



PREFEITURA DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE  
**IBIÚNA**  
*Por uma Ibiúna próspera. Investindo no presente, gerando o futuro.*  
**SECRETARIA DE EDUCAÇÃO**



Rua Raimundo Santiago, nº 27 - Centro  
Telefone: (15) 3248-1292/e-mail: apoiopedagogicosmeibiuna@hotmail.com



**ESCOLA MUNICIPAL: “BAIRRO MORRO GRANDE”**

**13ª APOSTILA DE ATIVIDADES E BRINCADEIRAS**

**FASE: III A**

**TURNO: TARDE**

**PROFESSORA: DONATA OLIVEIRA**



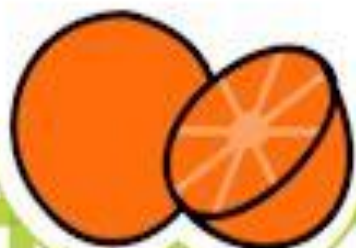
**ALUNO (A):**

Referente aos dias: 18, 19, 20, 21, 22, 25, 26, 27, 28,  
29/10, 03, 04 e 05/11 (Totalizando 13 dias)

**OUTUBRO/NOVEMBRO DE 2021**

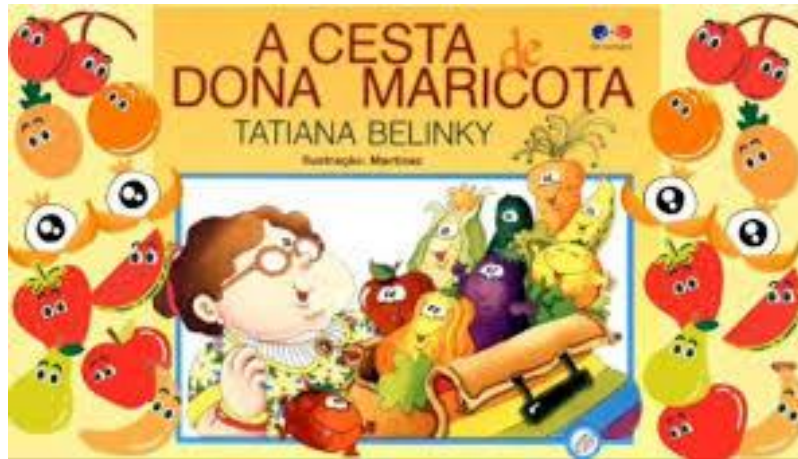
**CONFORME ORIENTAÇÃO PEDAGÓGICA Nº 17/2021 – 07/10/2021**

**DA SECRETARIA DA EDUCAÇÃO DE IBIÚNA**



Nome: \_\_\_\_\_

## Hora da história



Dona Maricota boa cozinheira voltou com a cesta cheia da feira;  
Cenoura, laranja, pepino, limão, Banana e milho, ervilha, mamão  
Morango espinafre tomate e cebola Alface palmito, maçã escarola  
Guardou na dispensa e na geladeira, deu um suspiro ufa!

Que cansada! 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 e toda a sua glória viraram sopão e acabou- se a história!

Assista ao vídeo: <https://www.youtube.com/watch?v=UHFikMD6XzI>

Nome: \_\_\_\_\_

## ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

Olá crianças!!

Nesta semana nós vamos falar de um assunto bem gostoso! Vamos falar de Alimentação saudável, vamos nos divertir, cantar e brincar bastante e fazer uma salada de frutas, nós já descobrimos o que há de tão interessante na cesta da Dona Maricota!!!

Vocês conhecem os alimentos que são saudáveis? Vamos falar sobre a importância de deles para o nosso organismo.

Os alimentos saudáveis são fundamentais para o bom funcionamento do nosso corpo como, por exemplo, frutas, verduras, legumes, ovos, frango, feijão e outros.

Os alimentos não saudáveis são aqueles que possuem uma grande quantidade de gordura como, por exemplo, brigadeiro, salgadinhos, sorvetes, refrigerante, pastéis e outros.

Agora vamos observar os alimentos abaixo:

**VOCÊ CONSEGUE IDENTIFICAR OS QUE SÃO SAUDÁVEIS? CIRCULE OS.**



HAMBÚRGUER



PEIXE



TOMATE



BRIGADEIRO



OVO



MAÇÃ



SOVERTE



REFRIGERANTE



BANANA



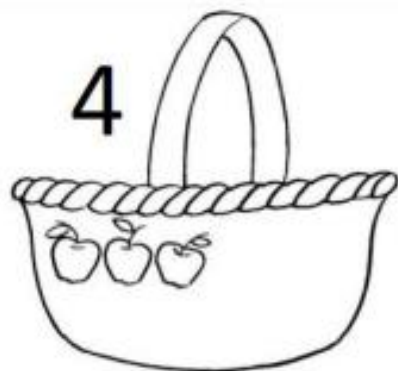
CENOURA

**COM A AJUDA DA MAMÃE ENCONTRE NA SUA CASA, ALGUM ALIMENTO SAUDÁVEL, GRAVE UM VÍDEO MOSTRANDO-O AOS COLEGAS E ENVIE NO GRUPO DA SALA.**



Nome: \_\_\_\_\_

DESENHE AS FRUTAS QUE FALTAM PARA COMPLETAR OS NÚMEROS NA CESTA.



