



ESCOLA DE EDUCAÇÃO BÁSICA MUNICIPAL MADRE LEONTINA

PROFESSORA: ESTER LAÍS DOBBERT THOMÉ.

ALUNO (A): \_\_\_\_\_

TURMA: 1º ANO.

# APOSTILA DE ATIVIDADES PARA O 1º ANO DO ENSINO FUNDAMENTAL



MÊS DE SETEMBRO

# HIGIENE PESSOAL

Para ter boa **SAÚDE**  
Devemos do **CORPO** cuidar  
Tomar banho diariamente  
E roupas limpas usar.

Manter as **MÃOS** bem lavadas  
E as **UNHAS** sempre cortadas  
Lavar frutas e verduras  
Antes de serem usadas.

Comer sempre na hora certa  
E os **DENTES** escovar  
Ao **DORMIR**, ao acordar  
E depois de se alimentar.

Sempre **ESPORTES** praticar  
E bem cedo levantar  
Beber **ÁGUA** filtrada  
Para as doenças evitar.

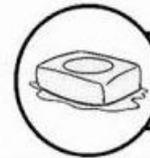
🐞 Procure no quadro abaixo as palavras grifadas no texto

S	A	Ú	D	E	V	U	N	H	A	S	C
M	W	D	E	N	T	E	S	T	B	C	O
Ã	B	J	Á	G	U	A	W	R	V	N	R
O	Q	L	R	T	D	O	R	M	I	R	P
S	E	S	P	O	R	T	E	S	B	K	O



## COMPLETANDO NOMES

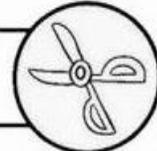
✏️ LARISSA ESCREVEU OS NOMES DE IMPORTANTES OBJETOS QUE USAMOS NA HIGIENE DO CORPO. ELA SE ESQUECEU DAS VOGAIS. VAMOS AJUDÁ-LA?



S   B   N   T

SABONETE

T   S   O   R



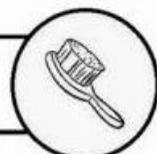
TESOURA



X   M   P

XAMPU

S   C   V



ESCOVA

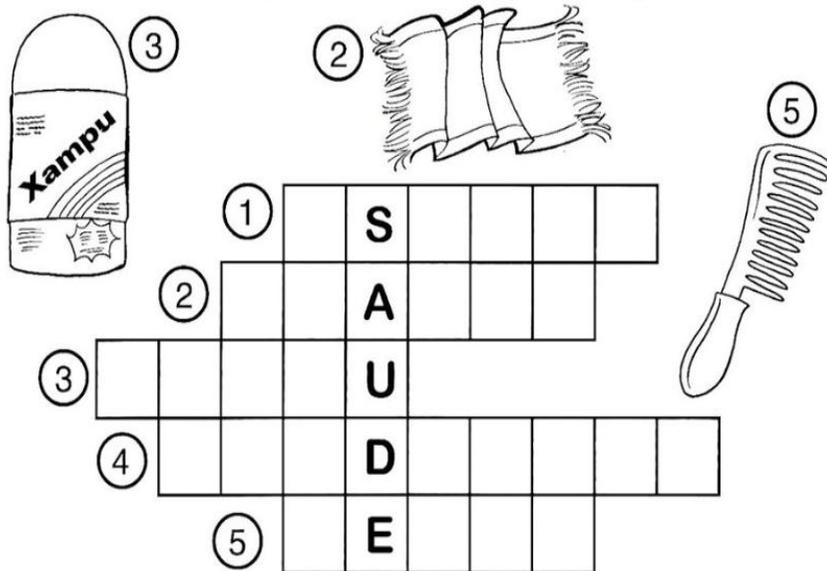


P   N   T

PENTE

## Cruzadinha

♦ Completar a cruzadinha, obedecendo à numeração das ilustrações:



♦ Complete, retirando da cruzadinha:

O \_\_\_\_\_ serve para lavar a cabeça.

A \_\_\_\_\_ serve para enxugar o corpo.

Com o \_\_\_\_\_ eu penteio os cabelos.

Com o \_\_\_\_\_ eu limpo os dentes.

Com a \_\_\_\_\_ eu escovo os dentes.

