

JOGOS DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL PARA PRÉ ESCOLARES

Autores:
Cristine Obal;
Carolina Sturm Trindade;
Cleidilene Ramos Magalhães



PPG-EnSau
UFCSA



LETRAMENTO
em SAÚDE
GRUPO DE PESQUISA

DESCRIÇÃO TÉCNICA DO PRODUTO

Origem do produto: Trabalho de Dissertação intitulado desenvolvimento e validação de jogos de educação alimentar e nutricional para pré-escolares em um município gaúcho.

Área de conhecimento: Ensino.

Público Alvo: Crianças em idade pré escolar.

Categoria deste produto: Jogos de educação alimentar e nutricional.

Finalidade: Promover o aumento do consumo de frutas e vegetais pelo público alvo visto que esses alimentos constituem importantes marcadores de uma alimentação saudável e são centrais nas estratégias de promoção da saúde e prevenção da obesidade infantil.

Estruturação do Produto: O produto educacional é composto por três jogos — Qual é o ingrediente?, Dominó das frutas e verduras e Cartas da horta —, além do mascote “Bocão Pereira”, um boneco de amigurumi, e a estratégia pedagógica “Sacolão da Feira do Bocão Pereira”.

Registro do Produto/Ano:  Jogos de educação alimentar e nutricional para pré escolares (Qual é o ingrediente?, Dominó das frutas e verduras e Cartas da horta) © 2026 por Cristine Obal; Cleidilene Ramos Magalhães; Carolina Sturm Trindade é licenciada sob CC BY-NC-ND 4.0. Para ver uma cópia desta licença, visite <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

Avaliação do Produto: Realizada pela validação com especialistas.

Disponibilidade: Irrestrita, preservando-se os direitos autorais bem como a proibição do uso comercial do produto.

Divulgação: Em formato físico.

Instituições envolvidas: Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre.

Idioma: Português

Cidade: Porto Alegre

País: Brasil

Desenvolvido com o programa Canva, versão paga e ChatGPT, versão gratuita.



APRESENTAÇÃO

Os produtos educacionais aqui apresentados foram elaborados a partir da dissertação de Mestrado Profissional de Ensino na Saúde, da Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre (UFCSPA), intitulada Desenvolvimento e validação de jogos de educação alimentar e nutricional para pré-escolares em um município Gaúcho.

O objetivo do material é apoiar os profissionais da educação e da saúde na implementação da educação alimentar e nutricional no ambiente escolar. Os jogos foram desenvolvidos com base no Guia Alimentar para a População Brasileira, na Base Nacional Comum Curricular (BNCC), na revisão da literatura, em questionários respondidos pelos professores e na escuta dos pais. A abordagem metodológica utilizada foi a Teoria Social Cognitiva, que considera a influência do meio social nas escolhas alimentares. A proposta central dos jogos é promover o consumo de frutas e hortaliças de forma lúdica e educativa.

Foram desenvolvidos os seguintes jogos e estratégias pedagógicas que serão apresentadas a seguir:

Boneco Bocão Pereira

**Sacolão da Fera do
Bocão Pereira**

Jogo Cartas da horta

Jogo Qual é o ingrediente?

**Jogo Dominó das Frutas
e Verduras**



Boneco Bocão Pereira

O boneco “Bocão Pereira” foi concebido como um elemento central dos jogos, atuando como uma âncora pedagógica ao longo das diferentes atividades propostas. Ele tem como finalidade evocar memórias afetivas e favorecer o engajamento das crianças durante a utilização dos diferentes jogos propostos. Ele foi feito em amigurumi pela artesã Jaqueline de Campos Oschelski e possui 30 cm de comprimento.



Jogo Qual é o ingrediente?

O jogo Qual é o ingrediente? é para utilização em sala de aula, com mediação do professor. A proposta parte de uma narrativa lúdica na qual o personagem Bocão Pereira perde a receita de uma salada de frutas, de um sopão ou de um mix de vegetais e convida as crianças a ajudá-lo a recordar os ingredientes. O jogo é colaborativo, envolvendo todos os alunos da turma. Explora frutas, legumes e verduras por meio dos cinco sentidos, além de despertar a consciência fonológica com rimas e segmentação silábica. Ele é composto pelos seguintes componentes:

- **instruções;**
- **cartões de pergunta;**
- **cartões de rima;**
- **fotos dos alimentos.**



Jogo Qual é o ingrediente?

