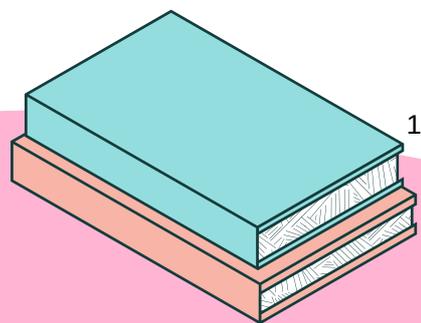




PLANEJAMENTO SEMANAL

ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

EDUCAÇÃO INFANTIL





ATENÇÃO!



ESSE MATERIAL É FEITO EXCLUSIVAMENTE POR MIM! O MATERIAL É PARA USO EDUCACIONAL E GRATUITO E SOMENTE PODE SER COMPARTILHADO ATRAVÉS DO LINK DESTA POSTAGEM! QUALQUER FORMA DE COPIAR ESSE MATERIAL E COMPARTILHAR EM PDFS OU IMAGENS E SEM CONSENTIMENTO CONSTITUI CRIME, PELA LEI DE DIREITOS AUTORAIS!

QUEM GOSTA DO MATERIAL PODE AJUDAR COMPARTILHANDO OS LINKS DO BLOG E VIA PIX COM QUALQUER VALOR, OBRIGADA A TODOS! CHAVE PIX
CAROLINA.PALHAS@HOTMAIL.COM



[Clique aqui para acessar o meu instagram @carolinapalhas](#)



[Clique aqui para acessar minha loja virtual](#)



[Clique aqui para acessar o meu blog](#)

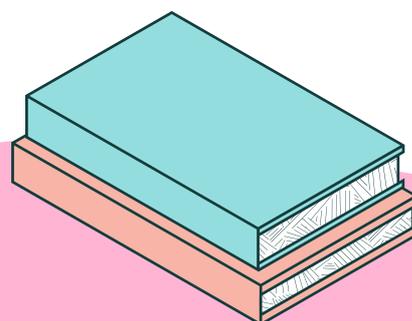


PLANEJAMENTO SEMANAL ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

ESCOLA:		
PROFESSORA:		
TURMA:	EDUCAÇÃO INFANTIL <i>Crianças bem pequenas e crianças pequenas</i>	DATA:

OBJETIVOS:

- Objetivo: Promover o conhecimento e a prática de uma alimentação saudável entre as crianças, de acordo com as diretrizes da Base Nacional Comum Curricular (BNCC).





PLANEJAMENTO SEMANAL ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

CAMPOS DE EXPERIÊNCIAS:

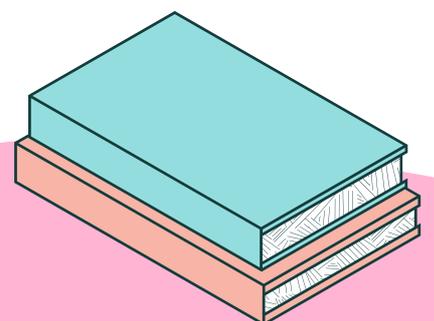
- O eu, o outro e o nós
- Corpo ,gestos e movimentos
- Traços ,sons ,cores e formas
- Escuta, fala, pensamento e imaginação
- Espaço , tempo, quantidades relações

CÓDIGOS DA BNCC:

EI03TS01,EI03TS01,EI03TS02,EI03TS02, EI03TS03,

AVALIAÇÃO:

Observação do envolvimento dos estudantes nas atividades;





PLANEJAMENTO SEMANAL ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

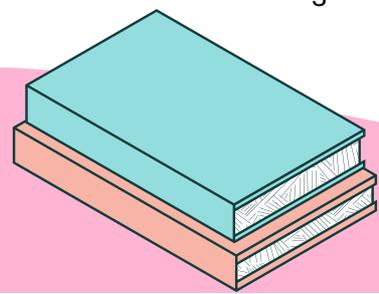
DESENVOLVIMENTO/ATIVIDADES

SEGUNDA-FEIRA

- Realizar uma roda de conversa sobre a importância de uma alimentação saudável, incentivando as crianças a compartilhar suas experiências e conhecimentos sobre alimentos.
- Montar um mural coletivo com imagens de alimentos saudáveis e não saudáveis. Cada criança poderá contribuir colando imagens na categoria correta.

TERÇA-FEIRA

- Apresentar os diferentes grupos alimentares (carboidratos, proteínas, frutas, legumes e verduras, laticínios) e suas funções no corpo.
- Dividir as crianças em grupos e entregar cartas com imagens de alimentos. Cada grupo deve classificar as cartas nos grupos alimentares correspondentes.





PLANEJAMENTO SEMANAL ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

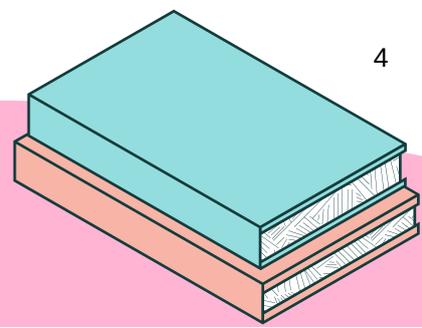
DESENVOLVIMENTO

QUARTA-FEIRA

- Realizar uma visita à horta ou mercado próximo à escola, onde as crianças poderão ver, tocar e cheirar diferentes alimentos frescos.
- Fazer uma salada de frutas coletiva, permitindo que as crianças escolham as frutas e auxiliem no preparo.

QUINTA-FEIRA

- Explicar a importância de uma alimentação equilibrada, mostrando a pirâmide alimentar adaptada para a faixa etária das crianças.
- Preparar um lanche saudável com alimentos como sanduíche natural, suco de frutas natural e uma porção de vegetais.





PLANEJAMENTO SEMANAL ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

DESENVOLVIMENTO

SEXTA-FEIRA

- Abordar a importância da higiene ao manipular os alimentos, como lavar as mãos antes das refeições e higienizar corretamente os utensílios.
- Fazer biscoitos ou bolinhos saudáveis em formato de alimentos, incentivando as crianças a lavarem as mãos antes e após a manipulação dos ingredientes.

Observações

- Durante toda a semana, oferecer água regularmente para as crianças e explicar a importância da hidratação adequada.
- Incentivar as crianças a experimentarem alimentos saudáveis, respeitando as preferências individuais.
- Envolver as famílias, enviando orientações e sugestões de lanches saudáveis para serem compartilhados em casa.

