



CENTRO EDUCACIONAL MARIA MONTESSORI

GRUPO DE TRABALHO: 3º ANO EDUCADORA: SILVANA RAMOS

2017

TEMA: ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL



"...Eu fui aparelhado para gostar de passarinhos.
Tenho abundância de ser feliz por isso..." *Manoel de Barros*

A escola é um espaço privilegiado para a promoção da saúde e desempenha papel fundamental na formação de valores, hábitos e estilos de vida, entre eles o da alimentação.

A promoção de uma alimentação saudável no espaço escolar pressupõe a integração de ações em três pontos fundamentais: ações de estímulo à adoção de hábitos alimentares saudáveis, por meio de atividades educativas que informem e motivem escolhas individuais; ações de apoio à adoção de práticas saudáveis por meio de uma alimentação nutricionalmente equilibrada no ambiente escolar e ações de proteção à alimentação saudável, por meio de medidas que evitem a exposição da comunidade escolar a práticas alimentares inadequadas.

O mercado da alimentação tem sido um dos mais prósperos da última década e sua conceituação vem se aperfeiçoando de segurança alimentar para segurança do alimento. De norte a sul, de leste a oeste, o assunto "Alimentação Saudável" é mais do que um tema: é uma meta.

Assim, consciente de que o tema se insere ou, deve ser inserido, no primeiro campo de ação da prática pedagógica, observando a crescente curiosidade dos alunos a respeito dos alimentos e a valorização crescente em nosso país pela cultura de lanches rápidos e pouco nutritivos, elaboramos este projeto.

Objetivo Geral

Dessa forma, o objetivo do projeto é permitir que os alunos, juntamente com seus familiares, reflitam sobre seus hábitos alimentares e das consequências que esses



hábitos têm na sua saúde. Pretende-se levar ao conhecimento dos alunos que tanto a carência quanto o excesso de alimentos podem gerar doenças e prejudicar o crescimento. Ao compreender a importância da alimentação saudável, espera-se uma mudança de hábitos alimentares.

Objetivos Específicos

- > Definir o que é alimentação saudável;
- > Diferenciar frutas, verduras e legumes, bem como a importância desses alimentos para nossa saúde;
- > Incentivar o consumo de frutas, verduras e legumes;
- > Conhecer a importância das vitaminas na saúde;
- > Identificar informações contidas nos rótulos de produtos industrializados;
- > Compreender os prejuízos causados pelo consumo excessivo de balas, refrigerantes e frituras;
- > Aprender o que significa a pirâmide alimentar;
- > Evitar o desperdício de alimentos.

POSSIBILIDADES DE SABERES E FAZERES

1º trimestre

Comunicação e Expressão: Oral: Escutar falar; Ouvir a si próprio e aos outros; Narração de livros; Relato de pesquisas; Apresentação de atividades; Escrita: Produção de pequenos textos; Confecção de cartazes; Alfabeto (vogais e consoantes); Letra Maiúscula / Minúscula; Forma script / cursiva; Ordem alfabética; Encontro vocálico (ditongo, tritongo, hiato); Encontros consonantais; Silabas; Nomenclatura e divisão silábica; Substantivo: Próprio e comum; Gênero, número e grau do substantivo; M antes de P / B

Conhecimentos matemáticos: Origem dos números; Sucessor / Antecessor; Ordem crescente e decrescente; Par / Ímpar; Maior que / Menor que / Igual; Números ordinais até 50; Números romanos até 100; Composição e Decomposição; Adição e seus termos

Subtração e seus termos; Números até 999; Multiplicação e seus termos; Tabuada até 6



Quantificar; Problemas matemáticos com adição e subtração; Operações com dezenas e centenas

Ciências Naturais: Sistema Solar / Universo; Planeta Terra; Movimentos da Terra

Lua; Componentes do Planeta Terra; Recursos naturais não renováveis não vivos: Água, Terra, Ar, Luz e Calor do sol;

Ciências Sociais: Eu – Ser histórico; Eu e a comunidade; Família; Escola; Meu bairro; Bairro da escola; Cidades no tempo; Descobrimento do Brasil; Meios de localização; Noções cartográficas; A história do nosso município.

Artes: Cores primárias / secundárias; Desenho livre; Desenho dirigido; Confecção de cartão; Maquete; Cartazes; Pop-arte;

Vida Prática: Palavras mágicas; Organização do ambiente; Responsabilidade; Recorte e colagem; Costura.