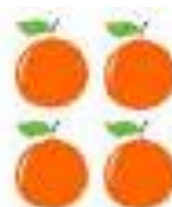
PINTE UM QUADRADINHO PARA CADA FRUTA.





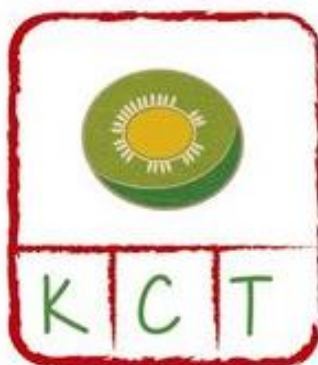
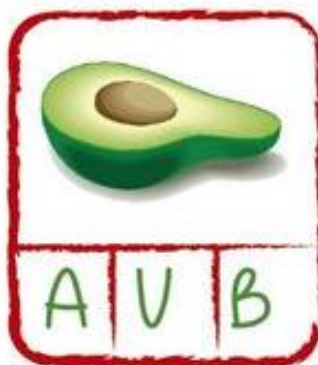
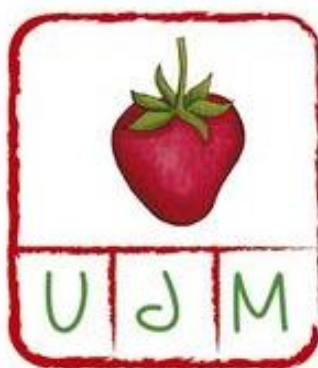
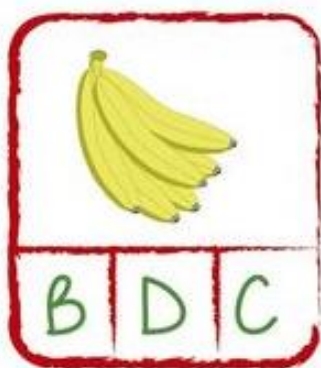





Nome: \_\_\_\_\_

## VAMOS PINTAR A LETRA INICIAL DAS FRUTA!



## HORA DA MÚSICA:



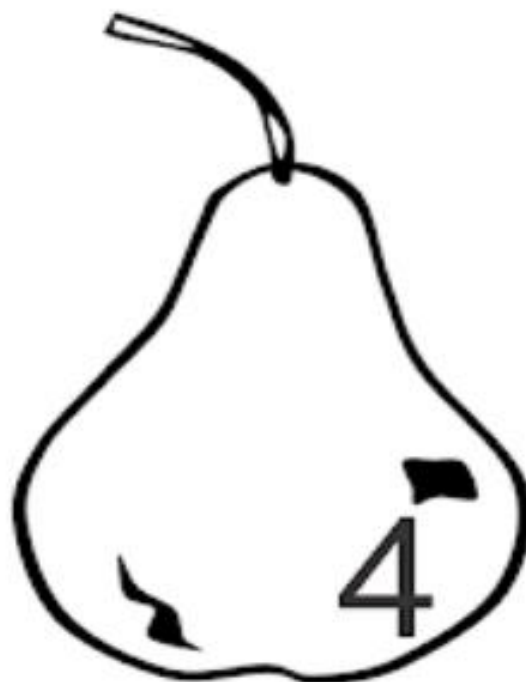
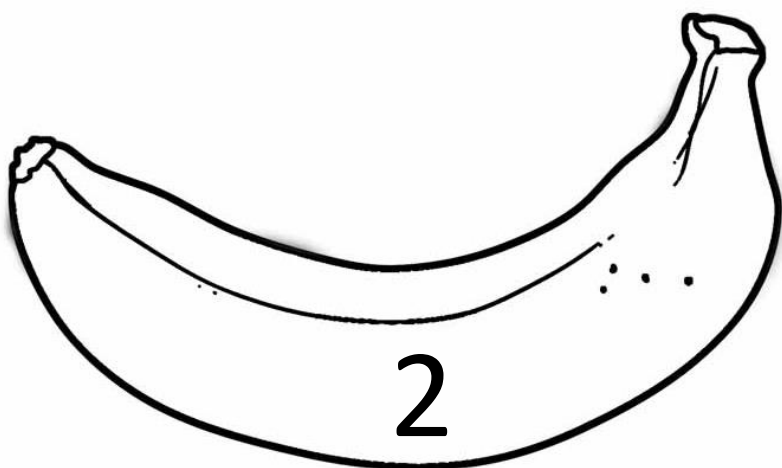
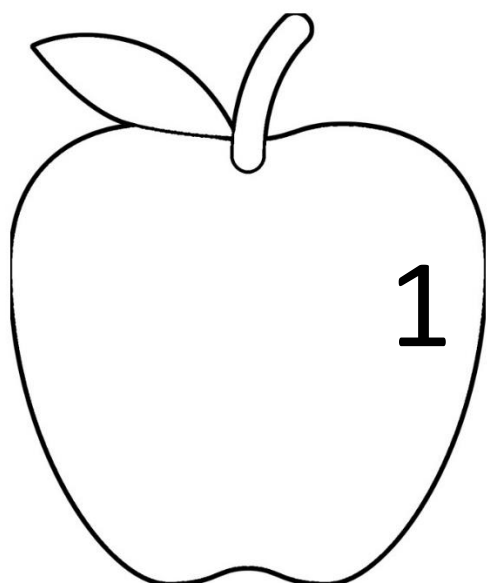
Lá vem o trem (Gugu dada)  
Lá vem o trem. É o trem das frutas (bis)  
O que é que ele tem? Banana, Maçã, Laranja,  
Morango  
Lá vem o trem. É o trem das frutas (bis)  
Mamão Melão, Melancia, Uva,  
Lá vem o trem. É o trem das frutas (bis)  
Abacaxi, Kiwi, Carambola  
Pera, lá vem o trem (bis)

