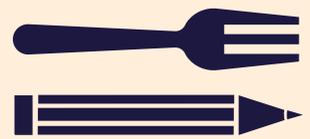




SABOR DE APRENDER

Experiências
Exitosas



EDUCAÇÃO QUE
TRANSFORMA



Prefeitura de
Joinville

EDUCAÇÃO

Prefeito

Adriano Bornschein Silva

Secretário de Educação

Diego Calegari

Diretor Executivo

Felipe Hardt

Gerente

Gabriel Ponzetto

Coordenação

Márcia Schneider

Equipe técnica

Ana Carolina G. Corradini Ghedin

Carolina Medeiros F. H. Baruki

Luciane Hirt Rosa

Sandra Gomes Silveira

Taciana M. dos S. Duarte

Tainá Beltrame

Viviane Miranda

Equipe de apoio

Eliane Batista

Simone Luciana Alexandre Rossi

Pedagoga

Ilma de Souza Alves

Design e diagramação

Julia Rosa





SUMÁRIO

Introdução	04
Ações de Destaque	05
• Minhas descobertas com a couve e a beterraba	06
• Aprendendo a aproveitar a banana fazendo cookies	08
• Alimentação saudável na prática	10
• Releitura da obra de Giuseppe Arcimboldo	12
• Mapeamento da horta: saberes compartilhados com a comunidade	14
• Receita secreta	16
• Um mundo de descobertas com frutas, verduras e legumes	18
• De olho no rótulo: aprendendo a comer melhor	20
• Como plantar o feijão e acompanhar seu desenvolvimento?	22
• Matemática na mesa: quanto custa comer bem?	24
• Sabores do Brasil	26
• Piquenique Mondrian: cores e formas	28
• Desperdício? Não!	30
Inspirando a Rede	32
• Descobrimos os sabores da Itália	33
• Saúde laranja: preparando bolo de cenoura	35
• O fogo, a fogueira e a banana assada	37
• Explorando a horta hidropônica	39
• Você sabe a quantidade de açúcar presente nos alimentos?	41
• Piquenique da creche	43
• Construindo conhecimentos com a receita de pizza	44
• Explorando uma alimentação saudável	46
• Raízes e saberes: o cultivo e a cultura alimentar indígena	48
• Receita do suco do Hulk	50
• Pequenos hortelões: da semente ao prato	52
• Aprendizagem visível com sabor de beterraba	54
• A culinária dos povos originários	56
• Alice pelo País das Maravilhas: um banquete lúdico e saudável	57
• Cultivando sabores	59
• Horta na escola	61
• Do plantio à produção	63
• Feirinha da matemática	65
Pequenas Ações, Grandes Lições	67
• Prazer! Eu sou a abóbora	68
• Tomates: sabor e cultivo	70
• Da história para horta: "Os tomates do sapo"	72
• Magia que brota	74
• Plantar, cuidar e colher	76
• Paladar em ação	78
• Sabores da terra	80



INTRODUÇÃO

Bem-vindos ao universo do saber e do sabor!

A **Educação Alimentar e Nutricional (EAN)** é o campo do conhecimento e da prática que estimula a autonomia e a adoção voluntária de hábitos e escolhas alimentares saudáveis. Sua importância é inegável, especialmente com o aumento dos índices de excesso de peso e problemas de saúde associados. Nesse contexto, a escola assume um papel estratégico e insubstituível. É na unidade escolar que as crianças passam grande parte do dia e podem ser positivamente impactadas por um ambiente alimentar e de atividades físicas adequados. A EAN, como um tema transversal na **Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB)**, deve ser uma prática contínua, permanente e transdisciplinar.

Este e-book é o resultado de um trabalho colaborativo e inspirador, que celebra a dedicação e a criatividade dos professores da Rede Municipal de Ensino de Joinville. Aqui, você não encontrará apenas teorias, mas sim vivências reais e práticas que transformam a Educação Alimentar e Nutricional em uma jornada de descobertas para nossas crianças e estudantes.

As experiências selecionadas neste livro digital demonstram a diversidade e a riqueza das abordagens pedagógicas em EAN. Para organizar e valorizar cada contribuição, elas foram categorizadas com base em critérios de originalidade, impacto e alinhamento com os objetivos propostos.

Nossas experiências estão divididas em três grupos:

- **Ações de Destaque:** Projetos que se sobressaíram em todos os requisitos, apresentando justificativa sólida, objetivos claros, resultados mensuráveis e um alto grau de originalidade, criatividade e inovação. São exemplos de excelência que servem como referência para toda a rede.
- **Inspirando a Rede:** Ações que se destacaram por sua relevância e criatividade, mesmo que não tenham alcançado todos os critérios de forma completa. Elas são fontes valiosas de inspiração para a construção de novas práticas.
- **Pequenas Ações, Grandes Lições:** Atividades importantes e frequentes no dia a dia escolar, que demonstram o compromisso contínuo dos educadores com a educação alimentar. São exemplos de como a constância e a simplicidade também geram grandes aprendizados.

Mais do que um compilado de boas práticas, este livro digital é um convite à reflexão e à troca de saberes. Acreditamos que a educação se fortalece quando compartilhamos nossas conquistas e desafios. Por isso, as experiências aqui reunidas são um valioso recurso para que outros educadores possam se inspirar, adaptar e criar novas oportunidades de aprendizado em suas próprias escolas. As atividades de Centros de Educação Infantil (CEIs), por exemplo, podem ser aplicadas em escolas, e vice-versa, para outras faixas etárias e também em outros componentes curriculares.

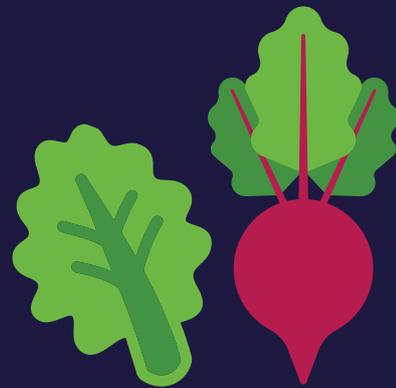
Que este e-book seja uma fonte de inspiração e um reconhecimento merecido a todos os professores que, com paixão e comprometimento, plantam a semente de hábitos saudáveis e de um futuro mais nutritivo para as próximas gerações. Boa leitura e bom apetite por conhecimento!

AÇÕES DE DESTAQUE



MINHAS DESCOBERTAS COM A COUVE E A BETERRABA

AUTORAS: Vanessa C. A. Cardoso, Elisama S. S. Paiva e Francine H. V. Lopes.



PÚBLICO

Berçário 2 | 17 crianças

JUSTIFICATIVA

Mostra à comunidade o desenvolvimento integral da criança através do brincar sensorial. A criança explora texturas, cores e cheiros, bem como o sabor através da experimentação incentivando a alimentação saudável.

OBJETIVO

Promover a experimentação e a descoberta das propriedades da couve e da beterraba, percebendo o odor, cor, sabor, temperatura e texturas. Através da tinta natural (da couve e da beterraba) as crianças realizaram pinturas e traçados sobre o kraft. Neste contexto puderam participar do cuidado do seu corpo e da promoção do seu bem-estar.



RECURSOS

O espaço foi ornamentado com kraft, folhas de couve e potes contendo folhas de couve amassadas e pincéis. Em outro momento ornamentamos o espaço com kraft dispusemos a beterraba inteira, em pedaços e amassada em potes e pincéis.

DESCRIÇÃO

- Roda de conversa;
- Apresentação do material (couve, beterraba);
- Experimentação do material;
- Observar, sentir a textura, cheirar, amassar;
- No kraft pintaram com as mãos e o pincel utilizando a tinta feita de couve e beterraba;
- Realizado com grupo de quatro crianças, que fizeram suas experiências.



MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO

Durante a experiência, as professoras acompanharam atentamente as ações e reações das crianças, registrando comportamentos, interações, níveis de interesse, envolvimento, fala de algumas crianças. Desta forma, a professora realizou o registro descritivo, observando também através das fotos como cada criança explorou os elementos destacando a forma como perceberam as cores, cheiros, texturas e como reagiram ao contato e a manipulação, bem como a degustação.

RESULTADO

Relato e troca com a família sobre a degustação da couve apreciada pela criança. Melhor aceitação dos alimentos.



DESAFIOS E LIÇÕES APRENDIDAS

Algumas crianças não quiseram provar, poderíamos fazer a experimentação da couve de outra forma, apresentar o suco da couve com laranja.

NOTA DA EQUIPE AVALIADORA

A experiência aborda a exploração sensorial, que estimula a aceitação alimentar de forma lúdica e divertida. Essa abordagem é crucial nesta fase da infância em que a rejeição a novos alimentos é comum, pois ajuda a prevenir a seletividade alimentar e a promover uma relação mais positiva e curiosa com a comida. Considerando que as crianças precisam ser expostas repetidamente a um alimento até que ele se torne familiar e seja aceito, a continuidade da ação e a exploração de outras atividades se mostram fundamentais para consolidar esses resultados.

APRENDENDO A APROVEITAR A BANANA FAZENDO COOKIES



AUTORAS: Sabrina M. Borghezan e Andréia Maria S. F. Lima

PÚBLICO

Pré-escola - 100 crianças

JUSTIFICATIVA

O projeto utilizou o preparo de cookies de banana para ensinar sobre a importância de aproveitar alimentos maduros e evitar o desperdício. As crianças também aprenderam que a casca da banana pode ser usada como adubo orgânico, reforçando o conceito de sustentabilidade.

OBJETIVO

Participar e vivenciar aprendizagens sobre a educação alimentar e nutricional por meio de oficinas culinárias, mostrando que a banana madura pode ser aproveitada em uma receita saborosa e saudável; compreender e evitar o desperdício de alimentos; conhecer e manipular os instrumentos de medidas; associar e estabelecer relações entre os conceitos matemáticos e o mundo ao seu redor.

RECURSOS

- Recursos visuais;
- Cartaz;
- 4 bananas bem maduras;
- 2 xícaras de farinha de aveia;
- 2 colheres de mel;
- Óleo para untar a forma;
- Instrumentos de medidas, como: xícara, copo de medida, balança, colher e relógio.



DESCRIÇÃO

Iniciamos com uma roda de conversa sobre alimentação saudável e o aproveitamento de frutas maduras e cascas. Apresentamos os ingredientes da receita e os instrumentos de medidas. As crianças participaram do preparo: amassaram as bananas com garfo, adicionaram a aveia e o mel e misturaram bem os ingredientes até formar uma massa homogênea. Com o uso das mãos, modelaram os cookies e colocaram na assadeira. As cozinheiras levaram ao forno e as crianças acompanharam o tempo de preparo marcando no relógio analógico. Enquanto assavam os cookies, conversamos sobre os cheiros, a transformação dos alimentos e a expectativa pela degustação.



MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO

A avaliação aconteceu por meio da observação, participação, interação, curiosidade e autonomia de cada criança durante a proposta.

DESAFIOS E LIÇÕES APRENDIDAS

Entre os desafios superados, observou-se o avanço na autonomia das crianças, na escuta das instruções e na capacidade de seguir uma sequência lógica. A atividade contribuiu de forma central para a ampliação do vocabulário, o desenvolvimento da coordenação motora, a ampliação do conhecimento sobre medidas e quantidades, conscientização sobre o reaproveitamento de alimentos e sobre a alimentação saudável.



RESULTADO

Durante a vivência foi possível observar o envolvimento das crianças que demonstraram curiosidade pelos ingredientes e fizeram hipóteses sobre o sabor final. Foram observados avanços no desenvolvimento da linguagem oral, coordenação motora fina e raciocínio lógico. A experiência foi significativa para trabalhar a alimentação saudável e o aproveitamento de alimentos. Construímos jogos que envolveram as grandezas e medidas que foram apresentados na FEMMA, que abordam e relacionam os instrumentos de medidas com o mundo ao seu redor. As famílias relataram que as crianças chegaram em casa explicando com entusiasmo como os cookies foram preparados. Uma mãe compartilhou: “Minha filha chegou em casa, dizendo que agora sabe fazer cookies de banana. Não pode ver banana bem madura que pede para congelar, para fazermos cookies de banana no dia da minha folga”.

NOTA DA EQUIPE AVALIADORA

A oficina de cookies de banana configurou-se como uma prática interdisciplinar, pedagógica e nutricionalmente significativa, articulando alimentação saudável, sustentabilidade, matemática, linguagem e convivência. Como um tema relevante, o aproveitamento integral dos alimentos não só protege o meio ambiente, mas também evita gastos desnecessários, promovendo hábitos de consumo mais conscientes e econômicos.

ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NA PRÁTICA

AUTORES: Lucas Cruz, Ariane Pizzolatto, Ciro Cardoso, Ana Pinto e Michele Prochnow



PÚBLICO

Ensino Fundamental II | 105 estudantes

JUSTIFICATIVA

O componente de Produção Agroindustrial oferece aos estudantes uma compreensão integral do percurso dos alimentos, da origem à transformação. A abordagem une teoria e prática, estimulando o contato com ingredientes naturais para produzir alimentos saudáveis. Mais que receitas, o projeto é uma experiência pedagógica que desenvolve autonomia, responsabilidade e consciência alimentar. Os alunos se tornam agentes multiplicadores de saberes, levando para casa práticas saudáveis e sustentáveis.

OBJETIVO

Incentivar a adoção de hábitos alimentares saudáveis e sustentáveis. Apresentar práticas de manipulação correta de alimentos e o uso de EPIs, além de estimular a autonomia, a colaboração e a responsabilidade social. O projeto demonstra, de forma prática, que a alimentação saudável pode ser saborosa e divertida, permitindo aos alunos conhecerem todo o processo de produção, do cultivo ao consumo.

RECURSOS

Hortaliças frescas utilizadas no preparo do sanduíche natural (alface, cenoura e temperos) foram cultivadas pelos próprios estudantes no componente curricular de Produção Vegetal. Pães integrais, frango desfiado, ovos cozidos, hortaliças colhidas, temperos naturais, facas, tábuas de corte, pratos, mesas, materiais de higienização e utensílios adequados para a montagem. Toucas, luvas, aventais ou jalecos.

DESCRIÇÃO

A atividade começou com uma roda de conversa sobre alimentação saudável, desmistificando o conceito de "comida gostosa" e alertando sobre a higiene alimentar. Em seguida, foram revisados os protocolos de segurança na cozinha. Os estudantes formaram grupos e, com ingredientes higienizados, criaram seus próprios sanduíches naturais, aplicando as boas práticas aprendidas. A degustação coletiva promoveu a troca de impressões, a descoberta de novos sabores e pequenas vitórias pessoais. A atividade encerrou com um momento de reflexão e relato, onde os estudantes expressaram o aprendizado, a satisfação com suas criações e a maior consciência sobre escolhas alimentares, sentindo-se parte de uma experiência que uniu conhecimento e prática.





MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO

A avaliação se deu de modo contínuo e formativo, fundamentada na observação direta da participação, cooperação, aplicação dos protocolos de higiene e respeito às orientações fornecidas. O momento final, em roda de conversa, evidenciou o quanto os estudantes internalizaram os conceitos vivenciados.

DESAFIOS E LIÇÕES APRENDIDAS

Entre os desafios, destaca-se o de manter o foco dos estudantes nos procedimentos de higiene e segurança, algo vencido com mediações lúdicas e explicações tecidas na linguagem dos estudantes. A maior lição foi perceber que ações simples, bem conduzidas, podem transformar a relação dos estudantes com a alimentação, mostrando que, sim, é possível educar o paladar e despertar consciências ao mesmo tempo.



RESULTADO

A proposta fortaleceu os vínculos entre os estudantes, que aprenderam a valorizar o trabalho em equipe e a ter uma relação mais consciente com a alimentação. Miguel contou que a experiência foi marcante. Houve, sim, pequenos desentendimentos no início, mas logo o espírito de equipe prevaleceu. Afirmando, ainda, que o sanduíche ficou delicioso e que a receita, simples e saudável, é perfeita para ser refeita em casa. As alunas Amanda, Julia R. e Julia T. descreveram a prática como prazerosa e divertida e que o mais especial é saber que, por se tratar de uma receita fácil e acessível, poderão reproduzi-la em casa e partilhar com suas famílias.

NOTA DA EQUIPE AVALIADORA

A atividade desmistifica a ideia de que "comida gostosa" é sinônimo de "junk food", mostrando que o saudável pode ser saboroso e divertido. Além de utilizar ingredientes cultivados pelos próprios estudantes, criando um vínculo direto com o alimento e valorizando o trabalho.

RELEITURA DA OBRA DE GIUSEPPE ARCIMBOLDO

AUTORA: Tayna Monique Michelluzi

PÚBLICO

Pré-escola | 25 alunos

JUSTIFICATIVA

Incentivar as crianças a expor suas atividades permitindo que elas desenvolvam a capacidade de criar, pensar de maneira original e comunicar suas ideias, com a releitura das obras do artista Giuseppe Arcimboldo.

OBJETIVO

Expressar-se livremente por meio de desenho, pintura, colagem, dobradura e escultura, criando produções bidimensionais e tridimensionais.

RECURSOS

Imagens de obras do artista Giuseppe Arcimboldo, foto impressa da criança e recortes de revistas de verduras, legumes e frutas.



