

EU CONSIGO! VOCÊ CONSEGUE, TAMBÉM!

Tema: Eu e Minhas Escolhas!

Visão Geral: Nesta atividade, os alunos se tornam ativos enquanto eles ouvem a leitura da história Da Cabeça Aos Pés de Eric Carle. Uma vez que os alunos leem a história, eles falam sobre como os movimentos de cada animal eram únicos e especiais, e como cada um deles tem a capacidade de fazer algo especial também. Eles então aprendem uma canção que lhes pede para mostrar um movimento que é especial para eles e eles desafiam outros na classe para experimentar o movimento.

** Se este livro não fizer parte da biblioteca da sua classe ou não estiver disponível na biblioteca pública, você pode mudar facilmente e usar uma das opções abaixo:

- Pés Dançantes de Lindsey Craig
- Se Você Está Feliz de Jane Cabrera
- Urso Panda, Urso Panda O Que Você Vê? de Bill Martin, Jr.
- As Focas no ônibus de Lenny Hort
- Nós Vamos Caçar um Urso de Michael Rosen

Vocabulário:

- Energia: Aquilo que precisamos para nos mover, trabalhar e brincar. Algumas atividades requerem mais energia que outras

Atividade 1: Da Cabeça aos Pés

Tipo de Atividade: Energia para Ler, Energia para Mover, Energia para Descobrir

Domínio: Social Emocional, Físico

Os Alunos vão:

- Ouvir uma leitura em voz alta e responder a perguntas sobre uma história com animais divertidos e em movimento.
- Praticar o movimento usando ações da história.
- Registrar os movimentos favoritos da história.

Materiais:

- Da Cabeça aos pés de Eric Carle-. *A história apresenta animais que mostram às crianças os diferentes movimentos que eles podem fazer; os animais então desafiam as crianças a fazerem os movimentos também.*
- Cavalete com folhas

Tempo: 20 minutos

Instruções:

1. Peça aos alunos que apontem para os seus rostos. Pergunte se o rosto de todos é exatamente igual. Mostre como seu rosto é o mesmo que o de outra pessoa (Meu rosto é igual ao da Ana porque nós dois temos dois olhos) e diferente (Meu rosto é diferente do rosto da Ana porque ela tem olhos castanhos e eu tenho olhos azuis). Permita que os alunos compartilhem exemplos de como seu rosto é igual e diferente do rosto de um colega.
2. Explique que todos nós temos coisas que são diferentes e especiais sobre nós.
3. Mostre aos alunos a capa do livro. Leia o título em voz alta. Explique que eles vão encontrar alguns animais nesta história que cada um tem algo especial para mostrar.
4. Leia a história pela primeira vez. Permita que os alunos identifiquem os animais em cada página. Então, deixe-os responderem em voz alta, "eu posso fazer!" Para responder à pergunta de cada animal.
5. Leia a história uma segunda vez e pergunte aos alunos se gostariam de experimentar cada movimento. Quando cada animal mostrar o seu movimento, deixe os alunos tentarem o movimento também. Incentivá-los a serem "bobos" e realmente agir como os animais!
6. Após a segunda leitura, peça aos alunos que se levantem. Depois, leia cada movimento e peça aos alunos para se sentarem de volta quando você falar o seu movimento favorito. Marque na lousa para mostrar qual movimento cada aluno preferiu.
Enriquecimento Opcional: Permita que os alunos mais velhos façam um gráfico do resultado.
7. Peça aos alunos para compartilharem as razões pelas quais gostaram dos diferentes movimentos que fizeram.

Atividade 2: Você Consegue Fazer o que Eu Faço?

Tipo de Atividade: Energia para Ler, Energia para Mover

Domínio: Social Emocional, Físico

Os alunos vão:

- Criar com um movimento original que gostariam de mostrar a classe.
- Cantar uma música que mostre um movimento único.

Materiais:

- Objeto que possa ser passado facilmente de aluno para aluno
- Cavalete com Papel com a música “Você também sabe!” escrita nele. *Nota: A Música está incluída no fim desta atividade*

Tempo: 20 minutos

Instruções:

1. Compartilhe com os alunos que se movimentar é uma ótima maneira de nos ajudar a usar nossa energia e permanecer fortes. Pergunte aos alunos se eles podem criar um movimento especial que eles gostariam de mostrar a classe. Você pode precisar demonstrar um movimento primeiro.
2. Mostre a letra e ensine aos alunos a música, “Você também sabe!”
3. Explique que cada aluno irá apresentar um movimento especial que gostaria que seus amigos fizessem. Quando for a vez deles, eles vão segurar o objeto da lista dos materiais ou colocá-lo na frente deles para mostrar que é sua vez. Enquanto eles cantam o primeiro verso, o resto da classe pode participar. Em seguida, eles podem passar o objeto para outra pessoa que irá mostrar a classe seu próprio movimento especial. Isto irá se repetir até que todos os alunos tenham tido a oportunidade de mostrar um movimento.

