

Escola de Educação Básica Padre José de Anchieta

Alimentação saudável: As Frutas

Justificativa/ saberes curriculares

Fomentar uma alimentação saudável nas crianças é primordial. Além disso, é crucial que parta delas a iniciativa de mudar hábitos alimentares que, no futuro, contribuirão para a saúde física e mental. Observando o interesse delas pelos lanches saudáveis dos colegas, que traziam frutas, surgiu a ideia de reunir as turmas do maternal e iniciar o projeto. Mostramos que é possível que o desejo de adquirir hábitos saudáveis venha delas, algo essencial tanto para elas quanto para os pais. Sabemos o quanto é necessária uma alimentação equilibrada em carboidratos, proteínas, legumes e frutas nessa fase. Diante da oportunidade, iniciamos uma jornada em que nossos alunos tornaram-se os protagonistas.

Pergunta exploratória/ expedição investigativa

Professora, posso provar a maçã da Luara? Helena, você me dá umas uvas? O suco de caixinha tem o mesmo gosto da fruta? Foi em sala de aula durante a hora do lanche. Deu-se início ao projeto na hora do lanche, quando a vontade de saborear a fruta do outro

amigo era constante. Algumas perguntas foram feitas entre eles, se poderiam ser compartilhadas frutas. Na lancheira não havia frutas ou suco natural e na do amigo sim. Diante dessa gama de possibilidades, aproveitamos para dar ênfase e colocá-los não apenas como telespectadores, mas agentes das aulas.

Definição do tema

Em sala de aula, numa roda de conversa, discutimos sobre alimentação, perguntando sobre seus alimentos preferidos em casa, se incluem legumes e frutas. Com base nas respostas, exploramos as frutas mais populares: maçã, morango, melancia, laranja e abacaxi. Ao longo dos dias, realizamos atividades lúdicas para desenvolver habilidades motoras e sensoriais, como música, confecção de mobiles e atividades impressas. Os alunos experimentaram picolé de melancia, ajudaram a preparar salada de frutas e a degustaram, levando algumas para casa para compartilhar com os pais. Compartilhando experiências na roda de conversa, nosso tema central tornou-se alimentação saudável: as frutas.

Alimentação saudável: as frutas.

Índice inicial e formativo

A escola desempenha papel fundamental na vida dos alunos. Envolvê-los como protagonistas é incrível, pois ajuda a desenvolver hábitos que podem perdurar. Quando projetos incluem a participação da família, isso se torna ainda mais inspirador para as crianças, pois reconhecemos o impacto positivo do exemplo. Por isso, buscamos dialogar com os pais sobre a importância de uma alimentação nutritiva e saudável. Devemos optar por alimentos saudáveis porque são essenciais para saúde e crescimento. As frutas são especialmente importantes devido aos nutrientes essenciais. Consumir frutas é crucial para obter vitaminas, minerais e fibras necessários para o bom funcionamento do corpo.

Articulação com o currículo/ mobilização dos saberes escolares

Músicas, vídeos, atividades de coordenação motora fina e grossa. Confeção de mobiles das frutas, degustação culinária. Roda de conversa,



Escola de Educação Básica Padre José de Anchieta

Alimentação saudável: As Frutas

vídeos relacionados à alimentação saudável, desenhos de frutas feito nas mãozinhas com tinta guache, confecção de mobiles e de frutas em papel reciclável. Trabalhou-se quantidades, cores, tamanhos, lateralidades, sabores, desenhos impressos. Ainda fizemos salada de frutas e picolé de melancia.

Cooperação, cidadania, solidariedade, respeito pela diversidade, diálogo

Princípios trabalhados com nossos alunos: solidariedade, pois partiu deles a troca de lanches; cidadania: um ajudando o outro, compartilhando e incentivando a partilha; diálogo: o questionar – você pode me dar um pedaço de maçã? De uva? De mexerica? Professora, por que ele traz fruta na lancheira e eu não?; e cooperar: juntos conseguiram desempenhar com esmero o que foi trabalhado na sala de aula.

Comunidade de aprendizagem

Participação das famílias, que contribuíram conforme puderam para que esse projeto pudesse ser desenvolvido. Os colegas de trabalho ajudaram no cuidado e higienização das frutas e na relação com os cuidados com as crianças no processo de produção da salada de frutas e na confecção e degustação do picolé de melancia.

Índice final

As crianças puderam perceber o quanto o gesto de partilha desencadeou uma aula prazerosa. Puderam degustar frutas azedas, doces, duras, macias, pequenas e maiores, além de sentir, pelo tato, as ásperas, lisas e onduladas, trabalhando os sentidos. Tudo foi desenvolvido de forma participativa, lúdica e prazerosa com as crianças.

Mostra pedagógica / cooperativa

Os alunos ficaram empolgados com o picolé de melancia. Viram e saborearam um delicioso lanche nutritivo.



FICHA TÉCNICA

Escola: Escola de Educação Básica Padre José de Anchieta

Etapa de ensino: Educação Infantil

Turma: Maternal 2 e Maternal 3

Quantidade de alunos: 22

Educadores: Gislane Almeida Faria, Danielly Maria de Oliveira

Assessoria pedagógica: Cristiane Otilia Colossi Bernhardt

Estado: Mato Grosso

Município: Araputanga

Cooperativa: Sicredi Biomas

Data Inicial: 05/06/2022

Data Final: 10/06/2022