## ATIVIDADES SOBRE HIGIENE

1- PINTE OS CÍRCULOS COM FRASES QUE INDICAM BONS HÁBITOS:

- TOMAR BANHO TODOS OS DIAS.
- MANTER OS CABELOS LIMPOS.
- NÃO TOMAR VACINAS.
- USAR ROUPAS LIMPAS.
- COMER ALIMENTOS SAUDÁVEIS E VARIADOS.
- DORMIR BEM.
- LAVAR AS MÃOS ANTES DE COMER.
- ESCOVAR OS DENTES.
- DEIXAR AS UNHAS SUJAS E SEM CORTE.

2- FORME FRASES COM:

BANHO –

DENTES-

ALIMENTOS –

CABELOS –

LEIA E PINTE OS HÁBITOS DE HIGIENE QUE DEVEMOS PRATICAR E TAMBÉM AS BOAS ATITUDES QUE NOS FAZEM BEM NO DIA A DIA.

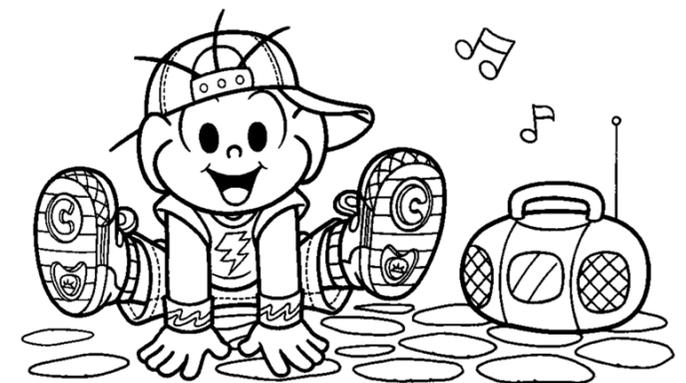
## NÃO SE ESQUEÇA:

<p>LAVE AS MÃOS</p> 	<p>CORTE AS UNHAS</p> 	<p>DORMIR NA HORA CERTA</p> 	<p>LAVE AS FRUTAS ANTES DE COME-LAS</p> 
<p>TRATE BEM OS ANIMAIS</p> 	<p>TOMAR BANHO</p> 	<p>AJUDAR PAPAÍ E MAMÃE</p> 	<p>RESPEITAR OS MAIS VELHOS</p> 
<p>ESCOVAR OS DENTES</p> 	<p>PENTEAR OS CABELOS</p> 	<p>FAZER ORACÕES DIARIAS</p> 	<p>SER PONTUAL</p> 

VAMOS PROCURAR AS PALAVRAS:

 <p>MÃO</p>
 <p>PÉ</p>
 <p>ORELHA</p>
 <p>OLHO</p>
 <p>NARIZ</p>
 <p>BOCA</p>

B	N	O	L	H	O	D
N	A	R	I	Z	D	O
T	Y	U	D	G	P	É
T	R	D	M	Ã	O	V
A	B	O	C	A	Y	X
O	R	E	L	H	A	C



## SUGESTÃO DE LEITURA (03/09/2020)

CUIDADO COM SONS MUITO  
ALTOS!  
PREJUDICAM A AUDIÇÃO.  
PARA LIMPAR OS OUVIDOS  
TENHA MUITA ATENÇÃO  
POIS A HIGIENE DELES  
NÃO É BRINCADEIRA NÃO!



CHEIRO RUIM NÃO GOSTO NÃO  
CHEIRO BOM EU PEÇO BIS  
PARA SENTIR TANTOS CHEIROS  
MANTENHO LIMPO O MEU NARIZ!



PARA ENXERGAR AS COISAS DO  
MUNDO  
DOS OLHOS PRECISO CUIDAR  
NUNCA TOCÁ-LOS COM A MÃO SUJA  
USAR ÓCULOS SE PRECISAR!

PORTO, Cristina. *Da cabeça aos pés*. São Paulo: Moderna, 1995. p. 20-21.

## RIMANDO

BALÃO RIMA COM MÃO;  
ANEL, COM PAPEL;  
TENENTE, COM GENTE;  
BOMBOM, COM BATOM.

