



Relatório Mensal do Projeto Integrador

CEPI Estrela do Cerrado

Mês: Junho 2025

Assunto: Evidências do Projeto Integrador da Nutrição

Relato das vivências do mês:

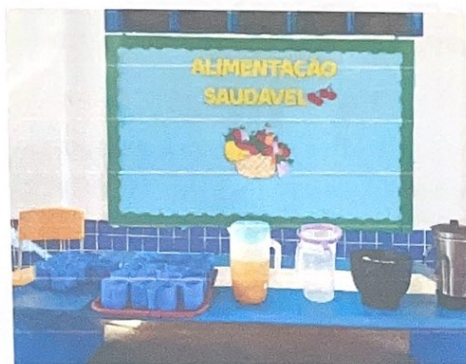
Diariamente, é desenvolvido o projeto de autosservimento, que estimula a autonomia e a consciência alimentar das crianças. Durante as refeições, elas são incentivadas a montar o seu próprio prato, tendo o direito de escolher o que e quanto desejam comer, dentro das opções disponíveis. Essa prática promove o respeito às individualidades, além de fortalecer a autonomia e o protagonismo infantil, contribui para a redução do desperdício e a formação de hábitos alimentares mais saudáveis e conscientes.



No dia 18/06, foi realizada uma roda de conversa com a temática do Prato Saudável. A atividade teve como objetivo ensinar, de forma lúdica, a importância de uma alimentação equilibrada. Foram utilizadas figuras de alimentos, e as crianças participaram ativamente montando seus próprios "pratinhos saudáveis". Durante a dinâmica, foram abordados os diferentes grupos alimentares, explicando os benefícios de cada tipo de alimento para o crescimento e a saúde. A participação foi marcada pelo entusiasmo e interesse das crianças, promovendo aprendizado de forma divertida e interativa.



No dia 26/06, realizamos a Cozinha Experimental com as crianças, a atividade teve como objetivo conscientizar sobre o aproveitamento integral dos alimentos, promovendo hábitos sustentáveis desde a infância. As crianças participaram ativamente de todas as etapas da receita, preparando um delicioso suco utilizando a casca do melão. Além de aprenderem sobre culinária, também desenvolveram noções de responsabilidade ambiental e alimentação saudável de forma prática e divertida.



Todas as sextas-feiras, é desenvolvido o projeto "Cozinha em Casa", uma extensão do trabalho pedagógico voltado à alimentação saudável. Nesse projeto, as crianças levam para casa uma maleta e um caderno de receitas, com o objetivo de vivenciar, junto às suas famílias, momentos de preparo e experimentação de alimentos. Com o apoio dos responsáveis, elas elaboram e registram receitas, fortalecendo vínculos familiares e ampliando seus conhecimentos sobre alimentação, sabores e hábitos saudáveis de forma prazerosa e significativa.



Relato da coordenadora Renata Paz:

Durante a roda de conversa realizada no dia 18/06, foi possível observar o quanto as crianças se mostraram curiosas e interessadas em aprender sobre os alimentos e seus benefícios. Utilizamos figuras ilustrativas de frutas, legumes, verduras, proteínas e outros grupos alimentares, o que facilitou a compreensão do tema de forma lúdica e visual. As crianças participaram ativamente, escolhendo os alimentos e montando seus próprios "pratinhos saudáveis". Foi um momento de escuta e troca, que proporcionou uma rica oportunidade para abordar a alimentação de maneira leve e significativa, respeitando o tempo e a vivência de cada criança.

Considerações finais da nutricionista.

As práticas desenvolvidas demonstram o compromisso com a formação de hábitos alimentares saudáveis, por meio de vivências significativas, lúdicas e participativas. Os projetos possibilitam que as crianças aprendam a fazer escolhas conscientes e desenvolvam senso de responsabilidade em relação à própria alimentação. Além disso, as atividades envolvem as famílias, incentivam o aproveitamento de alimentos e promovem o respeito à diversidade alimentar.

A introdução da educação alimentar na infância contribui para o desenvolvimento integral da criança, favorecendo a construção de comportamentos mais autônomos e equilibrados no que se refere à alimentação.

Bianca Lúcia dos Santos

Nutricionista