

Alimentação e saúde

Atividade para 1º e 2º anos



Plano de Aula 1

Fazendo uma revista gastronômica criativa

Abordagem: Ensino remoto ou presencial.



Objetivos de aprendizagem:



- Gerar consciência nos alunos sobre alimentação saudável.
- Estimular a criatividade dos alunos na elaboração de pratos.
- Incentivar que os alunos provem novos alimentos.

Público: Crianças de Ensino Fundamental: 1º e 2º anos.



Materiais:



- Celular para tirar foto.
- Ingredientes para elaborar uma receita.

Recursos tecnológicos:



- Whatsapp de algum responsável para comunicação entre aluno e professor(a).
- Caso seja possível, você também pode fazer uma webconferência por meio de um aplicativo como [Zoom](#), [Google Meet](#) ou [Jitsi](#).

Habilidades da BNCC que podem ser trabalhadas:



Caso o educador aplique esta sequência didática exatamente como está aqui descrita, ele poderá trabalhar as habilidades listadas abaixo. Porém, o educador sempre tem a possibilidade de adaptar as atividades propostas de forma a atender melhor sua realidade, trabalhando assim outras habilidades presentes na BNCC.

EF12LP04 Ler e compreender, em colaboração com os colegas e com a ajuda do professor ou já com certa autonomia, listas, agendas, calendários, avisos, convites, receitas, instruções de montagem (digitais ou impressos), dentre outros gêneros do campo da vida cotidiana, considerando a situação comunicativa e o tema/assunto do texto e relacionando sua forma de organização à sua finalidade.

EF01LP20 Identificar e reproduzir, em listas, agendas, calendários, regras, avisos, convites, receitas, instruções de montagem e legendas para álbuns, fotos ou ilustrações (digitais ou impressos), a formatação e diagramação específica de cada um desses gêneros.

EF15LP09 Expressar-se em situações de intercâmbio oral com clareza, preocupando-se em ser compreendido pelo interlocutor e usando a palavra com tom de voz audível, boa articulação e ritmo adequado.

EF15LP10 Escutar, com atenção, falas de professores e colegas, formulando perguntas pertinentes ao tema e solicitando esclarecimentos sempre que necessário.

EF15AR04 Experimentar diferentes formas de expressão artística (desenho, pintura, colagem, quadrinhos, dobradura, escultura, modelagem, instalação, vídeo, fotografia etc.), fazendo uso sustentável de materiais, instrumentos, recursos e técnicas convencionais e não convencionais.

EF15AR01 Identificar e apreciar formas distintas das artes visuais tradicionais e contemporâneas, cultivando a percepção, o imaginário, a capacidade de simbolizar e o repertório imagético.



PASSO A PASSO:

Passo 1: sensibilização

Antes de iniciar esta sequência didática, explique para os alunos a importância de uma alimentação equilibrada para a saúde.

Como etapa de sensibilização, você fará com os alunos uma brincadeira de adivinha.

Separe a turma em dois grupos: um de adivinhadores (grupo 1) e outro que deverão pensar em uma comida (grupo 2).

Os integrantes do grupo 2 deverão estar de acordo sobre uma comida que eles gostam muito. Os alunos do grupo 1 deverão adivinhar que comida é esta por meio de perguntas que deverão ser respondidas pelo grupo 2, com o cuidado de não mencionar o prato. Deixe-os livres para elaborarem as perguntas. Caso tenham dificuldade, você pode ajudá-los com as primeiras perguntas, que podem ser:

- É doce ou salgado?
- É colorido? Qual a sua cor?
- Tem cheiro? Como pode ser descrito o seu cheiro?
- Como é sua consistência?
- É para ser comido quente ou frio?
- Entre outras perguntas...



Depois que eles descobrirem, realize outra rodada da brincadeira, trocando os grupos.

Faça mais duas rodadas e registre todos os pratos mencionados na lousa ou quadro branco.

Com os pratos favoritos anotados no quadro, faça algumas perguntas instigadoras:

- Vocês sabem se estes pratos são saudáveis? Fazem bem para o corpo?
- Do que são feitos estes pratos? Quais ingredientes fazem parte de sua preparação?
- Quem normalmente prepara estes pratos? Alguém da sua família, como mãe, pai ou avó, podem prepará-lo? Alguma vez a merendeira da escola preparou?



DICA

Caso seus alunos estejam em ensino remoto, você pode fazer esta atividade de forma individual, fazendo uma pesquisa das comidas favoritas da turma e depois analisar junto com eles o resultado.