DESCRIÇÃO

Para promover uma discussão sobre alimentação saudável, uma professora utilizou as obras de Giuseppe Arcimboldo para que as crianças pudessem identificar e formar figuras a partir de frutas e vegetais. Em seguida, os pais foram solicitados a ajudar as crianças a recortar imagens de alimentos de revistas. Usando uma foto de si mesmas como base, as crianças criaram colagens com os recortes, que depois foram expostas no refeitório. Durante a exposição, os alunos do 2º período apresentaram suas obras aos do 1º período, explicando sobre as cores, os formatos, o artista que os inspirou e a importância de uma dieta variada e nutritiva, com comentários sobre os benefícios de alimentos específicos como a laranja e a maçã.

MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO

A evidência da aprendizagem aconteceu por meio da atividade feita pelas crianças, pelos registros da professora e acompanhamento em observação de prática da professora de apoio pedagógico.



RESULTADO

As crianças passaram a aceitar comer algumas frutas do cardápio oferecido.

DESAFIOS E LIÇÕES APRENDIDAS

As crianças poderiam ter tido o contato direto com os alimentos, sentindo a textura e degustando alguns dos alimentos usados em imagens.

NOTA DA EQUIPE AVALIADORA

Excelente como atividade artística de sensibilização e por promover o protagonismo infantil, já que os próprios alunos se tornaram multiplicadores do conhecimento sobre alimentação ao apresentar seus trabalhos a outras turmas.



MAPEAMENTO DA HORTA: SABERES COMPARTILHADOS COM A COMUNIDADE

AUTORA: Amanda Gabriela Gonçalves



PÚBLICO

Pré-escola | 25 crianças

JUSTIFICATIVA

A criação do mapeamento justifica-se pela necessidade de ampliar os conhecimentos para além dos limites da sala de aula, promovendo aprendizagens significativas e contextualizadas. A proposta possibilitou que as crianças, além de pesquisarem, explorarem e realizarem o plantio, compreendessem a horta como um espaço educativo e de interação social. Mais do que cultivar, elas participaram ativamente da construção e divulgação de informações, utilizando um QR code para compartilhar com a comunidade o que aprenderam, fortalecendo a relação entre escola e território e incentivando o protagonismo infantil.



OBJETIVO

Estimular a pesquisa e a exploração do ambiente natural pelas crianças, além do plantio; proporcionar experiências práticas de plantio e cultivo, valorizando o consumo de alimentos frescos e nutritivos; proporcionar experiências práticas de plantio e cultivo, valorizando o consumo de alimentos frescos e nutritivos através do QR code informativo da horta.

RECURSOS

Papeis, canetas, imagens reais impressas, aplicativo do Canva e celular.

DESCRIÇÃO

- Plantio das hortaliças escolhidas pelas crianças;
- Levantamento de informações referentes aos canteiros (plantio) realizados pelas outras turmas e análise dos benefícios para a saúde;
- Criação do mapeamento de horta com escrita espontânea e fotos reais da horta e alimentos plantados;
- Criação do QR CODE para ampla divulgação à comunidade dos alimentos saudáveis plantados na horta. A professora disponibilizou o material na unidade escolar e nas cercas para a comunidade que passa em frente à unidade.

MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO

Através de registros escritos e recursos audiovisuais como vídeos, áudios e fotografias.



RESULTADO

A partir da realização das propostas, as crianças passaram a ter mais interesse na experimentação das saladas disponíveis no cardápio do CEI. Além disso, as crianças da turma convidavam os familiares que frequentam a unidade ao trazerem e buscarem, para transitarem nesse ambiente, apontando o celular e explicando os benefícios de cada um desses alimentos verbalmente, conseguindo expandir o aprendizado para o ambiente familiar e se sentindo pertencente ao processo de aprendizagem.

DESAFIOS E LIÇÕES APRENDIDAS

A experiência foi cheia de riquezas e aprendizados e durante todo o processo, as crianças ficaram envolvidas. A única forma de ir além seria convidar algum agricultor para conversar com as crianças sobre o cultivo técnico desse ambiente.

NOTA DA EQUIPE AVALIADORA

Com a utilização da horta a proposta trabalhou os benefícios das verduras e se destacou por levar o conhecimento para as famílias, utilizando as próprias crianças como agentes de transformação e com o apoio da tecnologia. O QR Code é uma ótima ideia para compartilhar informações sobre alimentação saudável e garantir que o conhecimento da escola chegue até a casa das crianças estudantes.

RECEITA SECRETA

AUTORA: Mayara Verônica Uber Fermiano



PÚBLICO

Ensino Fundamental I | 60 estudantes

JUSTIFICATIVA

O projeto foi relevante por unir teoria e prática culinária de forma inclusiva, valorizando a diversidade alimentar e promovendo o respeito às diferenças, como a alimentação vegana de um aluno. A iniciativa incentivou hábitos alimentares saudáveis e desenvolveu habilidades de leitura, escrita e interpretação por meio da produção e compreensão do gênero textual receita.

OBJETIVO

Desenvolver a leitura e escrita do gênero receita, promovendo hábitos alimentares saudáveis, inclusão e respeito à diversidade. Estimular o trabalho em equipe, a autonomia dos alunos e a valorização de escolhas alimentares conscientes, integrando saberes escolares à prática e fortalecendo a participação da comunidade na vida escolar.



RECURSOS

Imagens de obras do artista Giuseppe Arcimboldo, foto impressa da criança e recortes de revistas de verduras, legumes e frutas.

DESCRIÇÃO

A atividade teve início com a apresentação teórica do gênero textual receitas, abordando sua estrutura, finalidade e linguagem. Em seguida, foram realizadas atividades em sala, incluindo a leitura e interpretação de receitas e a confecção de cartazes sobre alimentos saudáveis e não saudáveis. As crianças participaram da dinâmica da “caixa misteriosa”, onde retiravam rótulos ou imagens de alimentos e os classificavam como saudáveis ou não saudáveis, promovendo reflexão sobre hábitos alimentares. Após essa etapa, discutiu-se a importância da inclusão alimentar, considerando que um dos alunos é vegano. Com apoio da nutricionista, houve uma roda de conversa sobre alimentação saudável e os ingredientes da receita escolhida: brigadeiro saudável e vegano. A receita foi registrada coletivamente e preparada pelos alunos no pátio da escola, com orientações sobre higiene e trabalho em equipe. Após a degustação, os alunos produziram suas próprias receitas por escrito. Ao final, registros e fotos foram expostos à comunidade escolar e enviados nos grupos de WhatsApp dos pais, integrando teoria e prática de forma significativa.





MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO

O monitoramento foi feito por meio da observação da participação dos alunos nas atividades, dinâmicas e preparo da receita. A avaliação considerou o envolvimento, o respeito às diferenças, a compreensão do gênero receita e a produção escrita final. Também foram analisadas atitudes de colaboração, higiene e interesse pelos temas abordados.

RESULTADO

Os alunos demonstraram grande interesse e participação ativa em todas as etapas. Houve melhora na compreensão do gênero receita e maior conscientização sobre alimentação saudável. Relatos dos estudantes mostraram entusiasmo com a atividade prática e respeito às diferenças alimentares. A comunidade escolar elogiou a iniciativa, destacando a importância da inclusão e da parceria com a nutricionista.



DESAFIOS E LIÇÕES APRENDIDAS

Um dos desafios consistiu em modificar a receita de maneira a respeitar todas as restrições alimentares, promovendo a inclusão. Essa tarefa destacou a relevância de reconhecer a diversidade e conectar a teoria à prática, sugerindo que, no futuro, haja ações ainda mais inclusivas e participativas.

NOTA DA EQUIPE AVALIADORA

A ação foi excelente pois atendeu a uma necessidade de seus estudantes. Além de sua relevância social, o projeto se destacou por envolver toda a comunidade escolar e por ser trabalhado de forma transdisciplinar, integrando a temática da alimentação de maneira ampla.

UM MUNDO DE DESCOBERTAS COM FRUTAS, VERDURAS E LEGUMES

AUTORA: Jackeline Baier Leithold



PÚBLICO

Berçário 1 | 19 crianças

JUSTIFICATIVA

Foi observado uma recusa de algumas frutas, verduras e legumes que eram oferecidos aos bebês, além de obter dados preocupantes em pesquisa feita com as famílias sobre o uso de açúcar e sal nesta idade. Entendendo que a introdução alimentar é de extrema importância, o projeto integrou alimentação saudável, estímulos sensoriais e motores, fortalecendo o vínculo escola-família com atividades lúdicas.

OBJETIVO

Interagir com crianças e adultos em diferentes espaços; explorar com o corpo espaços planejados, manipulando diferentes materiais, texturas, alimentos, realizando descobertas sensoriais (odor, cor, sabor, temperatura e texturas) e desenvolvendo sua coordenação motora. Vivenciar o espaço do refeitório da unidade, transitando de forma segura, se habituando à rotina e iniciando a desenvolver sua autonomia na alimentação.

RECURSOS

Materiais não estruturados em geral, utensílios de cozinha, elementos da natureza, frutas, verduras, legumes, cubo para instalações, tapetes, toalhas, mesa, projetor



DESCRIÇÃO

O projeto, focado na educação alimentar, trabalhou mensalmente com alimentos específicos, como manga, aipim, folhas verdes, frutas cítricas, beterraba, batata-doce, cenoura e morango. Uma pesquisa com as famílias revelou o desafio de crianças com aversão a certas texturas e o alto consumo de sal e açúcar em casa. Para superar isso, o projeto utilizou uma abordagem prática: exploração do alimento em sua forma in natura, atividades sensoriais e, finalmente, a refeição. A beterraba, por exemplo, foi plantada e colhida pelas crianças e depois explorada em um "Ateliê", onde a utilizaram para fazer tinta. Esse processo culminou com a beterraba servida à mesa em sua forma natural, visando incentivar a autonomia alimentar.

MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO

A avaliação foi realizada através do registro diário, onde era possível acompanhar as evidências de aprendizagem e ver a evolução dos pequenos, direcionando assim o planejamento para a construção das propostas que atingissem os objetivos propostos

DESAFIOS E LIÇÕES APRENDIDAS

Realizar um alinhamento maior com as famílias, talvez promovendo um encontro de orientação com as nutricionistas e as famílias teriam colaborado nas instruções sobre uma boa introdução alimentar.



RESULTADO

O resultado mais surpreendente foi a conquista da segurança no espaço do refeitório da unidade, com uma parte dos bebês já conseguindo fazer o uso da colher. Outro ponto foi a aceitação dos alimentos trabalhados nas refeições. O desenvolvimento motor, seguindo os marcos para sua idade, adequadamente. Segue trecho do depoimento de uma das famílias: “temos certeza de que o projeto fez (e faz) a diferença não apenas na vida da Sofia, mas também da nossa família como um todo. Em casa, nos sentimos mais motivados a apresentar novos sabores, texturas, possibilidades, e alimentos mais saudáveis, para ela.”

NOTA DA EQUIPE AVALIADORA

O projeto ajudou a promover a autonomia no refeitório. Incluiu plantio, cultivo, atividades sensoriais e degustação. A avaliação mostrou evolução na aceitação de novos alimentos, desenvolvimento motor adequado à idade e fortalecimento do vínculo escola-família. Se mostrou relevante pois atendeu as necessidades reais das crianças. Esse mesmo diagnóstico pode servir como base para planejar ações futuras, como a orientação aos pais sobre a oferta de açúcar, que não é recomendada para esta faixa etária.



DE OLHO NO RÓTULO: APRENDENDO A COMER MELHOR

AUTORA: Daniely Meurer Moreira Brittes



PÚBLICO

Ensino Fundamental II | 105 estudantes

JUSTIFICATIVA

A ação "De Olho no Rótulo: aprendendo a Comer Melhor" é fundamental para a comunidade escolar, pois promove a conscientização sobre a alimentação saudável para os adolescentes em desenvolvimento. Ao diferenciar alimentos in natura, processados e ultraprocessados, os alunos desenvolvem escolhas alimentares mais conscientes, essenciais para a prevenção de doenças. Integrar essa educação com a prática da atividade física fortalece hábitos saudáveis, contribuindo para o bem-estar e qualidade de vida da comunidade escolar.

OBJETIVO

Pretende-se desenvolver nos alunos a capacidade de identificar e diferenciar os tipos de alimentos, promovendo escolhas alimentares conscientes e saudáveis. Busca-se também incentivar a integração entre alimentação equilibrada e prática regular de atividade física, visando melhorar a saúde, o desempenho escolar e a qualidade de vida deles. Além disso, almeja-se ampliar a conscientização de toda a comunidade escolar sobre a importância dos hábitos saudáveis para o bem-estar coletivo.



RECURSOS

- Tabela alimentar para acompanhamento da rotina dos alunos.
- Slides informativos sobre alimentação saudável.
- Materiais para pesquisa e apresentação (rótulos de alimentos).
- Cartazes para exposição na escola.
- Informações sobre ingestão calórica na adolescência.
- Conteúdos sobre benefícios da atividade física combinada com alimentação balanceada.





DESCRIÇÃO

Introdução ao tema: os alunos receberam orientações sobre a importância da alimentação saudável e como registrar a rotina alimentar. Registro da rotina alimentar: cada aluno acompanhou sua alimentação durante 7 dias, anotando tudo o que consumiu. Aula expositiva: apresentação de slides com conceitos de alimentos in natura, processados e ultra processados, além de dicas para uma alimentação equilibrada. Pesquisa e tarefa: os alunos trouxeram rótulos de diferentes alimentos para identificar e classificar conforme a categoria (in natura, processado, ultra processado). Confeção dos cartazes: em grupos, colaram os rótulos em cartazes para conscientizar a comunidade escolar sobre as escolhas alimentares. Discussão sobre ingestão calórica: explicação sobre as necessidades calóricas na adolescência e os benefícios da alimentação equilibrada aliada à prática regular de atividade física. Avaliação e reflexão: os alunos compartilharam aprendizados e refletiram sobre mudanças em seus hábitos alimentares e estilo de vida.

MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO

O monitoramento foi feito por meio da análise dos registros alimentares dos alunos durante 7 dias e da participação nas atividades em sala. A avaliação considerou o entendimento sobre os tipos de alimentos, a correta identificação dos rótulos e o engajamento na confecção dos cartazes. Também foram observadas as reflexões finais dos alunos sobre hábitos alimentares e a integração dos conceitos de alimentação saudável com a prática de atividade física.

RESULTADO

Durante o projeto, 420 alunos participaram ativamente, registrando sua rotina alimentar e identificando corretamente os tipos de alimentos. Os cartazes produzidos promoveram maior conscientização na escola. Relatos dos alunos indicaram maior atenção às escolhas alimentares e valorização da atividade física. Os próprios estudantes comentam que a mudança na alimentação tem ajudado em várias funções do dia a dia, como aumentar a disposição e melhorar o bem-estar.

NOTA DA EQUIPE AVALIADORA

A ação encoraja a reflexão individual sobre os hábitos de consumo e a autonomia para fazer escolhas mais conscientes. A experiência demonstrou como o engajamento ativo dos estudantes contribui para o desenvolvimento de escolhas mais conscientes e saudáveis. O registro alimentar é instrumento riquíssimo para o diagnóstico alimentar que pode ser disponibilizado para a comunidade escolar, servindo de base para o planejamento de futuras ações interdisciplinares.



COMO PLANTAR O FEIJÃO E ACOMPANHAR SEU DESENVOLVIMENTO?



AUTORA: Cláudia Rosane da Silva Ribeiro

PÚBLICO

Ensino Fundamental I - 60 estudantes

JUSTIFICATIVA

A atividade de plantar feijão é uma poderosa ferramenta pedagógica, alinhada à didática e à aprendizagem por investigação. Ela introduz a botânica de forma prática, explorando o ciclo de vida da planta, a germinação e a fotossíntese. A experiência desenvolve habilidades de observação, registro e organização, além de instilar um senso de responsabilidade e cuidado. Os alunos são estimulados a formular hipóteses e pensar criticamente, conectando o aprendizado a conceitos do mundo real, como a agricultura e alimentação.



OBJETIVO

Os principais objetivos são: aprender conceitos científicos de botânica; desenvolver habilidades de observação, registro e organização; senso de responsabilidade, empatia; e o desenvolvimento socioemocional; Estimular o pensamento crítico e formulação de hipóteses; conectar o aprendizado como a alimentação e a agricultura, permitindo discussões sobre de onde vêm os alimentos que consumimos.

RECURSOS

Sementes para o plantio, regador e no final parceria com a cozinha para o cozimento do feijão.



DESCRIÇÃO

1. Cada aluno trouxe sementes de feijão e realizou o plantio no copinho com algodão.
2. As mudas de feijão foram transferidas para a horta pedagógica da escola.
3. O desenvolvimento das plantas foi acompanhado, incluindo a retirada das ervas daninhas e a rega.
4. A floração da planta foi observada.
5. O crescimento da vagem de feijão foi observado.
6. A colheita foi realizada.
7. As sementes foram debulhadas.
8. A colheita foi pesada.
9. Foi feita uma parceria com a Nutricionista da SEPAT, que explicou como cozinhar o feijão.
10. O cozimento na cozinha foi acompanhado.
11. Por fim, chegou o momento de provar/consumir o feijão.

MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO

As turmas faziam a visita semanal na horta, registravam no caderno cada mudança ocorrida nas plantas. A avaliação foi realizada pela participação dos alunos, pelo cuidado durante a prática e também registros impressos e escritos no caderno de ciências.



DESAFIOS E LIÇÕES APRENDIDAS

Desafios: o tempo (clima) muito chuvoso onde atrapalhou o acompanhamento do processo.

Desafio Superado: desmistificar o processo de plantio das comidas que consumimos em casa e fazer os alunos entenderem que para ao comprar um quilo de feijão, existe todo um processo de plantio, crescimento, cuidados, colheita, separação de grãos até chegar na mesa de casa.

RESULTADO

Em agosto, as crianças plantaram feijão em copos descartáveis para observar a germinação. Quando as sementes brotaram, eles transferiram as mudas para a horta da escola, onde aprenderam sobre a necessidade de terra e nutrientes para o desenvolvimento das plantas.

Cuidaram da plantação, retirando as ervas daninhas e regando as plantas. Ficaram maravilhados com as flores de diversas cores que surgiram e surpresos ao descobrir que os feijões cresciam dentro das vagens. Após três meses de espera, colheram feijões de várias cores, confirmando a teoria de que a mistura das sementes de cada um resultou na diversidade. Por fim, as crianças participaram do preparo e da degustação dos feijões colhidos.

NOTA DA EQUIPE AVALIADORA

A experiência se destaca pois explorou o ciclo de vida do feijão, estimulando habilidades científicas, observação, registro, responsabilidade e pensamento crítico. Além disso, a atividade que culminou na experimentação aproximou as crianças do feijão, um alimento que, junto com o arroz, é um pilar da cultura brasileira e uma das combinações mais saudáveis e sustentáveis do mundo, segundo a ONU. A relevância dessa abordagem é ainda maior considerando a preocupante redução do consumo desse alimento pela população.

MATEMÁTICA NA MESA: QUANTO CUSTA COMER BEM?

AUTORA: Danielle Benkendorf



PÚBLICO

Ensino Fundamental II
30 Estudantes do Aprender Mais

JUSTIFICATIVA

A ação é importante para a comunidade escolar porque promove a conscientização sobre alimentação saudável e acessível, além de ensinar sobre escolhas alimentares inteligentes e o aproveitamento de alimentos. Ela é necessária para aproximar os estudantes da realidade financeira de suas famílias e da comunidade, desenvolvendo um senso crítico sobre desigualdade social e nutrição. Além disso, a iniciativa demonstra como a matemática pode ser uma ferramenta para a compreensão e a transformação da realidade dos alunos.



OBJETIVO

Com esta prática, pretende-se alcançar os seguintes objetivos: desenvolver a capacidade dos alunos de analisar variações de preços e usar porcentagens. Incentivar a produção de textos com base em dados concretos e promover a conscientização sobre consumo responsável. Aproximar os estudantes da realidade financeira de suas famílias e da comunidade, estimulando um senso crítico sobre desigualdade social e alimentação saudável. Capacitar os alunos a compreenderem de forma prática os conceitos matemáticos ligados ao consumo e ao custo da cesta básica.

RECURSOS

Canva, preços atuais e anteriores de produtos da cesta básica para realizar os cálculos, cartazes, vídeos curtos e apresentações orais.





SABORES DO BRASIL

AUTORAS: Fátima Machado, Giovana Ramos, Vânia Rosa, Andreza Vicente, Ana Arins, Keren Bassini, Silvania Almeida, Regyanne Guimarães e Jaqueline Neves

PÚBLICO

Maternal, Pré escola - 180 Crianças

JUSTIFICATIVA

O projeto Sabores do Brasil surgiu a partir do estudo sobre a cultura e as tradições de alguns estados brasileiros, como Ceará, Rio Grande do Sul, Paraná, Santa Catarina, Minas Gerais, Bahia, Goiás, Pará e Amazonas.

OBJETIVO

O objetivo é ajudar as crianças a conhecerem e valorizarem as comidas típicas e ingredientes de diferentes regiões do Brasil. Além disso, busca incentivar o gosto por alimentos variados e saudáveis, tornando o momento da alimentação prazeroso e educativo, com opções que já fazem parte do cardápio da unidade escolar.



RECURSOS

Ingredientes típicos (tapioca, milho, frango, queijo, frutas regionais, entre outros), utensílios de cozinha, espaço adequado e preparado para atividades culinárias, materiais educativos sobre as regiões brasileiras e suas culturas (cartazes, livros, vídeos, receitas, textos informativos, embalagens, rótulos) equipamentos para higiene.

DESCRIÇÃO

As crianças do Maternal 1 estudaram sobre Goiás, explorando o milho e suas diferentes texturas, além de prepararem o bolo de pamonha. A turma do Maternal 2 organizou um espaço decorado com objetos típicos da cultura do Sul. Nesse dia, o cardápio foi espetinho de frango; com a ajuda da nutricionista, das cozinheiras e dos professores, as crianças prepararam os espetinhos e, como acompanhamento, arroz, feijão, farofa e salada. Um ex-aluno do CEI, Lucas, foi convidado para tocar gaita e as crianças dançavam animadas ao som das vaneiras gaúchas. No período vespertino, um pai que também foi aluno do CEI, tocou violão, trazendo um som ambiente para o espaço. As crianças do segundo período prepararam pão de queijo mineiro e biscoitos típicos da região do Pará (Biscoito Monteiro Lopes). Já as turmas dos primeiros períodos apreciaram água de coco e frutas típicas da região Nordeste do país. Ao estudarem sobre os cactos, degustaram pitayas de cores variadas. O projeto promoveu a troca de saberes e o fortalecimento de vínculos entre os alunos.





MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO

Realizado por meio da observação da participação e interesse das crianças durante as atividades culinárias e culturais. Os professores registraram o desenvolvimento das habilidades motoras, sensoriais e sociais ao longo do projeto, também foram feitos registros fotográficos e vídeos para documentar momentos importantes, que foram compartilhados com as famílias.



DESAFIOS E LIÇÕES APRENDIDAS

Para futuras edições, ampliaremos o envolvimento das famílias desde o início, promovendo oficinas ou encontros para que possam conhecer e contribuir com as atividades em casa, fortalecendo ainda mais a conexão entre escola e família como trocas de receitas. Os desafios superados incluíram a integração entre as turmas, que inicialmente tinham pouca interação, mas passaram a compartilhar saberes e experiências de forma espontânea. A colaboração com a nutricionista foi fundamental para garantir preparações saudáveis e educativas.

RESULTADO

O projeto resultou em uma melhora significativa na coordenação motora fina e no conhecimento do gênero textual receita. Houve um aumento no interesse das crianças por novos alimentos, com mais de 80% experimentando ingredientes como pitaya, pinhão e tapioca. Um dos momentos marcantes foi a apresentação musical com um ex-aluno, que despertou grande interesse cultural nas crianças ao ouvirem ele tocar seu acordeon e degustarem espetinho de frango ao lado do fogo de chão, tradição do sul do nosso país. As famílias também participaram ativamente, envolvendo-se no preparo das receitas, tocando instrumentos no momento da degustação e relatando mudanças positivas no hábito alimentar dos filhos. Uma mãe comentou: “Meu filho agora pede para comer frutas que antes não gostava e fala sobre as comidas típicas que aprendeu na escola.”

O projeto, portanto, cumpriu seu objetivo de promover uma aprendizagem significativa através da cultura alimentar e do fortalecimento de vínculos.

NOTA DA EQUIPE AVALIADORA

A iniciativa se destaca pela sua abordagem cultural e sensorial, que conecta a alimentação com a identidade brasileira, tornando a experiência rica e significativa. Houve interação com a comunidade escolar e famílias, promovendo conhecimento cultural e incentivo ao consumo de alimentos saudáveis



PIQUENIQUE MONDRIAN: CORES E FORMAS

AUTORES: Regyanne da Silva Guimarães

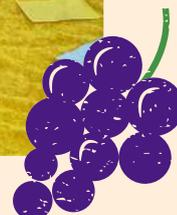


PÚBLICO

Pré-escola | 25 crianças

JUSTIFICATIVA

A turma do 2º Período C aprendeu sobre formas geométricas usando as obras do artista Piet Mondrian, o que expandiu a visão das crianças sobre como essas formas podem ser usadas na arte. Para unir a teoria com a prática, a turma realizou um piquenique das formas geométricas junto com o 2º Período D, onde os alunos identificaram as formas em alimentos e no ambiente.



OBJETIVO

Reconhecimento e a compreensão das formas geométricas presentes no cotidiano, por meio da exploração das obras de Piet Mondrian e da vivência prática durante o piquenique de frutas cortadas em diferentes formas geométricas. Estimular a percepção visual, o raciocínio lógico, a linguagem oral e o hábito da alimentação saudável, promovendo uma aprendizagem lúdica, concreta e interdisciplinar.

RECURSOS

Frutas e sanduíches cortados em formato geométrico. Tapetes ou toalhas para o piquenique. Figuras grandes das formas geométricas. Imagens das obras do artista plástico Piet Mondrian.





DESCRIÇÃO

As turmas do 2º Período C e D participaram de um piquenique onde a principal atividade era identificar formas geométricas. Após conhecerem as obras do artista Piet Mondrian, que utiliza composições geométricas, as crianças aplicaram o conhecimento de forma prática. Durante o piquenique, os professores usaram perguntas para incentivar as crianças a notar as formas das frutas, como: “Que forma tem essa melancia? E esse pedaço de abacaxi, lembra qual figura?” Os alunos compartilharam suas observações, mostrando a capacidade de relacionar o que aprenderam com o mundo ao seu redor. Além de promover a identificação e nomeação das formas geométricas, como círculo, quadrado, triângulo e retângulo, a atividade também estimulou a experimentação dos alimentos, valorizando a alimentação saudável. As crianças foram incentivadas a provar as frutas, explorando sabores, texturas e aromas, o que enriqueceu ainda mais a experiência sensorial. O piquenique também foi um momento rico de socialização e colaboração, mostrando que a alimentação saudável e a arte são ingredientes essenciais para nutrir não só o corpo, mas também a criatividade e o conhecimento.

MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO

A avaliação da proposta foi realizada durante toda a atividade, observando a participação ativa das crianças, o interesse nas discussões e a interação entre elas. A professora acompanhou o desenvolvimento da percepção visual das formas geométricas, assim como o envolvimento na experimentação dos alimentos, observando a iniciativa para provar frutas e explorar sensorialmente sabores, texturas e aromas. Os registros foram feitos por fotos, vídeos e áudio.



RESULTADO

Engajamento das crianças na identificação das formas geométricas. Ampliação da percepção visual e do raciocínio lógico, com relação espontânea das formas ao cotidiano. Estímulo ao interesse pela alimentação saudável. Integração dos conceitos matemáticos, arte e alimentação saudável.

NOTA DA EQUIPE AVALIADORA

Durante o piquenique, elas reconheceram formas geométricas nas frutas, ampliando a percepção visual e o raciocínio lógico, ao mesmo tempo em que exploraram sabores, texturas e aromas dos alimentos. A atividade estimulou curiosidade, socialização, autonomia e escolhas conscientes sobre a alimentação. O piquenique foi um momento rico demonstrando que arte, conhecimento e nutrição caminham juntos no desenvolvimento integral das crianças.



DESPERDÍCIO? NÃO!

AUTORA: Gizele da Silva e Ademar Schlögl



PÚBLICO

Ensino Fundamental I | 25 estudantes

JUSTIFICATIVA

Nossa unidade escolar é de período integral, portanto as crianças fazem 3 refeições diárias. Percebeu-se que muitas não se alimentavam de forma adequada no almoço: não apreciavam saladas e havia muito desperdício. Eles sugeriram ações para tornar as refeições mais atrativas, como decorar o cardápio e se servirem sozinhos. Durante a execução, novas ideias surgiram, como musicalização, uso de dinheiro fictício para "pagar" pelo almoço, cobrança de "multa" por desperdício, pesagem das sobras e criação de gráficos para visualizar os resultados.

OBJETIVO

Desenvolver hábitos alimentares positivos desde a infância, evitar o desperdício de alimentos, desafiar os estudantes a experimentar alimentos desconhecidos - como saladas, participar da exposição do cardápio diariamente, utilizar os diversos instrumentos de medidas para registrar as sobras de alimentos em forma de tabelas e gráficos e o uso do sistema monetário como proposta pedagógica.

RECURSOS

Cardápio escrito, alimentação oferecida pela escola, balança, materiais escolares, caixa de som, chromebook, decorações, materiais de higiene.





DESCRIÇÃO

- Discussão: promover diálogos rotineiros sobre a importância da alimentação saudável e os benefícios de frutas e verduras.
- Expressão Artística: permitir que os alunos ilustrem seu alimento saudável preferido e decorem o cardápio da escola para exposição.
- Conteúdo Educacional: utilizar vídeos educativos e incentivar a degustação de uma variedade de alimentos durante as refeições.
- Análise de Rótulos: Trabalhar com rótulos de embalagens para criar um mural informativo com as crianças.
- Atividades Lúdicas: utilizar balanças e dinheiro fictício para registrar e "pagar" as sobras de alimentos, transformando a conscientização em uma brincadeira.

MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO

No decorrer do projeto, as crianças atuaram como protagonistas, sugerindo, executando e avaliando as ações que buscaram transformar os hábitos alimentares na escola. O processo reforçou a percepção de que a escola é um espaço de transformação social, funcionando como um laboratório para a construção de uma sociedade melhor.



RESULTADO

O projeto acompanha o desperdício diariamente, pesando as sobras e registrando em um mural. Ao findar a semana, as crianças organizam os dados em tabelas e gráficos para análise. O resultado é a melhora na aceitação de todos os alimentos, incluindo saladas, como no caso do aluno Arthur, que passou a experimentar e a gostar de tomate e cenoura. O desperdício de alimentos diminuiu significativamente.

DESAFIOS E LIÇÕES APRENDIDAS

Este projeto teve que ser retomado por causa do grande desperdício que ocorria. Ele foi aprimorado com a participação das crianças. Inclusive temos 2 DJs que fazem a seleção musical, outro aluno que pega o caixa de dinheiro e as carteiras dos colegas e as entrega, fazem a decoração das mesas, decoram e deixam o cardápio bem chamativo. Sem dúvidas, desta forma, o sucesso é esperado, pois as crianças brincam de serem adultos em um lindo restaurante, num espaço vivo que é a nossa escola. Essas experiências vividas por nossas crianças são únicas e serão guardadas nas memórias de forma eterna.

NOTA DA EQUIPE AVALIADORA

A experiência se destaca por desenvolver uma ação baseada em um diagnóstico inicial, tornando-a mais certa e eficaz na transformação da realidade dos estudantes. O projeto trabalhou o tema alimentação de forma ampla e utilizou a merenda escolar como ferramenta pedagógica.

A proposta integrou o combate ao desperdício de alimentos no currículo, aproximando matemática e ciência da realidade escolar. O protagonismo infantil foi valorizado, estimulando senso crítico, cidadania e soluções práticas no cotidiano.



INSPIRANDO A REDE



DESCOBRINDO OS SABORES DA ITÁLIA

AUTORA: Maria Luiza Ferreira Coelho

PÚBLICO

Pré-escola | 25 crianças

JUSTIFICATIVA

A proposta de explorar a culinária italiana foi uma oportunidade para as crianças aprenderem sobre valorização cultural e alimentação saudável. Ao fazer macarrão caseiro, elas conheceram a história, os hábitos alimentares e os valores de outra cultura, enquanto exploraram ingredientes frescos, que inspiraram hábitos alimentares mais equilibrados, alinhados ao cardápio diário da unidade. A atividade também promoveu o aprendizado interdisciplinar, com as crianças aplicando conhecimentos nas diferentes linguagens, como por exemplo: através da escrita da receita, contagem, medida, observação e transformação dos ingredientes. Para comunidade escolar, esta prática favoreceu a consolidação de conceitos alinhados à prática cotidiana, tornando o aprendizado dinâmico e significativo favorecendo o desenvolvimento integral de nossas crianças.



OBJETIVO

Integrar a valorização cultural através do preparo da receita do macarrão caseiro, estimular os hábitos saudáveis e de higiene diariamente, explorar, observar as transformações dos ingredientes e modos de preparo que foram passados de geração para geração. Devolver habilidades orais e de escrita por meio do registro espontâneo da experiência; Incentivar o trabalho em equipe, a cooperação e o respeito mútuo através do gerenciamento do tempo de espera e organização do trabalho coletivo.

RECURSOS

Ovos, trigo, rolos de macarrão, bacia, colheres, xícara, água, saco plástico, faca sem ponta.





DESCRIÇÃO

A atividade começou com uma conversa sobre higiene e os passos da receita. A professora preparou uma mesa com todos os utensílios e ingredientes, e cada criança recebeu uma touca de proteção. Fizemos a contagem dos ingredientes, onde cada criança foi chamada para colocar aos poucos o trigo, ovos e mexer a massa até o ponto de consistência. Perguntei a turma se a quantidade de ovos colocados seria o suficiente para que todos fossem contemplados com um pedaço de massa e eles responderam que não. Fizemos um cálculo. Fizemos um cálculo e descobrimos que precisávamos de mais 8 ovos; estes foram colocados na bacia e amassados até a massa atingir o ponto ideal. Depois de pronta, a massa foi dividida igualmente entre os alunos. Eles usaram rolos e facas sem ponta para esticar, enrolar e cortar o macarrão, que foi embalado para que pudessem cozinhar e saborear a receita com suas famílias em casa.

MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO

Observação direta do engajamento das crianças, levando em conta seu interesse, curiosidade, autonomia e coordenação motora durante o manuseio dos ingredientes e a elaboração da massa. Também foram analisadas a comunicação, a interação social e a colaboração entre os participantes. Foi verificado o cumprimento das normas de segurança e higiene, e todo o processo foi registrado por meio de anotações e fotografias.



RESULTADO

A atividade foi envolvente e muito prazerosa para as crianças, que demonstraram grande entusiasmo. Elas contribuíram ativamente em diversas etapas do processo, percebendo, por exemplo, que os ingredientes inicialmente disponíveis não seriam suficientes e contando cuidadosamente a quantidade necessária para complementar a receita. Em seguida, os alunos fizeram o registro da receita em seus cadernos, praticando a escrita espontânea. O projeto se estendeu para casa, onde eles puderam cozinhar e provar o macarrão com suas famílias, compartilhando a experiência com alegria.

DESAFIOS E LIÇÕES APRENDIDAS

O projeto enfrentou o desafio de ajustar a quantidade dos ingredientes para a receita e a dificuldade de alguns alunos com a escrita da receita. Para as próximas vezes, poderia ser planejado uma orientação prévia mais detalhada sobre medição e escrita coletiva. Apesar das dificuldades, os desafios de contagem e medição de ingredientes foram superados com o apoio dos educadores e o envolvimento colaborativo das crianças. A atividade contribuiu para o desenvolvimento integral dos alunos, pois conectou de forma lúdica conceitos de matemática, linguagem e ciências. O projeto também estimulou a autonomia, a criatividade e o interesse por uma alimentação saudável, além de fortalecer a relação entre a escola e as famílias.

NOTA DA EQUIPE AVALIADORA

O incentivo à culinária é essencial para a criação de hábitos alimentares saudáveis, além de proporcionar aprendizados prazerosos e significativos. Para aprofundar a experiência, uma ótima ideia seria incluir opções de molhos saudáveis, o que expandiria o aprendizado sobre a culinária italiana e a alimentação saudável.

SAÚDE LARANJA: PREPARANDO BOLO DE CENOURA

AUTORA: Fernanda Isabela da Rosa Abilski



PÚBLICO

Maternal | 21 crianças

JUSTIFICATIVA

A experiência culinária do bolo de cenoura na escola foi uma aprendizagem integrada e sensorial que envolveu as crianças desde o plantio na horta até a análise do alimento, valorizando a cor laranja e o ciclo natural da alimentação. Essa vivência concreta impulsionou o desenvolvimento motor, cognitivo e social, incentivando hábitos de higiene e escolhas alimentares saudáveis. Para a comunidade escolar, a atividade fortaleceu a relação entre conhecimento e cotidiano, ampliou o repertório cultural e aproximou as famílias da proposta pedagógica, promovendo o desenvolvimento integral e uma relação positiva com a alimentação.

OBJETIVO

A confecção do bolo de cenoura na escola foi uma experiência prática e significativa que promoveu o desenvolvimento integral das crianças. Ao manipular a receita, elas exploraram cores, texturas e sabores de forma concreta, fortalecendo aspectos sensoriais, cognitivos e motores, como a coordenação motora e o vocabulário. A atividade também incentivou a cooperação, a higiene e a reflexão sobre a alimentação saudável, valorizando a cenoura desde o plantio. Essa vivência aproximou o conhecimento escolar do cotidiano, envolvendo as famílias e reforçando o valor de práticas para a aprendizagem e a convivência coletiva.



RECURSOS

Cenouras, ovos, óleo, farinha de trigo, fermento em pó, talheres, vasilhas, liquidificador, forma e forno elétrico.

DESCRIÇÃO

A proposta pedagógica integrou o plantio de cenouras na horta com o preparo de um bolo de cenoura, visando o aprendizado concreto e o desenvolvimento integral. Inicialmente, a exploração sensorial do legume em rodas de conversa ampliou o vocabulário e criou vínculos entre o cultivo e a alimentação saudável. Em seguida, as crianças participaram ativamente do preparo do bolo, garantindo a higiene e aprendendo sobre as transformações da receita, o valor nutritivo da cenoura e a segurança na cozinha. O projeto culminou em um momento coletivo de degustação, que reforçou a socialização, os hábitos de higiene e a valorização da alimentação saudável como parte essencial do autocuidado.



MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO

O monitoramento e a avaliação da proposta culinária foram realizados por meio da observação direta do envolvimento das crianças, focando em seu interesse, curiosidade, autonomia e habilidades motoras na manipulação dos ingredientes. A análise também abrangeu a comunicação, socialização e cooperação, bem como a exploração sensorial de cores, texturas e sabores. Além disso, foram observados o cumprimento das orientações de segurança e higiene e a reflexão sobre a alimentação saudável, ao explorar a cenoura da horta à receita. O processo completo foi documentado por meio de registros pedagógicos, como anotações e fotos, permitindo avaliar o desenvolvimento integral dos participantes e a efetividade da proposta.

RESULTADO

A experiência de preparar o bolo de cenoura foi considerada muito significativa e divertida, com grande envolvimento e participação ativa das crianças em todas as etapas. Elas reconheceram e relacionaram a cor laranja do alimento ao resultado final, o que ampliou a percepção sensorial e o vínculo com a alimentação saudável. O momento da degustação foi positivo, com a maioria saboreando e pedindo para repetir. A alegria em compartilhar a experiência com as famílias na saída reforçou a integração entre escola e casa em prol de hábitos alimentares saudáveis.



DESAFIOS E LIÇÕES APRENDIDAS

A execução da proposta trouxe desafios, como garantir a participação ativa de todas as crianças e organizar eficientemente o tempo de preparo e limpeza. No entanto, a equipe conseguiu superar as dificuldades ao mediar a participação, garantindo que todas tivessem acesso à horta e fossem estimuladas à cooperação e ao engajamento com a alimentação saudável, mesmo aquelas com receio da textura da terra. A experiência permitiu identificar o grande entusiasmo das crianças na exploração sensorial de cores, texturas e sabores, fortalecendo diversas habilidades (motoras, cognitivas, linguísticas e sociais). A principal lição aprendida foi a importância de preparar materiais em porções individuais e ter etapas bem estruturadas para otimizar a organização. A contribuição central da proposta foi oferecer um aprendizado significativo e coletivo, conectando as crianças à alimentação saudável e ao ciclo dos alimentos por meio da prática.

NOTA DA EQUIPE AVALIADORA

A atividade envolveu a alimentação, trabalhando todo o ciclo do alimento e a culinária através do bolo. Para aumentar a aceitação e o hábito de comer verduras e legumes, é importante ampliar as ações.

O FOGO, A FOGUEIRA E A BANANA ASSADA



AUTORAS: Jeniffer P. Cordeiro, Valdete da C. Aragão, Vanderlea P. de Matos

PÚBLICO

Berçário | 10 crianças

JUSTIFICATIVA

O projeto do berçário 1 este ano, tem a temática: "Os bebês e a natureza: desenvolvendo as habilidades motoras e diferentes linguagens". Ao vivenciarmos experiências com o fogo, que é um dos quatro elementos do projeto, oportunizamos a experiência de conhecê-lo e também ampliar o paladar dos bebês oferecendo a banana de uma forma diferente, assando e degustando este alimento.

OBJETIVO

Explorar relações de causa e efeito (transbordar, tingir, misturar, mover e remover etc.) na interação com o mundo físico; reconhecer seu corpo e expressar suas sensações em momentos de alimentação, higiene, brincadeira e descanso.

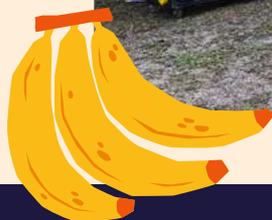


RECURSOS

Notebook, chromebook, sementes, mudas de hortaliças, cartaz, regador, terra adubada, pazinhas.

DESCRIÇÃO

O berçário ao conhecer o elemento fogo, vivenciou diferentes experiências com este elemento, o assar a banana na fogueira de chão foi uma delas. O nosso zelador preparou o fogo antecipadamente e levamos os bebês até o espaço, onde um por vez puderam observar o fogo, sentir a sua temperatura com as mãos através do vapor, observar a fumaça e perceber as bananas sendo assadas. Ao longo do processo, alguns bebês esticavam as mãos querendo pegar as bananas do espeto para degustá-la, foi um momento bem prazeroso. Após todos os bebês participarem deste processo, na área externa realizamos um piquenique para saborear a fruta, através dos gestos, balbucios e expressões faciais evidenciaram o quanto gostaram de degustar a fruta de outra forma, onde oportunizamos outros momentos semelhantes utilizando tubérculos.





MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO

No momento da degustação percebemos que os bebês apreciaram mais o alimento oferecido depois de assado, pois participaram do preparo da banana. Na educação infantil, especialmente com os bebês, a avaliação se efetiva através de um longo processo, observado por meio das expressões que são, gestos, balbucios, choro que indicam a apreciação, o contentamento e o desenvolvimento dos bebês.

RESULTADO

Através das expressões dos bebês ao colocar a mão perto da fogueira e sentir o calor observou-se que compreenderam de onde vem a temperatura, que é do fogo, logo concluímos que o objetivo das atividades planejadas foram alcançadas.



DESAFIOS E LIÇÕES APRENDIDAS

Os nossos maiores desafios foram o tempo, primeiro para assar a banana e permitir que todos participassem do momento, pois estavam ansiosos, depois para aguardarem a banana esfriar, pois após provarem queriam comer uma porção atrás da outra.

NOTA DA EQUIPE AVALIADORA

Explorar o fogo como elemento natural, vale destacar a introdução de um elemento pouco explorado de forma segura. Combinação de segurança, sensorialidade e experiência alimentar prática.

É uma atividade que pode ser utilizada para favorecer a aceitação de novos alimentos ou alimentos menos aceitos.

EXPLORANDO A HORTA HIDROPÔNICA

AUTORA: Karina G. R. de Almeida e Jordana T. C. Esídio



PÚBLICO

Pré-escola | 50 crianças

JUSTIFICATIVA

A horta hidropônica serve como um laboratório vivo, essencial para o desenvolvimento das crianças. A construção, feita com a colaboração dos pais, garantiu que o espaço fosse seguro e acessível, além de fortalecer o senso de pertencimento à comunidade. A horta contribui para que alimentos frescos e nutritivos estejam disponíveis tanto na escola quanto em casa.

OBJETIVO

Acompanhar de perto o processo de germinação e o crescimento das hortaliças, com foco especial na alface. Compreender de forma lúdica a origem dos alimentos, conectando o que é plantado na horta ao que chega à mesa. Incentivar a autonomia das crianças na escolha e na montagem de seus próprios sanduíches. Apresentar alimentos frescos e cultivados por elas mesmas, incentivando a fazerem escolhas, o que contribuiu para a formação de hábitos alimentares mais saudáveis.



RECURSOS

- Hortaliças da horta hidropônica
- Alimentos saudáveis (pão, queijo, tomate, cenoura, pepino)
- Microscópio e lupa.

DESCRIÇÃO

As crianças exploraram a horta hidropônica, conversando sobre cores e tamanhos da alface antes da colheita para degustação. Em seguida, participaram de uma experiência culinária, montando seus próprios sanduíches com ingredientes escolhidos. Para investigação científica, usaram o microscópio para observar sementes de alface e a lupa para explorar mudas de alface, rúcula e salsinha, aprendendo detalhes e nomes. Por fim, plantaram as hortaliças e as identificaram com seus nomes, fortalecendo o cuidado e pertencimento com a horta. O acompanhamento do crescimento e o plantio na sementeira são atividades futuras em desenvolvimento.



MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO

Durante toda a prática foi observado os conhecimentos prévios das crianças, o levantamento de hipóteses, através das falas e do registo de fotos.

RESULTADO

O momento do lanche se tornou mais prazeroso, as crianças se sentem mais à vontade para experimentar algo que elas mesmas cultivaram. Ampliaram o vocabulário, as crianças se apropriaram de termos como "hidropônica", "germinação", "colheita" e os nomes das diferentes hortaliças (alface roxa, cressa, rúcula, etc.), demonstrando a internalização do aprendizado. A atividade de montar o próprio sanduíche mostrou o desenvolvimento da autonomia e da capacidade de fazer escolhas. Fortalecimento do vínculo com as famílias, pois as crianças compartilharam com seus familiares as experiências vivenciadas no CEI.



DESAFIOS E LIÇÕES APRENDIDAS

Não foram observadas dificuldades na realização das atividades, pois a prática foi feita de maneira prazerosa e significativa, conforme o interesse das crianças. Um dos resultados mais significativos da atividade foi o avanço de uma criança que apresenta seletividade alimentar. O ambiente de autonomia e a participação na montagem do sanduíche a incentivaram a explorar os ingredientes. Embora tenha provado somente o pão, o fato de ela ter participado ativamente, tocando, escolhendo e colocando todas as hortaliças para o seu prato, é um marco importante e demonstra o potencial da horta em transformar a relação das crianças com o alimento.

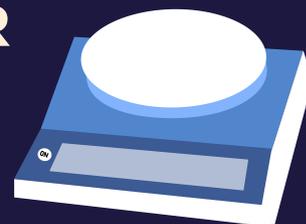
NOTA DA EQUIPE AVALIADORA

A atividade de montar o próprio sanduíche se mostrou uma boa estratégia para incentivar o consumo de verduras. O avanço inicial na seletividade alimentar demonstra o potencial das atividades com alimentos para auxiliar crianças com essa dificuldade. Para além destas ações, é fundamental ações educativas que ensinem as crianças a fazerem escolhas conscientes, cultivando nelas a autonomia necessária para que, no futuro, continuem priorizando o que é nutritivo para a saúde.



VOCÊ SABE A QUANTIDADE DE AÇÚCAR PRESENTE NOS ALIMENTOS?

AUTORA: Thauana Naiara Oliveira



PÚBLICO

Maternal 2 | 41 crianças

JUSTIFICATIVA

Promover a conscientização na escola e nas famílias sobre uma alimentação e hábitos saudáveis, que podem prevenir futuros problemas de saúde, como diabetes, obesidade, entre outros.

OBJETIVO

Esta experiência tem como objetivo explorar a quantidade de açúcar presente nos alimentos por meio da análise dos rótulos. As crianças identificarão a quantidade de açúcar em diferentes produtos e, em seguida, colocarão essa quantidade em uma embalagem para pesá-la, ajudando-as a compreender visualmente e na prática a proporção de açúcar em cada alimento.

RECURSOS

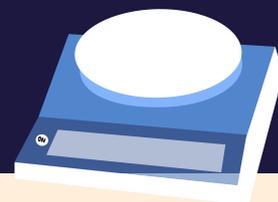
Embalagens diversas de alimentos, balança de cozinha, açúcar, embalagens para dispor o açúcar após pesado, funil, papel craft, tesoura, fita crepe, caixas de papelão, cola branca, cola quente.



DESCRIÇÃO

Iniciamos a experiência em uma roda de conversa, apresentando as embalagens que elas trouxeram, mediante a solicitação antecipada para as famílias. Em seguida, conversamos sobre os rótulos, onde cada alimento contém seu rótulo com suas informações específicas, e que seria a partir da análise desses rótulos que iríamos iniciar a nossa pesquisa. Selecionando um alimento por vez, analisamos a quantidade de açúcar e em seguida, pegamos a balança de cozinha e despejamos dentro de um plástico transparente a quantidade de açúcar, que foi pesado até chegar na quantidade informada daquele alimento. Após esse momento, mostramos a todos o alimento e sua quantidade indicada, para que pudessem analisar e visualizar a quantidade do mesmo. Após realizarmos esse processo com todos os alimentos, utilizamos caixas de papelão já encapadas com papel craft e colamos esses alimentos com sua respectiva quantidade de açúcar dentro do plástico transparente ao lado, para a comparação dos mesmos. Esse material foi exposto no refeitório das crianças.





MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO

A avaliação dessa experiência foi realizada através de relatos das crianças sobre a quantidade de açúcar que visualizavam ao longo do processo, relatando não ser um alimento saudável, observando os rótulos e afirmando se consomem ou não tais alimentos. Analisamos também a noção da quantidade, relatando ser muito ou pouco açúcar comparado aos alimentos.

RESULTADO

O resultado dessa experiência foi positivo não somente para as crianças, mas também para o corpo docente da unidade, que visualizaram a quantidade de açúcar e relataram estar impressionados, reavaliando as suas escolhas alimentares. Isso com certeza se estende a toda a comunidade.

DESAFIOS E LIÇÕES APRENDIDAS

A participação das famílias quanto a contribuição da entrega das embalagens solicitadas.

