

PLANO DE AULA/ATIVIDADE (EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL)

Escola: Municipal Afonso Vaz

Disciplina (s): Geografia, História, Ciências e Matemática

Unidade temática: Natureza, ambientes e qualidade de vida (Paisagens naturais e antrópicas da cidade)

Turma: 1º e 2º ano do ensino fundamental I (Tempo Integral)

Duração: 3 semanas

Professora/Supervisora/Nutricionista: _____ / Rose Aline da Silveira Viana

| | | | | |
|------------------------------------|---|---|---|--|
| Objetivos | Geral | Promover hábitos alimentares saudáveis nos alunos, baseado na origem cultural, necessidades alimentares da faixa etária e disponibilidade dos alimentos. | | |
| | Específicos | <ul style="list-style-type: none"> - Incentivar o respeito as diferentes culturas, bem como seu reconhecimento; - Conhecer o corpo humano, identificando suas partes, funções e necessidades nutricionais; - Identificar os alimentos saudáveis conforme classificação do Guia Alimentar, associando a sazonalidade; - Pesquisar sobre a higiene de alimentos, contaminantes e melhor forma de preparo, tomando cuidados para prevenção de acidentes; - Identificar as mudanças ocorridas nos espaços em função da produção de alimentos e seu impacto no ambiente; - Compreender a importância da preservação ambiental, sobretudo a água, solo e ar e a influência da poluição na alimentação e saúde; - Valorizar a produção de alimentos, principalmente local por meio do seu consumo e reconhecimento dos serviços dos trabalhadores do setor; - Diferenciar os alimentos de acordo com a parte utilizada e os principais nutrientes que contem; - Incentivar o respeito as diferenças corporais; - Compreender o papel das pessoas em diferentes ambientes, associando a datas comemorativas relacionadas a alimentação e nutrição, inclusive por meio de projetos de leitura. | | |
| Conteúdo | Estratégia de ensino | Recurso | Dimensões de EAN | Procedimento de Avaliação |
| Classificação dos alimentos | <p>Demonstrar como os alimentos são classificados de acordo com:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Guia Alimentar da População Brasileira, utilizando o livro Da escola para o mundo, página 20; - Origem: animal, vegetal e mineral (em anexo, abaixo); - Função no corpo: energéticos, construtores e reguladores (em anexo, abaixo). <p style="text-align: center;">Modelos de atividades abaixo.</p> | Textos, livros didáticos, livros literários, lápis, papel colorido, lápis de cor, material reciclável, impressos, revistas e livros para recortes, gêneros alimentícios para as classificações. | <p>Biológica</p> <p>Direito humano a alimentação adequada</p> | <ul style="list-style-type: none"> - O professor deverá estimular os alunos, numa roda de conversa, a pontuarem, o que ficou para eles sobre os conceitos trabalhados. - Os alunos deverão realizar as atividades de compreensão dos textos, bem como as lúdicas sobre o tema. |

| | | | | |
|---|---|---|--|--|
| <p>Alimentação saudável, higiene e saúde bucal</p> | <p>- Demonstrar a importância da alimentação saudável para manter a saúde e seus benefícios nas atividades diárias e nos estudos. - Associar a alimentação saudável a hábitos de higiene tanto pessoal quanto de alimentos como lavar as mãos, os alimentos e escovar os dentes. - Incentivar o consumo de frutas e legumes crus em vez de doces, pois limpam os dentes e não dão cáries. Modelos de atividades abaixo</p> | <p>Textos, livros didáticos, livros literários, lápis, papel colorido, lápis de cor, material reciclável, impressos, revistas e livros para recortes, gêneros alimentícios para degustação, escovas de dentes e creme dental para rotina de escovação.</p> | <p>Socioeconômica Biológica Direito humano a alimentação adequada</p> | <p>- O professor deverá estimular os alunos, numa roda de conversa, a pontuarem, o que ficou para eles sobre os conceitos trabalhados. - Os alunos deverão realizar as atividades de compreensão dos textos, bem como as lúdicas sobre o tema.</p> |
| <p>A produção de alimentos e seu impacto no ambiente e na vida das pessoas</p> | <p>- Incentivo ao respeito as diferentes culturas, bem como seu reconhecimento; - Identificar as mudanças ocorridas nos espaços em função da produção de alimentos e seu impacto no ambiente (Sugestão de livros da autora Cristina Quental: Ciclo do mel, Ciclo do chocolate, Ciclo do leite); - Compreender a importância da preservação ambiental, sobretudo a água, solo e ar e a influência da poluição na alimentação e saúde (Sugestão de uso dos seguintes livros: 1) A horta e o mundinho – Ingrid Bellinghausen; 2); A semente e o fruto – Eunice Braido; 3) O rato do campo e o rato da cidade – Esopo; 4) A água e a vida – Patrícia Engel Secco; 5) Omi, a Água – Fábio Gonçalves Ferreira) - Valorizar a produção de alimentos, principalmente local por meio do seu consumo e reconhecimento dos serviços dos trabalhadores do setor; - Compreender o papel das pessoas em diferentes ambientes, associando a datas comemorativas relacionadas a alimentação e nutrição, inclusive por meio de projetos de leitura. Modelos de atividades abaixo</p> | <p>Textos, livros didáticos, livros literários, lápis, papel colorido, lápis de cor, material reciclável, impressos, revistas e livros para recortes, gêneros alimentícios para degustação, visita a cooperativa de laticínios ou outra indústria de alimentos local ou a barragem.</p> | <p>Socioeconômica Biológica Direito humano a alimentação adequada Sociocultural Sensorial, cognitiva e simbólica</p> | <p>- O professor deverá estimular os alunos, numa roda de conversa, a pontuarem, o que ficou para eles sobre os conceitos trabalhados e associar a produção local de alimentos. - Os alunos deverão realizar as atividades de compreensão dos textos, bem como as lúdicas sobre o tema.</p> |
| <p>O papel do alimento na nutrição</p> | <p>- Conhecer o corpo humano, identificando suas partes, funções e necessidades nutricionais; - Compreender o impacto do desperdício dos alimentos e sua repercussão na fome; - Entender a influência do marketing de alimento nas escolas alimentares;</p> | | <p>Socioeconômica Biológica Direito humano a alimentação adequada Sociocultural</p> | <p>- O professor deverá estimular os alunos, numa roda de conversa, a pontuarem, o que ficou para eles sobre os conceitos trabalhados e associar a fome, bullying, etc.</p> |

| | | | | |
|---|---|--|----------------------------------|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> - Diferenciar os alimentos de acordo com a parte utilizada e os principais nutrientes que contêm; - Incentivar o respeito as diferenças corporais. | | Sensorial, cognitiva e simbólica | - Os alunos deverão realizar as atividades de compreensão dos textos, bem como as lúdicas sobre o tema. |
| Professor/supervisor, nessa aula poderá ser explorado a origem de várias preparações regionais brasileiras e de outros países, sempre associando ao período histórico e o contexto em que surgiu, além de aspectos geográficos como o deslocamento de uma região para outra, biológicos como os nutricionais e ecológicos (podendo inclusive criar cadeias alimentares) e os impactos ambientais regionais. | | | | |

1ª Etapa: Classificação dos alimentos

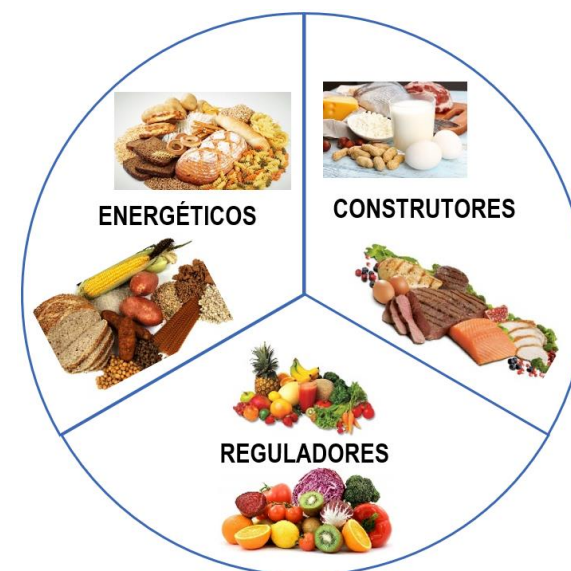
CLASSIFICAÇÃO DOS ALIMENTOS QUANTO A FUNÇÃO NO CORPO

OS NUTRIENTES ESSENCIAIS SÃO FORNECIDOS PELOS ALIMENTOS QUE INGERIMOS. ESTES DIVIDEM-SE EM TRÊS GRANDES GRUPOS, DEPENDENDO DA FUNÇÃO QUE DESEMPENHAM NO NOSSO CORPO.

ALIMENTOS CONSTRUTORES: SÃO RESPONSÁVEIS PELA RENOVAÇÃO E CONSTRUÇÃO DE TECIDOS QUE SE DESGASTAM COM O FUNCIONAMENTO DIÁRIO. SÃO RICOS EM PROTEÍNAS E SAIS MINERAIS (LEITE E DERIVADOS, CARNE, PEIXE, OVOS).

ALIMENTOS ENERGÉTICOS: SÃO FUNDAMENTAIS PARA FORNECER A ENERGIA QUE NECESSITAMOS EM TODAS AS NOSSAS ATIVIDADES, INCLUINDO QUANDO DORMIMOS. SÃO INDISPENSÁVEIS AO NOSSO ORGANISMO E ESTÃO PRESENTES EM ALIMENTOS COMO O PÃO, OS FRUTOS SECOS, OS LEGUMES, A MASSA, O ARROZ, ETC.

ALIMENTOS REGULADORES: CONTRIBUEM PARA QUE O ORGANISMO FUNCIONE CORRETAMENTE E SE MANTENHA SAUDÁVEL. AS VITAMINAS, SAIS MINERAIS E ÁGUA PRESENTES NOS ALIMENTOS COMO O LEITE, VERDURAS E FRUTA, ENCONTRAM-SE NESTE GRUPO.