Educação Sensorial: Visão de conjunto; Selos; Tabuleiro listrado- Tabuleiro de Pitágoras; Tabuleiro xadrez; Caixa das classes gramaticais; Longa faixa preta; Faixa de localização; Sistema Solar; Mapas; Globos; Planisférios; Os 4 elementos; Caixa de cores 1 e 2; Jogo intuitivo do nome; Livro da família;

2º trimestre

Comunicação e Expressão: Oral: Escutar falar; Ouvir a si próprio e aos outros; Narração; Descrição; História em quadrinhos; Relato de pesquisas; Apresentação de atividades; Escrita: Produção de textos; Confecção de cartazes; Dígrafos; Sílabas tônicas (oxítona / paroxítona / proparoxítona); Substantivo: Coletivo; Adjetivo; Acento agudo e circunflexo / Til

Cedilha; Uso do R / Uso do S; Dificuldades Ortográficas: t / d; f / v; b / p; Silabas terminadas em U / L; Sinais de Pontuação: ponto final, ponto e vírgula, vírgula, exclamação, interrogação, dois pontos, travessão, aspas; Tipos de frases; Uso do G e J.

Conhecimentos matemáticos: Divisão e seus termos; Multiplicação com dezena; Composição e decomposição; Dobro / Triplo; Tabuadas até 9; Divisão exata e não exata; Termo desconhecido; Ordem e classe; Valor relativo e valor absoluto; Problemas; matemáticos; adição, subtração, multiplicação e divisão, Dúzia.

Ciências Naturais: Recursos naturais renováveis animados; Ser vivo e não vivo; (orgânico e inorgânico); Os animais: Vertebrados e Invertebrados; Classificação dos Vertebrados; Classificação dos Invertebrados; Habitat-Alimentação-Locomoção-Nascimento-Cobertura dos animais; Metamorfose dos animais; Plantas; Parte das



plantas e suas funções; Reprodução das plantas (Germinação e regeneração); Classificação das plantas; Relação ser humano com os animais e plantas; Cadeia alimentar; Equilíbrio do ecossistema; Saneamento básico.

Ciências Sociais: Ambientes naturais e modificados; Paisagem urbana e rural; Meios de transporte e comunicação; Transporte e comunicação no município; Os 3 poderes; Ser historiados; Fontes históricas; Portugal; As grandes navegações;

Artes: Pontilhimo; Mosaico; Maquete; Cartazes; Pão-por-deus; Pintura com tintas; Arte indígena; Arte portuguesa.

Vida Prática: Palavras mágicas; Organização do ambiente da casa e da sala de aula; Responsabilidade; Recorte e colagem; Vivencia do uso de placas de transito; Experiências com plantas.

Educação Sensorial: 1ª faixa de história; Tabuleiro xadrez; Tabua de Pitágoras; Visão de conjunto; Caixa Gramatical; Placas de Trânsito; Cartões dos animais; Pequenas histórias; Jogos de classificação; Botânica; Zoologia; Faixas evolutivas; Livros Montessori; Jogo intuitivo do adjetivo; Jogo da relação; Falar bem; Linha da vida;

3º trimestre

Comunicação e Expressão: Oral: Escutar falar; Ouvir a si próprio e aos outros; Narração de livros; Relato de pesquisas; Apresentação de atividades; Escrita: Produção de textos narrativos, descritivos e dissertativos; Uso do GU / QU; Onomatopeias; Adjetivos pátrios; Substantivos compostos, primitivos e derivados; Z no final de sílabas; Sons do X; Sinônimo e Antônimo; Pronomes; Verbos; Conjunções Verbais; Sujeito e predicado;

Conhecimentos matemáticos: Linhas; Simetria; Figuras geométricas planas; Sólidos geométricos; Polígonos; Fração; Sistema monetário; Medidas de tempo; Medidas de comprimento; Medidas de capacidade; Medidas de Massa; Composição – e composição; Problemas matemáticos;

Ciências Naturais: O corpo humano; Partes do corpo; Sistemas do corpo; Os sentidos; Fases da vida; Cuidados com saúde corporal e mental; Doenças e vacinas; Origem dos alimentos; Recursos não renováveis;

Ciências Sociais: Contrastes e acidentes geográficos; Tipos de clima; Tipos de vegetação; Pré-história Geral; Pré-história Brasileira; A chegada dos portugueses; O início da colonização.



Artes: Gradação de Cores; Desenho Livre; Desenho dirigido; Maquete; Cartazes; Arte Brasileira;

Vida Prática: Palavras mágicas; Organização do ambiente; Responsabilidade; Recorte e colagem; Mercadinho; Contagem de dinheiro; Litros/Balança/Metro/Relógio; Calendário;

Educação Sensorial: Visão de conjunto; Tabuleiro xadrez; Caixa das classes ; gramaticas; Caixa das cores 3; Contrastes geográficos 1; Acidentes geográficos 1; Jogos de classificação; Faixa das eras; Livro Montessori; Calendário regular normal; Jogo das estações (Tempo); Figuras geométricas planas; Malha quadriculada; Sólidos geométricos; Triângulos construtores; Cubo do binômio; Linha do relógio; Cartões de relacionamento; Jogo do verbo; Jogo Intuitivo do pronome; Leituras interpretadas 1 e 2; Tabela do sujeito 1 e 2.

Fechamento: Feira cultural.