INSTRUÇÕES





**Educação alimentar e
nutricional
Entre nesse jogo!**



Prezado(a) Professor(a),

Você está recebendo o **Sacolão da Feira do Bocão Pereira**, com jogos de educação alimentar e nutricional desenvolvidos no estudo de mestrado em Ensino na Saúde da **UFCSPA**, realizado pela nutricionista Cristine Obal. O estudo faz parte do macroprojeto desenvolvido pela doutoranda Samantha Mallmann Lessa intitulado:

“Avaliação de Programa de Intervenção Comunitária de Educação Alimentar e Nutricional para a Prevenção da Obesidade Infantil no Município de Guaíba, Rio Grande do Sul: Ensaio de Campo Randomizado.”

O macroprojeto, no formato de intervenção comunitária, contempla uma tríade de ações com foco em educação alimentar e nutricional:

- para os multiplicadores (professores e profissionais do PSE), por meio de um curso EaD;
- para os pais e responsáveis, por meio de um e-book;
- para os alunos da pré-escola (4 e 5 anos), por meio de jogos educacionais.

Os jogos foram desenvolvidos com base no Guia Alimentar para a População Brasileira, na Base Nacional Comum Curricular (BNCC), em revisão da literatura, nos questionários respondidos pelos professores e na escuta dos pais. A abordagem metodológica utilizada foi a Teoria Social Cognitiva, que considera a influência do meio social nas escolhas alimentares.

A proposta central dos jogos é promover o consumo de frutas e hortaliças de forma lúdica e educativa.

Além do jogo desenvolvido para uso em sala de aula, foram criados jogos para que os alunos possam levar para casa. Dessa forma, o trabalho desenvolvido pelo(a) professor(a) em sala de aula se estende ao núcleo familiar do aluno, promovendo uma união entre família e escola em prol da melhoria da qualidade da alimentação da criança.

A temática da alimentação saudável deve ser abordada de forma transversal no currículo escolar. O presente material tem como objetivo auxiliar o trabalho do(a) professor(a), fornecendo subsídios para a inserção do tema nos diferentes campos de aprendizagem. Espero que o material contribua para o desenvolvimento das atividades relacionadas à educação alimentar e nutricional.

Bom trabalho!

O Sacolão da Feira do Bocão Pereira, que você está recebendo, contém os seguintes materiais:

- Boneco do Bocão Pereira;
- Jogo "Qual o Ingrediente?", para ser utilizado em sala de aula;
- Material com as instruções do jogo "Qual o Ingrediente?";
- Jogos para os alunos utilizarem em casa com seus familiares (dominó e jogo de cartas);
- Caderno para registro da utilização dos jogos pelos alunos com seus familiares;
- Sacola para envio do material (jogos, boneco e caderno) para a casa dos alunos.

A seguir, descreveremos como utilizar cada um dos materiais presentes no Sacolão da Feira do Bocão Pereira.



1 - Apresentando o mascote.

O mascote Bocão Pereira está presente em todos os jogos propostos, fomentando o engajamento da turma. Para a apresentação do personagem às crianças, sugerimos um momento lúdico, divertido e mágico, utilizando os espaços escolares, como a cozinha, o refeitório ou a horta, caso a escola possua.

Seguem algumas sugestões de falas:

Sugestão 1

Olá, amiguinhos, cheguei pra brincar,
Sou o Bocão Pereira, e vim te chamar!
Perdi as receitas do sopão e da salada...
Que confusão! Que baita cilada! 😞
Mas sei que vocês têm um dom genial:
Usam os sentidos de forma especial!
Sentir, cheirar, tocar e provar...
Com a ajuda de todos, vou me recordar! 🔔👁️👁️
Vamos juntos fazer essa missão,
Descobrir os ingredientes com atenção.
O que vai no sopão? O que entra na salada de fruta?
Com vocês por perto, minha memória escuta!

Sugestão 2

Lá na horta encantada, onde o sol vem brilhar,
Vive o Bocão Pereira, um chef que adora cozinhar! 👨‍🍳
Ele ama cenoura, tomate e jiló,
Brinca com sabores, mistura sem dó! 🥕🍅
Faz salada de fruta, sopão colorido,
Com cheiro gostoso e sabor preferido. 🍲🍓
Mas andava tristonho, quase sem sorrir...
Algo nas crianças o fez refletir. 😞
— "Por que será que não querem provar,
Os legumes da horta que vim preparar?"
Só pedem pacotes, salgadinhos brilhantes,
De nomes compridos e rótulos gigantes! 🍟🍬
— "Ah, se elas pudessem sentir de verdade,
Os cheiros, os sons, a pura vontade...
De tocar, de olhar, de morder com cuidado...
Iam ver que comer bem é mesmo encantado!" 🧠🔔👁️👁️👋
Por isso o Bocão agora quer ajudar,
E as crianças ele veio encontrar.
Com os cinco sentidos, ele quer ensinar,
Que comida da horta dá gosto de amar! ❤️

2 – Jogando “Qual é o Ingrediente?”