PROPOSTA DE ATIVIDADE

1) FAZER UM MAPA MENTAL EM CARTOLINA OU PAPEL PARDO COM A CLASSIFICAÇÃO DOS ALIMENTOS EM RELAÇÃO A SUA FUNÇÃO NO CORPO DE ACORDO COM O MODELO ABAIXO E COLAR FIGURAS DOS ALIMENTOS RECORTADAS DE LIVROS E REVISTAS.

ALIMENTOS

```
graph TD; A[ALIMENTOS] --- B[ENERGÉTICOS]; A --- C[CONSTRUTORES]; A --- D[REGULADORES];
```

ENERGÉTICOS

CONSTRUTORES

REGULADORES

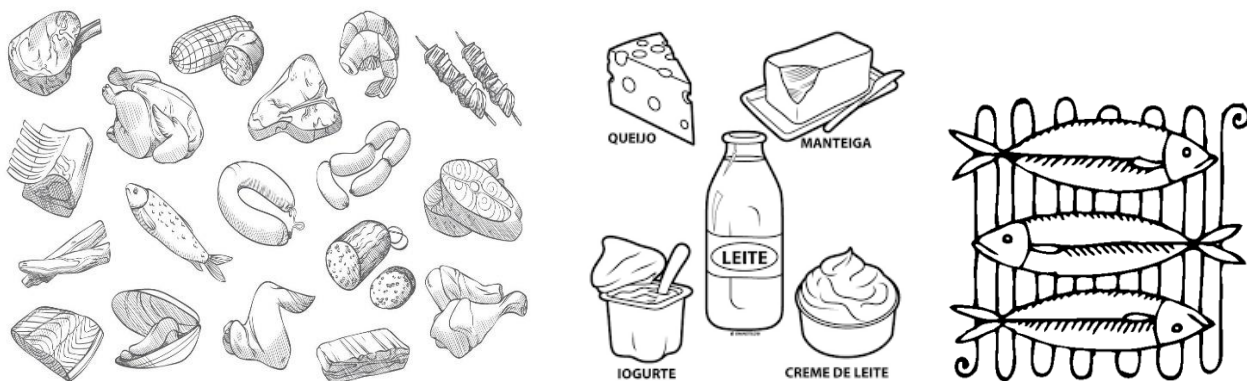
ORIGEM DOS ALIMENTOS

OS ALIMENTOS SÃO DE ORIGEM VEGETAL, ANIMAL E MINERAL.

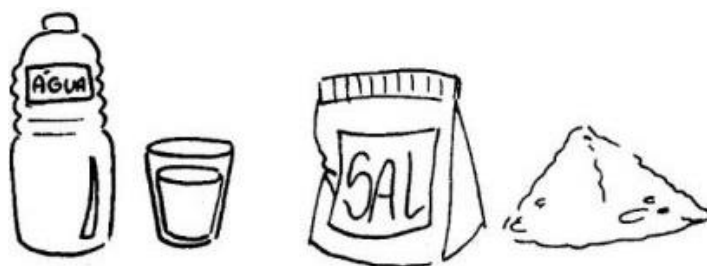
ORIGEM VEGETAL: VERDURAS, FRUTAS, LEGUMES, CEREAIS, SEMENTES.



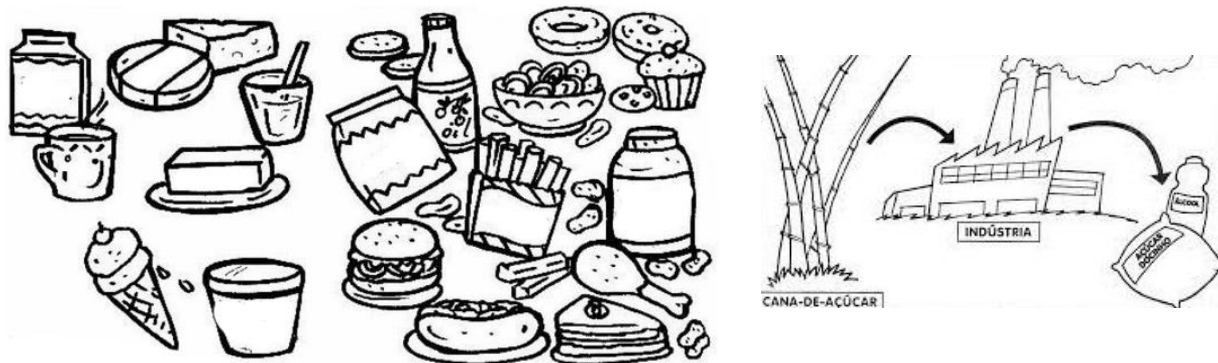
ORIGEM ANIMAL: CARNES, LEITE, QUEIJOS, OVOS, MANTEIGAS, EMBUTIDOS (LINGUIÇAS, SALSICHAS).



ORIGEM MINERAL: SAL E ÁGUA.



MUITOS DESSES ALIMENTOS PODEM SER INDUSTRIALIZADOS.



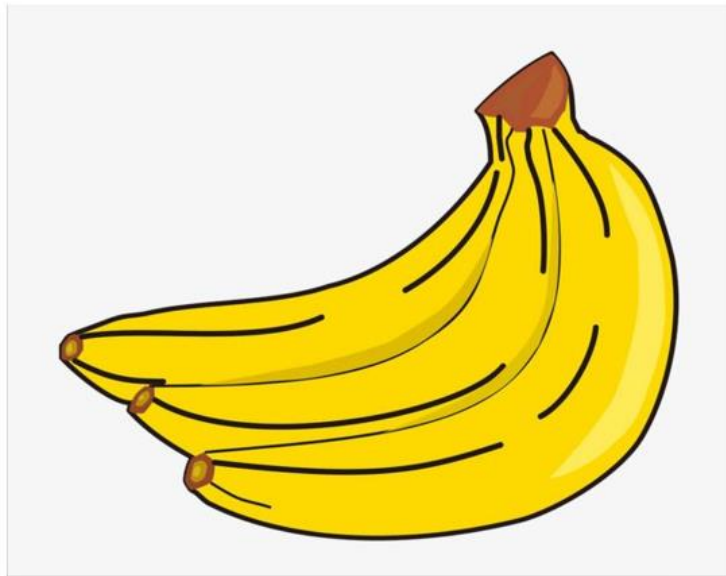
PROPOSTA DE ATIVIDADE

MONTAR CAIXAS DE POAPELÃO CARACTERIZADAS COMO CESTA DE COMPRAS COM UM ADESIVO ESCRITO ANIMAL, VEGETAL, MINERAL OU INDUSTRIALIZADO E SIMULAR A COMPRA DE ALIMENTOS, COLOCANDO NA CESTA APENAS O ALIMENTO CORRESPONDENTE AO QUE ESTÁ ESCRITO. OS ALIMENTOS SERÃO FIGURAS NO FORMATO DE FICHAS NO TAMANHO A5. (MODELOS ABAIXO)

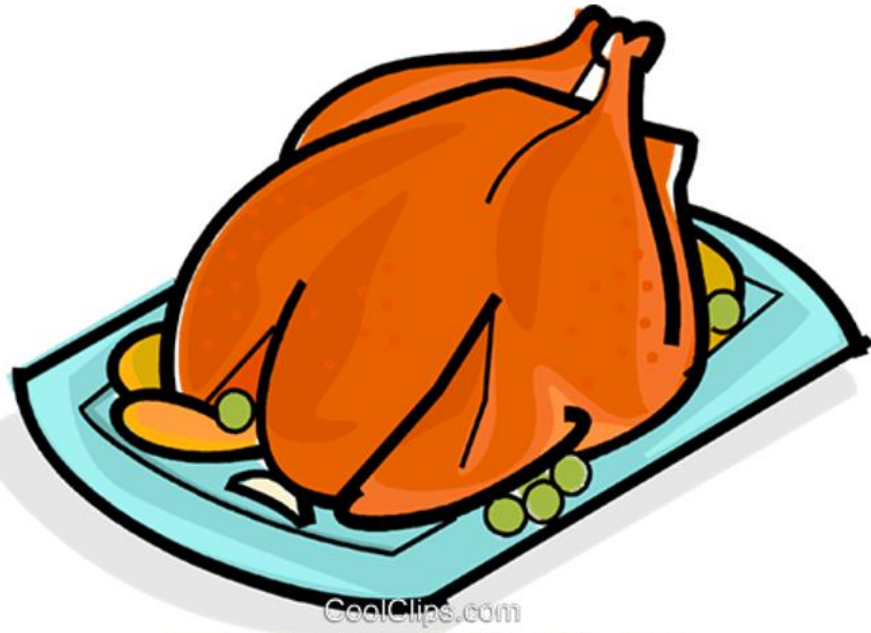




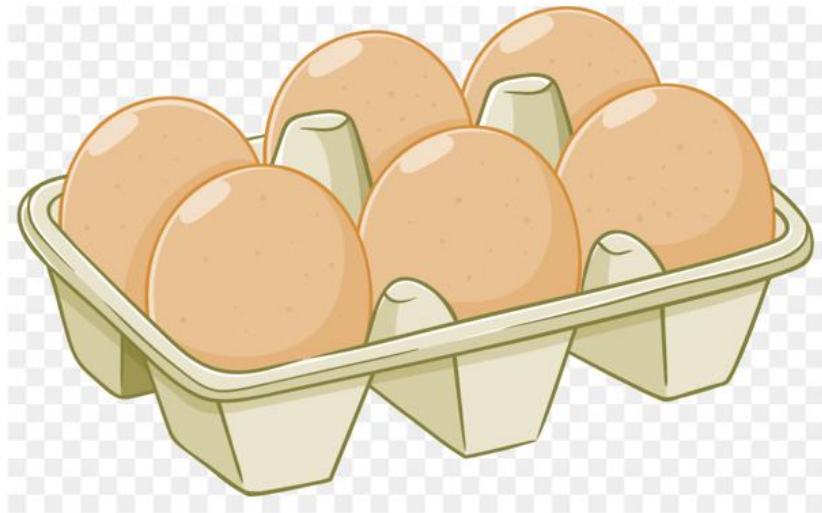
ÁGUA



BANANA



CoolClips.com
FRANGO



OVOS



MILHO

OUTRA SUGESTÃO: REALIZAR A LEITURA DE UM LIVRO SOBRE ALIMENTAÇÃO, POR EXEMPLO O SANDUÍCHE DE MARICOTA E CLASSIFICAR OS ALIMENTOS DO LIVRO COMO DE ORIGEM ANIMAL, VEGETAL, MINERAL OU INDUSTRIALIZADO.

