

## MEMÓRIA DESCRITIVA

### A VIAGEM DOS ALIMENTOS

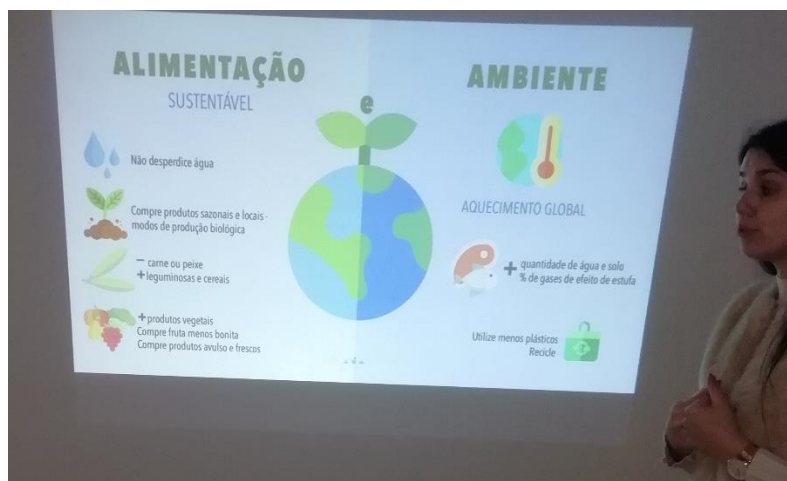
O projeto “A Viagem dos Alimentos” foi trabalhado com o grupo dos 4/5 anos, tendo-se iniciado a abordagem das temáticas no início do ano letivo.

Em Outubro de 2019, e como comemoração do dia mundial da alimentação (16 de Outubro), a Nutricionista Estagiária dinamizou uma atividade intitulada “O meu lanche saudável”. O objetivo primordial desta ação foi incentivar o consumo de frutas da época e, de preferência, locais. Foram ainda apresentados os benefícios da fruta bem como alguns constituintes nutricionais. Ao longo da atividade as crianças prepararam o seu lanche, que consistiu em cortar as frutas preferidas em pequenos pedaços, misturar no iogurte e desfrutar de uma refeição saudável. As crianças mostraram-se muito recetivas e gostaram de aprender mais sobre as frutas.



A meados de Janeiro de 2020, a Nutricionista Estagiária dinamizou uma sessão lúdica sobre o tema “De onde vêm as frutas que comemos?”. Esta ação visou alertar para o facto de que muitas das frutas e legumes que consumimos não são portuguesas e fazem um longo caminho até chegar às nossas casas. Foram apresentadas, em forma de vídeo, os percursos que alguns alimentos fazem até chegar a Portugal, mostrando também, qual o meio de transporte que utilizam e o quanto este polui o nosso ambiente. Ao longo da sessão, as crianças mostraram-se impressionadas com alguns aspetos mencionados e preocupadas com a questão da poluição.

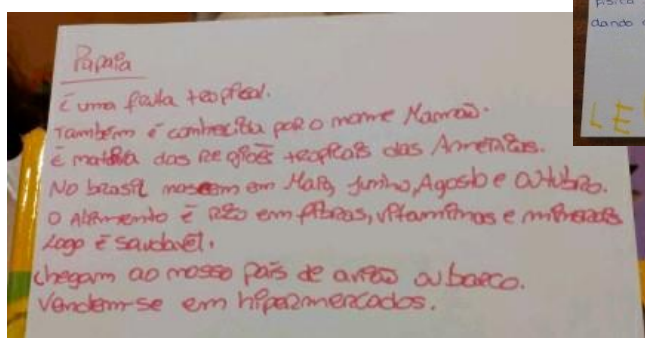
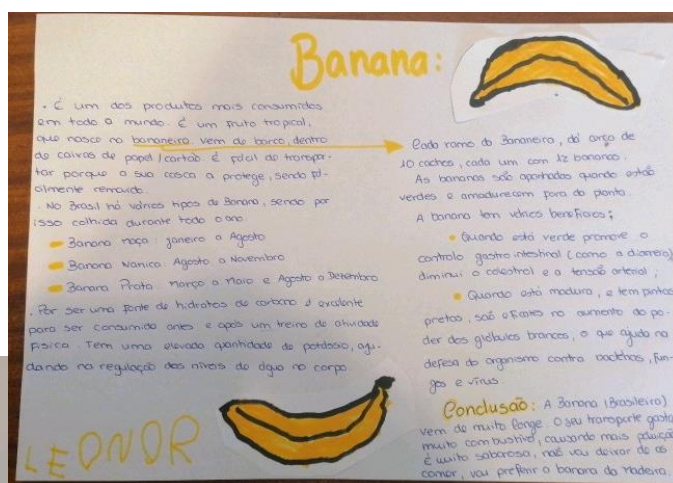
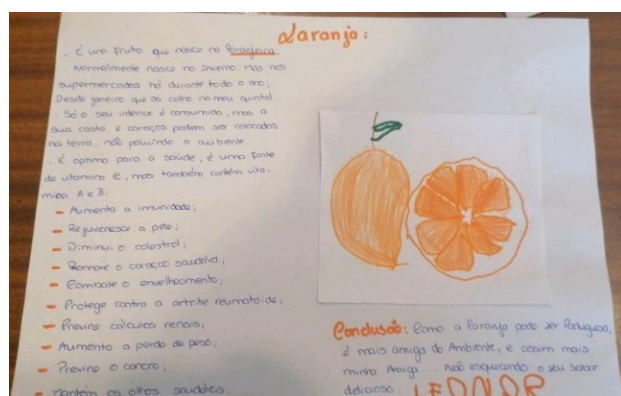




Neste seguimento, a Educadora de Infância continuou a trabalhar esta temática em sala. Incidiu-se no grupo das frutas, porque se mostrou ser o grupo com mais interesse por parte das crianças. Assim, cada criança escolheu uma fruta para estudar e nesta fase foi pedida a colaboração dos pais para auxiliarem os seus educandos a pesquisar a origem do alimento, em que altura é consumido, como chega até Portugal, onde é vendido, como é embalado, aspetos nutricionais e destino das cascas e caroços.

No entanto, devido à pandemia que o Mundo vive hoje, esta atividade passou a ser acompanhada através da plataforma "ClassDojo", onde a Educadora de Infância manteve sempre o contacto com as crianças.

As pesquisas das crianças foram chegando, acompanhadas de desenhos explicativos e, em Abril, numa das sessões na plataforma, a Educadora e algumas crianças e encarregados de educação desenvolveram a história final. A seleção das frutas foi efetuada de acordo com o critério do trabalho mais completo, tendo-se determinado a utilização de 4 trabalhos, e consequentemente 4 frutas.



Sempre que tinham oportunidade, nos meses em que a Instituição esteve a funcionar normalmente, este grupo de crianças foi depositando cascas de legumes e alguns resíduos orgânicos, no compostor da Instituição. Assim, iniciou-se também esta temática a par da Sustentabilidade Alimentar.



Almalaguês, Maio 2020

Educadora Susana Cruz

Nutricionista Estagiária Adriana Baptista 2788NE