O jogo é colaborativo, envolvendo todos os alunos da turma. Explora frutas, legumes e verduras por meio dos cinco sentidos, além de despertar a consciência fonológica com rimas e segmentação silábica.

Aspectos abordados do **Guia Alimentar para a População Brasileira**:

- Consumo de alimentos in natura: frutas, legumes e verduras;
- Desenvolvimento de habilidades culinárias.

Aspectos abordados da **BNCC**:

- O eu, o outro e nós

(EI03EO06RS-05) Valorizar a diversidade cultural regional e local, por meio do reconhecimento de seus costumes, alimentação e vestuário.

(EI03EO03RS-03) Ampliar as relações interpessoais, desenvolvendo atitudes de participação e cooperação, por meio de brincadeiras e jogos tradicionais da cultura regional e local.

(EI03EO04) Comunicar suas ideias e sentimentos a pessoas e grupos diversos.

(EI03EO05RS-02) Reconhecer seu corpo e expressar suas sensações em momentos de alimentação, higiene, brincadeiras e descanso.

- Corpo, gestos e movimento

(EI03CG04) Adotar hábitos de autocuidado relacionados à higiene, alimentação, conforto e aparência.

(EI03CG04RS-02) Realizar, de forma independente, ações de cuidado com o próprio corpo (buscar água quando sentir sede, identificar e valorizar alimentos saudáveis etc.).

- Escuta, fala, pensamento e imaginação

(EI03EF05RS-02) Compreender que a escrita representa a fala.

Vamos começar!!!

2 – Jogando “Qual é o Ingrediente?”

Objetivo do jogo

O mascote Bocão Pereira quer preparar uma salada de frutas, um sopão ou um mix de saladas, mas esqueceu os ingredientes que precisa. As crianças, a partir dos sentidos, devem ajudar o amigo a se lembrar. Assim, o objetivo é identificar os cinco ingredientes que compõem a receita (salada de frutas, sopão ou mix de saladas). A cada rodada, deve ser desvendado um ingrediente.

Duração de uma rodada

Cerca de 45 minutos.

Sugerimos utilizar o jogo uma vez por semana, explorando um alimento a cada encontro. Dessa forma, cada uma das preparações (salada de frutas, sopão ou mix de saladas) terá duração de cinco semanas, podendo o jogo ser utilizado por até 15 semanas. O envolvimento da família no desenvolvimento de bons hábitos é fundamental; por isso, sugerimos o envio dos jogos destinados ao uso familiar durante o período de aplicação do jogo “Qual é o Ingrediente?”.

Materiais necessários

- Separar a fruta ou verdura a ser trabalhada (consultar o cardápio da escola. As entregas de hortifruti ocorrem às segundas-feiras, com o quantitativo para a semana. Para mais informações, veja o material em anexo);
- Verificar se é necessário algum pré-preparo da fruta ou verdura (cortar, cozinhar etc.);
- Cartões com as perguntas;
- Cartões com as figuras/palavras que rimam com a fruta ou verdura selecionada.

2 - Jogando Qual é o Ingrediente

Regras

1. Separe os alunos em grupos (o jogo pode ser realizado com 2, 3 ou 4 grupos).
2. Junto com o mascote Bocão Pereira, apresente o ingrediente que será desvendado.
3. Um representante de cada grupo deve pegar um dos cartões de pergunta.
4. O grupo deve, em conjunto, responder ao questionamento do cartão.
5. O próximo grupo pega um cartão e responde, e assim sucessivamente, até que os cartões acabem.
6. Acrescente a figura do alimento desvendado na panela presente na caixa do jogo. A cada rodada lembre o alimento anterior.
7. Após a descoberta dos cinco alimentos da receita, a tarefa estará concluída.

Aproveite para decorar a sua sala com a caixa do jogo! Em cada jogada lembre o alimento anterior e acrescente a figura nova a panela.



Entendendo os cartões de pergunta

Qual é o sabor

O grupo que pegou esse cartão deve dizer qual é o sabor do alimento. Para isso, um ou mais alunos do grupo podem colocar o alimento na boca ou apenas encostar a língua nele. O alimento pode ter sabor doce, como o mel; salgado, como o sal; amargo, como o chimarrão; ou azedo, como o limão. Não é necessário que todos experimentem — o mais importante é que se sintam à vontade para realizar a atividade.



Qual é o cheiro

O grupo que pegou esse cartão deve dizer se o cheiro do alimento é forte, como o da cebola, ou fraco, como o da alface. Para isso, um ou mais alunos do grupo devem cheirar o alimento.