Modificações:

Aprimore para Alunos Mais Velhos

- Peça aos alunos para fazerem desenhos de si mesmos fazendo o seu movimento especial. Pendure as imagens ao redor da sala para consulta durante o movimento.

Simplifique para Alunos Mais Novos

- Se os alunos mais novos não conseguirem criar um movimento próprio, eles podem usar um do livro.

Alinhamento de Padrões NAEYC

- **2.A.10** O currículo orienta os professores a incorporarem conteúdo, conceitos e atividades que promovam o desenvolvimento social, emocional, físico, linguístico e cognitivo e integrem áreas-chave de conteúdo, incluindo alfabetização, matemática, ciência, tecnologia, expressão criativa e artes, saúde e segurança, e estudos sociais.

- **2.K.01** Várias oportunidades e materiais são fornecidos para incentivar boas práticas de saúde nas crianças, tais como se servir e se alimentar, descansar, ter boa nutrição, fazer exercícios, lavar as mãos e escovar os dentes.
- **2.C.04** Várias oportunidades e equipamentos são fornecidos para as crianças participarem em grandes experiências motoras que estimulam uma variedade de habilidades; melhoram a integração sensório-motor; desenvolvem o movimento controlado; permitem que crianças com habilidades variadas tenham experiências motoras de grande porte semelhantes às dos seus colegas; variam de familiar a novo e desafiador; ajudam a aprender jogos físicos com regras e estrutura.
- **2.E.04** As crianças têm várias oportunidades de (a) lerem livros de uma forma envolvente em grupo ou individualmente pelo menos duas vezes por dia no caso de período integral ou uma vez por dia no caso de meio-período; (g) se envolverem em conversa que os ajudem a compreender o conteúdo do livro.
- **2.J.06** Várias oportunidades abertas e materiais são fornecidos para as crianças se expressarem de forma criativa através de (a) música.
- **2.L.01** Várias oportunidades de aprendizado são fornecidas às crianças para fortalecer uma identidade positiva e um senso crescente de si mesmo e dos outros.

Seja Esperto desde o Início em Casa!

As crianças em idade pré-escolar não devem entender as calorias ou como seus corpos usam energia, mas podem começar a aprender informações fundamentais para ajudá-los a tomar decisões saudáveis a respeito da dieta e do exercício. As aulas Esperto desde o Início são um conjunto de atividades flexíveis projetadas para introduzir e reforçar esses conceitos, e nós incentivamos você a integrar o resto das atividades do Eu e Minhas escolhas e Dê uma chance! no seu currículo. Ao longo dessas atividades, as crianças aprenderão sobre a energia que precisam para trabalhar e brincar; fazer escolhas saudáveis sobre o que comem e bebem em uma variedade de grupos de alimentos; e como se mover ao longo do dia com atividades divertidas que ajudam a manter seus corações fortes e saudáveis.

À medida que seus alunos progredem para o ensino médio, o currículo Contamos Juntos Decisões Saudáveis, Hábitos Saudáveis™ pode ajudá-los a se concentrarem em conceitos mais rigorosos relacionados à autoestima, tomada de decisão, nutrição saudável e atividade física regular.

Você também sabe!

(Cantado no ritmo de "London Bridge")

Olhe o que eu fazer! Sei fazer, sei fazer.

Olhe o que eu fazer!

Você também sabe!

Olhe o que eu fazer! Sei fazer, sei fazer.

Olhe o que eu fazer!

Você também sabe!

Energia em Casa

Esta semana, seu filho leu uma história sobre um grupo de animais que se movem de maneiras divertidas. Eles então aprenderam uma música e criaram com um movimento próprio. Peça ao seu filho para mostrar-lhe o movimento que ele ou ela compartilhou com a classe.

Quando as crianças se sentem bem sobre o que é especial sobre eles, eles se sentem muitas vezes mais confiante para tomar decisões saudáveis.

Incentive cada membro de sua família a criar um saco EU onde eles colocam palavras, imagens e objetos que são especiais sobre eles. Cada membro da família pode decorar o saco para ficar com a sua cara. Quando todos tiverem terminado, permitir que cada membro da família compartilhe seu saco e comemore o que é especial sobre cada um na família.