

## ATIVIDADES PEDAGÓGICAS COMPLEMENTARES PARA EDUCAÇÃO INFANTIL MATERNAL II

**Data:** 03/03/2021

**Campo De Experiência:** Espaços, Tempos, Quantidades, Relações e Transformações.

**Metodologia:** Assim como as plantas, as crianças precisam da luz do sol. Sol é vida, é fonte de energia, é sinônimo de saúde e bem estar. Precisamos garantir que elas tenham seu tempo ao sol diariamente, pois precisam do sol para o seu desenvolvimento e uma vida adulta com saúde. A luz do sol ajuda as crianças a produzirem níveis adequados de vitamina D, promovendo inúmeros benefícios. Essa vitamina previne várias doenças e fortalece o organismo para enfrentar infecções.

Porém, deve-se evitar a exposição prolongada nos horários mais quentes do dia. Os pais devem ser cuidadosos para não expor a criança por tempo demais ao sol, pois sua pele é delicada.

Como sugestão de atividade os pais poderão estar promovendo um momento ao sol com seu filho (a), e aproveitando para fazerem uma brincadeira bem legal que é a mimica com a sombra do corpo. Neste momento de tantas incertezas que atravessamos nada é mais certo e seguro que o sol que nasce a cada dia, trazendo luz e calor.