2 - Jogando Qual é o Ingrediente

Entendendo os cartões de pergunta

Como eu sinto

O grupo que pegou esse cartão deve dizer qual é a textura do alimento no que se refere à dureza (duro ou macio/mole). Para isso, é necessário apertar o alimento com as mãos. Ele pode ser duro como uma cenoura crua ou macio como uma banana.



Faz barulho ao morder

O grupo que pegou esse cartão deve dizer se o alimento faz barulho ao ser mordido. Para isso, alguns ou todos os alunos do grupo devem morder o alimento. Esse aspecto também se refere à textura do alimento, que pode ser crocante, fazendo barulho ao ser mordido, ou mole, não fazendo barulho.



Qual é a cor

O grupo que pegou esse cartão deve dizer a cor do alimento. Muitas vezes, o alimento tem uma cor na casca e outra no interior. Esse aspecto pode ser explorado com os alunos.



2 - Jogando Qual é o Ingrediente

Entendendo os cartões de pergunta

Tem semente

O grupo que pegou esse cartão deve dizer se o alimento possui sementes ou não. A maioria das frutas possui sementes, mas nem todas as frutas têm. Alguns legumes são considerados frutos e possuem sementes. Ficou na dúvida? Consulte o anexo do material.



Temos o hábito de cozinhar para comer

O grupo que pegou esse cartão deve dizer se o alimento avaliado é habitualmente consumido após o cozimento. Em geral, as frutas e verduras são consumidas cruas, e os legumes, cozidos. No entanto, é possível diversificar a forma de consumir um alimento. Por exemplo, a cenoura pode ser consumida crua, refogada, assada ou como parte de outra preparação, como em um bolo.



Quantas sílabas têm

O grupo que pegou esse cartão deve dizer quantas sílabas tem a palavra do nome do alimento. Essa atividade estimula a consciência fonológica por meio da segmentação silábica.



2 - Jogando Qual é o Ingrediente

Entendendo os cartões de pergunta

Com qual palavra rima

São dois cartões iguais. Assim, dois grupos deverão selecionar os cartões que rimam com o nome do alimento. Consulte no anexo do material as palavras que rimam com cada alimento. Dessa forma, trabalha-se a consciência fonológica por meio da percepção explícita da rima. Importante identificar com os alunos as palavras que contem nos cartões de rima antes de iniciar.



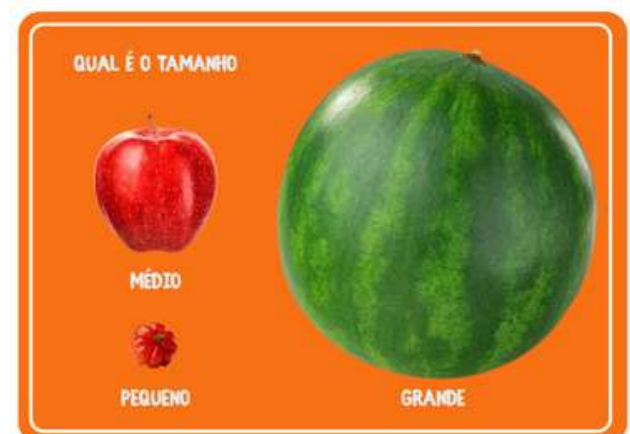
Tem casca

O grupo que pegou esse cartão deve dizer se o alimento tem casca ou não. A maioria das frutas e legumes têm casca, e as verduras não. Também pode ser trabalhada a questão do consumo das cascas e o reaproveitamento integral dos alimentos. Ficou na dúvida? Consulte o anexo do material.



Qual é o tamanho

O grupo que pegou esse cartão deve dizer qual é o tamanho do alimento. Pode-se comparar com outros alimentos ou utilizar medidas conhecidas como grande, médio ou pequeno.



Ficou na dúvida? Em anexo temos material de apoio para o desenvolvimento das atividades propostas.

3 - Jogos para os alunos utilizarem em casa com seus familiares

O envolvimento das famílias nas mudanças dos hábitos alimentares é fundamental. Como parte do macroprojeto, as famílias têm acesso a um e-book sobre alimentação saudável, desenvolvido especificamente para elas. O e-book contém informações para a melhoria da qualidade da alimentação das crianças, e os jogos (Cartas da Horta, Dominó das Frutas e Dominó das Verduras) são uma estratégia lúdica para a aproximação com os alimentos muitas vezes rejeitados pelos pequenos.

Assim, sugerimos que, ao desenvolver a utilização do jogo “Qual é o Ingrediente?”, utilize também a estratégia de enviar às famílias dos alunos os jogos e o mascote Bocão Pereira, para que possam ser utilizados em casa pelas crianças e seus cuidadores.

