



Educação
ambiental
e alimentação
saudável

Cargill
Fundação Cargill

 **Escoteiros do Brasil**
São Paulo

Ficha de Atividades

VAMOS ÀS COMPRAS?

Título	Vamos às compras?
Público Alvo	Ramo Lobinho (De 6,5 a 11 anos)
Duração	30'
Número de Aplicadores	3
Quantidade de participantes	de 1 a 4 matilhas
Materiais	Figuras de alimentos (ou alimentos de plástico) que contemplem todos os grupos de alimentos (cereais, pães, raízes e tubérculos; frutas; hortaliças; leguminosas; carnes e ovos; leite e derivados; açúcares e doces e óleos e gorduras); Sacolas de plástico, papel para representar dinheiro com valores diferentes.
Objetivos	Avaliar os hábitos alimentares das crianças.
Desenvolvimento	Em um primeiro momento, as crianças devem receber orientações sobre os grupos de alimentos a serem apresentados nas figuras. Em seguida, solicitar às crianças que “comprem” os alimentos que mais comem no almoço e no lanche. Depois das compras feitas, as crianças juntamente com o educador discutem as escolhas, com isso, o educador pode avaliar os hábitos alimentares das crianças e instruí-las acerca da importância de consumir alimentos saudáveis, como: você terá energia e força para brincar, estudar e crescer de forma saudável, além de orientar que não precisa gastar muito para comer bem. Caso contrário, você pode ficar doente e fraco com facilidade, pela falta de vitaminas, fibras e minerais, emagrecer e não ter disposição para correr, brincar e pular.
Referências Bibliográficas	http://www.sgc.goias.gov.br/upload/arquivos/2015-09/cartilha-de-atividades-de-ean.pdf . Acessado em 14/12/2018



Educação
ambiental
e alimentação
saudável

Cargill
Fundação Cargill

 **Escoteiros do Brasil**
São Paulo

Ficha de Atividades

VAMOS ÀS COMPRAS?

Competências trabalhadas	1ª Fase 3. Esforça-se para fazer uma alimentação saudável e adequada para sua idade e pratica atos de higiene na manipulação dos alimentos. 2ª Fase 4. Consome alimentos que o (a) ajudem a crescer forte e sadio (a) e sabe preparar uma refeição.
Atividades do programa educativo relacionadas	1ª Fase F8. Conhecer a importância de uma boa alimentação para a saúde e consumir alimentos variados, praticando cuidados com a higiene. 2ª Fase F23. Conhecer a pirâmide dos alimentos, os grupos alimentares e suas funções e consumir alimentos de todos os grupos.