NOTA DA EQUIPE AVALIADORA

A atividade é extremamente eficaz, pois transforma um dado abstrato, como a quantidade de açúcar no rótulo, em algo concreto e visualmente impactante. Para aprimorar ainda mais a experiência, seria valioso trabalhar de forma mais direta com os pais, que são os responsáveis pela compra dos alimentos. Ao envolvê-los ativamente na análise dos rótulos e na reflexão sobre o tema, a UE garante que a lição aprendida, se estenda ao ambiente familiar, criando um impacto duradouro na saúde e no bem-estar de todos.



PIQUENIQUE DA CRECHE



AUTORAS: Andressa M. Q. de Oliveira, Danielle N. dos S. Regis e Cristiane G. C. Moller

PÚBLICO

Berçário e maternal | 58 crianças

JUSTIFICATIVA

A interação entre as turmas promove o engajamento e socialização com outros pares de idades diferentes. É importante, também, incentivar a alimentação saudável por meio do lúdico. Neste projeto, foram utilizadas ferramentas como as fantasias de "chapeuzinho vermelho" após o momento contação de história, finalizando com a entrega de uma deliciosa cesta de frutas que encantou o olhar.

OBJETIVO

Interagir com crianças da mesma faixa etária, de outras faixas etárias e adultos ao explorar espaços internos e externos, materiais, objetos e brinquedos. Compartilhar os objetos e os espaços internos e externos com crianças da mesma faixa etária, de outras faixas etárias e adultos. Explorar e descobrir as propriedades de objetos e materiais (odor, cor, sabor, temperatura e texturas). Explorar e descrever semelhanças e diferenças entre as características e propriedades dos objetos (textura, massa, tamanho).

RECURSOS

Toalhas, fantasia, cardápio oferecido pela Unidade (pão com doce de banana e mamão) e cesta com frutas.

DESCRIÇÃO

As professoras do berçário 2, maternal 1 e maternal 2, promoveram um piquenique entre as turmas de forma harmoniosa, vestindo-se de "chapeuzinho vermelho" e trazendo a cesta de frutas que ambientou o espaço e aguçou a vontade das crianças em provar o alimento oferecido.

MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO

Foi registrado por meio de fotos e vídeos.

RESULTADO

As crianças comentaram que estavam felizes, crianças que não comiam aceitaram provar o mamão.

DESAFIOS E LIÇÕES APRENDIDAS

O maior desafio foi gerenciar o grande número de crianças, porém, com parceria e apoio de todos, a atividade foi um sucesso.

NOTA DA EQUIPE AVALIADORA

A proposta despertou curiosidade e incentivou a degustação de frutas, mostrando que a fantasia pode tornar a alimentação saudável mais atrativa. A abordagem pode se fortalecer com metodologias participativas, envolvendo as crianças na montagem e na decoração do refeitório e com atividades sobre alimentação em sala de aula, dentro da temática.



CONSTRUINDO CONHECIMENTOS COM A RECEITA DE PIZZA



AUTORAS: Maurineia G. da S. Alfaia e Laís R. dos S. de Souza

PÚBLICO

Pré-escola

JUSTIFICATIVA

A atividade de fazer uma pizza foi uma forma de unir várias áreas do conhecimento. Ela ensinou as crianças sobre a estrutura e vocabulário do gênero textual receita e, na prática, explorou conceitos de matemática como quantidades e medidas. Além disso, a experiência ajudou a desenvolver a coordenação motora, a autonomia, a atenção e o pensamento lógico, ao mesmo tempo que promoveu habilidades de interação social, cooperação e respeito. O uso da culinária como ferramenta pedagógica também amplia o repertório alimentar.

OBJETIVO

- Participar de atividades em grupo, respeitando regras e convivendo com a diversidade.
- Reconhecer e utilizar a linguagem escrita como forma de comunicação e expressão.
- Interessar-se pela leitura, escuta e relato de textos diversos, ampliando seu repertório cultural.
- Estabelecer relações entre o número de elementos de uma coleção e a quantidade representada oralmente.
- Estimar e comparar quantidades no uso de medidas convencionais e não convencionais.



RECURSOS

Cartaz com a receita, Ingredientes, utensílios, materiais de higiene e segurança e espaço: mesa central para preparação, bancos organizados, forno e mesa de apoio com os recheios e massas.

DESCRIÇÃO

A atividade de fazer pizza começou com a exploração do gênero textual "receita", onde as crianças aprenderam sua estrutura ao desenhar e tentar escrever os passos. Em seguida, foram introduzidos conceitos de medição, usando tanto medidores formais quanto informais. O preparo da massa foi um trabalho em equipe, com a professora lendo a receita passo a passo e as crianças participando ativamente, medindo e misturando os ingredientes. Após a massa crescer, elas montaram as pizzas em pequenos grupos, escolhendo os recheios. A atividade culminou com a degustação e uma conversa final, reforçando conceitos de culinária e matemática de maneira lúdica e prática.





MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO

Acompanhamento por parte dos profissionais adultos para manter a segurança e prevenir incidentes, observação da prática e participação das crianças.

RESULTADO

O projeto proporcionou uma série de aprendizados para as crianças: compreensão de gênero textual, vocabulário, matemática, memória, coordenação motora fina e exploração sensorial, tátil e gustativa, ao tocar e transformar os ingredientes e saborear a pizza.

DESAFIOS E LIÇÕES APRENDIDAS

O projeto enfrentou desafios como a impaciência das crianças durante a espera, a organização do grupo em momentos mais longos e as limitações alimentares. Para superar isso, notou-se que dividir a turma em grupos menores poderia ter melhorado a participação. Mesmo com a movimentação da turma, as crianças foram acolhidas e organizadas, o que favoreceu o engajamento coletivo. A linguagem acessível e as demonstrações visuais facilitaram o aprendizado. A atividade proporcionou uma experiência concreta de letramento e exploração de números de forma prática, reforçou a cooperação, o vínculo entre os alunos e as professoras, e promoveu autonomia e higiene.



NOTA DA EQUIPE AVALIADORA

As crianças participaram de todas as etapas da preparação de pizzas, explorando leitura, escrita e medidas de forma prática. A culinária foi usada como ferramenta de letramento e matemática. A atividade da pizza é, de fato, riquíssima e com grande potencial de aprendizado, podendo explorar diversas temáticas e objetivos, como ampliar o repertório alimentar das crianças incluindo verduras entre as opções de recheio, e promover reflexões sobre a diferença entre alimentos feitos em casa com alimentos 'in natura' e os ultraprocessados (Pizza congelada), desta forma, desenvolvendo a autonomia das crianças para que façam escolhas mais conscientes no dia a dia. E claro, estender a ação até as famílias para resultados mais efetivos.



EXPLORANDO UMA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

AUTORA: Jéssica Fuckner de Borba



PÚBLICO

Pré-escola | 8 crianças

JUSTIFICATIVA

A ação é importante para a comunidade escolar por promover hábitos alimentares saudáveis desde a infância, fortalecendo a consciência sobre escolhas equilibradas e incentivando o consumo de frutas, verduras e vegetais. Além de integrar família, escola e profissionais da saúde, a proposta contribui para a formação de cidadãos mais conscientes, autônomos e responsáveis pelo próprio bem-estar.

OBJETIVO

O objetivo é incentivar as crianças a fazerem escolhas mais saudáveis, valorizando frutas, verduras e vegetais. A prática busca estimular autonomia, auto-cuidado e interesse por bons hábitos alimentares de forma lúdica e prazerosa.

RECURSOS

Frutas variadas, verduras, legumes, utensílios de cozinha (facas sem ponta, tigelas, copos, e colheres), cartolinas, diversos tipos de papéis, tesoura, cola, fita adesiva, revistas, livros, encarte de mercado, jogos confeccionados, materiais de desenho e pintura.

DESCRIÇÃO

A primeira atividade iniciou com uma conversa orientada pela nutricionista da SEPAT, que explicou de forma lúdica a importância da alimentação saudável e o consumo de frutas, verduras e vegetais. As crianças participaram da construção do semáforo da alimentação, classificando alimentos em "saudáveis", "moderados" e "a evitar", promovendo reflexão sobre escolhas diárias. Realizamos uma votação das frutas preferidas do grupo e, em seguida, construímos coletivamente um gráfico simples, estimulando a contagem, a organização de dados e o reconhecimento de quantidades. Criamos um jogo da memória com as saladas preferidas das crianças, incentivando a ludicidade, a memória visual e a valorização de hábitos alimentares saudáveis. Em outro momento, cada criança desenhou e coloriu frutas e verduras, exercitando a coordenação motora fina e a expressão criativa. Para encerrar, fizemos o preparo coletivo de uma salada de frutas, em que as crianças nomearam, contaram, cortaram e serviram utilizando utensílios adequados, além de degustarem a receita. No decorrer do ano, fazemos visitas à horta colhendo alimentos e explorando ainda mais uma alimentação adequada.





MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO

O monitoramento ocorreu por meio da observação direta das crianças durante cada atividade, registrando se conseguiam classificar alimentos, expressar preferências, organizar o gráfico, desenhar e colorir, além de participar do preparo da salada de frutas. A avaliação considerou a autonomia, a coordenação motora, a expressão oral e o envolvimento nas propostas.

RESULTADO

As crianças demonstraram maior interesse por frutas e verduras, participaram ativamente das propostas e ampliaram o vocabulário sobre alimentação saudável. A maioria conseguiu expressar preferências, classificar alimentos e organizar dados em gráficos simples. Nos relatos, destacaram alegria em preparar e experimentar a salada de frutas, mostrando envolvimento e valorização do tema.



DESAFIOS E LIÇÕES APRENDIDAS

A dificuldade esteve em um aluno que não quis experimentar a salada de frutas, o que mostra a necessidade de respeitar escolhas individuais e, ao mesmo tempo, buscar novas estratégias para incentivar a participação e ampliar experiências alimentares. Houve também crianças que experimentaram certos tipos de frutas pela primeira vez, revelando a importância da atividade como oportunidade de novas descobertas.

NOTA DA EQUIPE AVALIADORA

Com diversas abordagens, o projeto não se limitou a uma única ação, mas seguiu uma progressão lógica: da conversa com a nutricionista à construção do semáforo, do jogo da memória ao preparo da salada de frutas. Essa variedade de atividades garantiu que o tema fosse explorado de forma consistente, reforçando a aprendizagem e mantendo o engajamento das crianças em todas as etapas.



RAÍZES E SABERES: O CULTIVO E A CULTURA ALIMENTAR INDÍGENA

AUTORA: Marli de Oliveira Martins



PÚBLICO

Maternal | 26 crianças

JUSTIFICATIVA

Havíamos percebido que as crianças não se interessavam muito por alguns tipos de alimentos, então fizemos várias experiências que pudessem contribuir para reverter essa situação.

OBJETIVO

Proporcionar uma alimentação saudável, conhecer a cultura indígena, acompanhar desde o plantio até colheita.

RECURSOS

Terra, ramas de aipim, batatinha do taiá.



DESCRIÇÃO

Esta vivência educativa envolveu as crianças em um projeto de cultivo de alimentos inspirado nos costumes indígenas, após uma roda de conversa que despertou grande curiosidade sobre o tema, especialmente a agricultura. Ao longo de dois anos, as crianças participaram ativamente de todo o processo, desde o plantio, acompanhando os cuidados necessários para o crescimento das plantas, até a colheita, com destaque para o aipim e o inhame. A experiência culminou com o cozimento e a degustação dos alimentos cultivados, proporcionando uma refeição profundamente significativa que uniu o conhecimento prático sobre o ciclo dos alimentos ao aprendizado cultural.

O projeto abordou temas ricos e diversos, como alimentação saudável, o processo de cultivo, e a cultura alimentar dos povos indígenas, ampliando a visão das crianças sobre diversidade cultural e a importância dos alimentos naturais. A participação entusiasmada da turma, mesmo sendo de crianças pequenas, demonstrou o valor da aprendizagem prática e concreta. Essa experiência transformadora contribuiu significativamente para o desenvolvimento de conhecimentos sobre sustentabilidade, valorização das tradições indígenas e a compreensão do valor do trabalho agrícola.



MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO

Registro diário ou semanal das atividades e observações feitas pelas crianças e pela professora, anotando o crescimento das plantas, cuidados realizados e eventuais dificuldades. Fotografias e vídeos para documentar o desenvolvimento da plantação e o envolvimento das crianças. Reuniões periódicas para avaliar o progresso do projeto e ajustar as práticas quando necessário. Conversas regulares com as crianças para ouvir suas percepções, dúvidas e descobertas ao longo do processo. Relatórios ou diários pedagógicos elaborados pela professora para sistematizar as aprendizagens e os resultados alcançados.



DESAFIOS E LIÇÕES APRENDIDAS

A importância do envolvimento ativo das crianças para o aprendizado significativo. Valorizar o tempo e o processo, entendendo que o cultivo é um ciclo que exige paciência e dedicação. A riqueza do aprendizado cultural ao conhecer e respeitar tradições indígenas. Como a vivência prática contribui para o desenvolvimento do senso de responsabilidade e cuidado com o meio ambiente.

NOTA DA EQUIPE AVALIADORA

A experiência com o cultivo do aipim e inhame aproximou as crianças da cultura indígena, despertou cuidado, responsabilidade e autonomia. Promoveu aprendizado sobre alimentação saudável, sustentabilidade e valorização dos alimentos naturais. De forma geral, a atividade uniu prática, cultura e alimentação, promovendo aprendizagens concretas e significativas para toda a turma, podendo ser ampliado para outras turmas.



RECEITA DO SUCO DO HULK



AUTORAS: Samara P. Pereira, Carla C. Fernandes e Lilian R. R. de Britto

PÚBLICO

Maternal 2 | 19 crianças

JUSTIFICATIVA

Proporcionar às crianças vivências sobre alimentação saudável, o contato com a natureza, com ingredientes da nossa horta. Estimular hábitos alimentares saudáveis, valorizar o cultivo e o consumo de alimentos in natura.

OBJETIVO

Explorar o processo do plantio na horta, colher, preparo até chegar ao prato pronto para degustar. Ampliar o conhecimento e interesse por alimentos naturais.

RECURSOS

Mudas de brócolis, terra e água, para o cultivo. Preparação do suco: liquidificador, brócolis, maçã e limão.

DESCRIÇÃO

Acompanhamento do crescimento do brócolis. Fazer a leitura da receita. Visita a horta para colher o ingrediente principal, higienizar o brócolis, cortar e preparar com o auxílio das professoras. Preparo do suco no liquidificador. Degustar o suco e conversar sobre o sabor.





MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO

Foi realizada através da observação, fotos, durante todo o processo, com escuta das falas e decisões do grande grupo.

RESULTADO

As crianças demonstraram curiosidade, participaram ativamente no processo, respeitando a vez do amigo. Desafios: manter atenção de todas as crianças, durante a espera. Lição; fracionar as tarefas em grupos menores. Relataram suas percepção sobre a cor verde associando ao personagem. Fala das crianças: "ficaram fortes" depois de consumir o suco.



DESAFIOS E LIÇÕES APRENDIDAS

O desafio foi garantir que todas as crianças tivessem participação igualitária. Para melhorar, a sugestão seria organizar a atividade em estações, permitindo que os grupos realizassem as diferentes etapas de forma simultânea. A contribuição foi o fortalecimento da autonomia, o incentivo à alimentação saudável e a ampliação do vocabulário e das experiências sensoriais.

NOTA DA EQUIPE AVALIADORA

A atividade explorou o ciclo completo do alimento, utilizando a culinária e a degustação com uma abordagem lúdica e criativa.



PEQUENOS HORTELÕES: DA SEMENTE AO PRATO

AUTORAS: Mara Moreto e Juliana S. Reinert



PÚBLICO

Pré-escola | 41 crianças

OBJETIVO

Estimular hábitos alimentares saudáveis desde a infância promovendo o contato direto com o cultivo de alimentos e fortalecendo a compreensão do ciclo de vida da alface (crespa, lisa e roxa)

RECURSOS

Vivenciar o processo completo do cultivo do alface desde o plantio até a colheita. Pretende-se promover aprendizagem sobre a importância do sol, da água e dos cuidados necessários para a sua germinação.

DESCRIÇÃO

Apresentação da sequência didática com foco na alimentação saudável. Leitura dos livros de apoio para contextualização do tema. Preparação da terra. Plantio das sementes feito pelas crianças, acompanhamento semanal do crescimento da planta. Importância do sol e da água para sua germinação. Limpeza do canteiro semanalmente (retirar matinhos). Observação e registro do crescimento por meio de desenhos e gráficos com medidas.





MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO

Discussão sobre uma alimentação saudável, os desafios enfrentados durante o cultivo do alface: variação do clima (chuva e sol) e presença de insetos (formiga e lagarta).

RESULTADO

Conscientização sobre a importância da alimentação saudável, ciclo de vida do alface, zelo pelo meio ambiente, ampliação do repertório alimentar da criança (degustação do alface plantado). Das 41 crianças que recusavam alface durante a refeição 6 delas experimentaram as alfaces produzidas pela turma.

DESAFIOS E LIÇÕES APRENDIDAS

Diferentes insetos presentes no canteiro e variação climática. Como contribuição central a compreensão do processo de cultivo da alface.

