

Relatório Mensal do Projeto Integrador

CEPI ROSA DO CAMPO

Mês: Agosto 2025

Assunto: Evidências do Projeto Integrador da Nutrição

Relato das vivências do mês:

Durante as semanas de agosto foi realizado o **autosservimento** junto as turmas do Maternal II A e Maternal II B, que trouxe como proposta a possibilidade das crianças de exercer escolhas alimentares. Selecionar o alimento a ser consumido pode parecer um ato corriqueiro, mas para a criança é um excelente veículo para a autonomia, a percepção de direito e a capacidade de eleger o que é necessário ou não. O autosservimento é uma prática que contribui diariamente para manter os hábitos alimentares saudáveis, dando autonomia, desenvolvimento motor, consciência alimentar e redução do desperdício.

As refeições ocorrem diariamente no refeitório, ambiente em que favorece a educação alimentar das crianças trazendo momentos ideais para ensinar as crianças sobre a importância de uma refeição balanceada e nutritiva. Pois, é ofertado opções de alimentos saudáveis que é planejado no cardápio semanal.



Autosservimento.



Neste mês foi realizado a preparação de **um suco saudável “Suco Vermelho”** com as turmas do Berçário II A e II B. Que teve como objetivo proporcionar atividades como misturar, bater, coar, e desenvolver coordenação motora, trabalhar higiene e apresentar os benefícios das frutas trabalhadas. Ao fim da preparação todas as crianças experimentaram o suco Vermelho e houve repetições da preparação do suco.



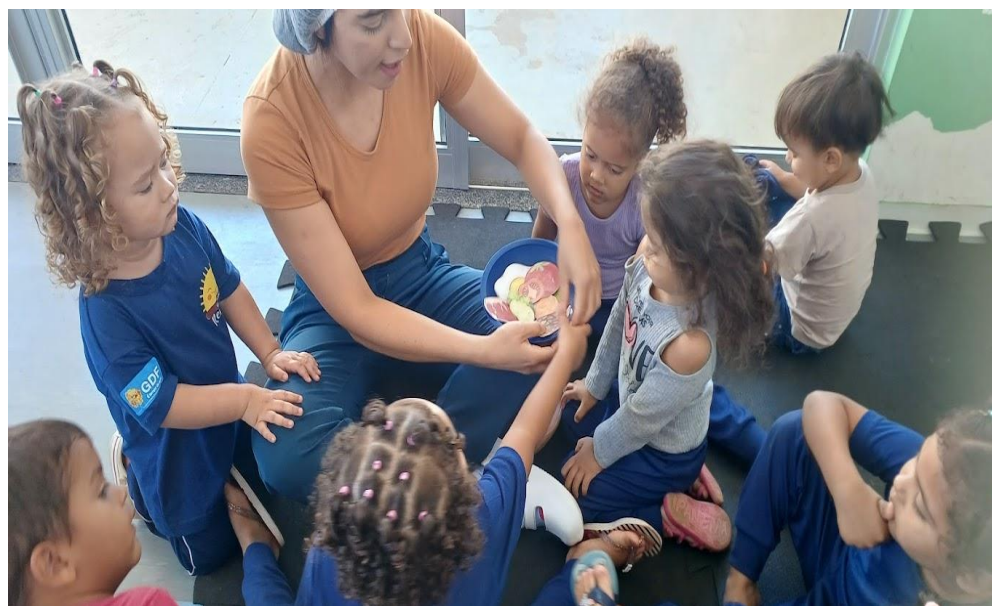
Participação dos Berçários na preparação do Suco vermelho.



Preparação do Suco Vermelho.

Neste mês foi realizado a **atividade de reconhecimento dos alimentos**, por meio de rodas de conversas sobre os benefícios dos alimentos, com a turma do Maternal I D. Que teve como objetivo ensinar sobre os grupos de alimentos (carboidrato, proteína, hortaliças e leguminosas), e sobre a importância de montar um prato colorido e saudável, com variedade de alimentos.

Ao final as crianças montaram um prato de alimentos por meio de colagens em um prato de plástico.