A sugestão é que o mascote, junto com os jogos, passe um final de semana na casa de cada aluno. Junto com esses materiais, dentro da Sacola da Feira do Bocão Pereira, os alunos levam o caderno para registro da estadia do mascote e da utilização dos jogos.

As instruções para os jogos estão no caderno de registros. Eles também podem ser utilizados em sala de aula.

ANEXO

Escolhendo os alimentos para o jogo

O Programa Nacional de Alimentação Escolar tem como objetivo contribuir para o crescimento e o desenvolvimento biopsicossocial, a aprendizagem, o rendimento escolar e a formação de hábitos alimentares saudáveis dos alunos da educação básica pública, por meio de ações de educação alimentar e nutricional e da oferta de refeições saudáveis e adequadas.

Dessa forma, os alimentos fornecidos na escola podem ser utilizados nas ações de educação alimentar e nutricional.

Consulte o cardápio da escola! A utilização do alimento no jogo e a posterior oferta durante a refeição servida na unidade escolar favorecem o consumo. Os hortifrutis da semana são entregues diretamente na escola pelo fornecedor, às segundas-feiras. As frutas, verduras e legumes disponíveis ao longo do ano são os seguintes:

- Abacaxi
- Abacate
- Ameixa
- Alface
- Abobrinha
- Banana
- Batata doce
- Batata inglesa
- Bergamota
- Beterraba
- Brócolis
- Caqui chocolate
- Cenoura
- Couve manteiga
- Couve chinesa
- Couve flor
- Chuchu
- Espinafre
- Goiaba
- Kiwi
- Laranja do céu
- Limão
- Maçã
- Mamão
- Melão
- Manga
- Morango
- Melancia
- Milho
- Moranga
- Pêra
- Pêssego
- Pimentão
- Repolho
- Tomate
- Uva
- Vagem

É importante observar se o alimento escolhido precisa de algum pré-preparo. Mostrar ao aluno o alimento em sua forma integral e como ele pode ser transformado após diferentes tipos de cortes, cozimento, entre outros.

Tem casca, semente e temos o hábito de cozinhar:

Antes de saber se o alimento tem casca, semente ou é comumente cozido para o consumo, precisamos compreender a classificação dos vegetais. Temos a classificação popular, que leva em consideração a forma como utilizamos os vegetais e os divide em frutas, legumes, verduras, temperos, grãos e flores. Temos também a divisão botânica, que considera a estrutura do vegetal, sendo esta dividida em fruto, folha, flor, caule, raiz e semente.

Para o jogo, consideramos a classificação popular. Entenda o que seria cada um:

Legumes – são partes das plantas consumidas, em geral, cozidas, nas quais ingerimos diferentes órgãos vegetais, como frutos, caules ou raízes. Por exemplo: o chuchu, a abóbora, a vagem, o pepino, o pimentão, o quiabo e o tomate são popularmente chamados de legumes, mas, na botânica, eles são classificados como frutos.

Verduras – são plantas herbáceas, consumidas geralmente cruas, sendo as folhas os órgãos mais utilizados.

Frutas – são frutos geralmente doces e/ou ácidos, consumidos com frequência separadamente dos pratos salgados.

Temperos ou condimentos – são diferentes partes das plantas, geralmente aromáticas, utilizadas para realçar o sabor dos alimentos.

Grãos – são os frutos e as sementes comestíveis de cereais (plantas cultivadas para essa finalidade, geralmente gramíneas e leguminosas).

Flores – são partes das plantas utilizadas como elementos de ornamentação.

Segue abaixo a classificação dos vegetais, sendo a classificação popular indicada nas colunas (frutas, legumes e verduras) e a classificação botânica (fruto, folha, flor, caule, raiz e semente) representada por diferentes cores.

Fruto ou Pseudofruto *	Folha	Flor	Caule	Raiz	Semente
------------------------	-------	------	-------	------	---------

FRUTAS	LEGUMES	VERDURAS	TEMPEROS	GRÃOS	FLORES
Abacate	Abóbora	Acelga	Alcaparra	Alpiste	Copo-de-leite
Abacaxi	Aipim, mandioca ou macaxeira	Agrião	Alho	Amendoim	Cravo
Acerola	Aipo	Alface	Alho-poró	Arroz	Crisântemo
Ameixa	Aspargo	Brócolis	Azeitona	Café	Lirio
Banana	Batata-inglesa	Chicória	Cebola	Castanha-do-Pará	Margarida
Cajá-manga	Batata-doce	Couve	Cebolinha	Feijão	Orquídea
Caju *	Beringela	Espinafre	Cravo-da-Índia	Grão-de-bico	Palma-de-Santa-Rita
Caqui	Beterraba	Salsa	Gengibre	Lentilha	Rosa
Carambola	Cenoura		Louro	Milho	
Coco	Chuchu		Pimenta	Noz	
Figo	Couve-flor		Pimentão	Trigo	
Goiaba	Ervilha		Urucum		
Jabuticaba	Inhame				
Jaca	Jiló				
Jiló	Maxixe				
Kiwi	Nabo				
Laranja	Palmito				
Limão-taiti	Pepino				
Maçã *	Quiabo				
Mamão	Rabanete				
Manga	Repolho				
Maracujá	Tomate				
Melancia	Vagem				
Melão					
Morango					
Nectarina					
Pera *					
Pêssego					
Pinha					
Romã					
Tamarindo					
Tangerina					
Tomate					
Uva					