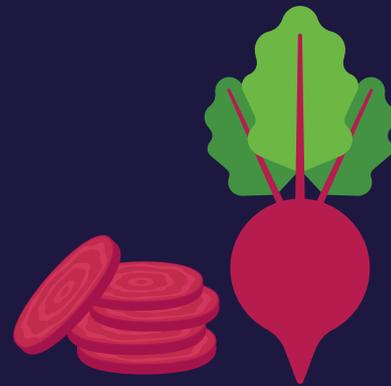
NOTA DA EQUIPE AVALIADORA

A ação integrou a horta e a alimentação saudável a componentes como matemática, linguagem e ciências, criando um rico aprendizado. Para continuar a transformar os hábitos alimentares das crianças, é fundamental ampliar as estratégias para que a aceitação e o consumo de diversas hortaliças sejam apreciados por um número ainda maior de alunos.



APRENDIZAGEM VISÍVEL COM SABOR DE BETERRABA

AUTORA: Elisângela Aparecida da Silveira



PÚBLICO

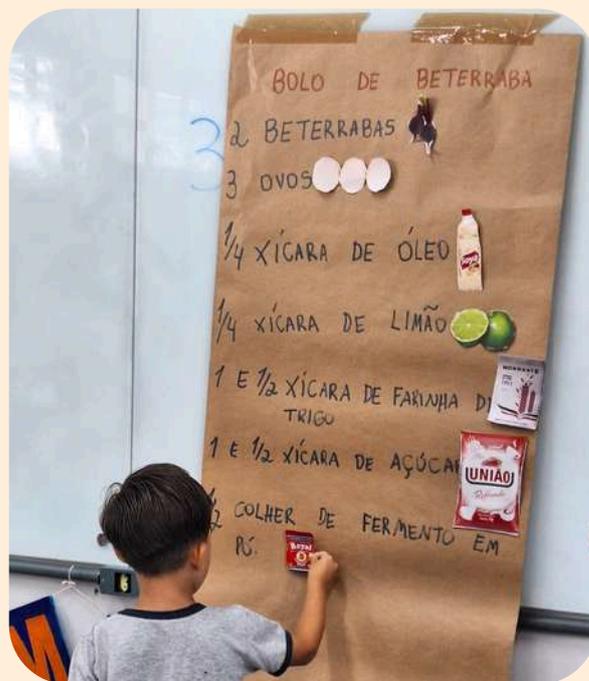
Pré-escola | 17 crianças

JUSTIFICATIVA

A beterraba não é um alimento muito apreciado durante o momento do lanche, percebendo essa situação, o legume beterraba passou de salada para o ingrediente principal do bolo.

OBJETIVO

Promover a alimentação saudável entre os alunos, incentivando o consumo de alimentos naturais e nutritivos, por meio do preparo do bolo de beterraba. Além disso, proporcionar uma atividade prática que desperte o interesse pela culinária e a conscientização sobre os benefícios dos vegetais para a saúde. Desenvolver a escrita e a leitura de uma receita simples. Trabalhar a sequência lógica dos passos. Estimular o interesse pela alimentação saudável. Ampliar o vocabulário e a comunicação oral e escrita.



RECURSOS

Livro literário, Ingredientes da receita, utensílios de cozinha para preparo do bolo, Cartaz da receita, papel e lápis de escrever, gravuras de ingredientes.

DESCRIÇÃO

As crianças participam de uma atividade em que criam coletivamente uma receita de bolo de beterraba, com a professora atuando como escriba. Elas exploram os ingredientes, suas letras e texturas, e são incentivadas a fazer suas próprias escritas espontâneas. Após preparar e degustar o bolo em um piquenique, a turma elabora um gráfico para avaliar a receita. Cada criança vota, colocando seu nome nas colunas "sim" ou "não", e no final, a turma faz a contagem e o registro dos votos para analisar o resultado.





MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO

Através de observação das crianças na realização das propostas. Observar a escrita espontânea das crianças. Quem já usa letras para representar a escrita? As crianças sabiam o que era um gráfico? Quantas crianças gostaram do bolo? E quantas não gostaram?

RESULTADO

As crianças participaram ativamente na construção coletiva da receita, na escrita espontânea e na elaboração do bolo. Olhos atentos, mãos brincando de escrever receita, mesmo que 'copiando' do quadro, essa 'escrita espontânea' fez com que as crianças fizessem vários questionamentos: 'Mas eu não sei escrever, eu não sei as letras' e aos poucos, com a escrita coletiva várias crianças vieram mostrar com orgulho suas produções. A beterraba que não é apreciada no lanche, fez sucesso sendo o ingrediente principal do bolo, com 92% de aprovação entre os alunos. O resultado foi registrado em um gráfico, uma novidade para as crianças, que rapidamente o entenderam e passaram a explicá-lo com entusiasmo para suas famílias na entrada da escola. Os relatos dos pais confirmaram o sucesso, com muitos alunos pedindo para fazer a receita em casa, reforçando a criação de memórias felizes e saudáveis.



DESAFIOS E LIÇÕES APRENDIDAS

Gostaríamos que a beterraba utilizada na receita tivesse sido cultivada pelas crianças na escola, porém como foi no mês de fevereiro não havia ainda sido plantada as mudas ou sementes.

NOTA DA EQUIPE AVALIADORA

As crianças vivenciaram a escrita espontânea da receita e a construção de um gráfico. Nos desafios e lições aprendidas vemos claramente a intencionalidade pedagógica, porém poderia ter sido ampliado.

O sucesso do bolo de beterraba é uma excelente oportunidade para o próximo passo: verificar a aceitação da salada. Para potencializar ainda mais essa ação, uma etapa de continuidade, seria trabalhar a beterraba em seu formato original até chegar na salada, além de abordar os benefícios dos vegetais.



A CULINÁRIA DOS POVOS ORIGINÁRIOS

AUTORA: Marineusa Woznica Silva



PÚBLICO

Maternal | 8 crianças

JUSTIFICATIVA

Explorar as diferentes culturas e as diferenças, assim como conhecer os costumes da cultura indígena.

OBJETIVO

Conhecimento de outras culturas, respeito pelos costumes e a alimentação saudável através das receitas culinárias.

RECURSOS

Mandioca, farinha de trigo, manteiga, ovo, cheiro verde, sal, bacia média, colher, garfo e air fryer.

DESCRIÇÃO

- Roda de conversa sobre a cultura indígena.
- Participação das crianças durante a preparação da receita "Bolinho de mandioca".
- Apresentação dos ingredientes.
- Acrescentar os ingredientes na massa e preparo da receita.
- Formar os bolinhos e colocar na air fryer para assar.
- Apreciação e degustação da receita preparada.

MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO

Por meio de registros descritivos, fotográficos e observações.



RESULTADO

Foi uma experiência prazerosa. Percebemos o interesse das crianças pela culinária.

DESAFIOS E LIÇÕES APRENDIDAS

O desafio superado foi o de as crianças aceitarem provar o bolinho de mandioca.

NOTA DA EQUIPE AVALIADORA

A atividade conseguiu trabalhar a cultura alimentar e a culinária e pode ainda ser ampliada, trazendo outros alimentos da culinária indígena e ligando estes a uma alimentação saudável. Em paralelo, é possível trabalhar outros aspectos da cultura indígena, como lendas, músicas e danças.

ALICE PELO PAÍS DAS MARAVILHAS: UM BANQUETE LÚDICO E SAUDÁVEL

AUTORA: Kátia Regina Alexandre Esmera Aristich



PÚBLICO

Maternal | 30 crianças

JUSTIFICATIVA

A promoção de hábitos alimentares saudáveis desde a infância é fundamental para o seu desenvolvimento integral. No entanto, estimular esse comportamento pode ser desafiador, especialmente diante da grande oferta de alimentos ultraprocessados e da falta de interesse natural por frutas, legumes e verduras. Diante disso, é necessário utilizar abordagens criativas e lúdicas que despertem a curiosidade e o envolvimento das crianças, como por exemplo utilizando o mundo encantado e saudável com os personagens do universo da Alice.

OBJETIVO

Promover o interesse e a sensibilização das crianças por alimentos saudáveis por meio de atividades lúdicas, afetivas e interativas, com base no cardápio institucional e nas fantasias inspiradas na obra “Alice no País das Maravilhas”, estimulando escolhas alimentares equilibradas, o consumo de alimentos in natura e o desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis.

RECURSOS

Pratos, talheres, taças, guardanapos, flores, toalhas, enfeites temáticos, cardápio do dia, trilha sonora temática, decoração da mesa e personagens da história.



DESCRIÇÃO

A proposta foi realizada durante o momento do almoço, integrando a rotina alimentar à vivência lúdica do projeto Alice no País das Letras. A sala foi decorada com o tema, e os alunos foram recebidos pelos personagens Alice e o Chapeleiro Maluco. As mesas estavam postas com toalhas, taças coloridas (plástico), guardanapos com flores e trilha sonora suave. Os alimentos foram organizados cuidadosamente em um buffet adaptado à altura das crianças para servirem-se sozinhos, desenvolvendo autonomia. O cardápio seguiu as orientações da nutricionista da rede municipal, incluindo alimentos saudáveis e variados. As crianças sentaram-se à mesa e participaram com alegria, socializando, provando alimentos e interagindo com o cenário. Ao final, as crianças tiveram a oportunidade de conversar com os personagens da história, mencionando o que comeram e o que mais gostaram, encerrando a experiência com música leve e conversas afetivas.





MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO

A observação direta das interações das crianças, sua curiosidade, aceitação dos alimentos e participação ativa, foram os principais indicadores de avaliação, que foram registrados através de comportamentos espontâneos e falas que indicaram envolvimento e encantamento.

RESULTADO

As crianças vivenciaram o momento do almoço com encantamento e interesse. Demonstraram autonomia para servirem-se e curiosidade para experimentar todos os alimentos ofertados. A ambientação temática potencializou o envolvimento e proporcionou uma vivência afetiva em torno da alimentação saudável e mediante os relatos das famílias, que reforçaram o impacto positivo da ação no dia a dia.



DESAFIOS E LIÇÕES APRENDIDAS

O maior desafio foi alinhar o encantamento lúdico com o tempo de permanência das crianças sentadas à mesa. Aprendemos que a ludicidade e o vínculo afetivo aumentam o interesse pela alimentação saudável e reforçam a participação ativa das crianças. A integração com os profissionais da cozinha foi essencial para o sucesso da proposta.

NOTA DA EQUIPE AVALIADORA

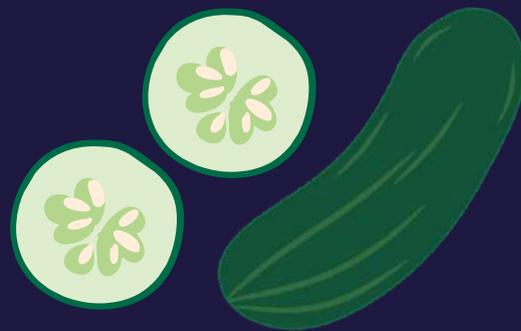
A proposta transformou o almoço em um momento encantado, vivenciaram a alimentação saudável de forma lúdica e afetiva.

O projeto demonstrou, na prática, como o ambiente da refeição, a apresentação do alimento e as atitudes dos educadores podem influenciar positivamente os hábitos das crianças. A abordagem pode se fortalecer com metodologias participativas, envolvendo as crianças na montagem e na decoração do refeitório e com atividades sobre alimentação em sala de aula, dentro da temática.



CULTIVANDO SABORES

AUTORA: Ana Neves



PÚBLICO

Maternal | 22 crianças

JUSTIFICATIVA

A ação foi importante, pois a criança pode manifestar sua preferência pela verdura que desejava plantar na Horta pedagógica, utilizando uma eleição como ferramenta para escolher entre o repolho, pepino, cenoura, alface e tomate. Em seguida participar de todo o processo de preparar a terra, semear, ver a semente germinando, acompanhar o crescimento e transplantando para o canteiro, acompanhar a floração e o surgimento dos pepinos. Com a colheita a criança pode provar o que plantou.

OBJETIVO

Compartilhar com outras crianças situações de cuidado de plantas e animais nos espaços da instituição e fora dela. Desenvolver bons hábitos alimentares a partir do contato com a horta pedagógica. Aprender de onde vem os alimentos e a importância de cultivar seu próprio alimento. Desenvolver os cuidados com plantas e toda a natureza. Oportunizar momentos de interação com o meio ambiente.

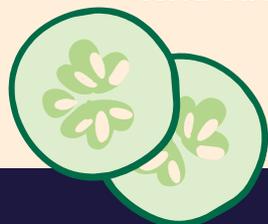
RECURSOS

Notebook, chromebook, sementes, mudas de hortaliças, cartaz, regador, terra adubada, pazinhas.



DESCRIÇÃO

Inicialmente foi realizada uma sondagem para saber a preferência das crianças com relação às hortaliças. Roda de conversa para saber o que as crianças sabiam sobre eleições e votação. Com o levantamento prévio, foi organizada uma eleição usando Google formulário no chromebook, na cabine de votação cada criança pode escrever seu nome utilizando o teclado e em seguida votar na hortaliça que gostaria de cultivar no espaço da horta pedagógica. Gráfico das hortaliças mais votadas: analisamos e realizamos a contagem dos resultados dos votos. Visita para conhecer o espaço da horta e a escolha do canteiro da turma. Exploramos a terra do canteiro brincando e mexendo na terra com as mãos. Semearmos sementes de tomate na floreira. Transplantamos as mudas de tomates para o canteiro e plantamos também mudas de repolho e pepino. Cuidamos e acompanhamos semanalmente o canteiro e o primeiro a florir e produzir foi o pepino que colhemos e as crianças degustaram.





MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO

Foi realizado o acompanhamento do processo onde uma vez por semana era feita a visita a horta, as crianças acompanharam todo o processo desde a sondagem do que plantar, a votação, a sementeira, o transplante das mudas, o crescimento, a florada, o surgimento dos pepinos, a colheita e a degustação. Avaliamos de forma positiva como conseguimos envolver todas as crianças desde o início até o final do processo, percebendo que crianças que não comiam salada na refeição provaram e quiseram mais, assim a semente foi plantada para uma alimentação saudável.

RESULTADO

Nosso resultado foi positivo pela interação das crianças com o meio ambiente e com a alimentação saudável. Crianças que no momento da refeição não comem a salada, provaram o pepino. De 22 crianças somente 3 não quiseram provar. Luna explicou: “Não tenho horta em casa, moro no apartamento”. Ao falar sobre a horta Manuela comentou: “Na casa do meu vô tem horta, mas a minha irmã não deixa eu mexer”, ou seja, no CEI, Manuela teve a oportunidade de explorar e acompanhar o desenvolvimento do que foi plantado no espaço da Horta pedagógica.



DESAFIOS E LIÇÕES APRENDIDAS

O número grande de crianças, que exigiu que a professora dividisse a turma em pequenos grupos para garantir que todos pudessem participar e focar. O clima de Joinville também foi um obstáculo, com longos períodos de chuva que impediram as visitas à horta. No entanto, esses desafios se tornaram oportunidades de aprendizado. As crianças observaram como o clima afetou as plantas, percebendo que as folhas de pepino foram danificadas pelo frio. A experiência na horta gerou resultados positivos, com os alunos experimentando novas hortaliças e aprendendo sobre os cuidados necessários para o cultivo.

NOTA DA EQUIPE AVALIADORA

A experiência integrou exploração do meio ambiente, hábitos alimentares saudáveis e aprendizagem prática. O aprendizado resultou em um impacto real e mensurável, fazendo com que 19 das 22 crianças que não comiam salada provassem o pepino que elas mesmas cultivaram. Para verificar se houve mudanças duradouras nos hábitos alimentares, é interessante, em um 2º passo, monitorar o consumo de verduras na merenda escolar.

HORTA NA ESCOLA

AUTORA: Dirlene Calixto de Farias



PÚBLICO

Pré-escola | 94 Crianças

JUSTIFICATIVA

A horta escolar tem grande relevância para toda a comunidade escolar, pois proporciona um espaço de convivência, aprendizado e engajamento coletivo. Ao envolver crianças, educadores, funcionários e famílias, ela fortalece o vínculo entre escola e comunidade, incentiva o senso de responsabilidade compartilhada e promove práticas sustentáveis e saudáveis.



OBJETIVO

Desenvolver, nas crianças, atitudes de cuidado, respeito e responsabilidade com a natureza e o ambiente escolar; estimular hábitos alimentares saudáveis desde a infância; proporcionar experiências sensoriais, cognitivas e sociais por meio do contato direto com a terra, as plantas e os alimentos; ampliar o repertório das crianças em relação ao ciclo de vida dos alimentos e sua importância nutricional; trabalhar, de forma lúdica e integrada, conceitos matemáticos, científicos e linguísticos com base nas vivências da horta; valorizar o protagonismo infantil e o trabalho coletivo como formas de aprendizagem e convivência. a curiosidade e o cuidado com o meio ambiente e a alimentação saudável; promover o protagonismo infantil na escolha, plantio e cuidado com os alimentos; ampliar o vocabulário e os saberes sobre o ciclo de vida das plantas; estimular hábitos alimentares saudáveis por meio de vivências práticas; utilizar a horta como espaço de investigação, expressão e aprendizagem interdisciplinar.

