

[ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL](#) , [EDUCAÇÃO INFANTIL](#):

Pirulito de frutas no Berçário II

Promover uma educação alimentar com o consumo de alimentos saudáveis. Manter hábitos de higiene e a consciência de sua contribuição para a promoção da saúde, de uma forma atraente, lúdica e educativa identificando os sabores, texturas, nomes e a cor da fruta. Estimular o interesse e o envolvimento ativo das crianças na escolha das frutas.

PÚBLICO-ALVO

Crianças bem pequenas (1 ano e 7 meses a 3 anos e 11 meses)

TIPO DE PRÁTICA

Docente

REDE DE EDUCAÇÃO

Rede Municipal de Caruaru

FASE DE DESENVOLVIMENTO

Ideia

NOME DA ESCOLA(S)

CMEI AMÉLIA TEREZA DA CONCEIÇÃO

DIREITOS DE APRENDIZAGEM

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

OBJETO DO CONHECIMENTO

Nesta atividade, as crianças puderam exercitar os sentidos, a criatividade, a curiosidade e a experiência; Incentivos para conhecer e aprender mais sobre alimentação saudável e consciente, reconhecendo os nomes das frutas.

CAMPOS DE EXPERIÊNCIA

ESCUTA, FALA, PENSAMENTO E IMAGINAÇÃO. O EU, O OUTRO E O NÓS. TEMPO, ESPAÇO, QUANTIDADES E TRANSFORMAÇÕES.

Tempo de duração: 02 aulas

Introdução

Alimentação Saudável surge como um artifício a contribuir para a conscientização de nossas crianças nas escolhas que envolvem sua alimentação. Esta fase é caracterizada pelo amadurecimento da habilidade motora, da linguagem e das habilidades sociais relacionadas à alimentação envolvendo comportamentos e atitudes que persistirão no futuro, podendo determinar uma vida saudável, à medida que um conjunto de ações que envolvem o ambiente familiar e escolar forem favoráveis ao estímulo e a garantia de práticas alimentares adequadas.

A BNCC destaca a importância da alimentação saudável para a saúde e o bem-estar das crianças e

recomenda que o ensino de alimentação saudável seja integrado às atividades na educação infantil, através de atividades teóricas e práticas. Sabemos que uma alimentação saudável está diretamente ligada ao desenvolvimento cognitivo. A introdução de alimentos nutritivos desde cedo impacta positivamente o aprendizado e o desenvolvimento cerebral de nossas crianças. Educar sobre a importância da alimentação equilibrada cria a base para a formação de hábitos duradouros. Essa formação contribui não apenas para a saúde física, mas também para a qualidade de vida ao longo de toda a vida. Nesta atividade vamos explorar o mundo das frutas com nossos pequenos, desenvolvendo habilidades e competências essenciais para o seu crescimento e desenvolvimento.

Objetivos de aprendizagem

- Introduzir o conceito de alimentação saudável e seus benefícios para a saúde.
- Explorar o sensorial (paladar).
- Enriquecer o vocabulário identificando o nome das frutas.

Estratégia / Desenvolvimento

- . Começar fazendo uma Contação de História, Leitura de um livro infantil sobre alimentação saudável, seguida de uma conversa sobre a história e as frutas apresentadas.
- . Convidar as crianças para cantar a música Trem das frutas (Autor GUGU DADA) fazendo gestos e movimentos, em seguida estender o convite para brincar de cozinheiro, onde eles irão preparar seu

pirulito de frutas. (a professora juntamente com as auxiliares organizar no espaço uma toalhas coloridas para que eles possam sentar para fazer o manuzeio das frutas já descascadas e cortadas .) . Relembrar que para manusear os alimentos, precisamos higienizar as mãos com água e sabão. Em fila as crianças seguem para a pia, onde irão higienizar as mãos. . Na área verde do CMEI Com todos prontos e sentados em circulos , a professora oportunizará uma investigação para o reconhecimento das cores, nomes e formas das frutas: Escolherá uma criança por vez para responder quais frutas tem a cor vermelha? E a cor verde? Qual fruta é essa? É pequena? . Mão na massa. Chegou o momento da montagem do pirulito. A professora permitirá que as crianças tenham o acesso e escolham as frutas de sua preferencia, fazendo com que elas coloquem no palito e em seguida todos façam a degustação.

Materiais para implementação

Livros infantis sobre alimentação saudável, som e música Trem das frutas (Autor GUGU DADA), palito de churrasco, espátulas, água, sabão liquido e papel toalha, toalhas coloridas. Alimentos: Diversas Frutas.

RECURSOS NECESSÁRIOS

Frutas variadas, toalhas coloridas, palito de churrasco, caixa de som.

AUTORES

NAYANNE MAYSE DA SILVA TORRES

Coordenadora

MARTHA DE ALMEIDA CARRERA ANTAS

Professora

Referências bibliográficas

Currículo de Caruaru pag. 56 à 59.

Manual Orientação para a Alimentação Escolar na Educação Infantil, Ensino Fundamental, Ensino Médio e na Educação de Jovens e Adultos, 2ª Edição.

Resultados Esperados

Concientizar a importância de manter hábitos saudáveis.

Criar atitudes positivas nas crianças frente as frutas.

Identificar cores, textura, nomes e os diferentes sabores das frutas.

Avaliação

A avaliação contínua permite ajustes e melhorias, garantindo que os objetivos de promoção da saúde sejam atingidos. A observação das formas de expressão das crianças, de seu envolvimento nas atividades e satisfação nos sabores, quais alimentos foram melhor recebidos e quais não proporcionaram uma experiência positiva.