

ATIVIDADE PARA 30/06/2020

B2A - Profª Mara



SALADA DE FRUTAS: Explorando as suas formas, tamanhos, cheiros, cores e sabores

- 1) Depois de bem higienizadas juntamente com a criança, divida as frutas separando uma parte em uma cesta e deixe-as cobertas com uma toalha. Reserve a outra parte. Mostre a cesta para a criança. Faça perguntas como: O que será que tem embaixo dessa toalha? Vamos ver? Vamos puxar a toalha? Encoraje a criança a retirar a toalha e deixe que manipule as frutas da cesta conforme seus interesses. Converse, incentive a criança a investigar e a descobrir mais sobre o tamanho (maior, menor), peso (mais leve, mais pesada) e textura (lisa, escamosa, aveludada, rugosa). Quando retirar a toalha, mostre à criança uma fruta semelhante ou igual àquela que está sendo manuseada. Enquanto ela manipular, faça intervenções para que a criança note ou sinta semelhanças e diferenças quanto à textura, ao cheiro, ao tamanho, ao peso e cores.
- 2) Apresente e nomeie as cores de cada uma comparando-as umas as outras. Cuidadosamente corte um pedaço de cada fruta e ofereça à criança degustando também e descrevendo o quanto é bom e saboroso! Deixe que experimente e explore cada pedaço, podendo diferenciar as temperaturas como ambiente e gelada. Possibilite que a criança cheire-as novamente, agora as frutas por dentro e percebam as sementes e os sabores (doce, amarga ou ácida) observando suas expressões faciais durante esse processo e também quanto suas preferências.
- 3) Ao final, realize com as frutas reservadas no início da atividade uma salada. Segue uma sugestão com uma **receita de salada de frutas** nutritiva, deliciosa, simples e fácil de fazer e um vídeo ilustrativo muito legal para vocês assistirem.



Ingredientes

- 1/2 mamão picadinho
- 1/2 melão ou pedaços de melancia
- 1 maçã grande com casca picadinha
- 2 bananas em rodela e depois cortadas ao meio
- Suco de 3 laranjas

Modo de Preparo

1. Misture todas as frutas cortadas em pedaços pequenos com o suco de laranja (exceto a banana).
2. Coloque a banana apenas na hora de servir a salada, pois ela estraga facilmente, comprometendo todo o gosto da salada.
3. Se desejar acrescente manga e abacaxi picadinhos.

Assista ao vídeo: <https://www.youtube.com/watch?v=gXyfibe5vzk>