PROPOSTA DE ATIVIDADE (TEXTO DO LIVRO SOBRE A CLASSIFICAÇÃO DE ACORDO COM O GUIA ALIMENTAR)

1) MONTAR UM SEMÁFORO DOS ALIMENTOS EM FORMATO DE CESTOS, CAIXAS, DESENHO EM CARTOLINA, ETC. UTILIZAR AS CORES DO SEMÁFORO DE VERDADE PARA CLASSIFICAR OS ALIMENTOS: VERMELHO: ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS, GERALMENTE INDUSTRIALIZADOS; AMARELO: ALIMENTOS PROCESSADOS; VERDE: ALIMENTOS IN NATURA OU MINIMAMENTE PROCESSADOS. UTILIZAR ALIMENTOS DE VERDADE OU FIGURAS PARA QUE OS ALUNOS OS CLASSIFIQUEM.



2) PEDIR AOS ALUNOS QUE ELABOREM UM CARDÁPIO DE UM DIA COM OS ALIMENTOS DE SUA PREFERÊNCIA E CIRCULEM COM LÁPIS COLORIDO CLASSIFICANDO DE ACORDO COM AS CORES DO SEMÁFORO. EM SEGUIDA REFLETIR SOBRE A QUANTIDADE DE VEZES QUE CADA COR APARECE, ISNTIGANDO A PERCEPÇÃO DE ALIMENTAÇÃO ADEQUADA OU NÃO. (MODELO ABAIXO)

| DESJEJUM | LANCHE DA MANHÃ | ALMOÇO | LANCHE DA TARDE | JANTAR |
|------------------------|-----------------|-------------------|--------------------|--------------|
| PÃO | BANANA | ARROZ | PIPOCA DE SAQUINHO | HAMBÚRGUER |
| MANTEIGA | | FEIJÃO | LARANJA | SUCO DE CAJU |
| LEITE COM ACHOCOLATADO | | MOLHO DE SALSICHA | | |
| | | MACARRÃO | | |
| | | ALFACE | | |
| | | REFRIGERANTE | | |

2ª Etapa: Alimentação saudável, higiene e saúde bucal

LEITURA E INTERPRETAÇÃO DE TEXTO

ALIMENTAÇÃO

UM PRATO CHEIO DE SAÚDE UMA BOA ALIMENTAÇÃO É COMPOSTA DE ALIMENTOS FRESCOS, NÃO ESTRAGADOS E DE DIVERSOS TIPOS. PARA TER UMA BOA SAÚDE, AS PESSOAS NECESSITAM, ENTRE OUTRAS COISAS, DE UMA ALIMENTAÇÃO NUTRITIVA (CHEIA DE VITAMINAS) E VARIADA. QUANTO MAIS COLORIDAS FOREM SUAS REFEIÇÕES, MAIS VOCÊ IRÁ CRESCER COM ENERGIA E TORNAR-SE RESISTENTE ÀS DOENÇAS.

MUITAS PESSOAS GOSTAM DE COMER APENAS DOCES, SANDUÍCHES, HAMBÚRGUERES E BEBER MUITO REFRIGERANTE. TUDO ISSO PODE MATAR A FOME, PORÉM NÃO É UMA ALIMENTAÇÃO NUTRITIVA, POR ISSO, EVITE ALIMENTOS INDUSTRIALIZADOS E PROCURE SEMPRE CONSUMIR ALIMENTOS NATURAIS, OU SEJA, DE ORIGEM VEGETAL, MINERAL OU ANIMAL.

FONTE: DEOLHONOFUTURO,CIÊNCIAS1;MARINEZMENEGHELLEXSÃO PAULO,QUINTETOEDITORIAL,1996.

MARQUE A RESPOSTA CORRETA COM UM X.

O TÍTULO DO TEXTO “ALIMENTAÇÃO: UM PRATO CHEIO DE SAÚDE” SIGNIFICA UM PRATO CHEIO DE:

- (A) DOCES.
- (B) ALIMENTOS SAUDÁVEIS.
- (C) HAMBÚRGUERES.
- (D) ALIMENTOS INDUSTRIALIZADOS.

DE ACORDO COM O TEXTO QUAL DAS REFEIÇÕES ABAIXO SÃO SAUDÁVEIS?



QUAIS OS TIPOS DE ALIMENTOS DEVEMOS EVITAR?



DICAS DE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

A DONA PATA E O SAPO VIERAM DAR ALGUMAS DICAS DE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL PARA CUIDAR DO NOSSO BEM-ESTAR DEVEMOS NOS PREOCUPAR COM A NOSSA SAÚDE E PARA CRESCER FORTE E SAUDÁVEL É PRECISO ALIMENTAR-SE BEM.

DEVEMOS COMER DIARIAMENTE FRUTAS, VERDURAS, LATICÍNIOS, LEGUMES, CEREAIS E CARNES.

FONTE: <https://pt.dreamstime.com/pato-m%C3%A3e-feliz-de-desenho-animado-e-patinhos-ilustra%C3%A7%C3%A3o-do-pata-image165192815>

COM UM LÁPIS DE COR VERDE, CIRCULE OS ALIMENTOS SAUDÁVEIS, E COM UM LÁPIS DE COR VERMELHO, FAÇA UM X NOS ALIMENTOS QUE NÃO FAZEM BEM PARA A SAÚDE QUANDO CONSUMIMOS EM EXCESSO.



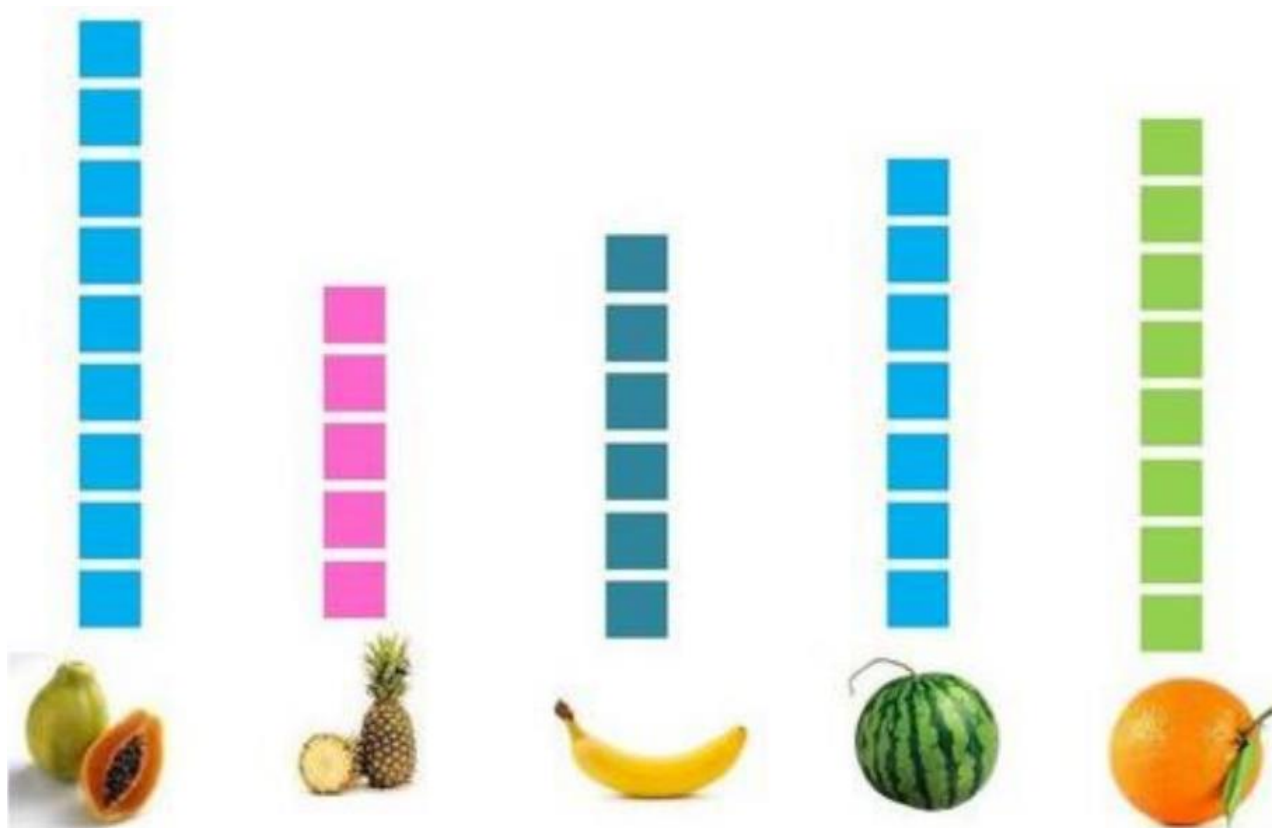
FAÇA O QUE SE PEDE.

▶ COMPLETE COM AS VOGAIS:
A, E, I, O, U.

| | | |
|-----------------------|--------------------------|-------------------------|
| BANANA B _ N _ N _ | PÊSSEGO P ^ S S _ G _ | FRUTAS FR _ T _ S |
| PERA P _ R _ | UVA _ V _ | LARANJA L _ R _ NJ _ |

<https://br.pinterest.com/pin/426856870916048389/>

A PROFESSORA DO SEGUNDO ANO FEZ UMA PESQUISA COM SEUS ALUNINHOS SOBRE A FRUTA PREFERIDA DE CADA UM. HUM, ESSE ALMOÇO ESTÁ UMA DELÍCIA!
OBSERVE O RESULTADO NO GRÁFICO ABAIXO.





A) QUAIS FORAM AS FRUTAS APRESENTADAS PARA A VOTAÇÃO?

B) QUAL FOI A FRUTA QUE MAIS TEVE O VOTO DAS CRIANÇAS?

