



PROJETO/TEMA: ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL “A CESTA DA DONA MARICOTA – Autora: Tatiana Berlinky.

PROFESSORAS: SOLANGE BRANDÃO – ELIDIANA CASTRO

JUSTIFICATIVA: Ao observar a alimentação dos alunos na escola durante o primeiro semestre contatou-se o excessivo consumo de alimentos industrializados, de modo geral (salgadinhos, bolachas recheadas, etc.) e a ausência de frutas em suas lancheiras.

Os alimentos industrializados constituem uma fonte pouco saudável de nutrientes, logo acreditamos que também contribuem para a criação de uma resistência a frutas, verduras e cereais.

O Projeto Alimentação Saudável se faz necessário considerando o elevado número de doenças diretamente ligadas aos maus hábitos alimentares. Essas mudanças de hábitos, incentivando o consumo dos alimentos saudáveis, contribuirão para o crescimento e boa saúde das crianças.

OBJETIVO GERAL: Este projeto tem como objetivo conscientizar as famílias e crianças sobre a relevância da alimentação saudável, para a saúde e desenvolvimento dos seres humanos. Nessa fase, a criança ainda está formando seus hábitos alimentares e deve ser estimulada a participar do ato de alimentar-se de maneira saudável, através do consumo consciente de verduras, frutas e cereais.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Conscientizar os pais sobre os riscos dos alimentos industrializados, para a saúde da criança;
- Incentivar o consumo de frutas, verduras, legumes e cereais;
- Criar na criança a cultura e o prazer em consumir alimentos naturais;
- Observar as cores e sentir os sabores, cheiros e texturas dos alimentos;
- Conscientizar os alunos, sobre a importância da boa alimentação sem desperdícios;
- Conhecer a necessidade da higienização dos alimentos e das mãos;
- Ler e conhecer o livro “ A Cesta da Dona Maricota”.

PÚBLICO ALVO:

Maternal. Educação Infantil e 1º Fundamental.

ÁREAS DO CONHECIMENTO

- Matemática, artes, linguagem, natureza e sociedade.

DURAÇÃO: 02 meses

- Início 01 de agosto e Culminância 28 de setembro de 2018.

CONTEÚDO:

Linguagem Oral e Escrita – LOE:

Roda de conversa, falar com os alunos sobre a importância da ingestão de frutas, legumes, verduras, cereais e alimentos lácteos para a saúde, sobre a necessidade de higienizarmos os alimentos e sobre a existência de alimentos prejudiciais à saúde, quando ingerido em excesso, etc.

- Contação de História “ A cesta da Dona Maricota ” utilizando (fantoques, dedoches);
- Conhecer e identificar a primeira letra e vogais das frutas e verduras;
- Conhecer as letras do alfabeto;
- Fazer o reconto da história “ A Cesta da Dona Maricota”;
- Criar murais com as figuras dos alimentos e suas vitaminas.

Matemática:

Noções de quantidades, espaços;
Numerais;
Sequência lógica;
Classificação e seriação;
Noções de formas, texturas e cores.

Natureza e Sociedade;
Conhecer e degustar os alimentos como: frutas, verduras, legumes e cereais;
Higienização dos alimentos;
Cultivar os alimentos.

Arte e Musicalidade;
Músicas;
Danças;
Confecção de dedoches das frutas;
Desenhos, pinturas, colagens.

METODOLOGIA:

Confecção mural “ A Cesta da Dona Maricota”;
Criar uma pirâmide dos alimentos;
Confecção com palito de churrasco os fantoches de frutas e legumes;
Desenhos, colagens em materiais impressos no caderno de desenho;
Sessões de filmes;
Construções de painéis;
Leitura e Reconto da história “ A Cesta da Dona Maricota”;
Atividades psicomotoras: Global e Visomotora com o tema alimentos;
Plantar os alimentos, cuidar da horta, confeccionada com material reciclado;
Degustar os alimentos fazendo com os alunos a salada de frutas e palitinhos de frutas;

Usar argila e massinha para modelar frutas e verduras;
Pesquisa para casa realizadas com os pais e alunos sobre alimentos saudáveis;
Solicitar que duas vezes na semana o lanche seja, frutas enviadas pelos pais;
Solicitar o dia do pão com manteiga e suco natural enviados pelos pais;
Confecção da sacola literária, para o aluno levar o livro “ A cesta da Dona Maricota”, e fazer a leitura com a família.

CULMINÂNCIA DO PROJETO:

Exposição dos trabalhos desenvolvidos pelas crianças;
Lanche com os pais com: frutas, saladas de frutas, sucos naturais e churrasquinho de frutas.

AVALIAÇÃO:

Avaliar o desempenho do aluno no decorrer das atividades realizadas. A avaliação será através da observação constante da professora e pelo registo do processo de aprendizagem do aluno.

Bibliografia:

Livro de Literatura Infantil “ A Cesta da Dona Maricota” – autora: Tatiana Belinky.

SINOPSE

Em deliciosos versos, os alimentos contam as vantagens nutritivas de se comer, verduras, frutas e legumes.

Biografia: **Tatiana Belinky**, uma das personalidades literárias mais conhecidas do Brasil, nasceu em 1919, na Rússia, e chegou ao nosso país com dez anos de idade. Além de traduzir clássicos como Tolstói e Tchekhov, criou e adaptou para a televisão inúmeras obras da literatura, dentre as quais se destaca a série O Sítio do Pica-Pau Amarelo. É autora de mais de cem livros, entre eles uma encantadora autobiografia, *Transplante de menina* (1989). Recebeu, entre outros, o Prêmio Monteiro Lobato de Tradução da FNLIJ e o prêmio especial Amigo do Livro, da CBL, pelo conjunto de sua obra. Publicou os livros *Mandaliques* (2001), *Limeriques do bípede apaixonado* (2004), *O segredo é não ter medo* (2008) e *Limeriques das causas e efeitos* (2008). Faleceu em São Paulo, em 2013, aos 94 anos de idade.