



Prefeitura da Cidade de Embu-Guaçu  
Estado de São Paulo  
Secretaria Municipal de Educação

## **E.M. SÍTIO GERASSI**

### **PROJETO EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL**

#### **OBJETIVO GERAL**

Criar situações em que as crianças tenham a oportunidade de aprender a se alimentar, de maneira correta e saudável, dentro e fora do ambiente escolar.

#### **JUSTIFICATIVA**

Este projeto se propõe a ensinar e estimular às crianças a terem bons hábitos de alimentação, e também de que maneira, nós professoras e família, podemos contribuir com hábitos mais saudáveis. A criança deve e precisa alimentar-se muito bem, os alimentos devem ser apresentados a ela com cautela e paciência, a partir dos quatro meses de idade os bebês estão começando a se alimentar, primeiramente com alimentos mais líquidos como sopas e outros alimentos triturados, assim, evita-se que eles não se afoguem ou tenham cólicas e dores intestinais, depois dos seis meses de idade os sabores são mais apurados e os alimentos mais sólidos e picados. Não se pode deixar de ressaltar a importância do leite materno, que além de aumentar a imunidade dos bebês também aproxima ainda mais a mãe do seu filho, é um momento mágico e único que deve ser vivenciado pelo menos até os seis meses.

Depois de seis meses de vida, outros alimentos já podem ser oferecidos à criança, mas a mãe pode e deve amamentar o seu filho pelo menos até ele completar um ano de idade. Segundo o Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF), “se todos os bebês fossem exclusivamente amamentados durante os seis primeiros meses de vida e continuassem a mamar até os dois anos de idade, quase um milhão e 300 mil crianças poderiam ser salvas, todos os anos, e outros milhares de meninos e meninas cresceriam muito mais saudáveis em todo o mundo”.



Prefeitura da Cidade de Embu-Guaçu  
Estado de São Paulo  
Secretaria Municipal de Educação

**E.M. SÍTIO GERASSI**

## **LIMPEZA E REGA DOS CANTEIROS**

**Turma:** Etapa II.

**Data:** 23/04/2024.

Limpeza do canteiro de verduras (alface) e regar os pés de alface.

Observação: As mudas foram cedidas no mês de março por um responsável de aluno da Unidade Escolar.



## **ESPAGUETE SAUDÁVEL**

**Turma:** Etapa II.

**Data:** 15/05/2024.

É uma competição entre os alunos, além de ampliar a coordenação motora valorizar o caráter da criança, onde cada aluno deve alimentar-se do espaguete saudável com rapidez e agilidade.



Prefeitura da Cidade de Embu-Guaçu  
Estado de São Paulo  
Secretaria Municipal de Educação

## E.M. SÍTIO GERASSI

Vence quem alimentar-se primeiro.



## ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

**Turma:** Berçário I e II.

**Data:** 22/05/2024.

Alimentação Saudável dentro da Unidade Escolar.





Prefeitura da Cidade de Embu-Guaçu  
Estado de São Paulo  
Secretaria Municipal de Educação

## E.M. SÍTIO GERASSI



Como garantir uma Alimentação  
Saudável?







Prefeitura da Cidade de Embu-Guaçu  
Estado de São Paulo  
Secretaria Municipal de Educação

**E.M. SÍTIO GERASSI**





Prefeitura da Cidade de Embu-Guaçu  
Estado de São Paulo  
Secretaria Municipal de Educação

**E.M. SÍTIO GERASSI**

## **ATIVIDADE LITERATURA INFANTIL**

**Turma:** Etapa I.

**Data:** 30/05/2024.

Literatura infantil agregada a alimentação saudável, enfocando a leitura da história João e o Pé de feijão com ênfase na alimentação Saudável e Sustentável aguçando a imaginação, a criatividade e a sensibilidade das crianças.