C) QUAL FOI A FRUTA QUE MENOS VOTO TEVE?

D) ESCREVA O NÚMERO CORRESPONDENTE A QUANTIDADE DE VOTOS QUE CADA FRUTA OBTEVE. OBSERVE O EXEMPLO.

| | |
|---|----------|
|  | 9 – NOVE |
|  | |
|  | |
|  | |
|  | |

ABAIXO APARECE TRÊS TIPOS DE CARDÁPIOS, UM É SAUDÁVEL E O OUTRO NÃO. LEIA, PENSE E COPIE NO SEU CADERNO APENAS O CARDÁPIO SAUDÁVEL:

| CARDÁPIO RECHEADO: | CARDÁPIO NUTRITIVO | CARDÁPIO FRUTOS DO MAR |
|---------------------------|---------------------------|-------------------------------|
| MACARRÃO | ARROZ | ARROZ COM LEGUMES |
| ARROZ | MACARRÃO | FEIJÃO |
| FEIJÃO | FEIJOADA | PEIXE GRELHADO |
| FRANGO ASSADO | BATATA FRITA | SALADA DE ALFACE |
| BATATA FRITA | CARNE FRITA | SUCO NATURAL |
| REFRIGERANTE | REPOLHO | SALADA DE FRUTAS |
| CHOCOLATE | COCA-COLA | DOCE DE ABÓBORA |
| BOLACHA RECHEADA | SORVETE | |
| | LARANJA | |

PREPARO E CONSUMO DOS ALIMENTOS

ANTES DE COMER OS ALIMENTOS PRECISAMOS TOMAR ALGUNS CUIDADOS COMO LAVAR BEM AS MÃOS E AS FRUTAS, VERDURAS E LEGUMES.

OS ALIMENTOS COMO AS CARNES DEVEM SER BEM COZIDOS.

E DEVEMOS PRESTAR ATENÇÃO A DATA DE VALIDADE DOS ALIMENTOS PARA NÃO COMER ALIMENTOS VENCIDOS.

E APÓS AS REFEIÇÕES DEVEMOS ESCOVAR BEM OS DENTES PARA MANTÊ-LOS FORTES E SAUDÁVEIS.

PARA EVITAR O SURGIMENTO DE CÁRIES DEVEMOS DAR PREFERÊNCIA AO CONSUMO DE ALIMENTOS NATURAIS COMO FRUTAS E LEGUMES PORQUE LIMPAM OS DENTES. JÁ OS ALIMENTOS QUE CONTEM AÇÚCAR COMO OS DOCES GRUDAM NOS DENTES E SERVEM DE ALIMENTO PARA AS BACTÉRIAS QUE CAUSAM A CÁRIE.

PROPOSTA DE ATIVIDADES

1) ENSINAR OS ALUNOS A LAVAR AS MÃOS CONFORME RECOMENDAÇÃO DA ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. PODE-SE SIMULAR A SUJEIRA COM TINTA OU PUPURINA E UTILIZAR UMA VENDA DURANTE A LAVAGEM.



2) AS CARNES AO SEREM CONSUMIDAS DEVEM ESTAR:

(A) CRUAS

(B) BEM COZIDAS

3) UTILIZAR EMBALAGENS DE ALIMENTOS PARA VERIFICAR AS DATAS DE VALIDADE.

4) FAZER CARTAZES SOBRE OS ALIMENTOS QUE SÃO AMIGOS E INIMIGOS DOS DENTES E ESCOVAR OS DENTES DIARIAMENTE APÓS AS REFEIÇÕES NA ESCOLA.



5) FAZER UMA DEGUSTAÇÃO DE FRUTAS, LEGUMES E VERDURAS COM OS ALUNOS. PODE SER EM FORMATO DE ESPETINHO, SORVETES SAUDÁVEIS, RECEITAS COM FRUTAS, ETC.



SUGESTÃO: UTILIZAR ALGUM LIVRO DE LITERATURA SOBRE CUIDADOS COM OS DENTES E ASSOCIAR A ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL.

3ª Etapa: A produção de alimentos e seu impacto no ambiente e na vida das pessoas

PROPOSTAS DE ATIVIDADES

VOCÊ SABE DE ONDE VEM O LEITE QUE CONSUMIMOS?



TAMBÉM SÃO DERIVADOS DO LEITE, A MANTEIGA, QUEIJO, REQUEIJÃO...



ASSISTA AO VIDEO E VEJA QUANTA INFORMAÇÕES IMPORTANTES SOBRE O CAMINHO DO LEITE DESDE A PRODUÇÃO ATÉ O CONSUMO.

KIKA – DE ONDE VEM O LEITE? ACESSO O LINK ABAIXO:



<https://www.youtube.com/watch?v=iGAwTwdB5NA>



O LEITE DAS MAMÃES É A PRIMEIRA REFEIÇÃO DE TODOS OS ANIMAIS, TODAS AS MAMÃES FABRICAM O LEITE COM A FÓRMULA CERTA PARA ALIMENTAR SEUS BEBEZINHOS.

OS SERES HUMANOS SÃO OS ÚNICOS MAMÍFEROS QUE CONTINUAM A BEBER LEITE MESMO DEPOIS DESMAMAR.

ENTÃO PASSAMOS A CONSUMIR O LEITE QUE É PRODUZIDO PELA VACA LÁ NA FAZENDA, TUDO O QUE A VACA COME AJUDA NA PRODUÇÃO DO LEITE, RICO EM PROTEÍNA, VITAMINA, CÁLCIO E GORDURAS
ORDENHA É O NOME QUE DAMOS PARA O MOMENTO QUE O LEITE É TIRADO DA VACA.

O LEITE INDUSTRIAL, ESSES DE CAIXINHA QUE COMPRAMOS NO MERCADO É ORDENHADO MECANICAMENTE COM UMA MAQUINA QUE SE CHAMA ORDENHADEIRA,
ELA É COLOCADA NAS MAMAS DE VÁRIAS VACAS AO MESMO TEMPO.

DA FAZENDA, O LEITE É TRANSPORTADO POR UM CAMINHÃO REFRIGERADO PARA NÃO ESTRAGAR ATÉ CHEGAR NA USINA.

CHEGANDO NA USINA ACONTECE A PASTEURIZAÇÃO. PASTEURIZAÇÃO É UMA TÉCNICA QUE O LEITE É AQUECIDO E ESFRIADO BEM RAPIDINHO, ELIMINANDO ASSIM AS BACTÉRIAS.



REGISTRO:

ASSISTA AO VÍDEO NOVAMENTE, OBSERVE AS IMAGENS E DESENHE TODO O CAMINHO QUE O LEITE FAZ ATÉ CHEGAR AO NOSSO CONSUMO.

SUGESTÕES DE LEITURA (OS LIVROS ABAIXO CONTAM COMO SÃO PRODUZIDOS O CHOCOLATE, LEITE E MEL):

CICLO DO LEITE – CRISTINA QUENTAL

CICLO DO CHOCOLATE – CRISTINA QUENTAL

CICLO DO MEL - CRISTINA QUENTAL

PODE-SE DESENVOLVER ATIVIDADES PAUTADAS NOS LIVROS PARA INCENTIVAR A VALORIZAÇÃO DOS ALIMENTOS PRODUZIDOS POR AGRICULTORES E DEMONSTRAR O PERCURSO DOS ALIMENTOS DESDE A COLHEITA ATÉ CHEGAR A MESA. DEVEM SER VALORIZADOS TAMBÉM OS PROFISSIONAIS ENVOLVIDOS NESSE PROCESSO. PARA TAL, PODE-SE SOLICITAR PESQUISAS E ENTREVISTAS PARA OBTER OS NOMES (AGRICULTOR, APICULTOR, LEITEIRO, FEIRANTE, OPERADOR DE CAIXA, QUÍMICO, CHEFE, COZINHEIRO, ETC).

OBS.: A AUTORA ESCREVEU LIVROS SOBRE O CICLO DE OUTROS ALIMENTOS QUE PODEM SER UTILIZADOS PARA INCENTIVO A ALIMENTAÇÃO

SUGESTÃO DE ATIVIDADE PRÁTICA:

Se possível, o professor organizará uma visita a alguma pecuária ou granja para que a classe possa conhecer e observar a criação de animais, os processos de produção e de conservação de leite, carne, ovos etc. no ambiente rural, a higienização e preparação destes produtos para o consumo, a importância desses alimentos na dieta humana, produtos derivados etc.

Ao final da visita, após os alunos relatarem e debatem sobre o que observaram, será produzida uma maquete do local visitado, contemplando os animais, plantações transportes, ferramentas, construções, profissões envolvidas etc. utilizados na criação destes animais e no processo de produção de produtos e derivados destes.

Outra sugestão é uma pesquisa acerca da importância destes alimentos para nossa saúde. Como, por exemplo, o leite: fonte de cálcio (mineral essencial para a formação e manutenção da saúde dos ossos de nosso corpo); fonte de energia para atividades cotidianas (como o leite integral); fonte de vitaminas (vitaminas: a) A: responsável pelo crescimento e combate a doenças; b) B1: importante na produção de energia; c) B2: regula a utilização de proteínas, gorduras e açúcares); fonte de proteína (que auxiliam na formação e manutenção dos tecidos do corpo); fonte de minerais (fósforo: importante para a formação dos ossos; manganês: responsável pelo aproveitamento de gorduras e o desenvolvimento e funcionamento do sistema nervoso); recomendações (até os 10 anos de idade, deve-se tomar 3 copos de leite por dia).