Material retirado de: Fruta, Verdura ou Legume? Um guia sobre as plantas do nosso cotidiano. Marcelo Guerra Santos, 2023.

Tem semente

A semente é formada pelo óvulo desenvolvido do ovário após a fecundação. Tem como principal função abrigar o embrião formado após a fecundação e dispersá-lo.

Frutas	SIM	NÃO	Curiosidade
Abacaxi		X	É um fruto partenocárpico, ou seja, houve a formação do fruto sem ocorrer a fecundação.
Abacate	X		
Ameixa	X		
Banana		X	A maioria das pessoas afirma com convicção que aqueles pontinhos escuros observados no interior de uma banana são as sementes. Mas não é o caso. Somente em bananas selvagens é possível encontrar sementes, pois nelas ocorre a fecundação, formando frutos com sementes. Nas bananas comercializadas, o fruto é formado por partenocarpia, ou seja, sem fecundação, formando frutos sem sementes.
Bergamota	X		
Caqui	X		
Goiaba	X		
Kiwi	X		
Laranja do céu	X		
Limão	X		
Maçã	X		
Mamão	X		
Melão	X		
Manga	X		

Tem semente

Frutas	SIM	NÃO	Curiosidade
Morango	X		As bolinhas amarelas que ficam na parte de fora do morango são as sementes. Cada uma delas é chamada de aquênio, e dentro de cada aquênio há uma sementinha verdadeira. O morango é uma das poucas frutas que têm as sementes do lado de fora. Tecnicamente, o morango não é um fruto verdadeiro — os verdadeiros frutos são justamente esses aquênios. O que a gente come é, na verdade, uma parte inchada da flor chamada receptáculo floral.
Pêra	X		
Pêssego	X		
Uva	X		
Legumes	SIM	NÃO	Curiosidade
Abobrinha	X		
Batata doce		X	
Batata inglesa		X	
Beterraba		X	
Cenoura		X	
Couve Flor		X	
Chuchu	X		

Tem semente

Legumes	SIM	NÃO	Curiosidade
Moranga	X		
Tomate	X		
Vagem	X		Trata-se da mesma espécie do feijão. As sementes do feijão são retiradas do fruto (legume) deiscente. Na vagem, o consumo é do fruto (legume) ainda imaturo e macio.
Grão	SIM	NÃO	Curiosidade
Milho	X		Cada grão de milho é um fruto seco que não se abre quando maduro. A casca do fruto e a semente são fundidas, não sendo possível distinguir a semente dentro do fruto.
Tempero	SIM	NÃO	Curiosidade
Alho		X	
Cebola		X	
Pimentão	X		
Verduras	SIM	NÃO	Curiosidade
Alface		X	
Brócolis		X	
Couve manteiga		X	

Tem semente			
Verduras	SIM	NÃO	Curiosidade
Couve chinesa		X	
Espinafre		X	
Repolho		X	

Tem casca

A casca é a camada externa que reveste e protege órgãos vegetais, como frutos, sementes, caules e raízes.

Frutas	SIM	NÃO	Curiosidade
Abacaxi	X		
Abacate	X		
Ameixa	X		
Banana	X		
Bergamota	X		
Caqui	X		
Goiaba	X		
Kiwi	X		
Laranja do céu	X		
Limão	X		
Maçã	X		
Mamão	X		
Melão	X		
Manga	X		

Tem casca			
Frutas	SIM	NÃO	Curiosidade
Morango		X	O morango não é um fruto verdadeiro. O que comemos é, na verdade, uma parte inchada da flor, chamada receptáculo.
Pêra	X		
Pêssego	X		
Uva	X		
Legumes	SIM	NÃO	Curiosidade
Abobrinha	X		
Batata doce	X		
Batata inglesa	X		
Beterraba	X		
Cenoura	X		
Couve Flor		X	A couve-flor é uma flor e, dessa forma, não possui casca
Chuchu	X		

Tem casca**Legumes**

SIM

NÃO

Curiosidade

Moranga

X

Repolho

X

Tomate

X

Vagem

X

A vagem é um fruto que consumimos ainda imaturo e tenro. Ele é da mesma espécie do feijão. Dessa forma a casca é o involucro verde da vagem no qual é armazenado as sementes.

