

ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL SEM DESPERDÍCIOS

Plano de aula elaborado durante a formação a distância para educadores da Secretaria Municipal de Educação de São Paulo (SME-SP) em 2024

Autoria: Cássia de Jesus Moura

Coautoria: Fernanda Pereira Lima e Danielle Santiago de Souza Ramos

Diretoria Regional de Ensino (DRE SME-SP): Diretoria Regional de Educação São Mateus

Função que ocupa na escola: Professora de Educação Infantil

Nome da Escola: CEI Jardim Helena

Em que ano(s) esta atividade pode ser desenvolvida?

Educação Infantil

Componentes Curriculares do Currículo da Cidade de SP (SME-SP):

Arte, Ciências Naturais, Língua Portuguesa

Objetivos de Aprendizagem e Desenvolvimento do Currículo da Cidade de SP (SME-SP):

EI03EO03, EI03EO04, EI03EF01, EI03EF06

Objetivos do Desenvolvimento Sustentável:

ODS 2 Fome zero e agricultura sustentável, ODS 3 Saúde e bem-estar, ODS 11 Cidades e comunidades sustentáveis, ODS 12 Consumo e produção responsáveis

Componentes da Matriz de Saberes (SME-SP):

Pensamento Científico, Crítico e Criativo, Resolução de problemas, Empatia e colaboração, Comunicação, resolução de problemas, Repertório Cultural, Autoconhecimento, Autonomia e determinação, Abertura à diversidade, Responsabilidade e participação.

Atividade 1 Fotos do refeitório e dos desperdícios com roda de conversa. Tempo estimado: 4 dias Segmento: educação infantil Para dar início a atividade, a professora irá trazer para as crianças fotos do refeitório antes e depois das refeições, em seguida fazer uma roda de conversa com as crianças onde elas serão provocadas a pensar e relatar quais são os problemas que foram identificados nas fotos do refeitório após as refeições. Mostrar os desperdícios de alimentos e a forma que estão sendo dispensados. Instigar as crianças a falar se está correto esse desperdício, a forma que está sendo jogado fora, o que podemos fazer para melhorar isso. Em seguida passar um vídeo para eles sobre desperdícios (Turma da Mônica comer sem desperdiçar), para conscientizar as crianças. Após o vídeo realizar outra roda de conversa, mostrando para eles a importância de não desperdiçar alimentos.

Atividade 2

História A cesta de dona Maricota. Edição Português | por Tatiana Belinky. ... (Conhecendo os alimentos saudáveis).

Tempo estimado: 3 dias

Segmento: educação infantil

Em uma roda a professora irá contar a história para as crianças, qual é a cor do seu prato, em seguida fazer uma roda de conversa com as crianças perguntando se eles conhecem os alimentos que eles viram ali na história, após as crianças falarem a professora irá apresentar algumas fotos de alimentos saudáveis e irá perguntar o nome de cada um para saber o que eles conhecem ou não.

Depois da pesquisa realizada pela professora a mesma irá apresentar para as crianças alguns alimentos para que eles possam conhecer e degustar, em seguida perguntar para as crianças se eles conhecem ou já provaram alguns daqueles alimentos.

Atividade 3

Horta Alimentação saudável.

Tempo estimado: 2 a 3 meses dependendo se o alimento já cresceu.

Segmento: educação infantil

Nessa atividade iremos dar início com uma roda de conversa perguntando para as crianças, se elas sabem de onde vem as frutas, os legumes e as verduras. Em seguida será apresentado um vídeo para as crianças (Conhecendo a horta).

Após o vídeo fazendo outra roda de conversa perguntar o que eles conhecem do vídeo qual alimento já viram, após essas perguntas, levarei as crianças até a horta da escola e lá iremos plantar algumas mudas de alface, cenoura, e tomate e irei conversar com eles quando tempo cada coisa demora para crescer, como tem que ser cuidado, as crianças irão ser levadas na horta diariamente para aprender a cuidar da horta, regar as mudas e ver o seu desenvolvimento, e quando estiver na hora de colher as crianças irão participar desse processo de colheita e levar até a cozinha da escola junto a professora para esse alimento ser feito para a degustação de todos.

Atividade 4

Envolvendo a família na alimentação saudável (degustação na escola)

Tempo estimado: 1 dia

Segmento: educação infantil

Iniciaremos esse momento com as famílias com uma roda de conversa explicando sobre a alimentação saudável a importância que tem e explicar todo o processo da horta que foi realizado com as crianças e a quanto tempo está sendo realizado esse projeto com eles, em seguida mostrar algumas fotos para os pais e responsáveis das crianças plantando algumas mudas na horta da escola e colhendo o alimento, explicar a importância de a criança participar de cada momento.

Assim mostrando para eles de onde irá vir o alimento que eles irão degustar ali na escola, após a conversa, dar para os pais e responsáveis degustarem os alimentos junto com a criança incentivando eles a terem uma alimentação saudável.

Referências bibliográficas:

- A horta do tio Ari legumes e verduras – Alimentação Saudável – Aprender a plantar – Vem cantar! Disponível em: <https://youtu.be/jqEMaaze0to>
- BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular. Brasília, 2018.
- Livro A cesta de dona Maricota. Edição Português | por Tatiana Belinky Turma da Mônica: comer sem desperdiçar. Disponível em: <https://youtu.be/rcUmxw6EPsk>