SUGESTÃO DE PESQUISA:

SOLICITAR AOS ALUNOS QUE PESQUISEM ALIMENTOS E PRODUTOS DE ORIGEM ANIMAL E SEUS DERIVADOS E NA SALA DE AULA COMPLETEM UM CARTAZ CONFORME O MODELO.

| ANIMAL | VACA | GALINHA/ PATO | OVELHA | ABELHA | PORCO |
|--------|---|---|---|---|---|
| |  |  |  |  |  |

| | | | | | |
|----------------------------|--|---------------------------------|--|--------------------|--------------------------------|
| PRODUTOS FORNECIDOS | CARNE COURO LEITE | CARNE OVOS PENAS | CARNE LEITE LÃ | MEL GELEIA REAL | CARNE COURO |
| DERIVADOS | MANTEIGA BOLOS IOGURTE QUEIJO SAPATO ROUPAS ALMÔNDEGAS | BOLOS QUINDIM TRAVESSEIRO | BOLOS IOGURTE QUEIJO SAPATO ROUPAS | DOCES REMÉDIOS | LINGUIÇA SALAME PRESUNTO |

DENTRE OS PRODUTOS E DERIVADOS ACIMA, CIRCULAR AQUELES QUE SÃO ALIMENTOS NA COR VERDE, OS IN NATURA, NA AMARELA, OS PROCESSADOS E NA VERMELHA, OS ULTRAPROCESSADOS.

EM SEGUIDA, REFLETIR SOBRE OS MALEFÍCIOS DOS ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS E OS BENEFÍCIOS DOS IN NATURA.

HORTA E POMAR

- O professor realizará com a classe uma visita a uma feira ou quitanda, para que as crianças tenham a oportunidade de observarem, manusearem, sentirem o aroma e sabor das frutas, dos legumes e das verduras. Ao final desta aula passeio, o professor perguntará: De onde vêm as frutas, legumes e verduras que consumimos em nosso dia a dia? Será que vem da feira, da quitanda ou do supermercado? Pedirá, então, que os alunos registrem suas hipóteses iniciais em uma folha de papel, com um desenho.
- Em seguida fará a leitura do livro: Saladinha de queixas, de Tatiana Belinky, realizando posteriormente um debate acerca das informações trazidas pelo livro e as hipóteses iniciais das crianças.

MÚSICA POMAR (PALAVRA CANTADA)

BANANA, BANANEIRA

GOIABA, GOIABEIRA

LARANJA, LARANJEIRA

MAÇÃ, MACIEIRA

MAMÃO, MAMOEIRO

ABACATE, ABACATEIRO

LIMÃO, LIMOEIRO

TOMATE, TOMATEIRO

CAJU, CAJUEIRO

UMBU, UMBUZEIRO

MANGA, MANGUEIRA

PERA, PEREIRA

AMORA, AMOREIRA

PITANGA, PITANGUEIRA

FIGO, FIGUEIRA

MEXERICA, MEXERIQUEIRA

AÇAÍ, AÇAIZEIRO

SAPOTI, SAPOTIZEIRO

MANGABA, MANGABEIRA

UVA, PARREIRA

COCO, COQUEIRO

INGÁ, INGAZEIRO

JAMBO, JAMBUZEIRO

JABUTICABA, JABUTICABEIRA

*Disponível em: <http://letras.mus.br/palavra-cantada/283411/>

- QUAL O NOME DA MÚSICA? (POMAR)

- SOBRE O QUE A MÚSICA FALA? (FRUTAS)

- QUAIS AS FRUTAS CITADAS NA MÚSICA?

- QUAL O NOME DA PLANTA OU ÁRVORE QUE NASCE A AMORA? A BANANA? A MAÇÃ? A UVA?

- O QUE É UM POMAR?

- QUEM JÁ TEVE A OPORTUNIDADE DE CONHECER UM POMAR?

- COMO ELE É?

- SE AS FRUTAS SÃO PLANTADAS NO POMAR, COMO SE CHAMA O LOCAL ONDE SÃO PLANTADOS OS LEGUMES E AS VERDURAS?

SUGESTÃO DE ATIVIDADE: CONSTRUÇÃO DE MAQUETE

MODELAR COM MASSA DE MODELAR, ALGUMAS DAS FRUTAS E ÁRVORES PARA CONSTRUIREM A MAQUETE DE UM POMAR.

OUTRAS ATIVIDADES:

O professor organizará uma aula passeio em uma horta ou pomar. Para isso deverá visitá-la com antecedência, observando-a, conversando e entrevistando o hortelão, passando em revista os aspectos relevantes para a visita da classe e preparando-se como guia.

* No dia da aula passeio o professor deverá solicitar aos alunos que observem a paisagem e as transformações ocorridas no trajeto entre a escola e a horta ou pomar: as construções e suas disposições no espaço, meios de transporte, animais, pavimentação das ruas/estrada etc. O professor deverá filmar ou fotografar a visita, para que mais tarde possa retomá-las com a classe e também, realizar uma exposição sobre esta.

* No local da visita, o professor deverá realizar com a classe as seguintes tarefas:

a) Entrevista com o hortelão: os alunos deverão questioná-lo sobre a história do local, como e porque escolheu este trabalho, o que lhe dá mais prazer na profissão, as dificuldades encontradas nela etc.

b) Observação da horta: a disposição e medições dos canteiros, os tipos de hortaliças plantadas, o trabalho nas sementeiras, preparação da terra, a adubação, a rega, calendário agrícola, a colheita, instrumentos

agrícolas utilizados, as atividades desenvolvidas, as ocupações envolvidas, as construções e suas finalidades, produtos derivados, comercialização dos produtos, roupas utilizadas pelos trabalhadores (chapéu, botas, luvas etc.), problemas enfrentados (pragas, parasitas etc.) e soluções etc..

c) Plantio de mudas (se possível).

Em classe, deverão: a) organizar um livro sobre o que aprenderam na visita (sugestão: cada um dos tópicos levantados acima poderá servir como um tema a ser ilustrado pelos alunos); b) construir uma horta na escola.

Outras atividades que o professor poderá promover em sua classe é uma pesquisa acerca da importância dos alimentos (frutas e hortaliças) na saúde de nosso corpo, formas de higienização dos alimentos, doenças causadas de decorrência da falta de higienização com estes, trabalhar com poesias etc.

Para encerrar a aula, o professor poderá realizar a leitura dos livros abaixo, discutindo com a classe suas relações com o que foi aprendido até o momento:

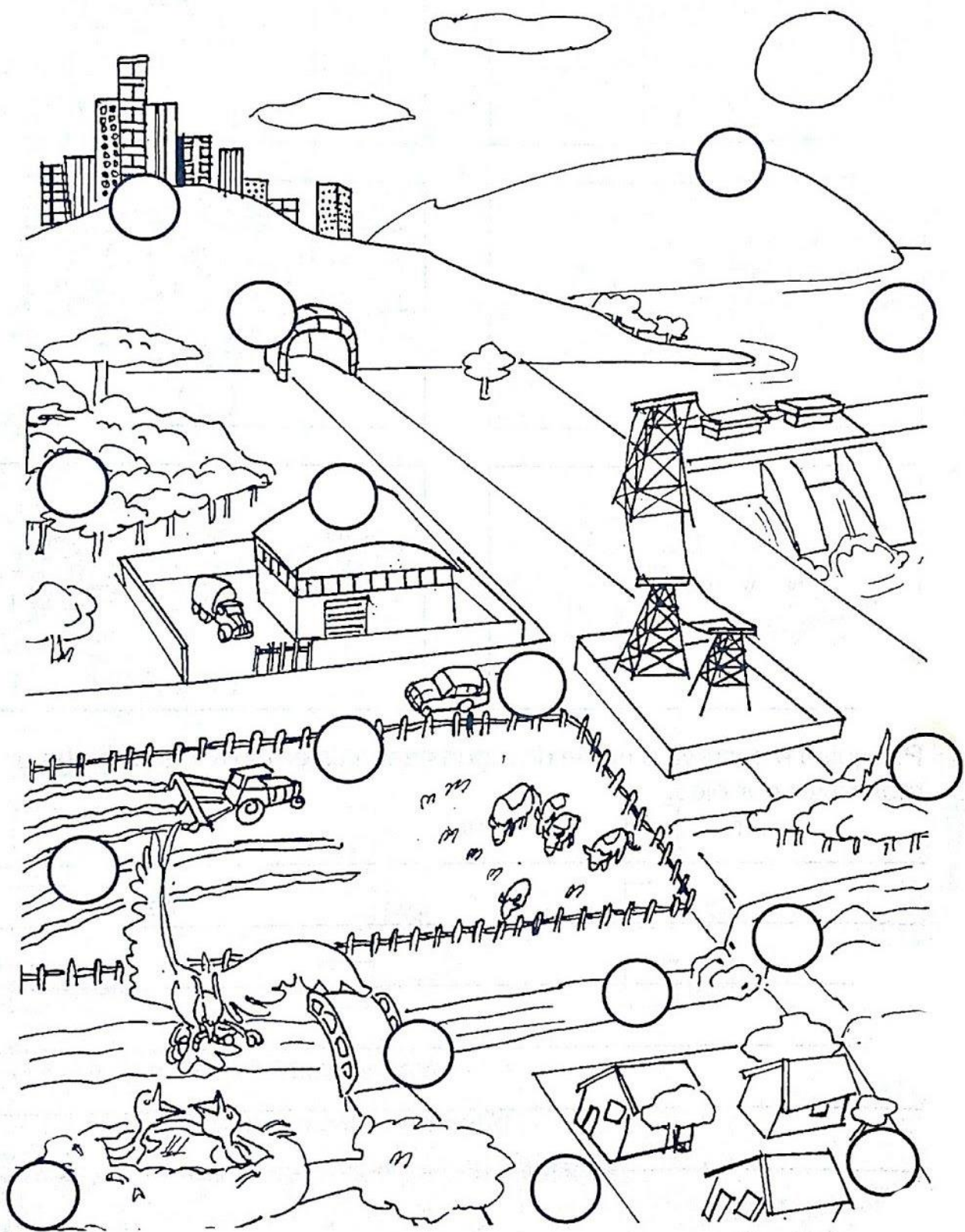
- BELINKY, Tatiana. Que horta. Editora Paulus.

- ROCHA, Ruth. Rato do campo e rato da cidade. Editora Salamandra.