Ouçã a música: <https://www.youtube.com/watch?v=x3ZFTkfUWz4>

Nome: \_\_\_\_\_

VAMOS PINTAR OS ALIMENTOS DE ACORDO COM A LEGENDA:

- 1** VERMELHO
- 2** AMARELO
- 3** LARANJA
- 4** VERDE



CONTE E REGISTRE A QUANTIDADE DE FRUTAS QUE VOCÊ PINTOU:

Nome: \_\_\_\_\_

VAMOS COMPLETAR COM AS VOGAIS QUE ESTÃO FALTANDO.



<b>M</b>		<b>R</b>		<b>N</b>	<b>G</b>	
----------	--	----------	--	----------	----------	--



	<b>V</b>	
--	----------	--



<b>B</b>		<b>N</b>		<b>N</b>	
----------	--	----------	--	----------	--



	<b>B</b>		<b>C</b>		<b>X</b>	
--	----------	--	----------	--	----------	--

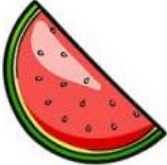

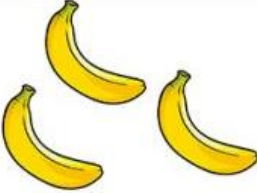

RECORTE DE ENCARTE DE SUPERMERCADOS

3 ALIMENTOS NÃO SAUDÁVEIS E COLE NO QUADRO ABAIXO:

--

Nome: \_\_\_\_\_

# CONTE AS FRUTAS E PINTE O QUADRADINHO CORRESPONDENTE

			
5 1 3	1 4 2	2 4 3	4 3 2

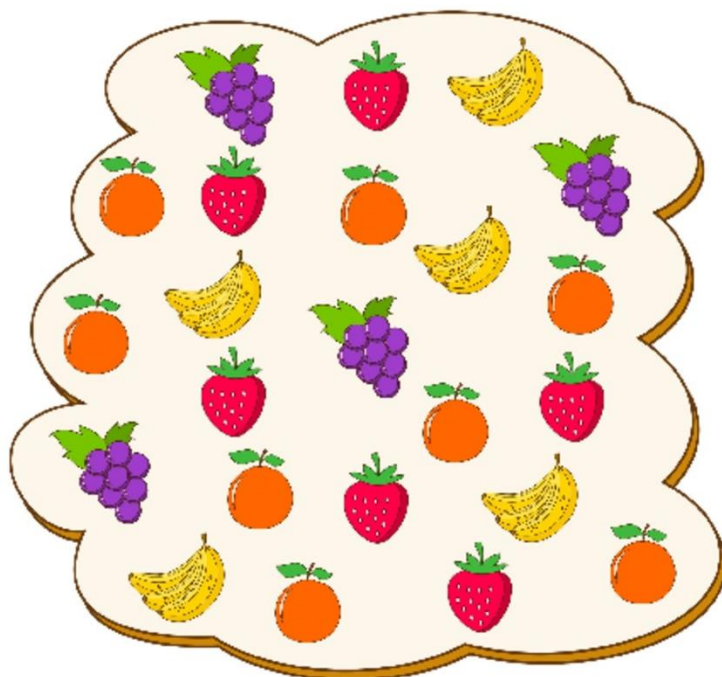
VAMOS DESENHAR E PINTAR 1 FRUTA, 1 LEGUME E 1 VERDURA NA  
CESTA DA DONA MARICOTA.





Nome: \_\_\_\_\_

## VAMOS CONTAR AS FRUTAS E REGISTRAR



SALADA DE FRUTAS COM A FAMÍLIA! QUE DELÍCIA!



FAÇA UMA DELICIOSA SALADA DE FRUTAS. VOCÊ PODE AJUDAR A MAMÃE OU OUTRO ADULTO A DESCASCAR E CORTAR AS FRUTAS EM CUBINHOS.