CAPITÃO, COM ANÃO;  
JARDIM, COM JASMIM;  
ESPADA, COM ESTRADA;  
PÉ, COM CHULÉ.

PADREIRO, COM DINHEIRO;  
MACACO, COM CASACO;  
MALA, COM SALA;  
RATO, COM GATO.

E POR AÍ VOU RIMANDO,  
SORRINDO E CANTANDO,  
ALEGRANDO, ASSIM,  
MINHA VIDA, ENFIM!

Regina Vilhota



1 PINTE, NO POEMA, AS PALAVRAS QUE RIMAM ENTRE SI. USE UMA COR PARA CADA PALAVRA.

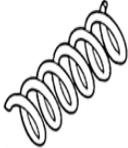


2 AGORA, RETIRE DO POEMA AS PALAVRAS QUE RIMAM COM:

PALAVRA	RIMA
BOMBOM	
ANEL	
MÃO	
CHULÉ	
DINHEIRO	
GATO	
JARDIM	



ESCREVA OS NOMES DAS FIGURAS E UMA PALAVRA QUE RIMA.

PINTE AS PALAVRAS QUE RIMAM.



FOGUEIRA	MAMADEIRA	SALADA	CADEIRA
CIMENTO	PENTE	DENTE	SEMENTE
AREIA	PRAIA	MADEIRA	BEIRA
VIOLA	SOLA	COLA	VACA

**SUGESTÃO DE LEITURA (11/09/2020)**

**A FOCA**

QUER VER A FOCA  
FICAR FELIZ?  
É PÔR UMA BOLA  
NO SEU NARIZ.

QUER VER A FOCA  
BATER PALMINHA?  
É DAR A ELA  
UMA SARDINHA.

QUER VER A FOCA  
FAZER UMA BRIGA?  
É ESPETAR ELA  
BEM NA BARRIGA!



## SUGESTÕES DE LEITURINHAS (18/09/2020)

### TENHO MEDO MAS DOU UM JEITO



RUTH ROCHA E DORA LORCH

EU TINHA MUITO MEDO DE ATRAVESSAR A RUA, PORQUE EU TINHA MEDO DE SER ATROPELADO.

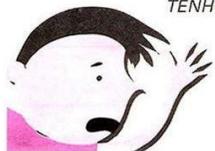
MAS EU APRENDI A ATRAVESSAR COM CUIDADO, A OLHAR PARA OS LADOS, A ATRAVESSAR NA FAIXA E A OBEDECER O SINAL.

EU TINHA MUITO MEDO DA ÁGUA QUE UMA VEZ EU LEVEI MUITO SUSTO, QUE EU CAÍ DENTRO D'ÁGUA.

MAS AGORA EU SEI QUE A GENTE PODE FICAR NO RASINHO, PODE USAR BÓIA OU PODE APRENDER A NADAR.

EU TINHA MUITO MEDO DE TOMADA, QUE UMA VEZ EU LEVEI UM CHOQUE!

MAS EU APRENDI QUE NÃO TEM NADA QUE BRINCAR COM TOMADA. TOMADA É BOM PARA LIGAR MINHA VITROLA OU A MÁQUINA DE FAZER BOLO.



TENHO MEDO MAS DOU UM JEITO. SÃO PAULO: LASTRI, 1986.



### A BARATA

HAVIA UMA BARATA NA CARECA DO VOVÔ. ASSIM QUE ELA ME VIU BATEU ASAS E VOOU.

SEU JOAQUIM-QUIM-QUIM, COM ROUPA TOR-TA-TA DANÇANDO VAL-SA-SA COM MARICO-TA-TA.



Da tradição popular.

RECORTAR AS SITUAÇÕES-PROBLEMAS, IR COLANDO E FAZENDO A CONTA NO CADERNO UMA POR VEZ. NÃO PRECISA DESENHAR.

## SITUAÇÕES - PROBLEMAS

1. O PESQUEIRO DO SEU JOSÉ TEM 56 PEIXES E NO PESQUEIRO DO SEU ANTÔNIO TEM 23. QUANTOS PEIXES A MAIS TEM SEU JOSÉ?

2. NUMA CARROÇA HAVIA 38 LARANJAS E NO CAMINHO ELA TOMBOU DERRUBANDO 13. QUANTAS LARANJAS O DONO FICOU?

3. NO CADERNO DE JÚLIA HAVIA 48 FOLHAS. ATÉ AGORA ELA JÁ USOU 24. QUANTAS FOLHAS AINDA RESTAM PARA JÚLIA TERMINAR O CADERNO?