ATIVIDADE

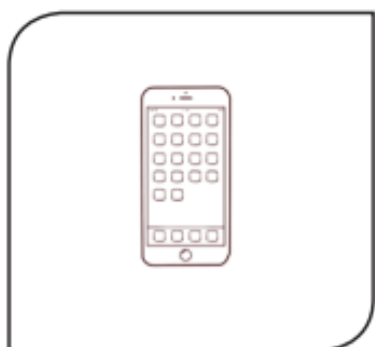
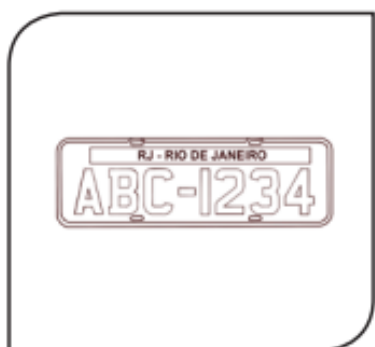
OBSERVE A PAISAGEM ABAIXO E MARQUE COM UM X VERMELHO AS PAISAGENS MODIFICADAS PELA AÇÃO DO HOMEM E COM UM X VERDE AS PAISAGENS NATURAIS.

COLORIR AS PAISAGENS QUE TEM RELAÇÃO COM A ALIMENTAÇÃO HUMANA E INVENTAR ORALMENTE EM CONJUNTO TODA TURMA UMA HISTÓRIA A RESPEITO.

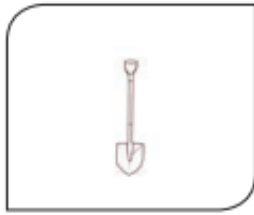


LEITURA DO LIVRO: A HORTA E O MUNDINHO – INGRID BELLINGHAUSEN

NA OBRA A HORTA DO MUNDINHO, AS PERSONAGENS DO LIVRO CITAM ALGUMAS DE SUAS PLANTAÇÕES. MARQUE COM UM X OS QUADRINHOS EM QUE APARECE A IMAGEM DE HORTALIÇAS.



COMPLETE A CRUZADINHA ESCRIVENDO O NOME DAS FERRAMENTAS QUE PODEM SER USADAS NA HORTA DO MUNDINHO.



1- PÁ



2 -ENXADA



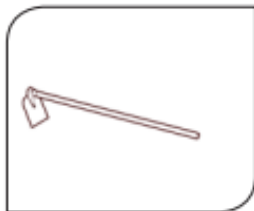
3 -REGADOR



4 -FORCADO



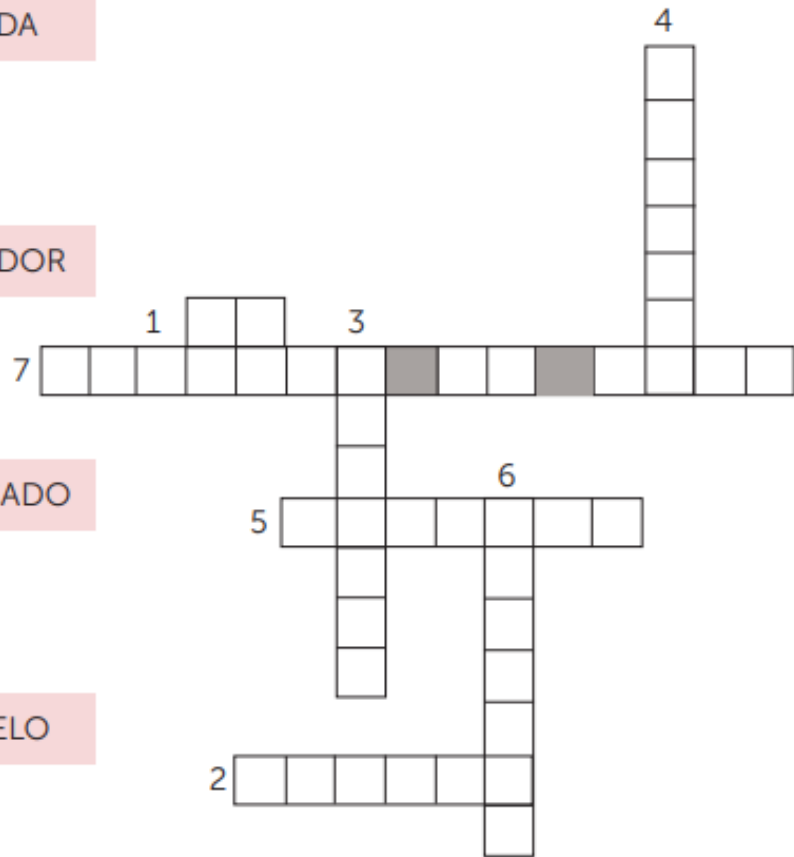
5- RASTELO



6 -ENXADÃO



7 - TESOURA DE PODA



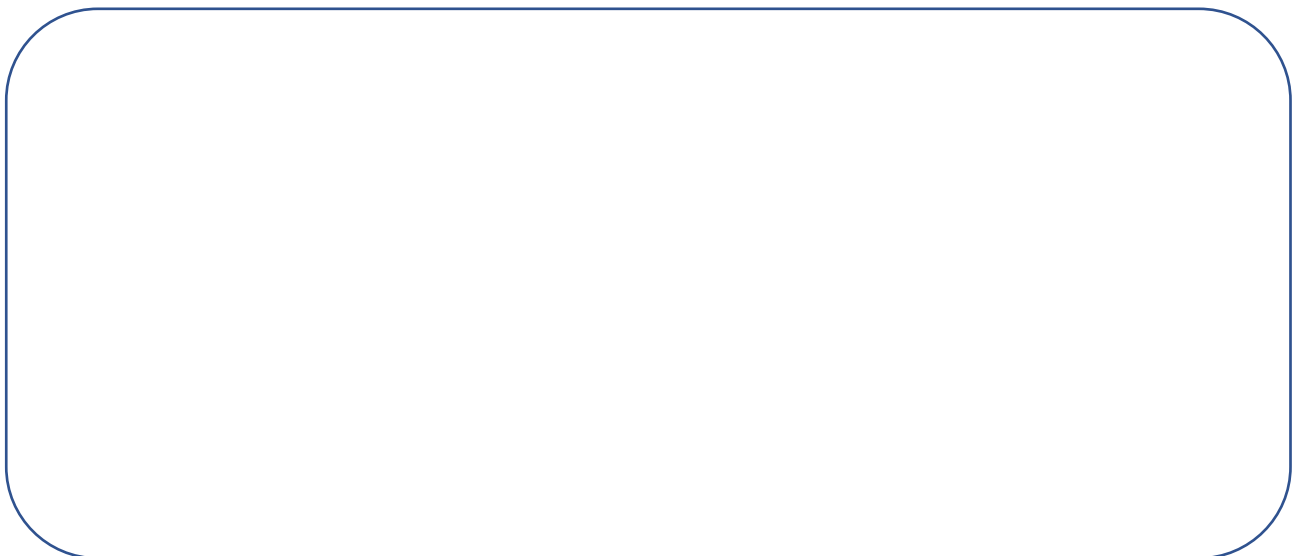
MAURICIO DE SOUSA, AUTOR DAS HISTÓRIAS EM QUADRINHOS DA TURMA DA MÔNICA, DESENVOLVEU A MÁQUINA DE QUADRINHOS (www.maquinadequadrinhos.com.br). É MUITO INTERESSANTE ESSE SITE PELA FACILIDADE DE MANUSEÁ-LO. COM A AJUDA DO PROFESSOR, CRIE COM SUA TURMA UMA HISTÓRIA EM QUADRINHOS DA TURMA DA MÔNICA! NESSE SITE VOCÊ ENCONTRA BALÕES, CENÁRIOS, ONOMATOPEIAS, PERSONAGENS, ENTRE OUTROS ELEMENTOS PARA CRIAR UMA HQ. DEPOIS, É SÓ IMPRIMIR OU PUBLICÁ-LA

NO PORTAL! ALÉM DISSO, VOCÊ PODE COMENTAR COM SUA TURMA A PRODUÇÃO DE CADA UM, SE FIZEREM INDIVIDUALMENTE SUA HISTÓRIA. ENTÃO VAMOS LÁ!



ESCOLHA ELEMENTOS DA LISTA E CRIE A SUA PRÓPRIA HORTA, DESENHANDO-A.

- O PLANETA MUNDINHO
- A LUA
- AS ESTRELAS
- AS NUVENS
- A HORTA DE BETERRABA
- OS TEMPEROS
- A HORTA DE CENOURA
- A HORTA DE COUVE
- A HORTA DE ALFACE
- AS FERRAMENTAS PARA SEMEAR A TERRA



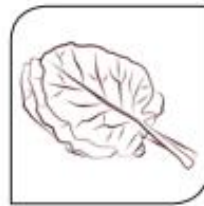
ESCREVA AS RESPOSTAS DAS ADIVINHAS A SEGUIR, UTILIZANDO AS PISTAS DOS DESENHOS ABAIXO.

O QUE É, O QUE É, É VERMELHO E TEM MUITAS SEMENTES?

O QUE É, QUE É, É MUITO APRECIADO PELOS COELHOS?

O QUE É, O QUE É, É VERDE, É FOLHA E PICADINHA É SERVIDA COM FEIJOADA?

O QUE É, O QUE É, É COMPRIDA, É FOLHA E SERVE PARA TEMPERAR?



O QUE É, O QUE É, TEM MUITOS DENTES E NÃO TEM BOCA?

O QUE É, O QUE É, QUANDO A CORTAMOS NOS FAZ CHORAR?

O QUE É, O QUE É QUE O MACACO GOSTA DE COMER?

O QUE É, O QUE É, PULA PULA E VIRA PIPOCA?



É HORA DE SUA TURMA CRIAR A SUA PRÓPRIA RECEITA. VAMOS LÁ.

PENSE NAS VERDURAS E NOS LEGUMES QUE A TURMA ESCOLHEU PARA PLANTAR E ESCREVA, COM A AJUDA DO PROFESSOR, UMA RECEITA BEM SABOROSA E NUTRITIVA.

NOME DA RECEITA: _____

INGREDIENTES:

MODO DE FAZER:

RENDIMENTO:

VAMOS CRIAR UM CADERNO DE RECEITAS DA TURMA? PEÇA À SUA FAMÍLIA QUE ENVIE RECEITAS SAUDÁVEIS TAMBÉM (1º E 2º ANOS).