Primeiramente pergunte para o aluno qual a comida favorita dele. A pergunta pode ser feita por meio do Whatsapp de um responsável ou por meio de webconferência. Faça um levantamento de todas as comidas mencionadas e apresente isso aos alunos como resultado da pesquisa.

Em seguida, faça as perguntas instigadoras mencionadas no desenvolvimento da atividade.

Passo 2: pesquisa

Na etapa de pesquisa explique para os alunos como se define uma alimentação saudável. Você pode mostrar livros, vídeos, ou mesmo chamar algum especialista para falar do tema. Uma ótima ideia é chamar o nutricionista que elabora o cardápio da escola.

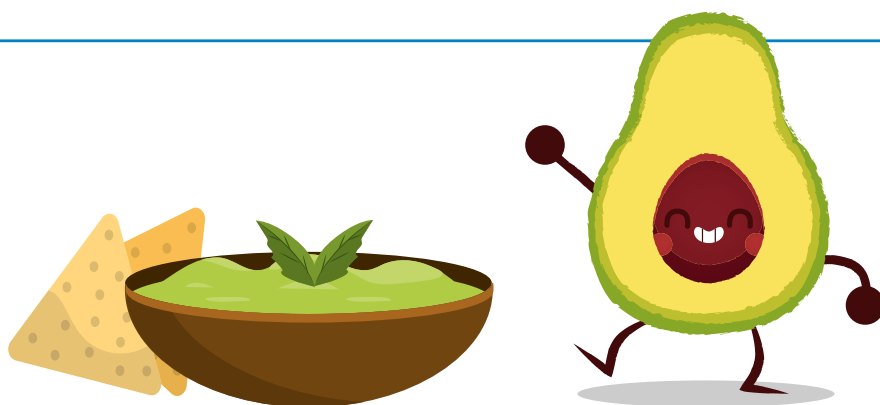
Depois disso, nos mesmos grupos, eles deverão escolher um prato saudável para elaborar na etapa mão na massa. Pode ser os mesmos pratos escolhidos na etapa de sensibilização, caso atenda aos requisitos de saúde estudados.



DICA

Você pode utilizar alguns dos vídeos abaixo para apoiar na explicação:

- ▶ Sésamo: Vamos Brincar | Alimentação Saudável e Colorida.
Canal Vila Sésamo
<https://www.youtube.com/watch?v=XTDwDFn-4J8>
- ▶ A menina que não gostava de fruta. Canal Educa Ativa
<https://www.youtube.com/watch?v=LqulqHWh8Ec>
- ▶ Palavra Cantada / Turminha Animal em: Toda Comida Boa.
Canal Palavra Cantada Oficial
<https://www.youtube.com/watch?v=3-NibWZcW1U>



Passo 3: mão na massa

Nesta etapa, os alunos terão o desafio de tirar fotos criativas dos pratos que eles escolheram. Os alunos podem realizar a receita em casa, com a ajuda de um responsável, ou na escola, junto com a professora ou a merendeira. A única condição é que o prato escolhido seja saudável.

Depois de feita a receita, eles deverão tirar fotos criativas do prato. Eles podem fazer paisagens, carinhas, a letra inicial do nome, etc.



DICA 1

Para instigar os alunos, você pode mostrar algumas obras de arte feitas com comidas.

Hong Yi Red

Designboom. 31 days of creativity with food by hong yi (red)

<https://www.designboom.com/art/31-days-of-creativity-with-food-by-hong-yi-red/> (site em inglês, com fotos das obras).

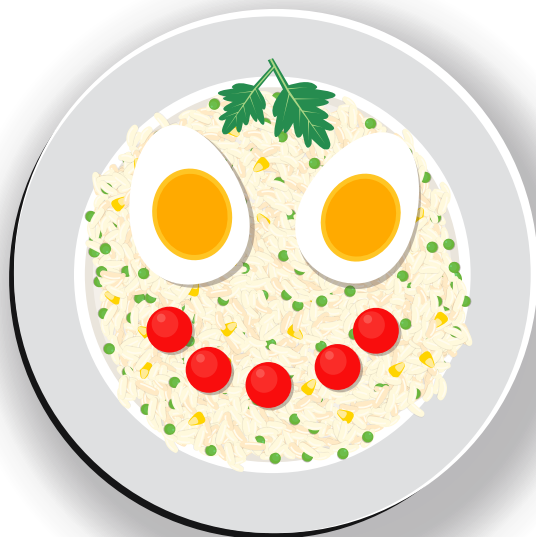
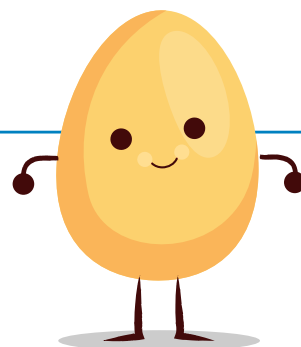
Giuseppe Arcimboldo

