

Plano de Aula – Tecnologia e Alimentação Saudável

Turma: Educação Infantil – 5 anos (EI03)

Tema: Alimentação Saudável

Área: Computação (BNCC)

Data: ____/____/____

Objetivos

- Utilizar recursos tecnológicos com mediação para explorar o tema alimentação.
- Desenvolver noções básicas de pensamento computacional (sequência e comandos).
- Refletir sobre hábitos alimentares saudáveis de forma lúdica e interativa.
- Utilizar a tecnologia de forma segura e responsável.

Habilidades BNCC Computação

Código	Habilidade	Eixo
EI03CD01	Reconhecer que equipamentos tecnológicos e recursos digitais fazem parte do cotidiano e podem ser usados para aprender.	Cultura Digital
EI03CO03	Experienciar a execução de algoritmos brincando com objetos (des)plugados.	Pensamento Computacional
EI03CO10	Utilizar tecnologia digital de maneira segura, consciente e respeitosa.	Cultura Digital

Rotina – Turno da Manhã (07h às 11h)

Horário	Atividade	Descrição
07h às 07h30	Recepção e acolhida	Entrada das crianças, ambientação e conversa

		livre.
07h30 às 07h50	Roda de conversa	Diálogo sobre alimentação saudável.
07h50 às 08h20	História digital	História autoral com imagens e áudio no computador. BNCC: EI03CD01
08h20 às 08h40	Lanche coletivo	Enfatizar alimentos saudáveis.
08h40 às 09h00	Higiene pessoal	Escovação supervisionada e banheiro.
09h00 às 09h30	Parque / tempo livre	Atividades livres ao ar livre.
09h30 às 10h00	Trilha da alimentação saudável	Trilha com roleta digital e comandos. BNCC: EI03CO03
10h00 às 10h30	Mesas temáticas	Atividades por turma: massinha, colagens, montagem de pratos. BNCC: EI03CO10
10h30 às 10h50	Dinossauro comedor	Brincadeira simbólica com boneco. BNCC: EI03CO10
10h50 às 11h00	Roda final	Revisão do que foi aprendido e despedida.

Rotina – Turno da Tarde (13h às 17h)

Horário	Atividade	Descrição
13h às 13h30	Recepção e acolhida	Entrada tranquila das crianças, brincadeiras livres.
13h30 às 13h50	Roda de conversa	Apresentação do tema: alimentos saudáveis.
13h50 às 14h20	História digital	História autoral com imagens e som no computador. BNCC:

		EI03CD01
14h20 às 14h40	Lanche saudável	Hora do lanche coletivo.
14h40 às 15h00	Higiene pessoal	Escovação e banheiro.
15h00 às 15h30	Parque / tempo livre	Brincadeiras ao ar livre.
15h30 às 16h00	Trilha da alimentação saudável	Trilha com comandos e roleta digital. BNCC: EI03CO03
16h00 às 16h30	Mesas temáticas	Atividades manuais por turma. BNCC: EI03CO10
16h30 às 16h50	Dinossauro comedor	Brincadeira com brinquedos de comida. BNCC: EI03CO10
16h50 às 17h00	Roda final	Encerramento com conversa e música.

Avaliação

- Participação nas atividades propostas.
- Demonstração de compreensão sobre alimentação saudável.
- Uso respeitoso e mediado da tecnologia.
- Capacidade de seguir comandos simples com atenção.