RECURSOS

Ferramentas de jardinagem infantil (pás, regadores, enxadinhas); sementes e mudas de hortaliças, legumes e temperos; caixas de madeira ou canteiros elevados; terra adubada e compostagem orgânica; materiais recicláveis para sinalização e decoração da horta (palitos, placas, garrafas, etc.); papel, cartolina, lápis de cor, tinta guache para registros e cartazes; livros e músicas sobre alimentação e natureza; celulares e tabletes para registros.



DESCRIÇÃO

- Conversa inicial com as crianças sobre o que é uma horta e por que ela é importante;
- Apresentação de diferentes hortaliças e legumes, com rodas de conversa e imagens;
- Votação entre as crianças para escolher o que plantar na horta;
- Preparação do solo com ajuda das crianças e organização dos canteiros;
- Plantio das sementes e mudas escolhidas;
- Cuidados diários com a horta: regar, observar, tirar ervas daninhas;
- Registro do desenvolvimento das plantas por meio de desenhos, fotos e anotações;
- Elaboração de gráficos sobre alimentos saudáveis e preferidos pelas crianças;
- Colheita coletiva e preparo de receitas simples com os alimentos cultivados;
- Exposição dos trabalhos desenvolvidos pelas crianças para as famílias.



MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO

A avaliação foi realizada de forma contínua por meio da observação direta das crianças nas atividades, registros fotográficos, desenhos e rodas de conversa. Foram considerados o envolvimento, a curiosidade, o cuidado com a horta e as interações durante todo o processo.

RESULTADO

As famílias vieram na entrega dos registros avaliativos, visitaram a horta e apreciaram o resultado do trabalho. Também apresentamos as experiências por meio de vídeo e as mesmas ficaram muito satisfeitas. A horta foi uma ação muito positiva, pois proporcionou aprendizagens significativas e continua ativa neste segundo semestre — está linda, com muitas verduras e até morangos. Vamos continuar investindo nesse projeto.

DESAFIOS E LIÇÕES APRENDIDAS

Durante o projeto, enfrentamos desafios como caramujos e passarinhos que afetaram parte do cultivo. Também exigiu atenção contínua das crianças e mediação dos adultos. Superamos com diálogo, envolvimento da equipe e reorganização dos canteiros. A experiência reforçou a importância da persistência, do trabalho coletivo e da educação ambiental como prática constante.

NOTA DA EQUIPE AVALIADORA

A horta escolar promoveu protagonismo infantil, cuidado com o meio ambiente e contato direto com os alimentos. As crianças participaram do plantio à colheita, ampliando saberes sobre nutrição e natureza, além de envolver as famílias na valorização do projeto.

DO PLANTIO À PRODUÇÃO

AUTORA: Viliane Martins Fernandes



PÚBLICO

Ensino Fundamental I

JUSTIFICATIVA

A ação fortalece a relação da comunidade escolar com a alimentação saudável e sustentável, aproximando alunos do processo de plantar, colher e produzir alimento in natura. Valoriza a horta escolar como espaço de aprendizagem, promove consciência ambiental e nutricional, estimula o trabalho coletivo e reforça a importância de reduzir produtos industrializados na rotina, tornando a experiência necessária e significativa para toda a comunidade.

OBJETIVO

Estimular a vivência prática da agricultura escolar, desenvolvendo nos alunos a consciência sobre a origem dos alimentos e a importância da alimentação saudável. Incentivar o trabalho coletivo, a autonomia e a responsabilidade, valorizando a produção sem industrializados e fortalecendo vínculos com a comunidade escolar por meio do compartilhar.

RECURSOS

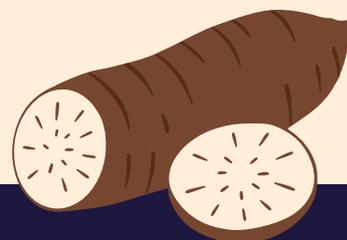
Horta escolar, ferramentas de jardinagem, aipim colhido, utensílios de cozinha, ingredientes naturais para o bolo, mesa, álcool para higienização da mesa ao ar livre e sala de professores para degustação.

DESCRIÇÃO

Iniciamos a aula apresentando o tema da diversidade cultural e a importância dos alimentos nas festas tradicionais. Conversamos com os alunos sobre diferentes culturas presentes na comunidade e no Brasil, destacando festas como Festa do Divino, festas juninas e tradições indígenas. Realizamos uma leitura coletiva e discussão sobre os alimentos típicos dessas festas, incentivando os alunos a compartilharem experiências pessoais. Proporcionamos uma atividade prática: os alunos observaram, manipularam e registraram os alimentos utilizados nas festas, identificando sua origem (natural, industrializado, local). Foi realizada uma dinâmica de comparação entre alimentos do passado e atuais, relacionando com hábitos alimentares e sustentabilidade. Por fim, os alunos produziram desenhos e pequenos textos sobre os alimentos e festas, reforçando a compreensão da diversidade cultural e da cidadania.

MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO

O acompanhamento foi feito por observação direta da participação e interesse dos alunos durante as atividades. A avaliação considerou a capacidade de identificar alimentos, relacionar com festas e culturas, registrar observações nos cadernos e produzir textos ou desenhos, evidenciando compreensão da diversidade cultural e dos hábitos alimentares.



RESULTADO

Os alunos demonstraram maior interesse e compreensão sobre diversidade cultural e alimentação. Participaram ativamente das atividades e apresentações em equipe, produziram desenhos e textos, e compartilharam experiências pessoais. Observou-se desenvolvimento de habilidades de trabalho coletivo, expressão oral e valorização das diferenças culturais. A dinâmica de produção do bolo foi divertida, especialmente para crianças que nunca haviam quebrado um ovo. Trabalharam a receita unindo matemática e raciocínio, refletindo sobre a mistura dos ingredientes e o resultado final. Houve engajamento, cooperação em equipe, valorização da diversidade cultural e expressão de criatividade.



DESAFIOS E LIÇÕES APRENDIDAS

O principal desafio foi organizar a apresentação dos cartazes, incentivando cada criança a falar em público e explicar sua pesquisa sem atrapalhar os colegas. A inquietude natural das crianças exigiu mediação para que cada uma cumprisse seu papel. A experiência reforçou cooperação, responsabilidade e valorização do aprendizado coletivo, além de aguardar o dia da receita para finalizar o conteúdo da diversidade.

NOTA DA EQUIPE AVALIADORA

Ao vivenciar o preparo da receita, as crianças refletiram sobre os alimentos de forma concreta e prazerosa. Essa vivência contribuiu para ampliar a consciência alimentar, desenvolver o gosto por alimentos preparados coletivamente e valorizar a diversidade de hábitos culturais ligados à comida. A experiência pode ser potencializada futuramente com debates sobre alimentos saudáveis, equilíbrio nutricional e a relação entre tradição e escolhas conscientes na alimentação. A prática da produção do bolo se destacou como recurso metodológico interdisciplinar. Ela uniu matemática, ciências, linguagem oral (explicação do processo), além de aspectos culturais (tradições alimentares) e sociais (trabalho em equipe).

FEIRINHA DA MATEMÁTICA

AUTORA: Alessandra Bello da Silva



PÚBLICO

Ensino Fundamental I | 300 estudantes

JUSTIFICATIVA

Contribui para o ensino e aprendizado dos alunos, desenvolvendo as habilidades necessárias os ajudando a desenvolver o raciocínio lógico-matemático, a noção de valor e de economia, a capacidade de tomar decisões e resolver problemas, e a compreensão do papel do dinheiro na sociedade.

OBJETIVO

Despertar o interesse e a motivação dos alunos, demonstrar suas aplicações práticas no cotidiano, desenvolver o raciocínio lógico e a criatividade, e promover a interação e o trabalho em equipe entre os estudantes. A atividade busca tornar a matemática mais acessível e interessante, incentivando também a busca por uma alimentação mais saudável, instigando os alunos a optarem pela merenda escolar.



RECURSOS

Frutas e cédulas fictícias.

DESCRIÇÃO

A atividade foi organizada na sala de aula. Uma feira com frutas expostas foi montada sobre algumas mesas. Cada aluno recebeu uma semana antes de iniciar o projeto as cédulas de dinheiro e moedas para serem recortadas e trazidas no decorrer do mês. No dia da aula, com a Feira montada, a turma foi dividida em grupos, para que assim todos pudessem participar da brincadeira.

Desenvolvimento:

1º aluno = caixa

2º aluno = atendente

3º aluno = cliente

A professora foi a responsável em dar os comandos e regras de como funcionava a Feirinha. Ela também observou se os alunos estavam fazendo corretamente a compra e venda das frutas e se ao passar no caixa as Operações Matemáticas estão sendo realizadas corretamente, de maneira que os clientes levassem o troco correto para casa.

Durante o mês de agosto a Feirinha da Matemática aconteceu nas aulas de educação física, sempre fazendo o rodízio dos estudantes para que todos pudessem participar, praticando as diferentes funções que ela oferece.



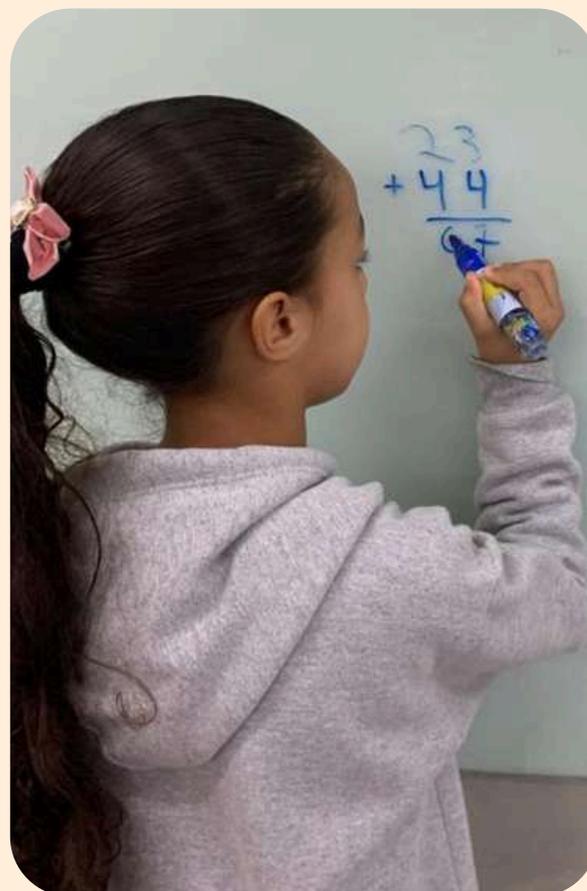


MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO

A avaliação foi contínua e através da observação dos alunos durante a realização da atividade.

RESULTADO

Com certeza o lúdico e tudo que é visual e manipulável facilita a compreensão e a absorção do conhecimento sobre quaisquer temas a serem abordados. A matemática aplicada de forma lúdica pode se tornar diversão, tornando o aprendizado mais prazeroso e quebrando tabus sobre a matemática.



DESAFIOS E LIÇÕES APRENDIDAS

Não houveram dificuldades, os professores regentes foram parceiros no projeto. Os alunos amaram a iniciativa e a interdisciplinaridade aconteceu de forma integral.

NOTA DA EQUIPE AVALIADORA

A ação é uma ótima inspiração de interdisciplinaridade entre a Educação Física e a Matemática. A utilização de frutas, em vez de embalagens, amplia o repertório alimentar dos estudantes e não reforça o consumo de ultraprocessados. Para aprofundar essa experiência, pode ser explorado uma infinidade de temáticas da alimentação de forma ampla gerando aprendizado prático e significativo, como a importância da alimentação saudável, origem dos alimentos, entre outros.

PEQUENAS AÇÕES, GRANDES LIÇÕES



PRAZER! EU SOU A ABÓBORA

AUTORA: Waleska Klymyszyn Hay



PÚBLICO

Berçário | 30 crianças

JUSTIFICATIVA

Promoção de hábitos alimentares saudáveis e desenvolvimento de habilidades sensoriais e cognitivas nas crianças, através do brincar sensorial, explorando as texturas, cheiros, cores e gostos.

OBJETIVO

Promover a atividade sensorial através do toque, do cheiro e sabor. Conhecer diversos tipos de abóboras.

RECURSOS

Abóboras de diversos tipos e cores, toalha, colheres, travessas.



DESCRIÇÃO

Na última visita à horta do vovô Walter, fomos presenteados por ele, com uma abóbora, colhida em sua horta. A partir deste presente, preparamos uma nova vivência.

As crianças foram levadas até o espaço preparado, observaram as diversas abóboras e foram ao encontro para manuseá-las, sentindo sua textura, cheiro e pesos diferentes.

Abóboras foram cortadas, aguçando a curiosidade das crianças para provar. Pratos com diferentes tipos de preparações (cozida/assada) foram servidas e a degustação iniciou, chamando atenção até daqueles que não demonstraram interesse inicialmente.

MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO

Durante a experiência, as professoras acompanharam as ações e reações das crianças, registrando as interações, falas, desempenho e participação das crianças. Avaliação de habilidades específicas, como sociais, motoras e cognitivas.

RESULTADO

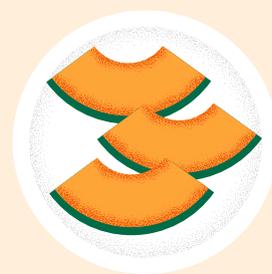
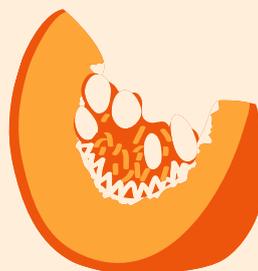
Melhor aceitação do alimento nas refeições; comunicação através da fala e apontamento do legume quando visualizada no refeitório ou na horta; comunicação com as famílias destacando os progressos e o desenvolvimento das crianças; documentação visual através da exposição das fotos da vivência.

DESAFIOS E LIÇÕES APRENDIDAS

Gerenciar o comportamento das crianças é um desafio durante as vivências, pois vai depender do interesse das mesmas, mas foi realizado com sucesso. A comunicação com as famílias também foi bastante positiva, que incentivaram a prática com as crianças.

NOTA DA EQUIPE AVALIADORA

A vivência com a abóbora despertou curiosidade e encantamento nas crianças, que exploraram textura, cheiro e peso, ampliando experiências sensoriais. A degustação de diferentes preparações favoreceu a aceitação do alimento, inclusive entre os que inicialmente não demonstravam interesse.



TOMATES: SABOR E CULTIVO

AUTORA: Waleska Klymyszyn Hay



PÚBLICO

Berçário | 30 crianças

JUSTIFICATIVA

Incentivo a hábitos alimentares saudáveis e aprimoramento cognitivo-sensorial infantil, mediante o brincar exploratório com as texturas, cheiros, cores, gostos e o cultivo dos alimentos.

OBJETIVO

Promover a atividade sensorial através do toque, do cheiro, sabor e visão dos tomates, fomentando a responsabilidade das crianças no cultivo e manuseio dos mesmos.



RECURSOS

Foi preparado um espaço acolhedor, sob uma toalha, com cestos de tomates. Potes individuais, terra e sementes extraídas dos tomates.

DESCRIÇÃO

As crianças foram levadas até o espaço preparado para a vivência, sentaram sobre a toalha e foram incentivadas a manusear os tomates, sentindo sua textura (alguns mais macios e outros mais duros), cheiro e gosto, através da degustação. A professora tirou a casca, demonstrando as partes do tomate e as crianças extraíram as sementes com os dedos, aguçando seus sentidos. Após a exploração, cada criança pegou um pote e encheu com terra, fazendo um buraco, que chamamos de "berço" para acomodar as sementes extraídas dos tomates, cobrindo-os com terra e regando. Acompanhamos o crescimento das mudas e depois, as crianças foram levadas à horta para plantar as mudas já crescidas. Os tomateiros cresceram, realizamos a coleta dos tomates, que foram oferecidos às crianças na refeição do dia.





MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO

Durante a experiência, as professoras acompanharam as ações e reações das crianças, registrando as interações, falas, desempenho e participação das crianças. Avaliação de habilidades específicas, como sociais, motoras e cognitivas.

RESULTADO

Melhor aceitação do alimento nas refeições; comunicação através da fala e apontamento da fruta quando visualizada no refeitório ou na horta; comunicação com as famílias destacando os progressos e o desenvolvimento das crianças; documentação visual através da exposição das fotos da vivência.

DESAFIOS E LIÇÕES APRENDIDAS

Gerenciar o comportamento das crianças é um desafio durante as vivências, pois vai depender do interesse das mesmas, mas foi realizado com sucesso; Apenas duas crianças não aceitaram provar/manusear os tomates. Em outra oportunidade, trouxemos o tomate em fotos e essas crianças não tiveram problema em manuseá-las. A comunicação com as famílias também foi bastante positiva, que incentivaram a prática com as crianças.

NOTA DA EQUIPE AVALIADORA

A vivência sensorial e prática do cultivo de tomates favoreceu o cuidado e a autonomia das crianças, além de estimular a exploração de cores, texturas e sabores, contribuindo para maior aceitação do alimento nas refeições.



DA HISTÓRIA PARA HORTA: "OS TOMATES DO SAPO"



AUTORA: Alessandra Fernanda Caetano Bordenski

PÚBLICO

Pré-escola | 26 crianças

JUSTIFICATIVA

Promover o contato direto com a natureza, incentivar hábitos alimentares saudáveis e também despertar valores de cuidado e responsabilidade coletiva ao acompanhar o crescimento, zelar pelas plantas, respeito ao meio ambiente e valorização do alimento que chega à mesa. Para a comunidade escolar, a ação é necessária porque contribui para a formação de sujeitos conscientes e responsáveis. O cultivo dos tomates também cria uma ligação afetiva com a escola, valorizando o espaço como um lugar de pertencimento e de transformação.

OBJETIVO

Proporcionar às crianças a experiência de plantar e acompanhar o crescimento do tomate, desenvolvendo nelas o cuidado com a natureza, a valorização da alimentação saudável e a compreensão do ciclo dos alimentos. Além disso, favorecer momentos de experimentação e degustação, incentivando hábitos alimentares equilibrados e fortalecendo o vínculo entre teoria e prática no cotidiano escolar.

RECURSOS

Canteiro da escola, terra adubada, mudas de tomates, livro "Sapo Comilão", vídeos educativos de cuidados com plantas.



DESCRIÇÃO

A atividade teve como ponto de partida a leitura da história "O Sapo Comilão", que estimulou a reflexão e o diálogo com as crianças sobre seus hábitos alimentares. Identificou-se que muitas não tinham o costume de consumir saladas, o que direcionou o foco do trabalho para a alimentação saudável. Para abordar essa necessidade de forma prática, organizou-se uma sequência de experiências: o plantio de tomates na horta pedagógica, o acompanhamento do seu crescimento e a experimentação do alimento colhido. Essa abordagem prática visou não apenas ampliar o repertório alimentar dos alunos, mas também relacionar a narrativa à vida real, reforçando que uma alimentação variada e nutritiva é essencial para o crescimento, a saúde e a disposição.



MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO

O monitoramento da atividade foi realizado de forma contínua, utilizando fotos e anotações. As fotos registraram o processo integralmente, desde a leitura da história "O Sapo Comilão" e o plantio, até a colheita e a degustação dos tomates. Já as anotações tiveram o papel de documentar o envolvimento, as falas e as reações das crianças. A avaliação ocorreu ao longo de todo o processo, priorizando o aprendizado sobre o ciclo da natureza, a responsabilidade e a paciência, e não apenas o resultado da colheita. Esse método permitiu analisar a evolução das crianças em relação à curiosidade e a uma alimentação mais saudável.



RESULTADO

O resultado dessa proposta foi extremamente gratificante. As crianças mostraram cuidado e carinho constantes pelas plantas, regando e acompanhando o crescimento. Isso ensinou a elas a importância da paciência, responsabilidade e respeito à natureza. A experimentação do tomate se tornou um marco especial: quase todas as crianças provaram e apreciaram o alimento que elas mesmas haviam plantado.

O momento foi significativo, pois até mesmo aquelas que não tinham o hábito de comer saladas na escola se sentiram motivadas a experimentar e algumas crianças, a partir dessa experiência, passaram a demonstrar interesse em experimentar outros alimentos nas refeições do dia a dia, ampliando assim seus hábitos alimentares. Ao final queriam levar os tomates pra casa quando colhiam

DESAFIOS E LIÇÕES APRENDIDAS

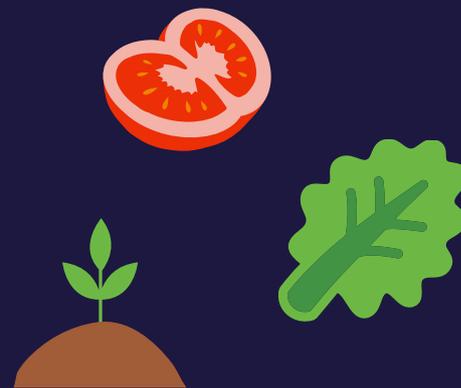
A atividade da horta enfrentou alguns desafios. O principal foi a resistência inicial de algumas crianças em experimentar o tomate, por preconceito ou por não o conhecerem. Superar comentários como "eu não gosto" ou "não quero experimentar" exigiu paciência, incentivo e propostas lúdicas. Outro desafio foi garantir que todos se responsabilizassem pela manutenção da horta. Além disso, o trabalho em grupo exigiu que as crianças aprendessem a negociar e a cooperar para compartilhar o espaço e as tarefas.

NOTA DA EQUIPE AVALIADORA

A vivência aproximou as crianças do cultivo e da degustação do tomate, fortalecendo hábitos saudáveis. Promoveu cuidado, paciência e maior aceitação do alimento.

MAGIA QUE BROTA

AUTORA: Maiara Daniele Ardino



PÚBLICO

Maternal | 30 Crianças

JUSTIFICATIVA

A revitalização da horta fortalece a comunidade escolar ao transformar o espaço em um ambiente de aprendizagem, cuidado e cooperação. Envolver crianças e adultos no cultivo promove vínculos, consciência ambiental e hábitos saudáveis. A ação é necessária por oferecer experiências práticas e lúdicas, estimulando o respeito à natureza e levando esses valores também para as famílias.



OBJETIVO

Pretende-se despertar nas crianças o interesse pela natureza e pela origem dos alimentos, incentivando hábitos saudáveis e sustentáveis. A prática busca desenvolver habilidades sensoriais, cognitivas e socioemocionais, fortalecer o trabalho em equipe e o cuidado coletivo, além de aproximar escola, comunidade e meio ambiente, tornando o aprendizado mais significativo e vivencial.

RECURSOS

Madeira, tinta, terra, sementes e mudas.

DESCRIÇÃO

- Preparação do solo com terra adequada para o plantio.
- Planejamento das culturas a serem plantadas: cenoura, alface, batata-doce, tomate e couve.
- Envolvimento das crianças do Maternal 2, com as professoras, para exploração do espaço.
- Realização do plantio das sementes e mudas pelas crianças, estimulando o cuidado e a curiosidade.
- Acompanhamento diário do crescimento das plantas, com observações e regas feitas pelas crianças.
- Colheita do alface, com participação ativa das crianças.
- Preparação e degustação da salada feita com os alimentos cultivados, promovendo o contato sensorial e a valorização do alimento saudável.
- Utilização da horta como espaço contínuo de aprendizagem, cuidado, exploração e conexão com a natureza.



MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO

O monitoramento foi feito por meio da observação diária das crianças durante o plantio, rega e cuidado com a horta, registrando o interesse, a participação e as descobertas. A avaliação considerou o envolvimento das crianças, o desenvolvimento de habilidades sensoriais e socioemocionais, além da valorização do alimento saudável, observada especialmente no momento da colheita e degustação.

RESULTADO

As crianças acompanharam o crescimento das plantas, reconheceram o nome de cada espécie plantada e participaram ativamente das atividades. Foram registradas fotos e vídeos para documentar seu envolvimento e aprendizado.



DESAFIOS E LIÇÕES APRENDIDAS

A principal dificuldade foi manter o cuidado constante da horta diante da rotina escolar. Poderia haver um rodízio maior de responsabilidades entre as turmas para envolver mais crianças. Os desafios foram superados com o apoio dos colaboradores e o engajamento das professoras. A ação contribuiu para o desenvolvimento da autonomia, responsabilidade e conexão com a natureza, fortalecendo o trabalho coletivo e o interesse pelo cuidado ambiental.

NOTA DA EQUIPE AVALIADORA

O monitoramento mostrou grande participação das crianças, desenvolvimento de habilidades sensoriais e socioemocionais, além de valorização do alimento saudável. A experiência fortaleceu a autonomia, responsabilidade e conexão com a natureza.

PLANTAR, CUIDAR E COLHER

AUTORA: Rosemara Meumer Venancio



PÚBLICO

Pré-escola | 25 crianças

JUSTIFICATIVA

A prática do plantio e do cuidado diário auxiliam a criança a desenvolver o respeito pela natureza, a responsabilidade, a paciência, e pode também estimular novos hábitos alimentares mais saudáveis.

OBJETIVO

Despertar a curiosidade nas crianças e mostrar a importância do plantio e da alimentação saudável.

RECURSOS

Mudas pequenas de alface roxo e verde, terra e água.

DESCRIÇÃO

As crianças fizeram a escolha das hortaliças e optaram pelo alface nas duas cores: roxo e verde. Depois, elas prepararam a terra para realizar o plantio das mudas. Toda semana acompanhamos o crescimento das mudas. Quando estava pronto para consumo, elas colheram os alfaces na horta, levaram para suas casas e saborearam com suas famílias.





MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO

Monitoramos toda semana e cuidamos para evitar pragas. A avaliação foi a devolutiva das crianças depois que levaram para casa.

RESULTADO

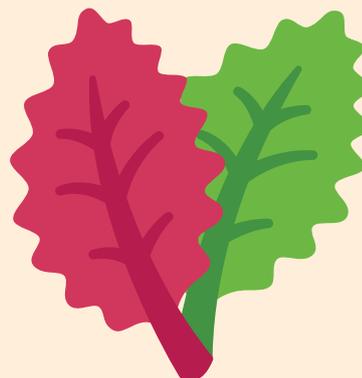
As crianças apreciaram mais as verduras ofertadas no cardápio.

DESAFIOS E LIÇÕES APRENDIDAS

Não tivemos muitas dificuldade, pois fizemos o controle de pragas pesquisando inseticidas naturais. O desafio maior foi o clima. As vezes chovia muito e a falta de sol atrasou um pouco o crescimento das hortaliças. Por conta dos dias de chuva, precisamos reestruturar o cronograma da turma para que eles pudessem fazer a manutenção da plantação.

NOTA DA EQUIPE AVALIADORA

A atividade favoreceu a aprendizagem pela experiência, estimulando o contato direto com a terra, o cuidado com a natureza e o acompanhamento de ciclos de crescimento dos alimentos. A proposta contribuiu para ampliar a valorização das hortaliças e para aproximar as crianças da ideia de que os alimentos saudáveis podem ser cultivados e consumidos de forma simples e acessível.



PALADAR EM AÇÃO



AUTORA: Suzilaine Costa Rocha Couzem e Niralci dos Santos

PÚBLICO

Maternal | 20 crianças

JUSTIFICATIVA

A experimentação e exploração sensorial de verduras e legumes contribui para o desenvolvimento integral das crianças, ampliando seus conhecimentos sobre alimentação saudável. Ao observar, tocar, cheirar e degustar diferentes hortaliças, os pequenos estabelecem uma relação concreta com os alimentos que poderão ser cultivados na horta pedagógica, fortalecendo o vínculo entre cultivo e consumo.

OBJETIVO

Proporcionar às crianças a exploração sensorial de verduras e legumes, favorecendo o reconhecimento de suas características, a valorização da alimentação saudável e a construção de vínculos com a horta pedagógica como espaço de aprendizagem, cuidado e sustentabilidade.



RECURSOS

Hortaliças, mesas, cadeiras, toalhas, pratos, talheres.

DESCRIÇÃO

- As crianças foram convidadas a dirigir-se até o pátio, o espaço estava ambientado para receber as crianças, despertando a curiosidade e interesse. Sobre a mesa foi preparado um “banquete” colorido e atrativo, composto por diferentes hortaliças, favorecendo a exploração visual e a aproximação com os sentidos.
- Variedade de alimentos oferecidos.
- Alface em diferentes tipos e texturas.
- Agrião fresco.
- Espinafre in natura.
- Cenouras inteiras e raladas.
- Beterrabas inteiras, raladas e cozidas.
- As crianças observaram, tocaram, cheiraram e experimentaram cada alimento, sendo incentivadas a comparar cores, formas e sabores. O contato direto com alimentos saudáveis possibilitou o envolvimento dos sentidos, promovendo diversas descobertas. Cada criança serviu-se livremente, escolhendo quais hortaliças gostaria de experimentar. O exercício de autonomia permitiu que manifestassem preferências e curiosidades individuais.





MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO

Observação das reações das crianças diante das diferentes hortaliças (curiosidade, aceitação, recusa, satisfação). Registro fotográfico do momento de experimentação e das escolhas realizadas. Escuta atenta às falas e diálogos das crianças, valorizando como expressam suas preferências, percepções e descobertas. Acompanhamento da autonomia no ato de servir-se, manipular os alimentos e respeitar o espaço coletivo.



RESULTADO

Os pequenos ficaram surpresos com a mesa recheada de cores e sabores. "Uau", suspirou Rafael que escolheu para compor seu prato os alimentos in natura: beterraba, cenoura, folhas de alface e um broto de espinafre. "É tudo pra gente?" Questionou Maria que experimentou todas as hortaliças, a alface foi sua preferida. Arthur, após degustar a beterraba, mostrou sua língua, "eu gosto de beterraba, minha língua tá rosa!" Alice ao experimentar o espinafre fez careta, demonstrando em suas expressões faciais seu desgosto pelas folhas. O espinafre não teve muita aceitação pelas crianças para o consumo, apenas apreciaram sentir a sua textura fofinha. Todas as crianças foram oportunizadas à realizarem suas escolhas, servirem-se de todas as hortaliças, pois sobre a mesa elas os convidavam ao delicioso e nutritivo banquete.

DESAFIOS E LIÇÕES APRENDIDAS

A dificuldade das crianças foi no manuseio do pegador, pois ele não é adequado ao tamanho da mão delas, mas encontraram estratégias para servir-se. Outra lição, foi a prática da paciência ao aguardarem a vez de se servirem.

NOTA DA EQUIPE AVALIADORA

A experiência de degustação permitiu às crianças explorar cores, texturas, cheiros e sabores das hortaliças, despertando curiosidade e novas preferências. O momento favoreceu a autonomia ao servir-se, a valorização da alimentação saudável e a descoberta de alimentos pouco aceitos, como o espinafre, por meio da vivência sensorial.

SABORES DA TERRA

AUTORA: Fernanda Isabela da Rosa Abilski



PÚBLICO

Maternal | 27 crianças

JUSTIFICATIVA

A atividade de cultivar e preparar cenouras foi importante por oferecer uma experiência prática sobre a origem dos alimentos. Ao participar de todo o processo, do plantio à degustação, as crianças aprenderam sobre a alimentação saudável e desenvolveram um senso de responsabilidade e respeito pela natureza. A iniciativa também as ajudou a entender a importância de cuidar do próprio corpo e do meio ambiente, incentivando hábitos sustentáveis e saudáveis desde cedo.



OBJETIVO

A proposta teve como objetivo tornar as crianças mais conscientes sobre a alimentação saudável e a importância de cuidar de si, dos outros e da natureza. Ao longo do projeto, as crianças aprenderam sobre a origem dos alimentos e as etapas que eles percorrem até chegar à mesa. A atividade também incentivou o trabalho em grupo, a cooperação e a convivência. Sentindo-se protagonistas, elas desenvolveram autonomia e confiança.

RECURSOS

Sementes, utensílio de cozinha, ingredientes para o bolo, materiais riscantes.



DESCRIÇÃO

A atividade começou com a exploração da horta pedagógica, onde as crianças visualizaram e desenharam as hortaliças que gostariam de plantar, escolhendo a cenoura como foco principal.

Para enriquecer a experiência, a turma participou da produção de um bolo de cenoura com cobertura de chocolate. Sob a orientação da nutricionista e da cozinheira, as crianças aprenderam sobre os ingredientes e as quantidades da receita, explorando a culinária de maneira prática.

Ao longo do projeto, os pequenos participaram ativamente do cultivo, realizando a rega, retirando os "matinhos" e medindo o crescimento das folhas. O processo culminou na colheita da cenoura, onde puderam higienizar, descascar, cortar e saborear o que plantaram, vivenciando de forma lúdica todo o percurso, do plantio à mesa.



MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO

Realizados por meio da observação das crianças em todas as etapas. Registrou-se sua participação, interesse, autonomia, cooperação e interação com os colegas, bem como o envolvimento com os cuidados da horta e o preparo do bolo. Os registros, incluindo anotações, desenhos e fotos, permitiram acompanhar os aprendizados individuais e coletivos, refletindo sobre o desenvolvimento de habilidades sociais, cognitivas e motoras.

RESULTADO

A atividade envolveu o cultivo da cenoura na horta pedagógica, a escolha da hortaliça por meio de desenhos e gráficos, o acompanhamento do crescimento, a colheita e o preparo de um bolo saudável com cobertura de chocolate. Durante o processo, as crianças participaram ativamente, desenvolveram autonomia, atenção, cooperação e curiosidade, conheceram a origem dos alimentos e o cuidado com a natureza, e consolidaram aprendizagens de forma lúdica, prática e significativa.

DESAFIOS E LIÇÕES APRENDIDAS

Poderíamos ter utilizado uma terra de melhor qualidade. Os desafios foram acompanhar o crescimento em longo prazo, tendo um início, meio e fim significativo para o aprendizado das crianças.

NOTA DA EQUIPE AVALIADORA

A experiência com a cenoura, do plantio ao bolo, favoreceu autonomia, cooperação e consciência alimentar. As crianças vivenciaram de forma prática o ciclo do alimento até a mesa. Para alcançar melhores hábitos alimentares, pode ser trabalhado a importância de comer a cenoura, utilizando outras preparações, tendo como indicador a aceitação da salada de cenoura na merenda escolar.



**EDUCAÇÃO QUE
TRANSFORMA**



Prefeitura de
Joinville

EDUCAÇÃO