VAMOS CRIAR UM ÁUDIO PARA GRAVAR AS RECEITAS. SE A TURMA CRIAR UM BLOG, É POSSÍVEL ALIMENTÁ-LO COM DIVERSOS CONTEÚDOS, COMO O PODCAST.



ESCREVA AO LADO DAS IMAGENS O NOME DE CADA UMA DAS HORTALIÇAS.

















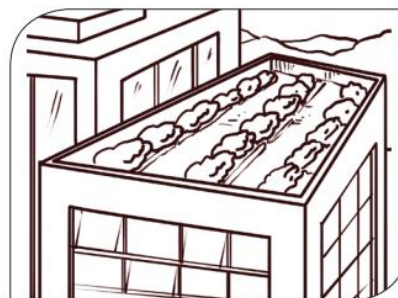
CURIOSIDADES

HOJE A FALTA DE ESPAÇO NAS GRANDES CIDADES PARA ÁREAS VERDES, COMO PARQUES, E FALTA DE ESPAÇO PARA HORTAS TÊM FEITO AS PESSOAS PENSAREM EM LOCAIS ALTERNATIVOS NOS CENTROS URBANOS ONDE SERIA POSSÍVEL TER MAIS ÁREAS VERDES. VEJA AS INCRÍVEIS SOLUÇÕES ADOTADAS EM DIVERSAS CIDADES.

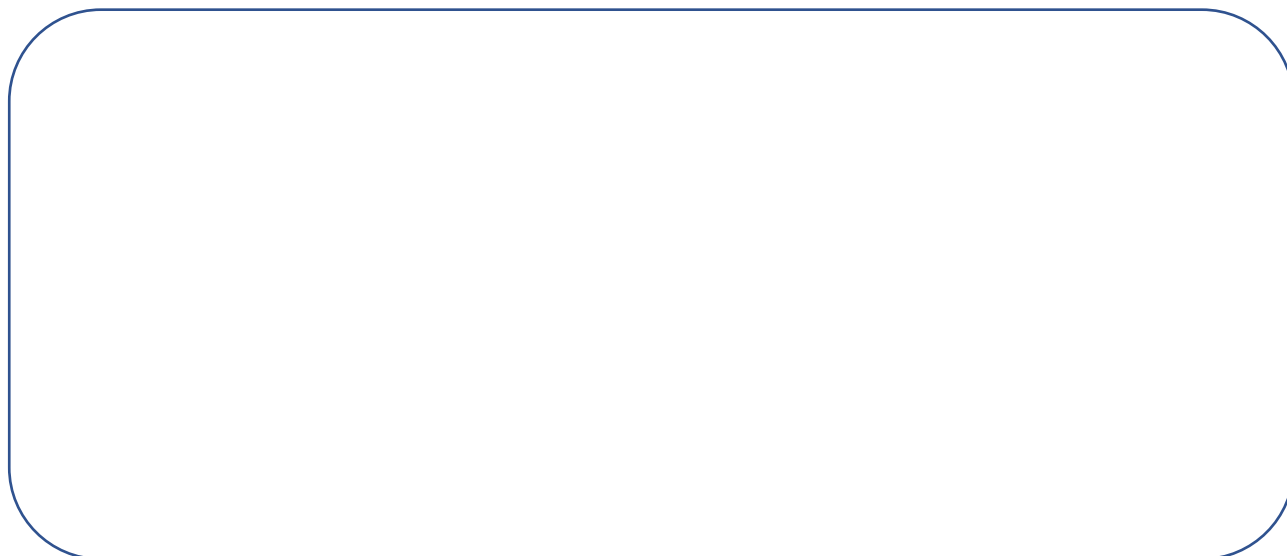


HORTA NO TERRAÇO DO PRÉDIO.

PLANTAÇÃO ORGÂNICA NO TOPO DE UM ARMAZÉM.



FAÇA DESENHO DE UMA HORTA EM VASOS NESTE QUADRO: MUITAS PESSOAS PLANTAM EM VASOS POR MORAR EM APARTAMENTOS.



ESCREVA UM TEXTO SOBRE AS CURIOSIDADES QUE VOCÊ CONHECEU.

ORIENTAÇÕES:

- PESQUISE, COM A AJUDA DO PROFESSOR, SE JÁ EXISTEM PRÉDIOS COM JARDINS CONSTRUÍDOS EM ALGUNS ANDARES.
- PESQUISE A FALTA DE ESPAÇO NAS GRANDES CIDADES.
- PESQUISE AS IDEIAS CRIATIVAS QUE O PESSOAL DOS GRANDES CENTROS URBANOS ESTÁ PENSANDO PARA SOLUCIONAR O PROBLEMA.



MAIS SUGESTÕES DE ATIVIDADES SOBRE O LIVRO NO LINK:
https://rhjlivros.com.br/manual/H_MUNDINHO_mat_digital_pdf1_OK.pdf

LEIA O TEXTO ABAIXO, COM MUITA ATENÇÃO.

ÁGUA O MAIS SAUDÁVEL E COMPLETO DOS ALIMENTOS

FONTE: JOMAL ESTADO DE MINAS 23/03/2011

UM DOS ALIMENTOS MAIS IMPORTANTES E SAUDÁVEIS QUE EXISTEM É A ÁGUA. A ÁGUA NÃO PODE FALTAR NO NOSSO ORGANISMO. MAIS DA METADE DO NOSSO CORPO SÃO É CONSTITUÍDO DE ÁGUA. QUANDO UMA PESSOA ESTÁ DOENTE, PRINCIPALMENTE CRIANÇA, E NÃO TEM APETITE, A MAIOR PREOCUPAÇÃO DO MÉDICO NÃO É COM A ALIMENTAÇÃO, MAS COM A ÁGUA. É ELA QUE HIDRATA O CORPO. SEGUNDO OS MÉDICOS, NÃO É FOME QUE MAIS AMEAÇA UMA PESSOA, MAS SIM A SEDE. EXPLICANDO MAIS CLARAMENTE, UMA PESSOA PODE FICAR QUATRO DIAS SEM COMER. FICA FRACA, MAS NÃO MORRE. NO ENTANTO, SE ELA FICAR QUATRO DIAS SEM INGERIR ÁGUA OU ALGUM LIQUIDO, CERTAMENTE MORRERÁ. A ÁGUA DE NOSSO CORPO É PERMANENTEMENTE ELIMINADA E PRECISA SER CONTINUAMENTE REPOSTA. TODO LIQUIDO CONTÉM ÁGUA E QUALQUER UM PODE SER USADO PARA A HIDRATAÇÃO DO CORPO, MAS NENHUM É TÃO PURO, COMPLETO E SAUDÁVEL COMO A ÁGUA. A ÁGUA É IMPORTANTE PARA TODOS OS SERES VIVOS: PESSOAS, ANIMAIS E PLANTAS.

EM SEU CADERNO, RESPONDA

A) QUAL É O ALIMENTO MAIS COMPLETO E SAUDÁVEL DO MUNDO?

B) POR QUE A ÁGUA É MUITO IMPORTANTE PARA A VIDA?

C) O QUE ACONTECE SE FICARMOS MAIS DE 4 DIAS SEM BEBER ÁGUA?

4) O MESMO ACONTECE SE FICARMOS 4 DIAS SEM COMER? POR QUÊ?

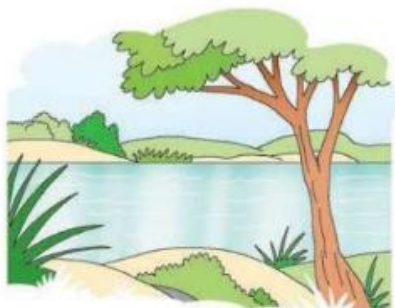
A IMPORTÂNCIA DA ÁGUA

A água é muito importante para a vida na Terra.
As pessoas, os animais e as plantas não podem viver sem água.
Podemos encontrar água em vários lugares.

◆ Sobre o solo:



no mar,



no rio,



no lago

◆ Debaixo do solo:



em poço artesiano

◆ No ar:



nas nuvens.

◆ No corpo dos seres vivos:



no corpo do seres humanos, animais, plantas e etc.

A água salgada

A maior parte da água existente na Terra salgada e faz parte dos mares e oceanos. O sal que utilizamos para temperar as refeições é retirado da água do mar.



Salina: local onde o sal é retirado da água do mar.

A água doce

A água de rios, lagos e fontes é denominada doce, pois apresenta pouco sal e não tem sabor salgado.



A maior parte da água doce está nas geleiras.

Os usos da água

Diariamente, usamos a água para várias finalidades



Beber



Lavar as mãos e tomar banho.



Lavar as verduras, frutas, cozinhar

Lavar louças, lavar roupas, limpar casa.

A água também é utilizada para apagar incêndios e na locomoção de meio de transporte, aquático como, por exemplo, navio.



1 – Responda:

- Qual é a maior parte de água existente na terra?

- Quais os lugares que encontramos água doce?

- Quais as finalidades da água?

2 - Reescreva as frases a seguir deixando-as corretas.

- A água não é importante para a vida.

- A água doce contém muito sal.

- A menor parte da água doce está nas geleiras.

SUGESTÃO DE USO DOS SEGUINTE LIVROS DE FORMA COMPLEMENTAR:

A SEMENTE E O FRUTO – EUNICE BRAIDO;

O RATO DO CAMPO E O RATO DA CIDADE – ESOPO;
A ÁGUA E A VIDA – PATRÍCIA ENGEL SECCO;
OMI, A ÁGUA – FÁBIO GONÇALVES FERREIRA.

4ª Etapa: O papel do alimento na nutrição

PROPOSTAS DE ATIVIDADES

MEU CORPO

Como é o seu corpo? Ele é parecido com o de seus colegas?

Certamente você deve ter percebido que existem semelhanças e diferenças entre as pessoas.

As pessoas são semelhantes (muito parecidas):
possuem cabelos, olhos, boca, dentes; têm aparência humana de forma a torná-las diferentes de outros animais.

As pessoas são diferentes:
na cor de cabelos, olhos e pele; no sexo, que pode ser masculino (homens) e feminino (mulheres).