MISTURE-AS TODAS EM UM RECIPIENTE E EM SEGUIDA SIRVAM -SE.

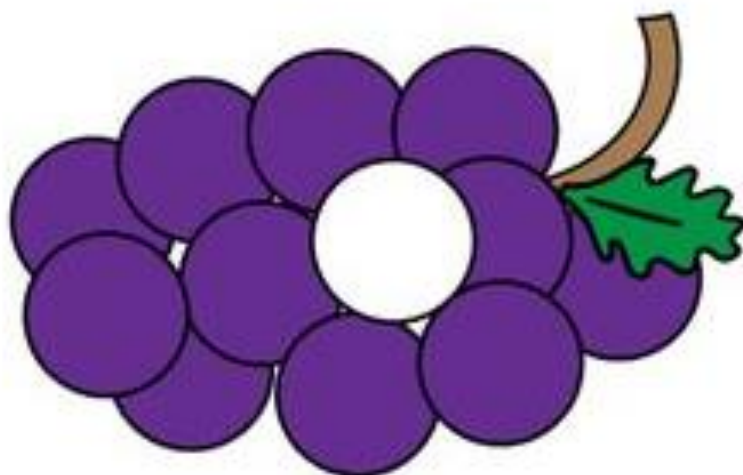
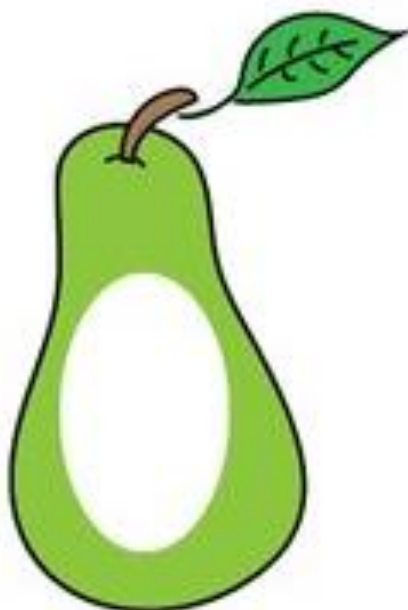
**INGREDIENTES: MANGA, BANANA, LARANJA, GOIABA, MAMÃO, MAÇÃ, KIWI.**

VOCÊ PODE FAZER ESTA RECEITA COM ESSAS FRUTAS, OU COM OUTRAS QUE VOCÊ MAIS GOSTAR.

**REGISTRE ESSA ATIVIDADE E ENVIE NO GRUPO DA SALA.**

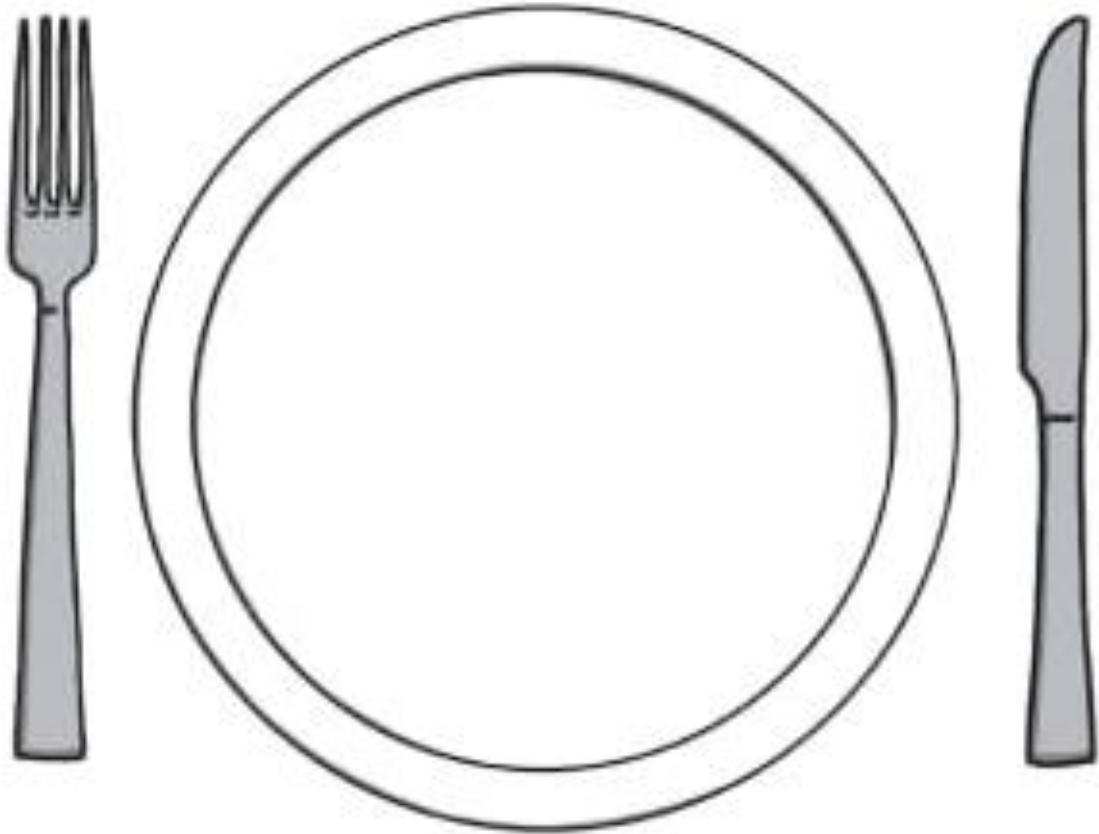
Nome: \_\_\_\_\_

RECORTE E COLE AS FORMAS GEOMÉTRICAS.



