

## Sugestões de Atividades

- Aproveitando a sugestão do vídeo “Alimentação e Cultura” onde as crianças se vestem de índio e de português, propor que a turma monte um teatro (pode ser de fantoches) sobre o assunto e apresente para outras turmas da escola ou para a comunidade.
- Confeccionar instrumentos musicais:
  - grãos (milho, feijão, arroz, etc) dentro da latinha de refrigerante para chocalho
  - casca do coco serrada ao meio e lixada
  - cabo de vassoura (2 pedaços de aproximadamente 20 cm)
- Explorar as letras das músicas do vídeo e os ritmos. Cada região também tem uma cultura musical. Sugerir que a turma, organizada em grupos, também faça suas próprias composições.
- Preparar tintas com corantes naturais. Quais são os alimentos que servem como corantes?
- Discutir a relação entre as mudanças dos hábitos alimentares ao longo do tempo e o surgimento de invenções como a geladeira, o microondas, o fogão a gás, entre outros recursos atuais. Utilizar gravuras ou desenhos que posteriormente poderão ser organizados em mural. Ex: fogão de lenha, braseiro no chão, forno de barro, etc.
- Colagem com diversos tipos de grãos secos: milho, feijão (os vários tipos), amendoim, ervilha, lentilha, arroz (os vários tipos), canjica, trigo, etc. Aproveitar para explorar o alimento desde a produção até sua utilização.
- Competição de paladares:

Dividir a turma em grupos. O coordenador seleciona, em pratos escondidos, várias frutas, legumes, cereais ou verduras picados. Cada grupo terá um representante por vez que, de olhos vendados, terá que dizer o nome do alimento que receberá na boca. Ele terá que descobrir qual é o alimento apenas pelo paladar, sem poder olhar. Ganha o grupo que conseguir adivinhar o maior número de alimentos.



- Trazer revistas com receitas. Perceber a forma que se escreve uma receita. Propor que cada um invente uma receita, com os ingredientes, o modo de fazer, de servir e a ilustração do prato pronto.
- Fazer um mural com notícias sobre alimentação, procurando incluir várias opiniões. Por exemplo: notícias sobre alimentos transgênicos, como são produzidos, que danos podem causar à saúde etc.
- Explorar os processos pelos quais os alimentos passam antes de chegarem à nossa mesa. Como exemplo, usar o prato do dia e discutir a origem de cada ingrediente e os processos industriais a que foram submetidos.
- Pesquisar na comunidade ou na própria turma, pessoas que vieram de outras regiões brasileiras ou que tenham parentes em tal situação. Incentivar o relato de experiências e o conhecimento de outros hábitos alimentares, gêneros e pratos típicos.
- Criar histórias ou relatórios, individuais ou em grupos, orientados por perguntas sobre o alimento:

Onde é cultivado?

Que cuidados são exigidos no cultivo?

Quando está pronto para a colheita?

Qual o seu valor nutritivo?

Quais os produtos derivados?

Ilustrar com desenhos dos alunos, cartazes ou gravuras. Ex: o milho, batata-doce, mandioca e outros.

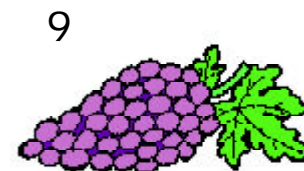
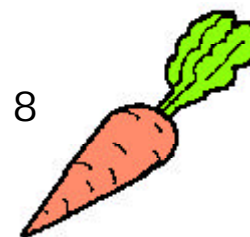
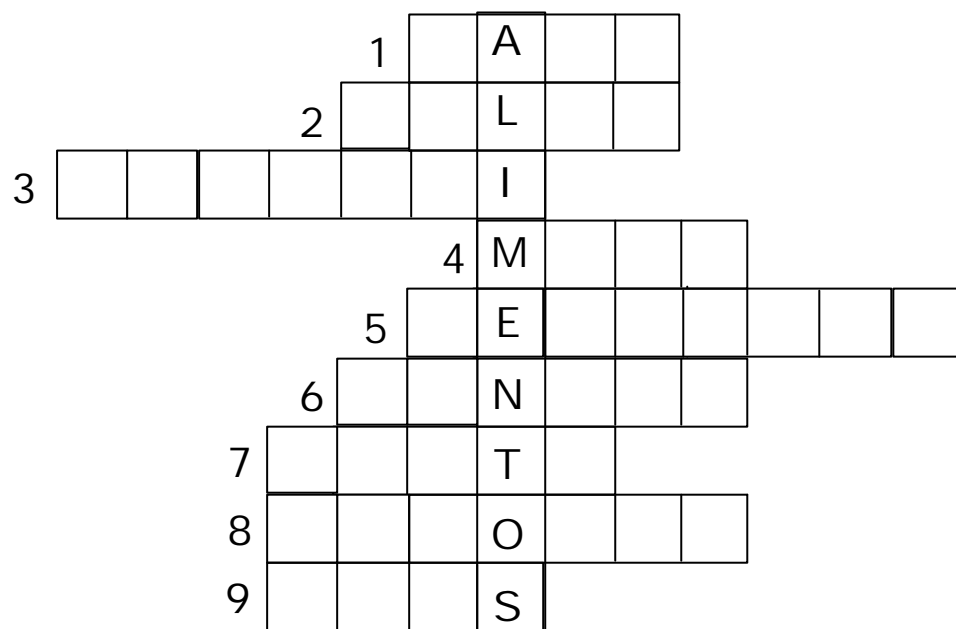
- Fazer uma feira comemorativa dos 500 anos do Brasil com barracas representando as regiões ou a influência dos povos que contribuíram para a formação dos nossos hábitos alimentares.