4. CARLOS TEM UMA COLEÇÃO DE PIPAS. ELE TEM 70 PIPA COLORIDAS E 29 AMARELAS. QUANTAS PIPAS ELE TEM NO TOTAL?

5. NO NATAL OS NETOS DE DONA DITA GANHARAM BRINQUEDOS. FELIPE GANHOU 12 CARRINHOS E CASSIO GANHOU 4 BOLAS. QUANTOS BRINQUEDOS ELE GANHARAM JUNTOS?

6. LUIS EMPILHOU 7 FILEIRAS COM 4 TIJOLOS CADA UMA. QUANTOS TIJOLOS ELE COLOCOU AO TODO?

7. NA FÉRIAS CARLA E JOANA BRINCARAM NA AREIA E PEGARAM CONCHINHAS. UMA PEGOU 15 E A OUTRA 64. QUANTAS CONCHINHAS ELAS PEGARAM?

8. NO CABIDE DE JORGE TEM 5 CAMISETAS COLORIDAS E 4 BERMUDAS DE DIFERENTES CORES. QUANTAS COMBINAÇÕES DIFERENTES ELE PODE FAZER?

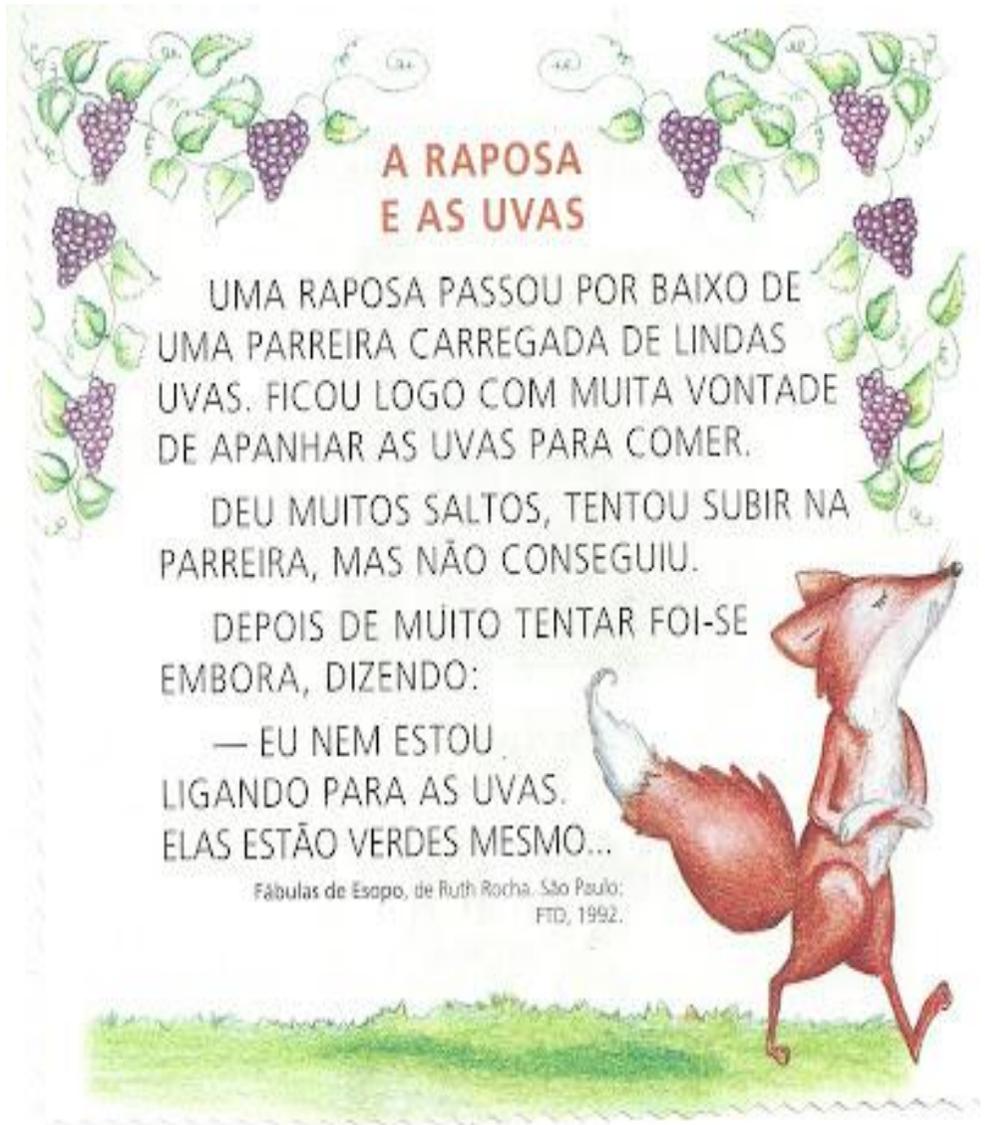
VAMOS RESOLVER?

