Nome:_____

Data:_____/_____/2020

Ano:_____ Turma:_____

Professor:_____

Atividades Pedagógicas Complementares

Componente Curricular:_____

Leia o texto e faça a atividade a seguir.

Saúde

Formas de transmissão do coronavirus

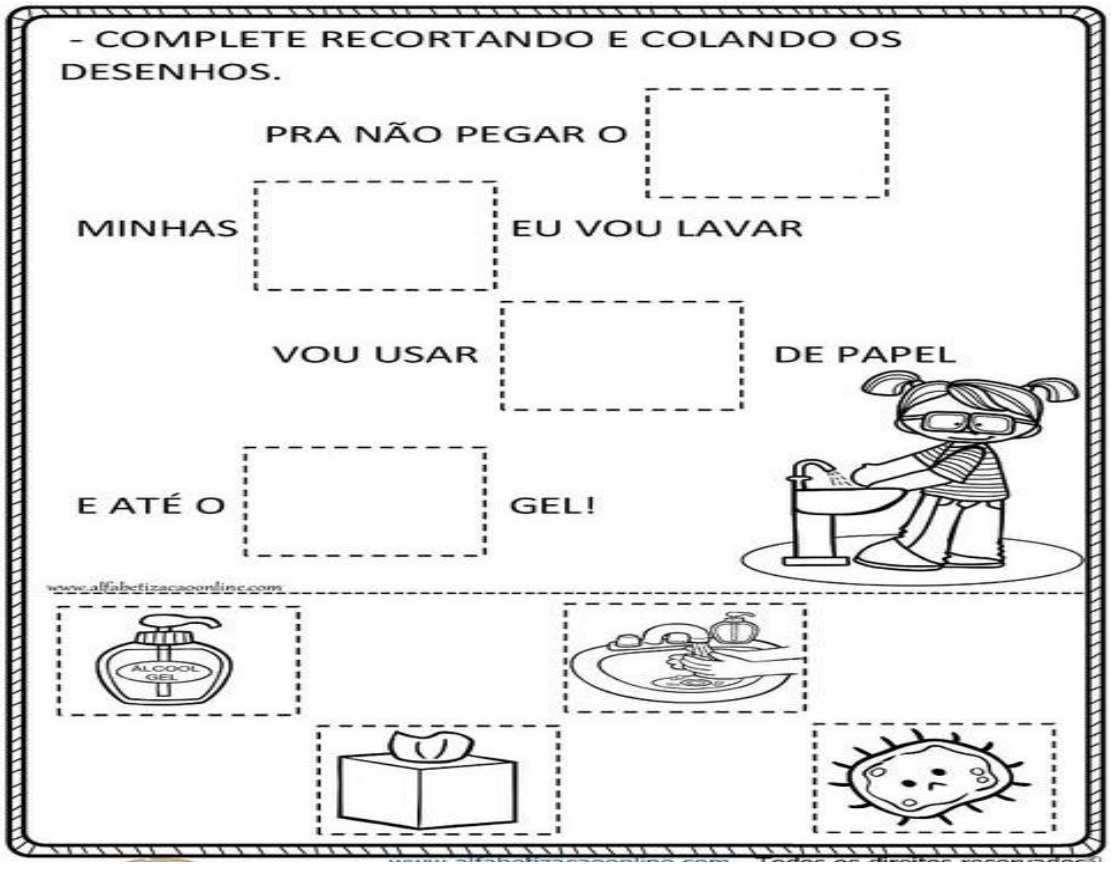
O vírus pode se espalhar pelo ar, contato com pessoa doente e beijos e aperto de mão.

Sintomas

A pessoa infectada pode apresentar: Febre, tosse e dificuldade para respirar.

Prevenção

Lavar as mãos corretamente ou usar álcool em gel quando não puder lavar;
Evitar contato com pessoas doentes e ficar em casa se apresentar os sintomas.
Evitar aglomerações, não tocar no nariz, boca ou olhos se estiver com as mãos sujas;
Não compartilhar objetos de uso pessoal como: copo, escova de dente e talheres.



