

# Experimente

Experimente e monte sua forma de brincar!



experiências  
que alimentam ll





# Bem-Vindos!

Você acabou de receber o **EXPERIMONTE**, recurso pedagógico que integra o Projeto Experiências que Alimentam II, realizado pelo CREN - Centro de Recuperação e Educação Nutricional, com apoio da Associação Umame e do Instituto Opy.

## O Projeto Experiências que Alimentam II

O **Projeto Experiências que Alimentam II** tem como objetivo ampliar e difundir ações de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) no ambiente escolar de primeiríssima infância, favorecendo o desenvolvimento e a promoção da saúde de bebês, crianças e suas famílias.

## O CREN

O **CREN** - Centro de Recuperação e Educação Nutricional, é uma organização social sem fins lucrativos e um centro de referência internacional na área de educação alimentar e nutricional, que tem como missão enfrentar a subnutrição e a obesidade para o desenvolvimento integral da pessoa e da família.

# O EXPERIMONTE

O **EXPERIMONTE** é um **recurso pedagógico** criado para que o educador possa explorar e ampliar possibilidades de **ações de EAN - Educação Alimentar e Nutricional**, por meio de propostas que ampliem os aspectos sociais e coletivos da alimentação no espaço escolar e que também pode ser utilizado por outros profissionais da Educação Infantil.

## E o que é essa EAN?

As **ações de Educação Alimentar e Nutricional - EAN** podem ter diferentes formas, seja a leitura de um livro que aborda temas de alimentação, uma atividade na horta, uma oficina junto às famílias e também uma atividade lúdica, como o **EXPERIMONTE**.

Independentemente do formato, essas ações podem representar uma ferramenta importante para promoção de saúde e impactar os hábitos alimentares desses pequenos até sua vida adulta! Para que essas propostas ressoem e façam sentido na vida desses bebês e crianças, é preciso que elas abordem todos os aspectos que envolvem a **alimentação, como cultura, celebração, imagem corporal, sustentabilidade** e muitas outras coisas, bem como a **qualidade dos alimentos**.

A EAN é ainda mais importante na primeira infância por ser um momento repleto de aprendizagens e uma forma de potencializar o desenvolvimento infantil e promover a autonomia dos pequenos.

## Idade:

Recomendado para todos os bebês, crianças e adultos de espírito livre e criativo.

## Contém:

01 Caixa para guardar os materiais

34 Fichas numeradas, para despertar sua criatividade, sendo elas:

17 Fichas ilustradas;

05 Fichas ilustradas e vazadas (1, 2, 21, 22, 23);

02 Fichas ilustradas em transparência (8 A, 8 B);

05 Fichas ilustradas de personagem acompanhadas de suporte;

01 Ficha ilustrada em lona (20);

04 Fichas cenários em lona com ilhós (C1, C2, C3, C4,).

01 Jogo "Frutas Dentro e Fora" composto por 12 peças.

No **EXPERIMONTE** cada ficha aborda aspectos de temáticas de EAN!

Use sua autoria livremente para montar infinitas possibilidades de narrativas e de brincadeiras!

O recurso pedagógico **EXPERIMONTE** possibilita, tanto a você educador, quanto aos bebês e crianças, experiências lúdicas e divertidas voltadas para a Educação Alimentar e Nutricional.

Ao escolher as fichas, o educador coloca em prática sua **intencionalidade de proporcionar vivências** que abordam diferentes temas, como sustentabilidade, produção de alimentos, exploração de territórios, celebrações, aspectos culturais, relações familiares, memórias afetivas em relação à alimentação entre outras possibilidades.

Ao propor a utilização das fichas de maneira colaborativa com os pequenos, as narrativas podem ser criadas de maneira que cada ficha pode ser um ponto de partida ou de chegada.

No verso das fichas numeradas de 1 a 24 (exceto n°s 8, 16 e 20) você encontrará sugestões que podem ajudar e inspirar a começar a brincadeira, sendo denominadas de **Instruções Básicas, Perguntas Norteadoras e Dica.**

Este é um recurso interativo, você e sua turma escolhem personagens e cenários, relacionando-os aos temas sugeridos, e criam histórias que podem ser reinventadas a cada vez que brincarem. **Dê espaço para a imaginação e criatividade!**



Não esqueça de higienizar esse material, é fácil e rápido! Basta um paninho úmido com água! Evite usar desinfetantes e produtos abrasivos para não danificar as imagens!



