

Avaliação do kit Educativo

Atividade 1) Jogo da pirâmide (dado + tabuleiro + cartas)

Objetivo: verificar e reforçar os conhecimentos dos alunos sobre:

- alimentação saudável;
- ingestão hídrica adequada;
- substituição de alimentos;
- pirâmide dos alimentos;
- higiene pessoal e dos alimentos;
- atividade física;
- composição nutricional dos alimentos (vitaminas, minerais e fibras);
- porcionamento dos alimentos.

Atividade 2) Quebra-cabeça da pirâmide (peças do quebra-cabeça)

Objetivo: visualização e reforço dos grupos de alimentos componentes da pirâmide.

Atividade 3) Jogo Memória Horta

Objetivo: reforçar os conhecimentos sobre os alimentos da horta (verduras, legumes e frutas)

Atividade 4) Dominó Horta

Objetivo: identificar os alimentos da horta (verduras, legumes e frutas) com suas composições nutricionais, importância para a saúde, forma e período de conservação.

Atividade 5) Dominó Peso Saudável

Objetivo: identificar os alimentos saudáveis com seus respectivos grupos da pirâmide dos alimentos, suas propriedades nutricionais e possíveis combinações saudáveis entre eles; trata ainda do período e forma de conservação dos alimentos.