



PROJETO INTEGRADOR – AÇÃO SOCIAL RENASCER

"Sabor de Aprender: Nutrição e Educação".

Objetivo Geral

Promover a integração entre as nutricionistas, as equipes pedagógicas e as equipes de cozinha, com ações internas voltadas à promoção de hábitos alimentares saudáveis entre as crianças de 4 meses a 5 anos. O projeto será realizado de acordo com a **BNCC**, com atividades que incentivem a alimentação saudável e a educação nutricional, visando o desenvolvimento integral das crianças e o fortalecimento do vínculo com as famílias.

Objetivos Específicos

1. Nutricionistas serão responsáveis por planejar e executar atividades pedagógicas e nutricionais em suas respectivos CEPs e creches, em colaboração com as educadoras e a equipe de cozinha.
2. Capacitar as equipes de cozinha para preparar refeições balanceadas e nutritivas, adaptadas às necessidades nutricionais de cada faixa etária, com o acompanhamento das **nutricionistas**.
3. Criar e implementar atividades interativas com as crianças para promovê-las a participar da escolha e preparo de alimentos saudáveis, estimulando a autonomia alimentar desde cedo.
4. Realizar, em **novembro**, uma oficina interna para as mães, com foco em educação nutricional e práticas alimentares saudáveis para o ambiente familiar.
5. Reforçar a importância de uma alimentação saudável como parte do desenvolvimento integral das crianças, utilizando práticas pedagógicas alinhadas à **BNCC**.

METODOLOGIA

Ações Pedagógicas das Nutricionais nos CEPs e creches.

- **Oficinas de Culinária Lúdica):** Cada **nutricionista** organizará oficinas mensais com as crianças para prepararem receitas saudáveis e simples, como sucos naturais, sanduíches de frutas, e outros pratos nutritivos. A atividade será conduzida de maneira divertida e educativa,



estimulando as crianças a se envolverem no processo de preparação de alimentos.

- Rodas de conversa mensais com as crianças, abordando a importância dos alimentos e os benefícios para a saúde, de forma lúdica e apropriada para cada faixa etária.
- Serão realizadas atividades como jogos e brincadeiras, como "Caça ao Alimento", "Montando o prato saudável" e "Que alimento é esse?", para ajudar as crianças a identificar alimentos saudáveis e entender os diferentes grupos alimentares de forma divertida.

Capacitação das Equipes de Cozinha

- **Treinamentos Mensais para as Equipes de Cozinha:** Cada **nutricionista** realizará capacitações mensais com as equipes de cozinha para garantir que as refeições servidas às crianças sejam nutricionalmente equilibradas e atendam às necessidades de cada faixa etária.
- **Acompanhamento da Qualidade das Refeições:** As nutricionistas acompanharão a execução das receitas nos CEPIs creches, garantindo que os cardápios estejam de acordo com as diretrizes nutricionais e ajustando as preparações conforme necessário.

Oficina para as Mães (Novembro)

- **Oficina de Nutrição para as Mães:** Em **novembro**, será realizada uma oficina para as mães com foco na educação nutricional e como integrar hábitos alimentares saudáveis em suas rotinas familiares. A oficina abordará a importância dos alimentos no crescimento das crianças e fornecerá dicas práticas para preparar refeições nutritivas em casa.

Integração com a BNCC

As atividades serão alinhadas com os campos de experiência e objetivos de aprendizagem da **BNCC** para a educação infantil, nos seguintes aspectos:

- **O Eu, o outro e o nós:** as atividades proporcionarão as crianças descobrirem seu próprio gosto pelos alimentos e a compartilhar com os colegas.
- **Corpo, Gestos e Movimentos:** As atividades de manipulação de alimentos, como cortar frutas ou preparar pratos, vão ajudar no desenvolvimento motor das crianças.



- **Traços, sons, cores e formas:** Com as atividades propostas na cozinha experimental, conhecerão o formato e cores dos alimentos.
- **Escuta, Fala, Pensamento e Imaginação:** A escuta sensível será realizada sempre após as atividades, observando seu aprendizado e como forma de avaliação para registros do desenvolvimento da fala e aprendizado de novos vocabulários
- **Espaços, tempos, quantidades, relações e transformações:** realizarão reconhecimento dos espaços como a horta, entenderão que os cuidados com o plantio requerem tempo até a colheita, observando a transformação da semente em vegetais e quantificando quantidades.
- Através das atividades práticas, as crianças aprenderão sobre os alimentos e sua origem, além de compreenderem como a alimentação impacta o meio ambiente e a saúde.
- A interação entre as crianças, as educadoras e as equipes de cozinha proporcionarão um aprendizado sobre a colaboração e a importância do trabalho coletivo, além de estimular a noção de cuidados com a alimentação.

Projetos

- 1- Cozinha experimental
- 2- Autosservimento
- 3- Antropometria
- 4- Mascote saudável / Projeto cozinha em casa
- 5- Horta

Objetivo Geral

Contribuirão para a capacitação das educadoras e das crianças participantes dos projetos de forma a auxiliar na integração do tema alimentação saudável no currículo escolar.