Nome: \_\_\_\_\_

DESENHE NO PRATO O ALIMENTO QUE VOCÊ MAIS GOSTA



### BRINCADEIRA DAS FRUTAS

**VAI COMEÇAR, A BRINCADEIRA, DA COMIDA, BRASILEIRA.** SÓ BATE PALMA, SE FOR **COMIDA**. SE NÃO FOR, NÃO VALE BATER NÃO! ALFACE, TOMATE, CENOURA, ABOBORA, COUVE-FLOR, MANDIOCA, MOSQUITO, SHIII, MOSQUITO NÃO É NÃO... **VAI COMEÇAR, A BRINCADEIRA, DA COMIDA, BRASILEIRA.**

COMO BRINCAR: O ADULTO E AS CRIANÇAS DEVEM SENTAR EM CÍRCULO NO CHÃO. O ADULTO COMEÇA, ENTÃO, A CANTAR E A BATER PALMAS NO RITMO. “VAI COMEÇAR, A BRINCADEIRA, DA COMIDA, BRASILEIRA.

AS CRIANÇAS DEVERÃO ACOMPANHAR BATENDO PALMAS E PRESTANDO MUITA ATENÇÃO, POIS, ENTRE OS VÁRIOS TIPOS DE COMIDAS, O ADULTO DIRÁ NA SEQUÊNCIA ALGUMA PALAVRA QUE RIME COM O NOME DA COMIDA, MAS QUE NÃO SE POSSA COMER. QUANDO A PALAVRA DITA NÃO FOR ALIMENTO NÃO PODE BATER PALMA.



ASSISTA AO VÍDEO: <https://www.youtube.com/watch?v=lgVeNkZZ458>



Nome: \_\_\_\_\_

## HORA DA MÚSICA:



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

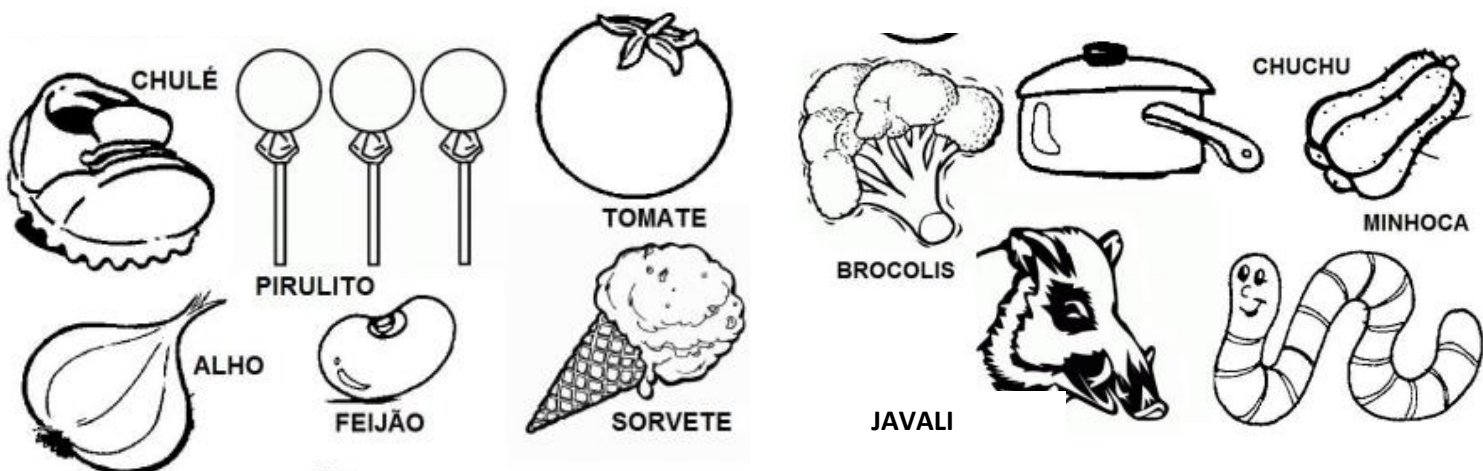
O que que tem na sopa do neném?  
O que que tem na sopa do neném?  
Será que tem mandioca?  
Será que tem minhoca?  
Será que tem jacaré?  
Será que tem chulé?  
É um, é dois, é três