Wikiart: <https://www.wikiart.org/pt/giuseppe-arcimboldo>

Vik Muniz

As 10 criações mais impressionantes de Vik Muniz.

<https://www.culturagenial.com/vik-muniz-obras/>

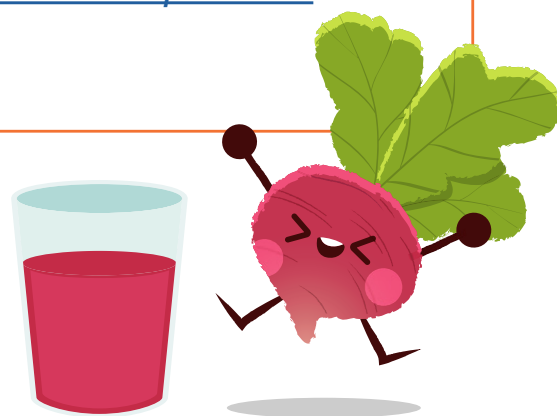




SAIBA MAIS

Veja alguns vídeos com dicas para envolver as crianças na cozinha de forma criativa:

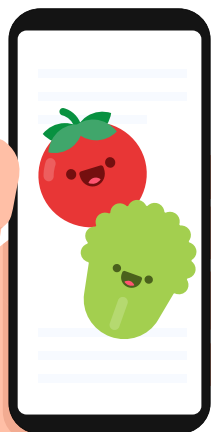
- ▶ Marmita Wolverine | Obento box. Canal Bocó Repórter.
<https://www.youtube.com/watch?v=ol0D-bnfZCQ&t=19s>
- ▶ Espetinho de frutas – Receita de pai pra filha
<https://www.youtube.com/watch?v=ww97mgpPzUY>
- ▶ Como o seu filho pode te ajudar na cozinha. Home Chefs.
<https://homechefs.com.br/blog/como-o-seu-filho-pode-te-ajudar-na-cozinha/>



Passo 4: consolidação

Como etapa de consolidação da atividade, você irá criar uma revista virtual de culinária gostosa e saudável com todas as fotos tiradas e receitas.

Primeiro, explique para os alunos o objetivo da atividade. Escolha, junto com eles, um nome criativo para a revista. Depois, escolha um aplicativo para montar a revista virtual, como o Flipsnack. Coloque as fotos tiradas pelos alunos, juntamente com a receita do prato realizado.



Depois de elaborar a revista digital, compartilhe-a nas redes sociais da escola, junto com uma mensagem de que a alimentação saudável pode ser divertida e criativa.



SAIBA MAIS

Tutorial site Flisnack



Tutorial da capa de revista Flipsnack. Canal Carlos Alberto.

https://www.youtube.com/watch?v=zFU_TBgfYDc



DICA

Caso não seja possível fazer a revista digital, você pode organizar uma exposição de fotos, como se os alunos fossem artistas como a Hong Yi ou o Vik Muniz.

Imprima as fotos e coloque-as em algum lugar de muita movimentação na escola, como os corredores ou a entrada. Não esqueça de colocar o nome dos artistas responsáveis pelas fotos. Caso haja oportunidade, você pode organizar um evento de abertura da exposição, convidando pais, outros alunos e as merendeiras da escola para apreciarem as criações.



Passo 5: avaliação

É importante você considerar, não só o resultado final dos trabalhos, mas também todo o processo que os estudantes realizaram para cumprir a tarefa. Isso significa que você poderá avaliar as competências desenvolvidas por eles e aplicar uma forma inovadora de avaliação, como a autoavaliação ou mesmo listar as habilidades da BNCC que este plano buscou desenvolver e criar uma rubrica de avaliação.



Professoras e Professores,

Compartilhem conosco fotos e vídeos das atividades realizadas pelos alunos para inserirmos no site.

Envie para: equipe.pedagogica@grupoccr.com.br