

**PLANO DE AULA**

**Tema:** A importância de cada uma das refeições

**Data:**

**Ano:**

**Professor(a):**

**Disciplina**

**Escola:**

Conteúdo	Objetivos	Desenvolvimento	Materiais /Equipamentos	Avaliação
<p>Educação nutricional; Projeto "Alimentação Saudável".</p>	<p>Explicar os princípios de uma alimentação saudável, incluindo origens e funções dos alimentos.</p> <p>Estimular a reflexão do aluno a respeito do conceito de alimentação saudável e saber o que ele compreende sobre o assunto.</p>	<p>Introduzir o tema em roda de conversa;; discutir com os alunos e descobrir conhecimentos prévios sobre alimentação saudável.</p> <p>Divida a turma em grupos, um para cada sacola. Os grupos deverão mostrar o conteúdo de cada uma delas e discutir qual sacola deve escolher para ter uma boa alimentação. Espere a resposta da turma e mostre o que aconteceria em cada caso.</p> <p>Atividade escrita: O aluno deverá esvaecer, com suas próprias palavras, o que significa alimentação saudável e dar exemplos de alimentos.</p> <p>Atividade impressa em anexo.</p>	<p>Giz / piloto; Quadro negro; papel ofício / caderno; lápis/caneta; Desenho de um personagem; 4 sacolas transparentes; contendo diversos tipos de embalagens, figuras ou nomes de alimentos, sendo: 1 sacola com doces, refrigerantes, salgadinhos; 1 sacola com vegetais e frutas; 1 sacola com arroz, carne, feijão, leite e pão; 1 sacola com um pouco de alimentos de cada grupo.</p>	<p>Observação do envolvimento, interesse, atenção, discurso e etc dos alunos.</p> <p>Registro em caderneta para posterior confecção do relatório de avaliação.</p> <p>Avaliar o conhecimento dos alunos a respeito do tema alimentação saudável antes de serem introduzidos, pelo professor, os conhecimentos a respeito desse tema.</p>

<b>Escola:</b>	<b>Data:</b>
<b>Ano:</b>	<b>Professor(a):</b>
<b>Disciplina</b>	<b>Aluno:</b>

#### ATIVIDADE

1 - Coloque V se a informação for verdadeira ou F se a informação for Falsa:

- Uma boa alimentação dá energia para o corpo funcionar bem.
- Tenho que comer muito para ter saúde.
- Só preciso comer se estiver com fome.
- A alimentação deve ser nutritiva, variada e em quantidade suficiente para ajudar no crescimento e desenvolvimento do organismo.

2 - Leia e responda:

- Marcos comeu bife, salada, arroz, feijão maçã e tomou suco de laranja.
- Rita comeu macarrão e bebeu refrigerante.
- Paulo comeu bastante salada, ovo e bebeu um copo de leite.
- Quem você acha que comeu bem? Por que?