Conheça os personagens que compõem o EXPERIMONTE

# Fuzuê



Ele gosta de preparar receitas diferentes e saborosas e de fazer bagunça também! É animado, brincalhão e vive rodopiando por aí. Está sempre na cozinha envolvido em muitas tarefas com seus amigos. Adora saber que, quando estão juntos, todos se divertem. Vive passando pelos lugares e deixando sua marca, ops, seu creme colorido!

# Galosid



Esse galo simpático viajou do sol até nosso planeta para explorar novos lugares e encontrar outros seres. Onde vivia, no sol, Galosid se sentia triste, pois sempre desejou fazer amigos e por lá não havia ninguém, exceto o astro-rei. Galosid então pega suas botas de astronauta, a máquina fotográfica e dispara rumo à mais incrível aventura: uma busca por amigos na Terra. Gosta de fazer atividades como caminhada, conhecer novos lugares, pessoas e aprender com elas!

# Mandí



É uma garota muito legal, uma ótima companhia, todos gostam de ter uma amiga como essa por perto! Viajou pelo Brasil inteiro e ganhou vários apelidos por aí. Divertida, animada e sorridente, ela sempre tem deliciosas receitas para compartilhar e boas histórias para contar! Mandí tem uma família grande e está sempre por perto quando eles precisam.

# Nina



Nina é uma nuvem muito pensativa, ela pensa, pensa tanto que vive com a cabeça nas nuvens. Quando tem sentimentos muito fortes, chora de tristeza ou espirra gotas de alegria, enchendo tudo de chuva, hidratando a terra e a todos nós. Às vezes, a Nina fica quietinha, mas também adora estar com os amigos, sempre os incentivando a beber água!

# Lili



Lili é uma cebolinha muito esperta, que vive lendo histórias divertidas em livros muito legais! Sua imaginação voa 'looonge!' Ela pensa em tudo que aprende e por isso gosta de conversar e compartilhar, daí ela acaba ensinando e aprendendo mais um monte de coisas! Apaixonada pelos animais, ela é muito apegada aos seus bichos de estimação: a minhoca Dorotéia e a joaninha Joana! Elas podem estar em uma horta, ou brincando por aí com seus amigos.



## Dorotéia e Joana

São os bichinhos de estimação da Lili. A minhoca Dorotéia e a joaninha Joana adoram uma aventura e podem aparecer em qualquer lugar! Gostam de brincar com toda a turma e são muito divertidas.

# Vamos lá!

## Utilizando os cenários

O **EXPERIMONTE** conta com cenários em lona que podem ser colocados no chão ou pendurados pelos seus ilhoses! Eles ilustram diferentes ambientes que podem representar o local em que ocorre a brincadeira, ambientar e contextualizar as narrativas compostas com as outras fichas e, ainda, ser utilizada com outros brinquedos e materiais da unidade escolar.

## Utilizando uma ficha por vez

Você pode escolher utilizar cada ficha separadamente, a partir da sua intencionalidade, de seu repertório pessoal e criatividade, do contexto e momento de sua turma, verifique como cada ficha, e a temática que explora, pode te ajudar a despertar uma brincadeira e experiência com os bebês e crianças no espaço escolar.

## Utilizando as fichas transparentes

As fichas transparentes (8A, 8B) tem como objetivo agregar uma nova dimensão à ficha Jarra (7), permitindo que os bebês e crianças vivenciem, por meio da sobreposição, uma transformação da narrativa, estimulando novas histórias.

## Utilizando as fichas de modo combinado

Você pode também utilizar as fichas de modo combinado, explorando como as suas temáticas se complementam e se inter-relacionam. Combine uma ou mais fichas para trabalhar o mesmo tema, ou temas diferentes, complementando as narrativas! Aqui vale explorar cenários, fichas, personagens e transparências para criar as histórias!