Nome:_____

Data:_____/_____/2020

Ano:_____ Turma:_____

Professor:_____

COPIE O TEXTO ABAIXO.

A importância da atividade física

As atividades físicas equivalem a todas as atividades que incluem movimentos corporais e gasto de energia. As pessoas que não fazem nenhum tipo de atividade física são chamadas de **sedentárias**.

Fazer atividade física é muito importante para a saúde das crianças e dos adultos, pois ela melhora a flexibilidade, a força muscular, fortalece os ossos e as articulações e desenvolve habilidades psicomotoras.

Ao praticarmos atividades físicas, queimamos a gordura que está em excesso no nosso corpo, e ao mesmo tempo melhoramos a nossa pressão arterial. Além disso, com exercícios físicos, o nosso corpo fica mais preparado e consegue driblar muitas doenças.

Além de praticar atividades físicas, devemos também ter uma boa alimentação, isso inclui muitas verduras, legumes e frutas em seu cardápio. É bom que alimentos muito gordurosos, refrigerantes e doces sejam evitados.





ESTADO DE MATO GROSSO DO SUL
MUNICÍPIO DE LADÁRIO
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

Nome:_____

Data:_____/_____/2020

Ano:_____ Turma:_____

Professor:_____

1- Quais alimentos não são bons para a nossa saúde?

_____
_____
_____
_____

2- Quais os benefícios da atividade física para a nossa saúde?

_____
_____
_____
_____

3- De acordo com o texto quais são os alimentos saudáveis?

_____
_____
_____
_____

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
Avenida 14 de Março, 656 – Centro – Ladário – MS – CEP: 79370-000
Endereço Eletrônico: educaladario@brturbo.com.br
Telefone para contato: 67 3226 2034

Nome:_____

Data:_____/_____/2020

Ano:_____ Turma:_____

Professor:_____

Jogos e Brincadeiras

1-Pesquise em casa com seus pais, avós e ou responsáveis as brincadeiras que eles brincavam na infância. No mínimo 4 brincadeiras.

_____
_____
_____
_____

2- Qual brincadeira você mais gosta ?

_____

3- Desenhe e pinte uma dessas brincadeiras relatadas pelo seu responsável.

ESTADO DE MATO GROSSO DO SUL
MUNICÍPIO DE LADÁRIO
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

Nome:_____

Data:_____/_____/2020

Ano:_____ Turma:_____

Professor:_____

1- Quais alimentos não são bons para a nossa saúde?

_____
_____
_____
_____

2- Quais os benefícios da atividade física para a nossa saúde?

_____
_____
_____
_____

3- De acordo com o texto quais são os alimentos saudáveis?

_____
_____
_____
_____

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
Avenida 14 de Março, 656 – Centro – Ladário – MS – CEP: 79370-000
Endereço Eletrônico: educaladario@brturbo.com.br
Telefone para contato: 67 3226 2034

Nome:_____

Data:_____/_____/2020

Ano:_____ Turma:_____

Professor:_____

1- Desenhe e pinte o jogo que você mais gosta e monte as regras dessa atividade.