Objetivos Específicos:

- **Mascote Saudável:** Semanalmente, na sexta-feira, uma criança de cada turma leva o mascote para casa. Os pais fazem uma receita em casa e descrevem a forma que se alimentam em casa. As crianças trazem de casa e apresenta na rodinha e as nutricionistas recolhe e acompanha. Se for apresentado uma alimentação inadequada a nutricionista convoca a família para conversar.



- **Projeto cozinha em casa:** Incentivar e promover a alimentação saudável com as famílias. (Semanal, toda sexta-feira)
- **Cozinha experimental:** Proporcionar que as crianças participem do preparo dos alimentos e aprendam a gostar de alimentos diversos. (Mensal)
- **Autosservimento:** Proporcionar momentos em que as crianças participem ativamente do ato de servir-se, podendo escolher de acordo com suas preferências, favorecendo o desenvolvimento da autonomia e promovendo vivências coletivas significativas. (Diário)
- **Antropometria:** Identificar e avaliar parâmetros antropométricos correspondente de cada criança através dos índices corporais, sendo possíveis identificar patologias (obesidade, desnutrição, entre outros) e a partir disso desenvolver estratégias nutricionais. (Semestral)
- **Horta:** Incentivar a alimentação saudável através da convivência do plantio e o cuidado com os alimentos. (Semanal)

Acompanhamento e Avaliação

1. **Observações Semanais:** Cada **nutricionista** realizará observações constante acompanhando o desenvolvimento.

Serão feitas observações sobre o desenvolvimento de habilidades motoras, cognitivas e sociais relacionadas à alimentação.

2. **Relatórios Mensais:** As **nutricionistas** prepararão relatórios mensais sobre as atividades realizadas, registrando o progresso das crianças e as dificuldades encontradas. Cada **CEPI/Creche** terá seu próprio relatório, com foco nas atividades pedagógicas e nutricionais implementadas, nas observações do desenvolvimento das crianças e nas adaptações realizadas durante o processo.
3. **Feedback das Equipes Pedagógicas e de Cozinha:** Será solicitado um feedback das educadoras e das equipes de cozinha sobre a eficácia das atividades, tanto no que diz respeito ao engajamento das crianças quanto à melhoria da qualidade das refeições preparadas.

Evidências Mensais para o Portfólio

1. Junho



- **Atividades:** Oficina de culinária com frutas e vegetais, roda de conversa sobre a importância das cores na alimentação, atividade de criação de um "prato saudável".
- **Evidências:** Fotos das crianças montando os pratos, registros das rodas de conversa, relatórios sobre o envolvimento das crianças.

2. Julho

- Recesso

3. Agosto

- **Atividades:** Preparação de sucos naturais, atividades de reconhecimento dos alimentos durante o lanche escolar, roda de conversa sobre e benefícios dos alimentos.
- **Evidências:** Fotos das crianças preparando os sucos, relatos das educadoras sobre o engajamento das crianças nas atividades.

4. Setembro

- **Atividades:** Jogo de "caça ao alimento" em sala de aula, explorando os alimentos de cada grupo alimentar, oficina de culinária com preparação de lanche saudável.
- **Evidências:** Registros das atividades realizadas e avaliações do progresso das crianças na identificação de alimentos saudáveis.

5. Outubro

- **Atividades:** Oficina de culinária para preparar receitas simples e saudáveis, atividades para aprender sobre os nutrientes dos alimentos.
- **Evidências:** Relatórios das atividades e fotos das crianças participando da oficina de culinária.

6. Novembro

- **Atividades:** Feedback Geral do Projeto *Cozinha em Casa*. Esse momento de escuta é essencial para que possamos **apurar resultados qualitativos**, identificar pontos de fortalecimento e possíveis melhorias para as próximas edições do projeto. Mais do que avaliar, trata-se de valorizar o protagonismo das crianças e reconhecer que a educação alimentar **acontece em rede — com o CEPI oferecendo caminhos e na residência da criança, sendo espaço de continuidade e afeto.**



- **Evidências:** Fotos e registros das receitas sendo preparadas com as famílias das crianças, caderno de receitas e depoimentos das participantes em vídeo.

7. Dezembro

- **Atividades:** Montagem de um "lanche saudável de Natal", atividades de revisão sobre o que as crianças aprenderam sobre alimentação saudável durante o ano.
- **Exemplo:** rosquinha de natal etc.
- **Evidências:** Fotos do lanche saudável de Natal e relatórios de avaliação final do projeto, com destaque para as mudanças observadas no comportamento alimentar das crianças.

Observação: Todos os meses as evidências deverão ser encaminhadas para Soraya para serem divulgadas no site e montagem do portfólio por creche.

Considerações Finais

Este projeto tem como objetivo não apenas melhorar os hábitos alimentares das crianças, mas também engajar as famílias no processo de educação nutricional. A integração entre nutricionistas, educadores e equipes de cozinha nas CEPIs é essencial para o sucesso do projeto, pois cada profissional tem um papel fundamental na formação das crianças. As oficinas mensais e o evento de novembro para as mães têm como objetivo ampliar o impacto do projeto, criando uma rede de apoio que se estenda para além da escola.

Cada **nutricionista** será responsável por implementar o projeto de forma personalizada em sua **CEPI**, garantindo que as necessidades locais e as particularidades de cada turma sejam atendidas de forma eficaz.