# Narrativas para se inspirar!

## Narrativa 1

### Dia de festa



Quem não ama fazer uma festa? E uma festa de aniversário? Música, brincadeiras, comidas gostosas e, mais importante, celebrar junto com as pessoas que amamos!

Hoje é aniversário da nossa amiga Nina; juntamos a turma toda na cozinha. Quem quer ser cozinheiro? A panela já está no fogo e agora é só pegar o livro de receitas, juntar os amigos e colocar a mão na massa!

A Experibanda já está pronta para animar a festa e nos ajudar a cantar um parabéns bem animado, e aí? Aí é só comemorar e se divertir muito!

Ah, e depois da festa a diversão não precisa acabar, não é? Nada como estar em casa, brincando com as pessoas que mais gostamos! Nossos amigos da família Tábua sabem disso melhor do que ninguém!

Nesta narrativa você utilizará o cenário C1  
e as fichas de número: 2, 5, 13, 15, 17, 18, 23,





## Narrativa 2

### Um dia, muita diversão!

Ei! Lembram de mim? Sou a Nina. Meus amigos me chamaram para brincar e fiquei contente, o céu está azul e só com algumas nuvens. No caminho percebi algumas manchas roxas na calçada. Quando olhei para cima, sabe o que encontrei? Uma amoreira cheia de amorinhas! Seguindo seu rastro cheguei até a pracinha da cidade.

Lá, meus amigos e eu brincamos muito de pular corda. Ufa! Até ficamos com sede... Paramos para beber água e escutamos uma música perto da barraca de feira. As frutas e legumes estavam lindos e coloridos. Acreditam que o vendedor nos deu uma fatia de melancia? Estava uma delícia!!!

Bom, foi tudo muito divertido! O único problema foi que eu perdi meu chapéu na praça... Você está vendo ele por aí? Pode me ajudar a encontrá-lo?

Nesta narrativa você utilizará o cenário C2  
e as fichas de número: 6, 7, 10, 12, 21



# Narrativa 3

## O alimentos e seu caminho



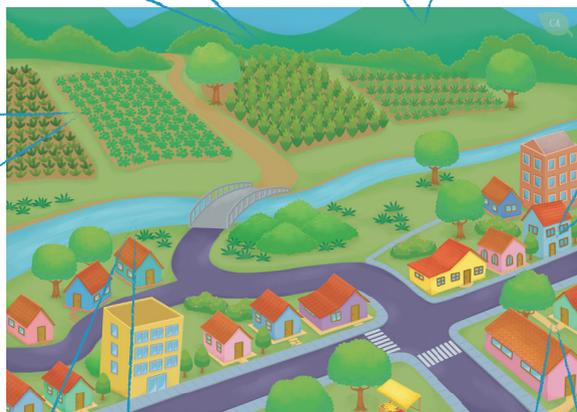
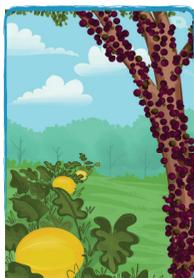
Oi, eu sou a Mandí! Eu estou arrumando a mesa para o almoço e, enquanto isso, vou te contar a história de onde vêm os alimentos que chegam na nossa casa!

Antes de chegar no mercado e na nossa mesa os alimentos nascem e crescem lá no campo, na terra. Às vezes, lá longe, na fazenda, e às vezes pertinho de nós, em hortas. Para crescer fortes eles precisam de sol e de água. De onde vem a água que molha as plantações? Isso mesmo, a água vem da chuva, dos rios, dos lagos... E em um dia quente, brincar na água também pode ser muito divertido. O que será que a joaninha Joana está vendo com a luneta?

Tenho um amigo que trabalha no campo, plantando e colhendo os alimentos, como faz muito sol, ele precisa usar chapéu. Ele me contou que tem alimentos que nascem juntinhos, como a jabuticaba, e alguns alimentos que nascem separados, como o melão. Olha essa foto que ele nos mandou. Ah, tem também alimentos que nascem com flores lindas, como a flor do jiló, que está perto do girassol.