1	2			5			8		10
11		13	14						
		23				27			30
31				35	36				
41	42		44					49	
		53				57			60

- 1- COMPLETE OS NÚMEROS QUE ESTÃO FALTANDO.
- 2- PINTA DE VERMELHO A SUA IDADE.
- 3- PINTA DE VERDE O NÚMERO QUE VEM ANTES DO 2.
- 4- PINTA DE AMARELO O NÚMERO QUE VEM ANTES DO 20.
- 5- PINTA DE AZUL O NÚMERO QUE VEM ANTES DO 23.
- 6- PINTA DE MARROM O NÚMERO QUE VEM DEPOIS DO 15.
- 7- CIRCULE O NÚMERO DO DIA DE HOJE.
- 8- PINTA DE LARANJA O NÚMERO QUE VEM DEPOIS DO 45.
- 9- PINTA DE ROSA O NÚMERO QUE VEM ANTES DO 32.
- 10- PINTA DE CINZA O NÚMERO QUE VEM DEPOIS DO 40.



**SUGESTÃO DE LEITURA (25/09/2020)**



**A RAPOSA  
E AS UVAS**

UMA RAPOSA PASSOU POR BAIXO DE  
UMA PARREIRA CARREGADA DE LINDAS  
UVAS. FICOU LOGO COM MUITA VONTADE  
DE APANHAR AS UVAS PARA COMER.

DEU MUITOS SALTOS, TENTOU SUBIR NA  
PARREIRA, MAS NÃO CONSEGUIU.

DEPOIS DE MUITO TENTAR FOI-SE  
EMBORA, DIZENDO:

— EU NEM ESTOU  
LIGANDO PARA AS UVAS.  
ELAS ESTÃO VERDES MESMO...

Fábulas de Esopo, de Ruth Rocha. São Paulo:  
FTD, 1992.

HÉLICE	BANANA	FAÇA	MACACO	CAFÉ	LUA	COCO	BONÉ	BOLA
DADO	BEBÊ	CADEADO	BULE	FAMÍLIA	MÔNICA	FIO	FADA	FOCA
BODE	LOBO	DOCE	ABA	BONECA	DEDO	CABIDE	LIMÃO	CUCA

PINTE, RECORTE E COLE OS DESENHOS NO CADERNO E OS SEUS NOMES AO LADO:

COMPLETE COM OS SONS QUE FALTAM:



LÃO



CO\_



CO\_



CA\_ DE



GÃO



CA\_



CA



BÁ



ÃO



GAIO\_



CO\_ MELO



\_ LO

AGORA QUE VOCÊ JÁ ESCREVEU TODOS OS NOMES, VAMOS COPIAR E LER:


























### ATIVIDADE

1) FORME PALAVRAS DE ACORDO COM A NUMERAÇÃO:



1	2	3	4	5
RA	DA	TO	O	RU
6	7	8	9	10
GA	SA	PA	BO	MO
11	12	13	14	15
RI	GIO	RE	LO	ZA
16	17	18	19	20
LO	SEI	A	TA	RO

13+19

1+14

20+17+1

5+6

13+10

20+2

1+3

1+10

11+8

20+7

5+18

20+9