DA NOSSA ALIMENTAÇÃO CONSEGUIMOS ADQUIRIR FORÇA E ENERGIA.
ALIMENTOS QUE FAZEM BEM: FRUTAS, LEGUMES, SALADAS, CARNES MAGRAS, GRÃOS INTEGRAIS.
QUAIS FRUTAS VOCÊ COSTUMA COMER? QUAL VOCÊ NUNCA COMEU?

https://www.youtube.com/watch?v=9wN-UQwFxiM

4-DE QUE FORMA VAMOS REGISTRAR O QUE APRENDEMOS?
DESENHANDO O QUE APRENDEU SOBRE HÁBITOS ALIMENTARES.

ATIVIDADE:

1) ASSISTA AO VÍDEO, E DEPOIS DESENHE ABAIXO O QUE VOCÊ ENTENDEU SOBRE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL: