

Plano de Aula alinhado á BNCC.

BNCC Atividade Educação Infantil.

Campo de experiências:

Corpo, gestos e movimentos.

Objetivos de aprendizagem e desenvolvimento:

(EI03CG04) Adotar hábitos de autocuidado relacionados a higiene, alimentação, conforto e aparência.

Crianças pequenas (4 anos a 5 anos e 11 meses)

Plano de Aula: Autocuidado e Higiene para Crianças Pequenas

Tema: Adoção de hábitos de autocuidado relacionados à higiene, alimentação, conforto e aparência.

Faixa etária: Crianças pequenas (4 anos a 5 anos e 11 meses).

Objetivo geral: Desenvolver a consciência sobre a importância do autocuidado e adotar hábitos saudáveis de higiene, alimentação, conforto e aparência.



Objetivos específicos:

1. Identificar diferentes hábitos de autocuidado.
 2. Compreender a importância da higiene pessoal.
 3. Explorar a relação entre alimentação saudável e bem-estar.
 4. Reconhecer a importância do conforto e da aparência pessoal.
 5. Promover a autonomia nas atividades de autocuidado.
-

Duração: 4 aulas (uma semana com uma aula por dia).

Recursos:

- Cartazes ou imagens ilustrativas sobre higiene pessoal, alimentação saudável, conforto e aparência.
 - Espelho.
 - Materiais de higiene (sabonete, escova de dentes, toalha).
 - Frutas e legumes para a atividade prática de alimentação.
 - Brinquedos e materiais para o jogo de identificação de hábitos de autocuidado.
-



Metodologia:

Aula 1 - Identificando hábitos de autocuidado (45 minutos)

1. Inicie a aula reunindo as crianças em círculo e converse sobre o que é autocuidado e por que é importante cuidarmos de nós mesmos.
2. Mostre imagens ou cartazes representando diferentes hábitos de autocuidado (escovar os dentes, tomar banho, lavar as mãos, pentear o cabelo, entre outros).
3. Peça que as crianças identifiquem e falem sobre os hábitos que já praticam em casa.
4. Promova um jogo divertido em que as crianças deverão pegar objetos que correspondam a hábitos de autocuidado espalhados pela sala. A cada objeto encontrado, pergunte sobre sua importância.

Aula 2 - Higiene pessoal (45 minutos)

1. Relembre com as crianças sobre a importância da higiene pessoal para a saúde.
2. Explique passo a passo como realizar a higiene das mãos, utilizando materiais adequados.
3. Divida as crianças em duplas e peça que pratiquem a higiene das mãos, auxiliando um ao outro.
4. Incentive a prática do hábito e a importância de lavar as mãos regularmente.



Aula 3 - Alimentação saudável (45 minutos)

1. Comece a aula conversando sobre a importância de uma alimentação saudável para o crescimento e desenvolvimento.
2. Apresente uma variedade de frutas e legumes às crianças e fale sobre os benefícios de cada um.
3. Faça uma atividade prática, como preparar uma salada de frutas simples, envolvendo as crianças no processo.
4. Enquanto comem a salada de frutas, converse sobre a importância de comer alimentos saudáveis e deliciosos.

Aula 4 - Conforto e aparência pessoal (45 minutos)

1. Mostre às crianças a importância do conforto e da aparência pessoal para o bem-estar e autoestima.
2. Realize uma atividade em frente ao espelho, em que cada criança irá arrumar o seu cabelo, lavar o rosto ou fazer alguma atividade relacionada à aparência.
3. Incentive-as a se olharem no espelho e dizerem coisas positivas sobre si mesmas.
4. Finalize a aula reforçando a importância de cuidar de si mesmo e ressaltando o quão especiais são.



Avaliação:

- Observe a participação e o interesse das crianças durante as aulas.
 - Verifique se as crianças estão adotando os hábitos de autocuidado em suas atividades diárias.
 - Avalie a compreensão delas sobre a importância da higiene, alimentação, conforto e aparência.
-

Observações:

- As aulas devem ser realizadas de forma lúdica e participativa, usando jogos, brincadeiras e atividades práticas.
 - Reforce sempre a importância dos hábitos de autocuidado de forma positiva e encorajadora.
 - Incentive as crianças a compartilharem suas experiências e conhecimentos sobre autocuidado.
 - A adaptação do plano de aula é sempre possível para atender às necessidades e características específicas das crianças em sala de aula.
-

- Observação:

Este plano de aula é uma sugestão e pode ser adaptado de acordo com as necessidades e realidades de cada grupo de bebês, considerando sempre a segurança e o bem-estar dos mesmos.

