

Centro Educacional Infantil Maria Antonia Galvão

/ Conhecendo e definindo o que é alimentação saudável

Justificativa e saberes curriculares

Permitir que os alunos, juntamente com seus familiares, reflitam sobre hábitos alimentares e suas consequências para a saúde. Pretende-se levar ao conhecimento das crianças que tanto a falta quanto o excesso de alimentos podem gerar doenças e prejudicar o crescimento. Ao compreender a importância da alimentação saudável, espera-se uma mudança alimentar. Em Artes, serão trabalhados recortes, desenhos dirigidos e livros dos alimentos trabalhados; em Matemática, unidades de medida usadas nas receitas, valor nutricional dos alimentos; em Língua Portuguesa receitas, brincadeiras de faz de conta; e em Ciências, alimentação saudável.

Pergunta exploratória e expedição investigativa

O que é uma alimentação saudável? Sua alimentação é saudável? Qual é o seu alimento preferido? Quais frutas você gosta de comer? Quais legumes você gosta de comer? O que você não gosta de comer? Você acha que bolachas recheadas, balas e refrigerantes são alimentos saudáveis? Cozinha da sua casa, horta do seu quintal (se houver), degustação de verduras e legumes, cardápios diferenciados, fazer receitas com a ajuda de um adulto.

Com o apoio da família, observei através de fotos que as crianças fizeram a degustação de vários alimentos. Realizaram atividades impressas, prepararam lanches e passaram a receita para o grupo.

Definição do tema

O projeto buscou incentivar a inclusão dos mais variados alimentos no hábito alimentar das crianças: diferenciar frutas, legumes e verduras; a importância das frutas na alimentação das crianças; desenhos de alimentos para pintar, recortar e colar, classificando corretamente o alimento; vídeo da história "A cesta da Dona Maricota"; vídeo-aula sobre os alimentos e a importância da alimentação para a saúde, enfatizando que a todo o momento nosso corpo precisa de energia para andar, correr, falar, estudar até mesmo para dormir. Sempre reforçando que tanto a falta quanto o excesso de alimentos podem gerar doenças e prejudicar o seu crescimento. O apoio da família foi de suma importância.

Índice inicial e formativo

Diferenciar frutas, verduras e legumes, bem como a importância desses alimentos para nossa saúde e conhecer a importância das vitaminas. Mesmo com atividades remotas, pude observar que as crianças reconheceram a importância da alimentação saudável no seu cotidiano. Apresentaram autonomia nas práticas de alimentação e no cuidado com seu bem-estar, valorizando a ali-

mentação saudável.

Articulação com o currículo e mobilização dos saberes escolares

Traços, sons, cores e formas; corpo, gesto e movimentos; escuta, fala, pensamento e imaginação. Adotar hábitos de autocuidado relacionados à higiene, alimentação, conforto e aparência. Registrar observações, manipulações e medidas, usando múltiplas linguagens (desenho, registro por números ou escrita espontânea) em diferentes suportes. Relatar fatos importantes sobre seu nascimento e desenvolvimento, a história dos seus familiares e da sua comunidade. Classificar objetos e figuras de acordo com suas semelhanças e diferenças. Cooperação, cidadania, solidariedade, respeito à diversidade, justiça e diálogo. A integração entre a família e a escola proporcionou a superação das dificuldades trazidas pela pandemia no desenvolvimento das atividades escolares, proporcionando, dessa forma, a continuidade no processo de construção da aprendizagem, de forma participativa.

Comunidade de aprendizagem

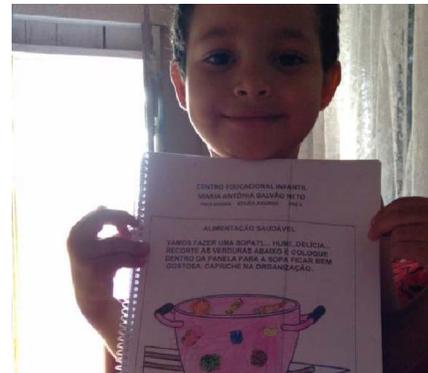
As famílias foram parceiras durante o desenvolvimento do projeto, incentivando e possibilitando que as crianças participassem, com entusiasmo, de cada atividade do projeto.

Índice final

A avaliação da prática pedagógica foi realizada em todas as etapas das atividades, envolvendo observação, participação, realização de atividades e interesse dos alunos. Todo o trabalho desenvolvido no projeto foi registrado através de fotos e vídeos. As atividades foram realizadas de forma integrada, possibilitando às crianças vivenciarem cada momento de forma prazerosa e, assim, construir seu conhecimento potencializando competências e habilidades.

Mostra pedagógica e cooperativa

Devido à situação de pandemia da covid-19, a mostra foi realizada de forma virtual.



FICHA TÉCNICA

ESCOLA
Centro Educacional Infantil Maria Antonia Galvão

ETAPA DE ENSINO
Educação infantil

TURMA
Pré 1A e Pré 1D

QUANTIDADE DE ALUNOS
50

EDUCADORES
Edileia Amorim Cordeiro Machado

ASSESSORIA PEDAGÓGICA
Rosa Maria Ferreira Botassin

ESTADO
Mato Grosso

MUNICÍPIO
Pontes e Lacerda

COOPERATIVA
Sicredi Biomax

DATA INICIAL
04/11/2020

DATA FINAL
30/11/2020