

UME MARGARETH BUCHMANN

MATERNAL II – MANHÃ E TARDE

PROF^{as}: LUÍSA, MARIA JOSÉ e LÍDIA; SIMONE, ANDRÉA E ROSI



Atividade nº 11 : “Conhecendo uma fruta”

Objetivos:

- Despertar o interesse e a curiosidade das crianças pelas frutas, conhecendo seus nutrientes;
- Identificar formas, sabores, cores, texturas e consistências das frutas;
- Compreender a importância do consumo das frutas para uma alimentação saudável

Materiais necessários:

Escolher uma fruta disponível da época, utensílios de cozinha, para manusear a fruta, como descascar ou cortar em pedaços.

Desenvolvimento da atividade:

Preparar o ambiente de forma a deixar o ambiente agradável e tranquilo. Escolher juntamente com a criança uma fruta. Em seguida, fazer a higienização da fruta e explicar à criança sobre importância de fazer a higienização da fruta e das mãos antes de consumi-la. Com a fruta em mãos, fazer as observações quanto às características: como formato, cor, aroma, textura. Permita que a criança pegue a fruta, que sinta o cheiro e a forma. Após esse momento de exploração, corte a fruta, ofereça e incentive à criança a comer.

❖ Sugestão de fruta: Maçã.

Nutrientes da Maçã: Esta fruta é uma excelente fonte de fibras e vitaminas do tipo B, C e E, sendo importantes na prevenção de doenças e fortalecer o sistema imunológico.

❖ Sugestão de música para acompanhar a atividade: Palavra Cantada – “Pomar”

❖ Sugestão de leitura: “A menina que não gostava de frutas”. Texto de Cidália Fernandes.