Bom, a mesa já está posta! Agora vou lá na cozinha dar um banho nos legumes que chegaram do campo e vou transformá-los em uma deliciosa salada! Bom apetite!

Nesta narrativa você utilizará o cenário C4  
e as fichas de número: 1, 9, 11, 19, 22, 24





## Narrativa 4

### Em busca da sua pitanga perfeita!

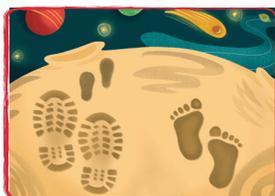
Lembram de mim? Sou o Galosid!!! Eu comecei minhas aventuras caminhando e deixando minhas pegadas por todo o universo! Sempre gostei de passear pela Lua, por vários planetas e cometas! Um dia vim morar na Terra e fiz amigos mais que especiais. Eles me ajudaram na aventura mais legal de todas: ir em busca da nossa pitanga perfeita!

Juntos, exploramos vários lugares à procura da frutinha deliciosa. Até que chegamos no sítio. Procuramos nas plantações, rios e árvores. Acredita que até debaixo da terra fomos procurar? Encontramos cenouras coloridas, tesouros e muito mais, mas a pitanga estava mesmo era no alto de uma árvore! Linda e brilhante! Ebaaaa!!!

Ela estava lá e a joaninha Joana, muito esperta, já a havia encontrado! Criamos um plano para alcançá-la. Foi um sufoco, mas deu certo! Ufa! Até tiramos uma foto para registrar esse momento.

E você: Qual foi a sua aventura perfeita?

Nesta narrativa você utilizará o cenário C3  
e as fichas de número: 3, 4, 14, 16, 20



Essa é a ficha “Cadê, achou”, em um dos lados você encontra o Galosid escondendo o rosto e no outro ele revelando quem é! Uma ficha perfeita para brincar com as crianças e, principalmente, com os bebês.

# Outros modos de brincar!

## Em busca dos elementos escondidos (easter eggs)

Os personagens da Experibanda e outros elementos surpresa estão escondidos pelas fichas; a ideia é encontrá-los e propor narrativas sobre como eles foram parar ali.

## Frutas Dentro e Fora

Jogue o “Frutas Dentro e Fora” como um jogo da memória, mas combinando as frutas abertas com as frutas fechadas! Além disso, as 12 peças usadas para essa brincadeira podem ser usadas junto às fichas ilustradas para compor as narrativas!

## Jogos da Memória

No site [experienciasquealimentam.org.br](http://experienciasquealimentam.org.br) você encontra jogos da memória que podem ser utilizados por toda a equipe da unidade escolar e pelas famílias! Acesse a seção “Experimente!” do site, imprima e monte da melhor forma para que todos os bebês e crianças possam aproveitar este material.

Estes itens também podem ser utilizados junto às outras fichas para ampliar as narrativas!



## Quebra-cabeças

Quebra-cabeças de algumas fichas do jogo também estão disponíveis em nosso site na seção “Experimente!”. Lá você encontra jogos de de 4, 6 e 9 peças, para que todas as crianças possam participar. É só acessar, imprimir e recortar as peças e começar a brincadeira!

## Ambiente Virtual

Entre e cadastre-se em nosso site através do código QR ao lado ou digitando [experienciasquealimentam.org.br](http://experienciasquealimentam.org.br) em seu navegador.



Entre tantos outros recursos existentes, pretende-se que essa seja uma ferramenta pedagógica que proporcione que você, educador, favoreça experiências positivas junto aos bebês e crianças, a partir do contato com a temática da alimentação.

**Vamos montar a primeira brincadeira?!**

# Realização:



## Realização

### Equipe Experiências que Alimentam II

Elizabeth Feffermann (Coordenação)

Amanda Severo

Bianca Guedes

Cintia Andrade

Evelyn Fracaro

Lívia Martins

Sarah Crispim

Thomas Ohara

Vanessa Acras

## Diagramação

Giuliano Giovanetti

## Ilustrações

Estúdio Ilustraria

## Apoio

**UMANE**



2022



REALIZAÇÃO



APOIO

**UMANE**



INSTITUTO  
**OPY**