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

ASSISTA AO VIDEO: <https://www.youtube.com/watch?v=uPwahKnlKo>

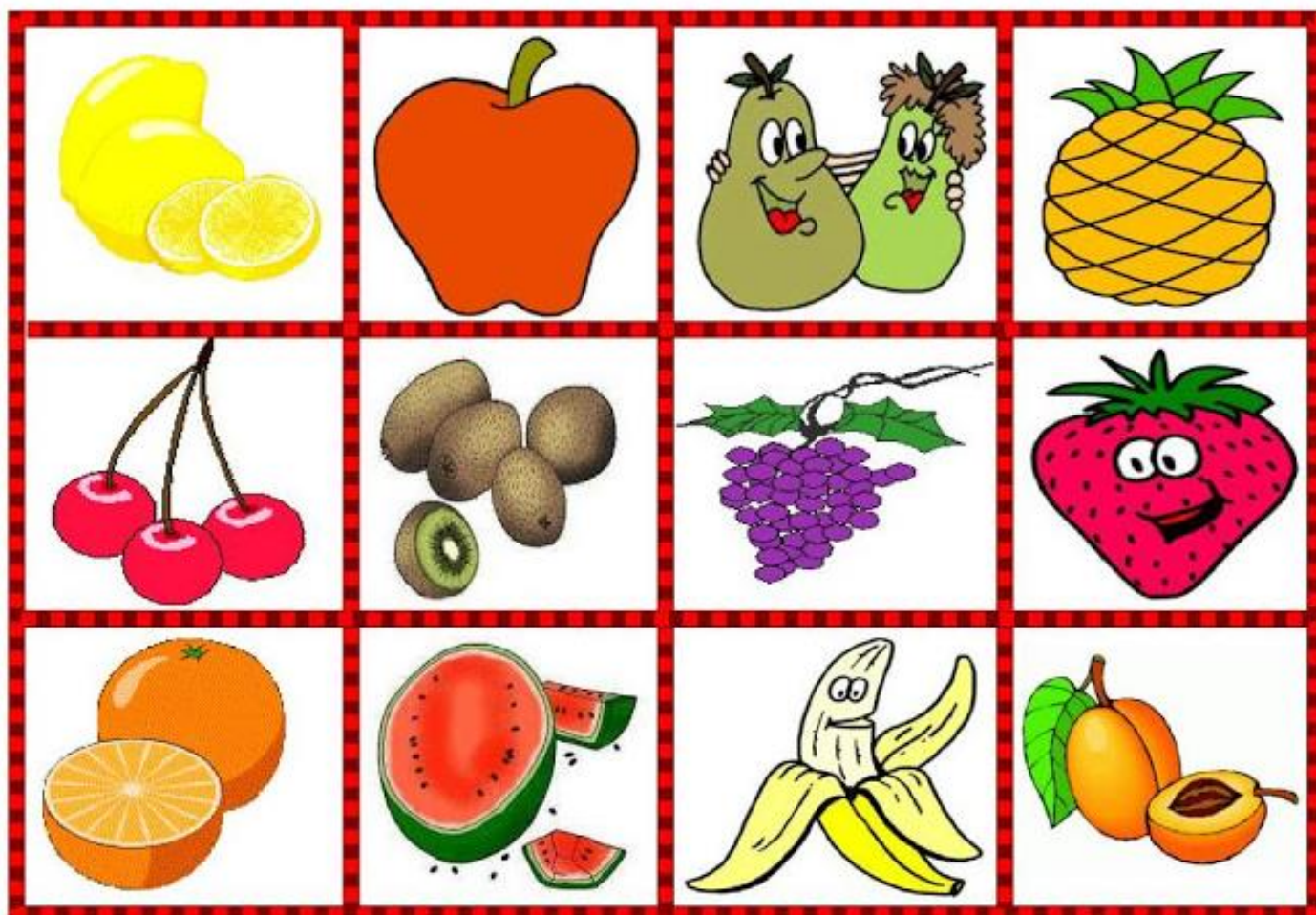
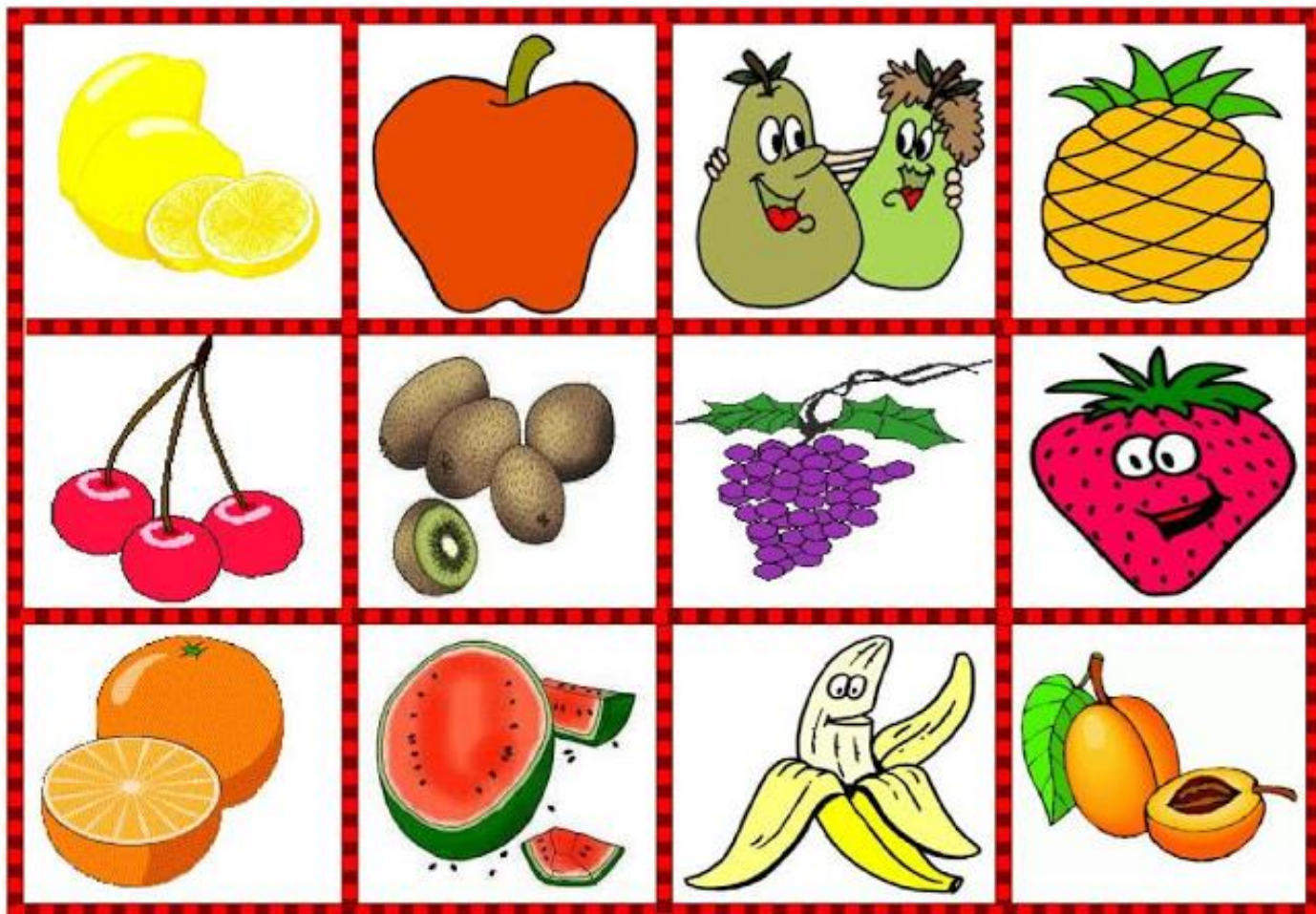
## PINTE SÓ O QUE TEM NA SOPA DO NENEM