Prefeitura da Cidade de Embu-Guaçu  
Estado de São Paulo  
Secretaria Municipal de Educação

## E.M. SÍTIO GERASSI



### ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

**Turma:** Berçário I e II.

**Data:** 10/06/2024.

Alimentação Saudável dentro da Unidade Escolar.





Prefeitura da Cidade de Embu-Guaçu  
Estado de São Paulo  
Secretaria Municipal de Educação

## E.M. SÍTIO GERASSI



♥♥ Alimentação Saudável ♥♥





Prefeitura da Cidade de Embu-Guaçu  
Estado de São Paulo  
Secretaria Municipal de Educação

**E.M. SÍTIO GERASSI**

## **PRATO DE ALIMENTOS SAUDÁVEIS**

**Turma:** Etapa I.

**Data:** 11/06/2024.

Dentro do ambiente escolar propiciar uma alimentação saudável, diversificada, rica em cores e que irá proporcionar hábitos saudáveis aos alunos.







Prefeitura da Cidade de Embu-Guaçu  
Estado de São Paulo  
Secretaria Municipal de Educação

**E.M. SÍTIO GERASSI**

## **ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL**

**Turma:** Berçário I e II.

**Data:** 07/08/2024.

Alimentação Saudável dentro da Unidade Escolar.







Prefeitura da Cidade de Embu-Guaçu  
Estado de São Paulo  
Secretaria Municipal de Educação

**E.M. SÍTIO GERASSI**

## **CONHECENDO A HORTA SUSTENTÁVEL**

**Turma:** Equipe Sítio Gerassi.

**Data:** 03 e 12/09/2024.

A Equipe Sítio Gerassi realizou Visita a Horta Sustentável para conhecer o local, a compostagem, o controle de pragas que é realizado através de insetos, exemplo Joaninha.





Prefeitura da Cidade de Embu-Guaçu  
Estado de São Paulo  
Secretaria Municipal de Educação

**E.M. SÍTIO GERASSI**

## **MONTAR UM PRATO SAUDÁVEL**

**Turma:** Maternal II

**Data:** 23/10/2024

Com panfletos de supermercado, cada criança irá identificar, recortar e colar alimentos saudáveis no prato.







Prefeitura da Cidade de Embu-Guaçu  
Estado de São Paulo  
Secretaria Municipal de Educação

**E.M. SÍTIO GERASSI**

## **SALADA DE FRUTAS**

**Turma:** Etapa I e Etapa II.

**Data:** 30/10/2024.

Atividade direcionada para os alunos, com a participação das famílias em colaborar com as frutas.

Iniciou-se com a investigação sobre a textura, o sabor e a coloração das frutas, posteriormente realizamos a higienização delas, em seguida, as profissionais iniciaram o prepara da sala de frutas.







Prefeitura da Cidade de Embu-Guaçu  
Estado de São Paulo  
Secretaria Municipal de Educação

**E.M. SÍTIO GERASSI**

## **VISITA A HORTA SUSTENTÁVEL**

**Turma:** Etapa I e ETAPA II.

**Data:** 31/10/2024.

Para finalizar o Projeto Alimentação Saudável e Alimentação Sustentável realizamos visita pedagógica a Horta Sustentável **VERDURA NA PORTA**, um Empreendedor municipal situado no bairro do Santa Fé, na Estrada Municipal Catarina Domingues Schunck nº 1.212.

De maneira diversificada foram abordadas várias atividades:

- Conhecendo a horta (área educativa) e os funcionários.
- Plantando nas células, semente de agrião.
- Plantando no canteiro muda de Alface.
- Colheita de Rabanetes.
- Roda de conversa sobre as atividades direcionadas.
- Piquenique com salada de frutas e suco de laranja.
- Lembrancinha ofertada aos alunos pela Horta Sustentável Verdura na Porta: **RABANETES HIGIENIZADOS.**







Prefeitura da Cidade de Embu-Guaçu  
Estado de São Paulo  
Secretaria Municipal de Educação