- Fazer um mural com as idéias principais do vídeo (mural-resumo), aproveitando frases ditas pelos narradores (ex: "povo que planta e cultiva", "o índio comia o que a terra generosa oferecia", "a comida tem muita história").
- Dispor de material de sucata: caixa, tampa, cola, barbante, grão, palha, papel, lápis preto, lápis de cor, papel colorido, retalhos de tecido, etc. – para atividades criativas como: recorte e colagem, confecção de fantoches, desenhos, etc.
- Formar uma pequena coleção de livros infantis sobre saúde para ser usado pelas crianças individualmente ou com auxílio de um orientador.
- Aprofundar a discussão sobre alimentação e etiqueta, alimentação e afeto, alimentação e prazer, alimentação e saúde bucal, alimentação e gênero, alimentação e mídia.
- Levantar ditados populares que estejam ligados à comida e ao ato de comer (ex: "comer com os olhos", "olho maior que a barriga", "descascar um abacaxi").
- Música: escutar, memorizar, cantar e interpretar as músicas apresentadas no vídeo, relembrar músicas que abordem o tema "alimentação", e criar outras referentes ao assunto.
- Ir até a feira ou supermercado, anotar o nome de frutas, legumes e outros alimentos que não conhece, pesquisar sua origem, como são consumidos e apresentar aos colegas.



# Cruzadinha



## Carta enigmática:

Querido João,

Nessas férias fui



-ca+ra a região



Gostei mui+



-ga dos pr



-pa

típicos que



-elho+mi por lá como:



-ro+ne de sol, canji+



-neca de



,



-nela+monha,



-sa+ruru,



-ca+ta+



e paçoca.

Um



-nel+braço do ami



-la, Paulo.

Caça-palavras:



Z	Ç	I	O	V	M	I	D	A	R
C	A	L	D	E	I	R	A	D	A
B	A	S	I	Q	R	É	F	L	C
A	N	M	O	Q	U	E	C	A	A
C	P	Ã	T	P	N	C	P	H	N
A	U	F	R	A	L	A	I	C	J
R	J	L	P	Ç	E	I	R	N	I
A	A	I	T	O	P	O	Ã	I	C
J	D	U	O	C	M	G	O	P	A
É	C	S	E	A	M	I	L	H	O

**CALDEIRADA**

**MOQUECA**

**ACARAJÉ**

**PAÇOCA**

**CANJICA**

**MILHO**

**PIRÃO**

Procure as respostas usando os códigos abaixo:



A♦ B☒ C● D↖ E■ F⌒ G□ H☹ I★ J♦ LO  
 MX N⇒ O♥ P☯ Q✱ R☒ S✱ T↓ UC★ V☒ X@ Z?

Os \_\_\_\_\_ trouxeram para o Brasil as \_\_\_\_\_ e os árabes as \_\_\_\_\_ .  
 ★↓♦○★♦⇒♥✱ ☯★??♦✱ ■✱⌒★☹♦✱

Em Mato Grosso, é do rio \_\_\_\_\_ que os pescadores retiram \_\_\_\_\_ como o \_\_\_\_\_  
 e o \_\_\_\_\_ .  
 ☯★⇒↓♦↖♥ ☯♦☒♦□C♦★ ☯■★@■✱ ☯♦●C★

A mandioca, alimento muito utilizado pelos \_\_\_\_\_ também recebe o nome de \_\_\_\_\_  
 ou \_\_\_\_\_ .  
 X♦●♦@■★☒♦ ★⇒↖★♥✱ ♦★☯★X