Grão

SIM

NÃO

Curiosidade

Milho

X

A palha é a casca da espiga de milho. E cada grão de milho é revestido por uma casca mas como é fundido à semente não conseguimos distinguir

Tempero

SIM

NÃO

Curiosidade

Alho

X

Cebola

X

Pimentão

X

Verduras

SIM

NÃO

Curiosidade

Alface

X

Brócolis

X

Couve manteiga

X

Tem casca

Verduras	SIM	NÃO	Curiosidade
Couve chinesa		X	
Espinafre		X	
Repolho		X	

Muitas vezes retiramos a casca dos alimentos para consumi-los, mas ela pode ser utilizada em diferentes preparações, reaproveitando o alimento de forma integral.

CONHEÇA AS PARTES QUE PODEM SER APROVEITADAS			
	Talos: Salsa, Brócolis, Couve-flor, Agrião, Beterraba, Espinafre.		Folhas: Cenoura, Beterraba, Batata Doce, Nabo, Couve-flor, abóbora, Mostarda, Hortelã e Rabanete
	Sementes: Abóbora, Melão, Jaca		Cascas: Batata, Pepino, Berinjela, Beterraba, Melão, Maracujá, Goiaba, Manga, Abóbora, Banana, Laranja, Tangerina, Mamão, Abacaxi, Maçã, Melancia.
	Entrecasca: Melancia, Maracujá.		Flores: Alcachofra, Calêndula, Hibisco

Material retirado de: CARTILHA DE RECEITAS DE APROVEITAMENTO INTEGRAL DOS ALIMENTOS
Rio de Janeiro, 2024
Secretaria Municipal de Saúde do Rio de Janeiro Subsecretaria de Promoção,
Atenção Primária e Vigilância em Saúde

Temos o hábito de cozinhar para comer

O hábito alimentar depende da cultura de cada local. É importante mostrar aos alunos que a forma de preparar um determinado alimento modifica suas características sensoriais e que podemos apreciá-lo de uma forma, mas não de outra.

	SIM	NÃO	Curiosidade
Frutas		X	A maioria das frutas é consumida in natura, sem nenhum tipo de preparo culinário
Legumes	X		A maioria dos legumes é consumida após algum tipo de preparo (cozida, assada, refogada entre outros). Por exemplo, a cenoura pode ser consumida crua ralada, em palitos, cozida, assada ou refogada, além de utilizada em preparações como bolos, pães e tortas. É importante apresentar aos alunos que os diferentes modos de preparo podem alterar a aceitação do alimento. Lembramos que os ingredientes culinários (açúcar, sal e óleo) devem ser utilizados com moderação; por isso, preparações fritas não são recomendadas."
Grão	X		Grãos como o milho geralmente são consumidos cozidos. Eles também podem ser secos e moídos, resultando em farinha de milho. Outra possibilidade é aquecer os grãos de milho de pipoca, que, ao estourarem, expõem o endosperma da semente — uma parte que reserva nutrientes para o embrião da planta. Portanto, a pipoca que comemos é, na verdade, o endosperma da semente.
Tempero	X		Os temperos, em sua maioria, são utilizados em preparações culinárias como parte das receitas. Alguns também podem ser consumidos assados.
Verduras		X	Em sua maioria, são consumidas cruas, em saladas. Algumas, como o espinafre, também podem ser refogadas.

Quantas sílabas tem e palavras que rimam

Frutas	Número de sílabas	Palavras que rimam - as palavras em negrito dispõem das figuras impressas para ser utilizada no jogo
Abacaxi	4 a - ba - ca - xi	Saci, Siri, Aqui, Ali, Javali, Caqui
Abacate	4 a - ba - ca - te	Tomate, Alicate, Alfaiate, Debate, Combate,
Ameixa	3 a - mei - xa	Gueixa, Deixa, Madeixa, Queixa,
Banana	3 ba - na - na	Cabana, Veneziana, Porcelana
Bergamota	4 ber-ga-mo-ta	Bota, Gaivota, Nota, Cocota
Caqui	2 ca - qui	Aqui, Siri, Saci, Ali, Javali, Abacaxi
Goiaba	3 goi-a-ba	Beterraba, Jabuticaba
Kiwi	2 ki - wi	Siri, Caqui
Laranja	3 la - ran - ja	Canja, Franja, Granja
Limão	2 li - mão	Mão, Coração, Leão, Fogão, Mamão, Tradição, Emoção, Canção, Melão,
Maçã	2 ma - çã	Manhã, Catamarã, Rã, Amanhã, Irmã, Hortelã