## E.M. SÍTIO GERASSI







Prefeitura da Cidade de Embu-Guaçu  
Estado de São Paulo  
Secretaria Municipal de Educação

## E.M. SÍTIO GERASSI







Prefeitura da Cidade de Embu-Guaçu  
Estado de São Paulo  
Secretaria Municipal de Educação

## E.M. SÍTIO GERASSI

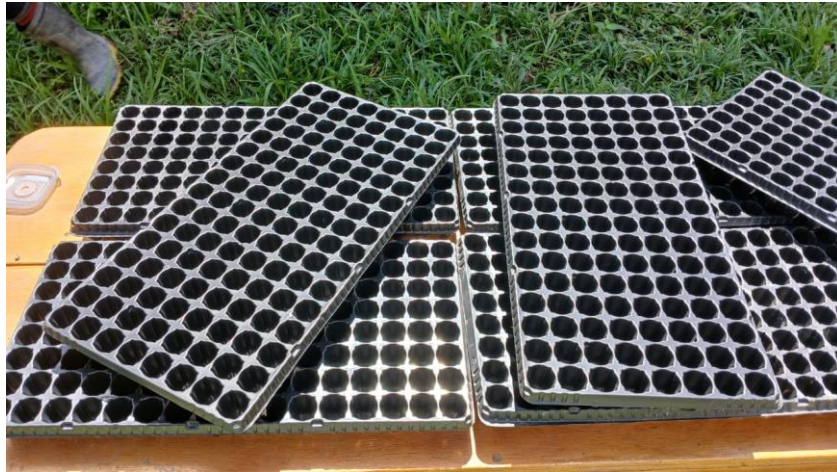






Prefeitura da Cidade de Embu-Guaçu  
Estado de São Paulo  
Secretaria Municipal de Educação

## E.M. SÍTIO GERASSI







Prefeitura da Cidade de Embu-Guaçu  
Estado de São Paulo  
Secretaria Municipal de Educação

### E.M. SÍTIO GERASSI







Prefeitura da Cidade de Embu-Guaçu  
Estado de São Paulo  
Secretaria Municipal de Educação

### E.M. SÍTIO GERASSI







Prefeitura da Cidade de Embu-Guaçu  
Estado de São Paulo  
Secretaria Municipal de Educação

### E.M. SÍTIO GERASSI







Prefeitura da Cidade de Embu-Guaçu  
Estado de São Paulo  
Secretaria Municipal de Educação

## E.M. SÍTIO GERASSI







Prefeitura da Cidade de Embu-Guaçu  
Estado de São Paulo  
Secretaria Municipal de Educação

## E.M. SÍTIO GERASSI







Prefeitura da Cidade de Embu-Guaçu  
Estado de São Paulo  
Secretaria Municipal de Educação

## E.M. SÍTIO GERASSI







Prefeitura da Cidade de Embu-Guaçu  
Estado de São Paulo  
Secretaria Municipal de Educação

### E.M. SÍTIO GERASSI







Prefeitura da Cidade de Embu-Guaçu  
Estado de São Paulo  
Secretaria Municipal de Educação

## E.M. SÍTIO GERASSI







Prefeitura da Cidade de Embu-Guaçu  
Estado de São Paulo  
Secretaria Municipal de Educação

### E.M. SÍTIO GERASSI







Prefeitura da Cidade de Embu-Guaçu  
Estado de São Paulo  
Secretaria Municipal de Educação

## E.M. SÍTIO GERASSI







Prefeitura da Cidade de Embu-Guaçu  
Estado de São Paulo  
Secretaria Municipal de Educação

## E.M. SÍTIO GERASSI



## ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

**Turma:** Berçário I e II.

**Data:** 19/11/2024.

Alimentação Saudável dentro da Unidade Escolar.



Prefeitura da Cidade de Embu-Guaçu  
Estado de São Paulo  
Secretaria Municipal de Educação

### E.M. SÍTIO GERASSI



♥♥ *Minhas frutas prediletas* ♥♥

