

# Alimentação Saudável

## PÚBLICO-ALVO

Educação Infantil

## TIPO DE PRÁTICA

Docente

## REDE DE EDUCAÇÃO

Rede Municipal de Itaparica

## FASE DE DESENVOLVIMENTO

Ideia

## NOME DA ESCOLA(S)

Centro de Educação Infantil do Município de Itaparica

## DIREITOS DE APRENDIZAGEM

Conviver, Brincar, Participar, Explorar, Expressar e Conhecer-se

## OBJETO DO CONHECIMENTO

Formas, cores e sabores das frutas; Frutas típicas da região; Alimentação saudável; Importância nutritiva das frutas; Produções artísticas (desenhos e pinturas).

## CAMPOS DE EXPERIÊNCIA

Traços, sons, cores e formas

Tempo de duração: A prática terá duração de 5 aulas / 2 horas cada.

# Objetivos de aprendizagem

- Conhecer as funções das frutas para a saúde;
- Desenvolver o hábito de uma alimentação saudável através do consumo de frutas;
- Demonstrar satisfação ou descontentamento em relação ao que está sendo saboreado;

- Realizar receitas envolvendo frutas;
- Explorar as formas, as cores e os sabores das frutas;
- Conhecer as frutas típicas da região;
- Representar das frutas por meio de desenhos e pinturas.

## Estratégia / Desenvolvimento

- Aula 1  
Primeiro momento: Acolhimento  
Roda de conversa, apresentação;  
Exibição do vídeo (link na referência);  
Acomodar as crianças sentadas em círculo.  
Segundo momento: Identificação das frutas  
– As crianças devem identificar as frutas;  
– Exercício de reconhecer as frutas apresentadas no vídeo anterior.  
(Cesta, frutas, colchonetes, televisão).
- Aula 2  
Tema trabalhado: Expressão musical  
– Roda de conversa, sentar em círculo solicitar aos alunos que cantem a música do vídeo;  
– Após demonstração das frutas, manusear e associar as cores apresentadas;  
– Solicitar às crianças que pintem as frutas com as suas respectivas cores.  
(Tinta, papel, músicas).
- Aula 3

Primeiro momento: Reconhecer as texturas

- Fazer roda de conversa sobre as formas das frutas após colocar a cesta no centro;
- Após momento de conversa solicitar às crianças que peguem as frutas para manuseá-las, identificando

textura, tamanhos e formas;

- Em seguida distribuir revistas e estimular as crianças para que encontrem figuras de frutas;
- Fazer colagem com frutas e montar um painel de acordo o contexto.

(Cesta, abacaxi, laranja, manga, banana, acerola, melancia, maçã revista, tesoura, cola, papel metro).

- Aula 4

Tema trabalhado da aula : Vivencia- Sabores das frutas

- Roda de conversa: sentar com as crianças;
- Apresentar frutas diversas: limão, abacaxi, laranja, banana;
- Explicar sobre as frutas e suas variações acerca do cheiro e sabor;
- Promover momento de as crianças experimentarem as frutas trabalhadas, solicitar que cheirem e experimentem.

Segundo momento

- Após identificação dos sabores e cheiros, separe as frutas doces e azedas em cada cesta;
- Passear pelo espaço do CEIMI observando e identificando os pés de frutas: pinha, limão, carambola. Após

quantificar as árvores frutíferas, relacionar ao número.

(Frutas, cestas, musicas, passeio pelo espaço).

- Aula 5

Tema trabalhado: Higiene dos alimentos

- Roda de conversa
- Exercitar com as crianças a expressão musical;
  - Em seguida, cortar as frutas após lavar, mostrar os caroços, explicar que são as sementes e que plantando-as nascem outros pés de frutas

– Cortar em cubos no recipiente pedir que as crianças manipulem com a colher a salada observando as

cores e o cheiro depois encher os copos, dividir com os colegas e degustá-las.

(Colher, vasilha, copo, leite, colher, frutas, música).

## RECURSOS NECESSÁRIOS

Televisão, revistas, tesoura, tinta, cartolina, frutas, giz de cera, papel metro, cola, radio, vasilhas, copos, colher, frutas, exploração do espaço, cesta, colchonete.

## AUTORES

MARIA DAS GRAÇAS GOMES DA SILVA

Professor(a)

# Referências bibliográficas

Vídeo: Comer bananas | Eu amo aprender | Canções Educativas | Playkids. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=uMy6ljZOYZA>. Acesso em 13 de dezembro de 2020.