ESTADO DE MATO GROSSO DO SUL
MUNICÍPIO DE LADÁRIO
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

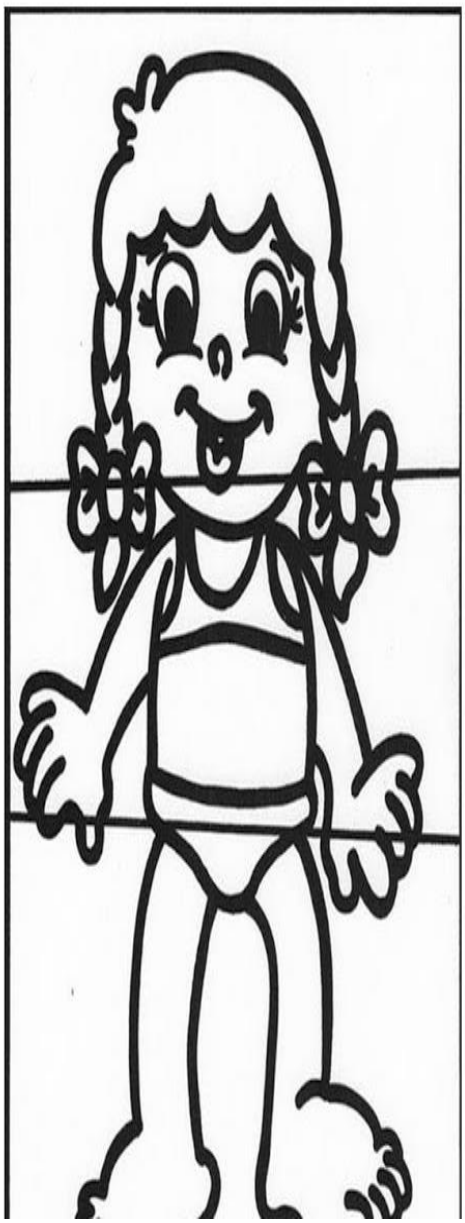
Nome:_____

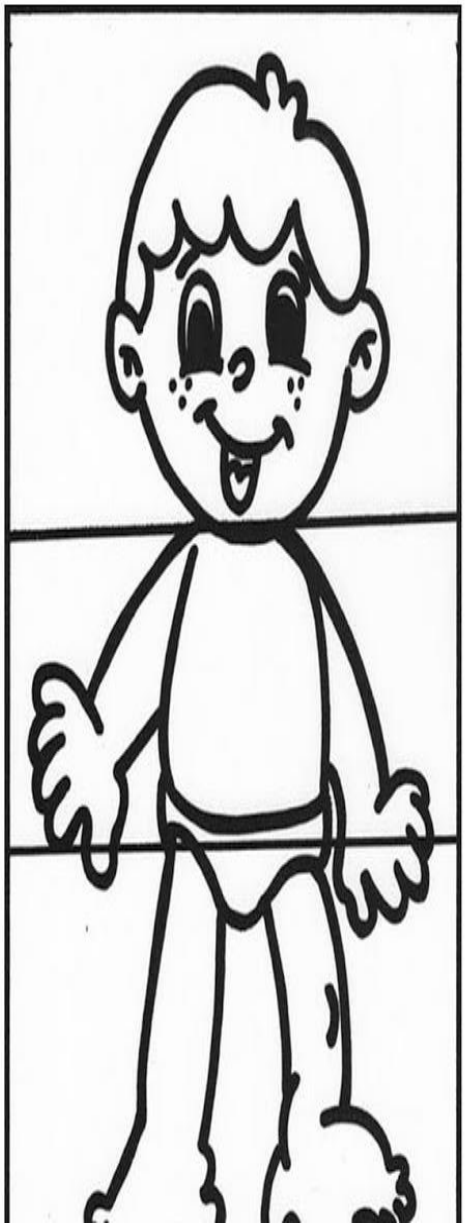
Data:_____/_____/2020

Ano:_____ Turma:_____

Professor:_____

Pinte, recorte nas linhas pontilhadas e monte o quebra cabeça em outra folha. Depois identifique as partes do corpo.





SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
Avenida 14 de Março, 656 – Centro – Ladário – MS – CEP: 79370-000
Endereço Eletrônico: educaladario@brturbo.com.br
Telefone para contato: 67 3226 2034

1- Circule os alimentos que são saudáveis.





2- Marque um X na atividade física para a nossa saúde


( )


( )


( )


( )

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
Avenida 14 de Março, 656 – Centro – Ladário – MS – CEP: 79370-000
Endereço Eletrônico: educaladario@brturbo.com.br
Telefone para contato: 67 3226 2034