Roda de conversa sobre os benefícios dos alimentos.



Montagem de um prato saudável.

Para que o Berçário I, não ficasse de fora das atividades pertinentes a nutrição eu, juntamente com a professora entramos em um acordo para que fosse realizado uma atividade que eles pudessem participar, sem que comprometesse a alimentação deles pertinente a idade deles. Aproveitando que estava no clima de calor, optei pela ideia.

A ideia partiu de mim e foi aprovada pela professora que participou juntamente comigo.

Atividade Sensorial com Suco de Vegetais e Suco de frutas no Gelo.

Com Objetivo de ampliar as experiências sensoriais através de cores, texturas, sabores e temperaturas.

Na atividade as crianças interagiram com os copinhos de gelo de alimentos (Beterraba, cenoura e morango) que foi disponibilizados em bandeijas dentro de copos.



Vegetais e Suco de frutas no Gelo.



Explorando as características do alimentos.



Explorando as características dos alimentos.

Para um melhor desenvolvimento de hábitos alimentares, foi realizada uma receita saudável para a **COZINHA EXPERIMENTAL** com a receita de um **Bolinho nutritivo de Aveia com beterraba e cenoura**.



Cozinha Experimental.



Apresentando os ingredientes do Bolinho Nutritivo.



Mão na massa com as crianças.



Bolinho Nutritivo de Aveia com Beterraba e Cenoura.

Com o objetivo de proporcionar atividades como misturar, bater, abrir embalagens, desenvolver coordenação motora, sensorial, trabalhar higiene e falar sobre os benefícios dos alimentos trabalhados. Promovendo o desenvolvimento integral das crianças, apresentando os alimentos de forma atrativa e ensinar o valor nutricional de cada ingrediente, incentivando o consumo de refeições balanceadas. Explorando texturas, aromas. Explorar texturas, aromas, cores e sabores dos alimentos, aumentando a conexão com o ato de comer. Proporcionando um ambiente de aprendizagem descontraído e colaborativo, onde as crianças interagiram entre si.

Relato Sobre a Cozinha Experimental Professora Clecilene Lisboa

Foi uma experiência muito gostosa, as crianças interagiram e participaram com entusiasmo, muitas delas nunca fizeram bolo com as famílias.

Depois puderam comer e saporar o bolo que ajudaram a fazer. Com certeza todas amaram a experiência.

Obrigada tia Wanessa por nos proporcionar esse momento tão especial.



Relato Sobre a preparação de sucos Naturais Atividade Projeto Integrador Professora Maria Santa

Todos os bebês demonstraram interesse em participar da Preparação do suco natural e também em degustar, demonstraram curiosidade interesse pelo sabor, alguns sorrindo e saboriando. A atividade além de oferecer um alimento nutritivo e natural, também possibilitou uma experiência sensorial, onde os bebês puderam experimentar novos sabores, cores, contribuindo para desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis desde cedo. Que venha mais receitas novas, para os nosso bebês.

Considerações Finais

Observa-se que a intervenção de ações de educação alimentar nutricional no âmbito escolar, promovem o conhecimento de hábitos alimentares saudáveis para as crianças. O ambiente escolar desempenha um papel crucial na formação da personalidade e na promoção de hábitos alimentares saudáveis. Por tanto, faz-se necessário incentivar a realização de atividades de educação alimentar nutricional no ambiente escolar, de acordo com a diretriz da Política Nacional de Alimentação e Nutrição, que diz respeito a promoção de saúde. Cada experiência proposta nas atividades realizadas, sendo elas lúdicas e com oportunidades de degustar as preparações e envolver as crianças nas preparações, e explorar as características sensoriais dos alimentos como foi realizado, promovem o desenvolvimento de hábitos saudáveis de forma divertida e descontraída para as crianças, tornando o momento único e de grande importância. O contato das crianças com as atividades de educação alimentar nutricional incentivam as crianças a conhecerem sobre os grupos alimentares. Pois, os hábitos alimentares começam na infância e se desenvolvem até a fase adulta.



Adriana Marques Dos Santos Lima
Nutricionista