

# Alimentação Saudável: Vida Feliz!

Sensibilizar sobre a importância de uma boa alimentação saudável na primeira infância.

## PÚBLICO-ALVO

Educação Infantil

## TIPO DE PRÁTICA

Docente

## REDE DE EDUCAÇÃO

Rede Municipal de Francisco Morato

## FASE DE DESENVOLVIMENTO

Ideia

## NOME DA ESCOLA(S)

E.M Fernando Pessoa

## CAMPOS DE EXPERIÊNCIA

Escuta, fala, pensamento e imaginação; Traços, sons, cores e formas;

Tempo de duração: 5 aulas/ 1 hora por dia

# Objetivos de aprendizagem

- - Identificar verduras e legumes;
- - Nomear verduras e legumes;
- - Identificar hábitos alimentares e alimentos não saudáveis;
- - Compreender a importância de higienizar os alimentos antes das refeições;
- - Reconhecer cores dos alimentos, texturas e sabores;

# Estratégia / Desenvolvimento

- – Fazer uma salada de frutas, uma salada com verduras em conjunto com os alunos através de uma oficina culinária com legumes, verduras, frutas
- – Sensibilizar as crianças por meio de brincadeiras lúdicas relacionadas ao seu cotidiano;
- – Promover momentos de interações como: cantar músicas, assistir vídeos sobre o tema. (Sugestão de Vídeos: – A turma do Seu Lobato – O que tem na horta do Seu Lobato; Vídeo: Bob o Trem – As frutas)
- – Apresentar a classificação de frutas e legumes, logo em seguida promover atividade de recorte e colagem;
- – Trabalhar identificação e diferenciação de texturas e cores através dos alimentos;
- – Promover rodas de leitura de histórias (Sugestão: A cesta da Dona Maricota);

## RECURSOS NECESSÁRIOS

Vídeos; Revistas; Imagens; Cartolina; Frutas, Legumes e Verduras; Livros infantis; Canetinhas coloridas; Tesoura; Cola;

## AUTORES

DANIELE DE OLIVEIRA DIAS

Professor(a)

# Referências bibliográficas

Referências: BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular. Brasília, 2018.  
SOARES, Jose Roberto Vera. OLIVEIRA, Ginarajadaça Ferreira dos Santos. O papel da escola na construção de uma alimentação saudável.  
BELINKY, Tatiana. A Cesta da Dona Maricota – 12ªED.(2010)

# Resultados Esperados

Interação com as demais crianças;

Socialização de experiências sobre o que gostam de comer;

Conhecer alimentos saudáveis;

Utilização das frutas, aprendizagem sobre cores quantificações;

# Relatos da experiência

"Foi uma experiência muito satisfatória, as crianças interagem muito bem.

Os momentos de rodas, com os vídeos e músicas são bem ricos.

Na preparação da salada de frutas eles ficaram atentos, e contribuíram o tempo todo com falas e expressões."