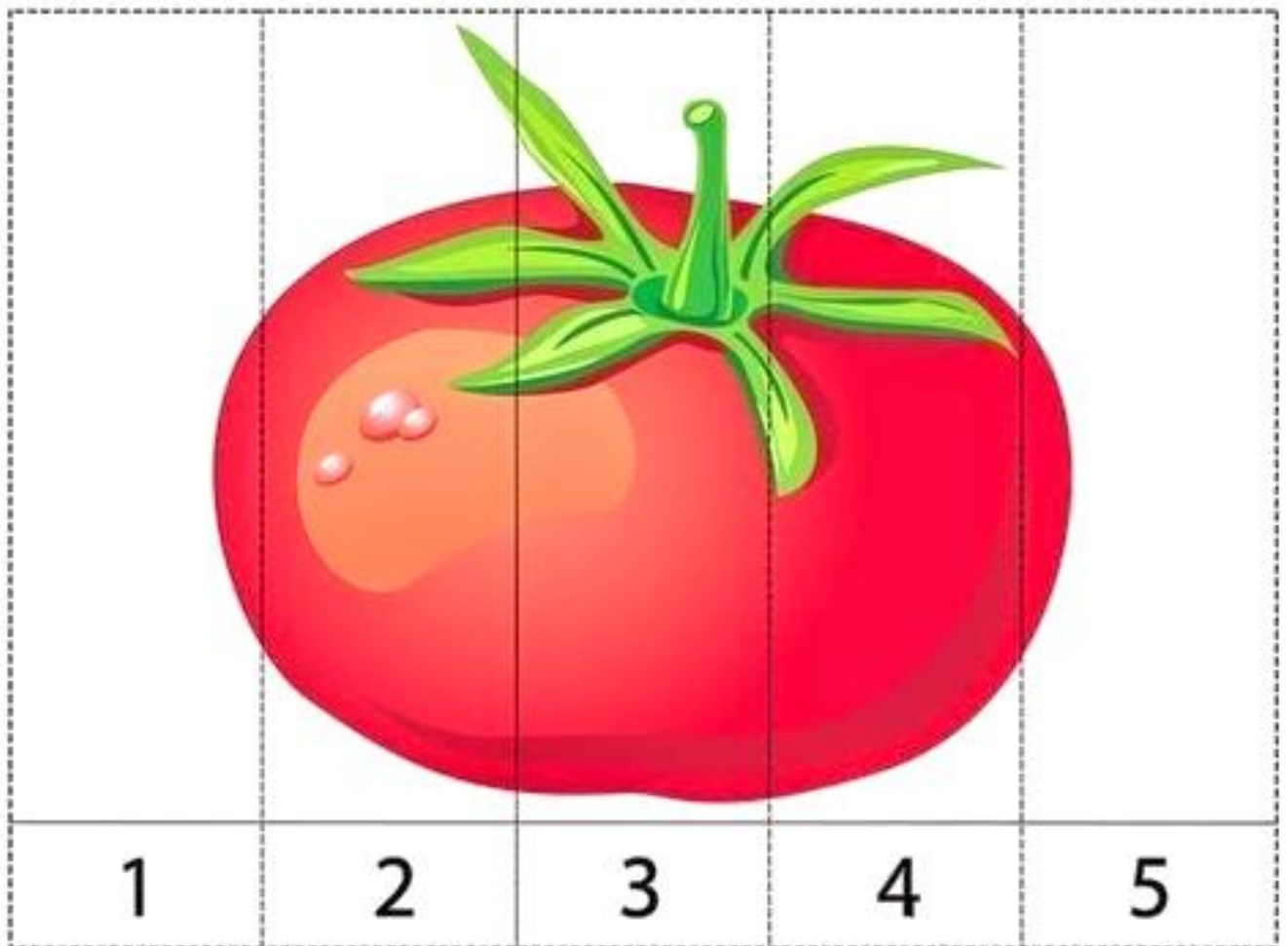
Nome: \_\_\_\_\_

COM O AUXILIO DE UM ADULTO, RECORTE O JOGO DA MEMÓRIA E BRINQUE.



Nome: \_\_\_\_\_

VAMOS RECORTAR O QUEBRA CABEÇA E COLAR AQUI:





# Referências

<https://br.pinterest.com/pin/325455510543751472/>

<https://linguagemeafins.blogspot.com/2012/12/a-cesta-de-dona-maricotalaranjapera.html>

<https://www.youtube.com/watch?v=UHFIkMD6XzI>

<https://encrypted->

[tbn0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcR2fWP850zJBTesQqRxno1E7ffGq8avL3k\\_IQ&usqp=CAU](tbn0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcR2fWP850zJBTesQqRxno1E7ffGq8avL3k_IQ&usqp=CAU)

<https://images.app.goo.gl/Qv2veUQ7toqKJZPFA>

<http://cantinhodosaber.com.br/wp-content/uploads/2020/04/Slide9-3-709x1024.jpg>

<https://amordepapeis.com.br/wp-content/uploads/2020/04/maca-para-colorir29.jpg>

<https://amordepapeis.com.br/wp-content/uploads/2020/05/banana-para-colorir-9.jpg>

<https://br.pinterest.com/pin/821344050786509298/>

<https://br.pinterest.com/pin/701083866963224438/>

<https://www.twinkl.es/resource/alimentacao-saudavel-atividade-de-organizacao-de-comidas-br-p-372>

<https://image.slidesharecdn.com/prticasnaeducacaoinfantil-150909010812-lva1-app6891/95/prticas-na-educacao-infantil-1-638.jpg?cb=1441761727>

<https://i.ytimg.com/vi/uPwahKnvIKo/maxresdefault.jpg>

<https://i.pinimg.com/564x/76/84/d9/7684d9bb76f7ead7665b383035714daa.jpg>

[https://www.google.com/search?q=ATIVIDADE+A+SOPA+DO+N%C3%89N%C3%89M&newwindow=1&sxsrf=AOaemvJx\\_Y2MTqmdmz6oAda0QO8koJV60A:1634043501037&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=2ahUKEwixrSz9sTzAhUbGrkGHY0nC\\_kQ\\_AUoAXoECAEQAw&biw=1366&bih=657&dpr=1#imgrc=glKL4QRYJSOrFM](https://www.google.com/search?q=ATIVIDADE+A+SOPA+DO+N%C3%89N%C3%89M&newwindow=1&sxsrf=AOaemvJx_Y2MTqmdmz6oAda0QO8koJV60A:1634043501037&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=2ahUKEwixrSz9sTzAhUbGrkGHY0nC_kQ_AUoAXoECAEQAw&biw=1366&bih=657&dpr=1#imgrc=glKL4QRYJSOrFM)

<https://twistynoodle.com/cut-and-paste-the-fruit-shapes-coloring-page/>

<https://www.educacaoetransformacao.com.br/wp-content/uploads/2020/03/jogo-memoria-imprimir-colorir-frutas-e-legumes-1.png>

<https://www.turminha.com.br/atividade-educativa/frutas-e-os-numeros-contagem>

<https://criancanacozinha.com/salada-de-frutas-dentro-da-fruta/>

<https://br.pinterest.com/pin/442197257172225631/>