

# DIA MUNDIAL DA ALIMENTAÇÃO

**15 a 19 DE OUTUBRO**

## PROGRAMA:

### Pré-escolar

- Roda dos Alimentos feita pelas crianças.
- Leitura e dramatizações de histórias alusivas.
- Canções alusivas
- Recorte e colagem de alimentos saudáveis e não saudáveis.
- Sensibilização para todas as crianças comerem saudável.
- A importância do Pequeno Almoço.

### 1º Ciclo

#### 2.º ano

- **-Alimentação no mundo- da obesidade à fome:** a diversidade de alimentos e de alimentação nas várias regiões do Mundo e a problemática da fome.

#### 3.º ano

- Exploração da Roda dos Alimentos
- Pintura da Roda dos Alimentos
- Visualização, exploração e análise de um Power Point da história “Sopa da Pedra”
- Resolução de problemas
- Dinamização de atividades alusivas ao tema com a colaboração de encarregados de educação

#### 4.º ano

- Exploração da Roda dos Alimentos, a partir da visualização do vídeo “Dia Mundial da Alimentação – Notícias”:
  - ✓ hábitos alimentares saudáveis;
  - ✓ obesidade infantil;
  - ✓ sedentarismo;

✓ importância da prática de atividade física.

- ➔ Entoação da canção “Gira a Roda”.
- ➔ Confeção de um batido de frutas.
- ➔ Debate subordinado ao tema: “A Fome”, a partir do visionamento do vídeo “Fome no Mundo”.
- ➔ Elaboração de um cartaz: “Missão Fome Zero – O que posso eu fazer?”.
- ➔ Fichas de trabalho, das diferentes áreas, no âmbito do Dia Mundial da Alimentação.

## **Escola Básica e Secundária Dr. Jaime Magalhães Lima**

- ➔ Participação da Comunidade Escolar na campanha de recolha de alimentos não perecíveis de 15 a 19 de outubro, a entregar aos professores e ou aos Assistentes Operacionais na sala D5;
- ➔ Medição IMC (Índice de Massa Corporal) complementando com informação acerca das respetivas tabelas, bem como dos cuidados alimentares e prática de atividades físicas, nas aulas de Educação Física.
- ➔ Construção de uma pirâmide de dieta mediterrânica no polivalente, utilizando os alimentos fornecidos pela Comunidade Escolar (estes alimentos tem como objetivo ajudar famílias carenciadas);
- ➔ Visionamento e exploração de vídeos: sugestões para as aulas de Cidadania e Desenvolvimento:

Mais de 100 milhões passam fome no mundo-1 minuto

<https://www.youtube.com/watch?v=XITAQ1qplWY>

Desperdício de alimentos- 2 min e ...

<https://www.youtube.com/watch?v=eLq3GzSDnZc>

Você come e muda o planeta- 3 min

<https://www.youtube.com/watch?v=uNFHVC9Q8Y0>

Desperdício alimentar 2min e ...

<https://nationalgeographic.sapo.pt/natureza/grandes-reportagens/18-videos/635-desperdicioalimentar2>

### **6º Ano e 9º Ano**

- ➔ Jogo SuperTmatic sobre a alimentação na aula de Ciências Naturais;

### **Secundário**

- ➔ Palestra sobre nutrição – turmas do 12º ano, a decorrer no auditório do edifício Aires

Barbosa

➔ Visionamento e exploração de vídeos: sugestão para aula de Inglês

Reduzir o Desperdício Alimentar-3.11 minutos (legendado em português)

<https://www.youtube.com/watch?v=vJiHfos0jSE>

Food waste is the world's dumbest problema-9 minutos(inglês)

<https://www.youtube.com/watch?v=6RlxySFrkIM>

The paradox of hunger in the world-8 minutos (inglês)

<https://www.youtube.com/watch?v=BZRFvmjfDs>

If Ed Sheeran's "Shape of You" was about Food Waste-2.12 minutos (canção em inglês)

<https://www.youtube.com/watch?v=B1-pKWot2yM>

### **Biblioteca da Escola Básica de Esgueira**

➔ Exposição de livros alusivos ao tema;

➔ Leitura de histórias, nomeadamente do Plano Nacional de Leitura

<http://www.planonacionaldeleitura.gov.pt/biblioteca/index.php#> ;

➔ Realização de cartazes a partir do caderno de atividades elaborado pela FAO;

➔ **Atividade:** “Conceitos cruzados”;

➔ Jogo da Glória: “Alimentação”, emprestado pelo Centro de Saúde;

➔ **Atividade** com colaboração da Associação de Pais em articulação com os docentes do 3º ano:

✓ Leitura de uma história sobre a alimentação pelos Encarregados de educação;

✓ Palestra sobre nutrição com colaboração de um nutricionista, pai de um aluno da turma.

### **Biblioteca da Aires Barbosa**

➔ Exposição de livros alusivos ao tema;

➔ Realização de cartazes a partir do caderno de atividades elaborado pela FAO;

➔ **Atividade:** “Conceitos cruzados”.

### **Biblioteca da Jaime Magalhães Lima**

➔ Exposição de livros alusivos ao tema;

➔ Realização de cartazes em colaboração com o professor António Garcia.