RESPONDA:

Qual é sua altura?

Qual é seu peso?

Qual é a cor de sua pele?

Qual é a cor dos seus cabelos?

Qual é a cor dos seus olhos?



BRUNO MAGALHÃES

NOME: _____

IDENTIFICAÇÃO PESSOAL



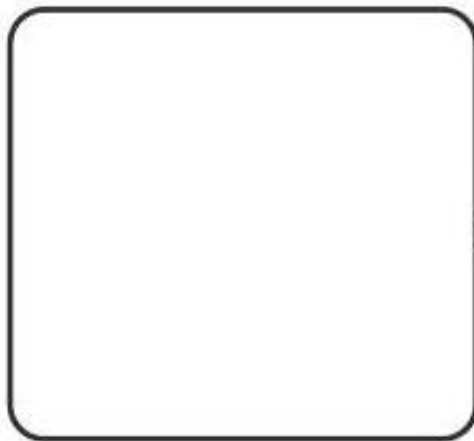
Como você já observou, existem semelhanças entre você e outras crianças, mas, também existem diferenças.

As diferenças de uma pessoa em relação às demais tornam possível a identificação pessoal.

A identificação pessoal é o conjunto de características próprias de cada pessoa.

Saiba que você é único. Ninguém é igual a ninguém, somos todos diferentes uns dos outros. Uma característica que prova isso é a impressão digital.

No quadro, marque a impressão digital de seu polegar direito.



Escolha um colega.

Repare bem nos aspectos físicos e no corpo desse colega.

b) Preencha os quadros marcando um X na coluna correta.

Você e seu colega

| Característica | Semelhante | Diferente |
|-----------------|------------|-----------|
| cor dos olhos | | |
| cor dos cabelos | | |
| tipo de cabelo | | |
| cor da pele | | |





NINGUÉM É IGUAL A NINGUÉM

MORO EM UMA RUA QUE NÃO É GRANDE NEM PEQUENA E TEM GENTE DE TODO JEITO.

PAULINHO, MEU VIZINHO DA ESQUERDA, É GORDUCHO. ALGUNS MENINOS VIVEM GRITANDO PARA ELE: "PAULINHO, BALEIA, SACO DE AREIA". ELE CHORA E CHORA.

JOANA, A VIZINHA DA DIREITA, É NEGRA E SEMPRE DIZ QUE QUERIA SER BRANCA.

[...]

É QUE EM TODA CASA, TEM SEMPRE ALGUÉM QUE QUER SER DIFERENTE DO QUE É.

EU SOU MAGRELO PORQUE É ASSIM QUE SOU. ANTES NÃO GOSTAVA QUE NINGUÉM MEXESSE COMIGO. JÁ TIVE APELIDO DE PALITO, VARETA, LINGUIÇA. AGORA NEM DOU BOLA MAIS PARA OS APELIDOS, POIS NÃO SOU LINGUIÇA, NEM PALITO, NEM VARETA.

SOU UM MENINO CHAMADO DANILO QUE NÃO É GORDO, NEM MÉDIO, SOU MAGRO E BOM DAS PERNAS. NÃO PERCO UMA CORRIDA.

JÁ PENSOU SE TODOS FOSSEM IGUAIS? ACHO QUE AS PESSOAS TERIAM QUE ANDAR COM O NOME ESCRITO NA TESTA PARA NÃO SEREM CONFUNDIDAS COM AS OUTRAS.

REGINA OTERO; REGINA RENNÓ. NINGUÉM É IGUAL A NINGUÉM.
SÃO PAULO: EDITORA DO BRASIL, 2008.

1. AS PESSOAS QUE CONVIVEM COM VOCÊ SÃO TODAS IGUAIS OU DIFERENTES? EXPLIQUE.
2. DE ACORDO COM O TEXTO PAULINHO GOSTA DOS APELIDOS QUE AS PESSOAS COLOCAM NELE? POR QUÊ?
3. QUEM ESTÁ NARRANDO ESTE TEXTO?
4. QUAIS AS CARACTERÍSTICAS DE DANILO CITADAS NO TEXTO?
5. EXISTEM APELIDOS CARINHOSOS E APELIDOS QUE MACHUCAM.
A) VOCÊ CONHECE ALGUÉM QUE TEM UM APELIDO QUE GOSTE?
B) VOCÊ CONHECE ALGUÉM QUE TEM UM APELIDO QUE NÃO GOSTA?
6. ALGUÉM JÁ COLOCOU APELIDO EM VOCÊ? VOCÊ GOSTOU OU NÃO? POR QUÊ?
7. O QUE PODEMOS FAZER PARA CONVIVER BEM COM AS PESSOAS?

VOCÊ APRENDEU QUE BULLYING É A PRÁTICA DE ATOS VIOLENTOS, INTENCIONAIS, REPETIDOS CONTRA UMA PESSOA INDEFEZA QUE PODE CAUSAR DANOS FÍSICOS E PSICOLÓGICO AS VÍTIMAS.

- OBSERVE AS MAGENS ABAIXO.



1. CONVERSE COM UM ADULTO A RESPEITO DO QUE VOCÊ OBSERVOU. O QUE VOCÊ ACHA QUE ESTÁ ACONTECENDO?
2. VOCÊ RECEBERÁ JUNTO COM A ATIVIDADE UM CORAÇÃO, E NELE VOCÊ VAI ESCREVER OU DESENHAR ATITUDES QUE DEVEMOS TER CONTRA O BULLYING.
3. DEPOIS VAI TRAZER PARA A ESCOLA ONDE SERÁ MONTADA UMA ÁRVORE DIZENDO NÃO AO BULLYING.

Os alimentos

Os seres humanos utilizam os alimentos para obter a energia de que necessitam para se desenvolver, realizar as atividades necessárias para o funcionamento do corpo, se movimentar, entre outras atividades.

Os alimentos ingeridos pelo ser humano podem ser de origem animal ou vegetal. Esses alimentos são compostos de nutrientes como proteínas, gorduras, carboidratos, vitaminas e sais minerais. Além disso, necessitamos ingerir substâncias de origem mineral, como a água e o sal.



Cada tipo de nutrientes presentes nos alimentos exerce uma ou mais funções diferentes no organismo. Os primeiros nutrientes que podemos encontrar nos alimentos são: proteínas, carboidratos, vitaminas e sais mineirais.

Veja no quadro a seguir as principais funções de cada um dos nutrientes.

| Nutrientes | Principais funções |
|-------------------------|--|
| Proteínas | Participam da multiplicação das células, permitindo o crescimento e o desenvolvimento do corpo humano. VER GLOSSÁRIO |
| Carboidratos e gorduras | Fornecem a energia que é utilizada pelo organismo na realização de diversas atividades. |
| Vitaminas | Ajudam a defender o organismo de algumas doenças. |
| Sais minerais | Ajudam na formação dos ossos, dos dentes e das células sanguíneas e ajudam no controle dos batimentos cardíacos. |

A saúde de nossos filhos, da Publifólia e Departamento de Pediatria do Hospital Israelita Albert Einstein. São Paulo: Publifólia, 2002. Texto adaptado.

PROPAGANDA DE ALIMENTOS

ATIVIDADE 1:

Comece a aula discutindo quais são os alimentos preferidos dos alunos. É bastante provável que os alunos façam referências a alimentos como doces, balas, chocolate, refrigerante, sanduíches etc. Registre no quadro os alimentos mais

lembrados pela criança. As informações coletadas por meio dessa conversa podem ser organizadas em uma tabela que pode ser registrada pelos alunos no caderno ou pelo professor em um cartaz.

Espera-se que os alunos compreendam como, muitas vezes, nossas escolhas são direcionadas pela publicidade. Essa atividade, além de permitir uma sondagem das ideias dos alunos sobre propaganda, também é uma boa oportunidade para problematizar o tempo que as crianças passam na frente de TV, assim como a influência que a televisão e a propaganda exercem nas nossas escolhas e no nosso modo de vida. Após essa discussão, o professor deve chamar a atenção para o fato de que as propagandas exibidas na televisão são também chamadas de filmetes.

ATIVIDADE 2

Depois de explorar a notícia e a opinião dos alunos sobre o tema, realize um questionamento mais voltado para as funções do filmete ou da propaganda. Exiba a seguinte propaganda para os alunos:

<http://www.youtube.com/watch?v=xmqrD-rIQY&feature=related>

Pergunte para os estudantes:

- Qual o objetivo dessa propaganda?
- Que produto se tenta vender nessa propaganda?
- Essa é uma propaganda direcionada para meninos ou para meninas?
- Como é possível identificar a qual público essa propaganda é direcionada?

A partir da exibição desse filmete, discuta com as crianças que esse gênero textual tem como finalidade divulgar algum produto para um público específico. Para isso, ele se utiliza de diversas estratégias. No caso da propaganda acima, por se tratar de um produto voltado para meninas, o cenário escolhido é um quarto feminino, com vários elementos delicados e cores claras.

Após fazer essa discussão, exiba esse outro filmete para as crianças:

<http://www.youtube.com/watch?v=Ncbe42CNpNU&feature=related>

Faça as mesmas perguntas para os alunos. Eles devem perceber que a função do gênero é a mesma e que o produto vendido é semelhante ao da primeira propaganda (um calçado). Devem perceber também que, nos dois casos, além do produto vendido, há um brinde oferecido para quem comprar o produto (um colar para o caso do tamanco; e um relógio para o caso da papete). Entretanto, os elementos usados na propaganda são outros, já que o público consumidor se diferencia. O professor pode trabalhar, então, como as propagandas são pensadas com o objetivo de atingir um determinado público para que ele consuma mais daqueles produtos.

Pode-se também aproveitar esse trabalho com as propagandas para discutir questões relacionadas às diferenciações feitas em nossa sociedade para meninos e meninas, ou seja, pode se iniciar uma discussão sobre gênero. Para um aprofundamento nessa discussão, sugere-se a leitura do texto de Ruth Sabat sobre publicidade e gênero, disponível em:

<http://www.scielo.br/pdf/ref/v9n1/8601.pdf>