

CEI: Vereador Oriel Mendes Lucas

Alimentação Saudável: frutas e seus benefícios

Justificativa/ Saberes Curriculares

Nos últimos anos, percebe-se que a obesidade vem crescendo acentuadamente na sociedade, e entre as crianças não é diferente. A maioria delas não gostam de frutas, verduras e legumes. Considerando que as crianças sempre traziam lanche, geralmente salgadinhos industrializados, percebeu-se a necessidade de explorar mais sobre a importância da alimentação saudável e seus benefícios.

Pergunta Exploratória/ Expedição Investigativa

Quais os benefícios da alimentação saudável?

Sala de aula

A expedição aconteceu em momentos distintos. 1º momento: roda de conversa sobre quem gosta de frutas, qual a fruta preferida, cor e sabor. 2º Momento: construção do cartaz com várias frutas que foram coloridas pelas crianças 3º Momento: exposição do cartaz

As frutas despertaram a atenção de algumas crianças, pois, além de bonitas, são saborosas. As cores despertaram um real fascínio e curiosidade. Existem crianças que não gostam de algumas frutas.

Definição do Tema

A importância da alimentação saudável. Como despertar o gosto das crianças pelas frutas?

Alimentação Saudável: frutas e seus benefícios

Índice Inicial e Formativo

As crianças conheciam e nomeavam diversas frutas. As crianças já tinham conhecimento de que as frutas possuem diversas vitaminas.

Como despertar o interesse por alimentos naturais?

Articulação com o currículo/ Mobilização dos Saberes Escolares

O eu, o outro e o nós. Escuta, fala, pensamento e imaginação. Espaços, tempos, relações e transformações.

Ampliar as relações interpessoais, desenvolvendo atitudes de participação e cooperação. Expressar ideias, desejos e sentimentos sobre suas vivências, por meio da linguagem oral e escrita (espontânea), de fotos, desenhos e outras formas de expressão. Estabelecer relações de comparação entre objetos, observando suas propriedades.

Cooperação, cidadania, solidariedade, empreendedorismo, diálogo.

As atividades realizadas despertaram o interesse das crianças em cuidar da sua saúde por meio de uma alimentação saudável. O desenvolvimento desse projeto provocou mudanças de atitudes no hábito alimentar

das crianças, contribuindo para uma vida mais saudável.

Alimentação Saudável: Frutas e seus benefícios

Comunidade de Aprendizagem

As famílias colaboraram no decorrer desse projeto, incentivando os seus filhos a ter uma rotina com refeições equilibradas em cores, nutrientes e sabores.

Índice Final

As crianças amaram a experiência e, hoje, elas entendem a importância e os benefícios de inserir as frutas na alimentação. Estão levando frutas para a escola no momento do lanche. Foi uma experiência incrível para as crianças. Num momento de socializar e compartilhar ao final do projeto, as crianças participaram ativamente de todas as etapas:

*Roda de conversa; *Atividades de colorir e recortar; *Construção do Cartaz e piquenique

Mostra Pedagógica/ Cooperativa

A mostra foi realizada nas dependências do CEI Oriel Mendes Lucas e contou com a participação de toda comunidade.



FICHA TÉCNICA

CEI: Vereador Oriel Mendes Lucas

Etapa de ensino: Educação infantil

Turma: Pré II- H

Quantidade de alunos: 23

Educadores: Adriano nicomedio da silva, Thays Regina Lemes Alves

Assessoria pedagógica: Rosa Maria Ferreira Botassin

Estado: Mato Grosso

Município: Pontes e Lacerda

Cooperativa: Sicredi Biomas

Data inicial: 31/10/2022

Data final: 04/11/2022