

## Escola Municipal José Evaristo Costa

### Alimentação saudável

#### Justificativa/ saberes curriculares

Falar sobre alimentação saudável não é nada fácil, principalmente em se tratando de alunos do ensino fundamental. O gostar de alimentos industrializados, doces, refrigerantes e outras guloseimas está se tornando um prato cheio para nossas crianças. Por esse motivo trouxemos esse tema à discussão nas turmas dos primeiros anos e em família, pois uma alimentação saudável garante qualidade de vida.

#### Pergunta exploratória/ expedição investigativa

O que é alimentação saudável?

A casa do aluno, ou seja, família.

Como a expedição foi na própria casa das famílias, elas perceberam o quanto é fundamental que crianças e adultos adotem alimentação saudável para obter uma vida mais prolongada.

#### Definição do tema

Alimentação saudável

#### ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

##### Índice inicial e formativo



De acordo com os lanches trazidos para a escola, as crianças e os pais já tinham um pouco de conhecimento sobre a alimentação saudável. Mesmo que muitas das crianças viessem trazendo alimentos não saudáveis com certa frequência, houve a necessidade de passar orientações como que frutas, legumes e verduras trazem benefícios a saúde.

Descrição do índice formativo: brincar, participar, conviver, explorar, expressar-se e conhecer-se. Trabalhar os direitos da criança em relação ao que é saudável. Que alimento é saudável?

#### Articulação com o currículo/ mobilização dos saberes escolares

Matemática (EF01MA06) - resolver problemas que demandam ações de juntar, separar, acrescentar e retirar quantidades. (EF01MA07) - resolver problemas que demandam ações de comparar e completar quantidades. História (EF01HI04) - reconhece e respeita diferenças individuais. (EF01HI05). Estabelece vínculos afetivos com adultos e colegas da escola. Geografia (EF01GE04) - identificar características e modo de vida de sua família em relação a outras. Ciências (EF01CI08) - identificar as principais partes de uma planta



(raiz, caule, folhas, flores e frutos) e a função desempenhada por cada uma delas, e analisar a relação entre plantas, ambiente e demais seres vivos. (EF01CI12) - identificar e nomear as partes de uma planta; (EF01CI02) - discutir razões pelas quais hábitos de higiene do corpo (lavar as mãos antes de comer, escovar dentes, limpar olhos, nariz e orelhas etc.) são necessários para a manutenção da saúde.

Cooperação, cidadania, solidariedade, respeito pela diversidade, justiça, diálogo.

Os valores estão sendo desenvolvidos junto à comunidade escolar. Todos têm o mesmo objetivo, que é o desenvolvimento do ensino/aprendizagem do aluno.

#### Comunidade de aprendizagem

A comunidade escolar vem participando afetivamente, e com muito empenho e dedicação.

#### Índice Final

As crianças surpreenderam-se com como é saudável comer frutas, legumes e verduras. No final do projeto, elas receberam frutas como forma de agradecimentos. A partir dessa



conscientização, passaram a se alimentar com as saladas que recebia nas refeições do lanche na escola e a trazer frutas como lanche, e não alimentos industrializados. Finalizamos com um piquenique de alimentos saudáveis.

Na atividade principal, cada aluno precisou tirar uma foto do seu almoço ou jantar com alimentos saudáveis. Em sala, montamos pirâmide alimentar com alimentos saudáveis, fizemos um piquenique com os alunos com frutas, legumes e bolo de frutas e legumes. As mães enviaram a receita dos bolos confeccionados por elas e os alunos.

#### Mostra pedagógica/ cooperativa

Mostra pedagógica presencial realizada em 19 de outubro de 2022.

## FICHA TÉCNICA

**Escola:** Escola Municipal José Evaristo Costa

**Etapa de ensino:** Ensino Fundamental I

**Turmas:** 1º ano A, B, C e D

**Quantidade de alunos:** 84

**Educadores:** Eleuza Espindola Ferreira, Claudina da Cruz Duarte

**Assessoria pedagógica:** Cristiane Otilia Colossi Bernhardt

**Estado:** Mato Grosso

**Município:** Araputanga

**Cooperativa:** Sicredi Biomas

**Data Inicial:** 18/05/2022

**Data Final:** 05/10/2022