Quantas sílabas tem e palavras que rimam

Frutas	Número de sílabas	Palavras que rimam
Mamão	2 ma - mão	Mão, Coração, Leão, Fogão, Limão, Tradição, Emoção, Canção, Melão
Melão	2 me - lão	Mão, Coração, Leão, Fogão, Mamão, Tradição, Emoção, Canção, Limão
Manga	2 man-ga	Moranga, Pitanga, Miçanga
Morango	3 mo - ran - go	Frango, Losango, Fandango, Rango,
Pera	2 pe - ra	Cadeira, Lixeira, Feira, Cera, Brincadeira
Pêssego	3 pês - se - go	Morcego, Sossego
Uva	2 u - va	Luva, Chuva, Viúva
Legumes	Número de sílabas	Palavras que rimam
Abobrinha	4 a - bo - bri - nha	Cozinha, Borboletinha, Massinha
Batata doce	3 ba - ta - ta	Gravata, Pirata, Barata, Mata, Lata, Nata
Batata inglesa		
Beterraba	4 be - ter - ra - ba	Goiaba, Jabuticaba, Baba,
Cenoura	3 ce- nou - ra	Tesoura, Vassoura, Lavoura, Manjedoura

Quantas sílabas tem e palavras que rimam

Legumes	Número de sílabas	Palavras que rimam
Couve-flor	3 cou - ve - flor	Elevador, Aspirador, Pescador, Puxador,
Chuchu	2 chu - chu	Tatu, Urubu, Bambu
Moranga	3 mo - ran - ga	Manga, Pitanga,
Tomate	3 to - ma - te	Abacate, Alicate, Alfaiate, Debate, Combate,
Vagem	2 va - gem	Bagagem, Carruagem, Folhagem, Viagem, Selvagem
Grão	Número de sílabas	Palavras que rimam
Milho	2 mi - lho	Trilho, Brilho, Filho, Novilho
Tempero	Número de sílabas	Palavras que rimam
Alho	2 a - lho	Chocalho, Galho, Olho, Atalho, Retalho, Trabalho
Cebola	3 ce - bo - la	Ampola, Bússola
Pimentão	3 pi - men - tão	Mão, Coração, Leão, Fogão, Mamão, Tradição, Emoção, Canção, Limão

Quantas sílabas tem e palavras que rimam

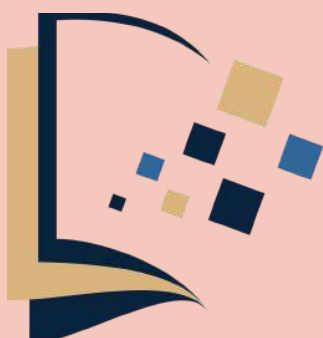
Verduras	Número de sílabas	Palavras que rimam
Alface	3 al - fa - ce	Classe, Disfarce , Face, Impasse, Abrace
Brócolis	3 bró - co - lis	Feliz, Lápis , Nariz, Própolis, Florianópolis
Couve manteiga	2 cou - ve	Ouve, Louve
Couve chinesa		
Espinafre	4 es - pi - na - fre	Cofre, Chifre
Repolho	3 re - po - lho	Olho, Molho , Escolho



PPG-EnSau

Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde

UFCSPA



**LETRAMENTO
em SAÚDE**

PROEXT-PG • UFCSPA

Jogo Qual é o ingrediente?

CARTÕES DE PERGUNTA



QUAL É O SABOR



DOCE



SALGADO



AMARGO



AZEDO

QUAL É O CHEIRO



FORTE



FRACO

COMO EU SINTO



MACIO



DURO

FAZ BARULHO AO MORDER



SIM



NÃO

CARTÃO DE PERGUNTA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA



CARTÃO DE PERGUNTA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA



CARTÃO DE PERGUNTA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

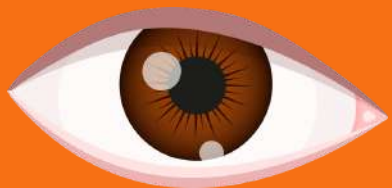


CARTÃO DE PERGUNTA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA



QUAL É A COR



TEM CASCA



SIM



NÃO

TEM SEMENTE



SIM



NÃO

TEMOS O HÁBITO DE COZINHAR
PARA COMER



SIM



NÃO

CARTÃO DE PERGUNTA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA



CARTÃO DE PERGUNTA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA



CARTÃO DE PERGUNTA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA



CARTÃO DE PERGUNTA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA



QUAL É O TAMANHO



MÉDIO



PEQUENO

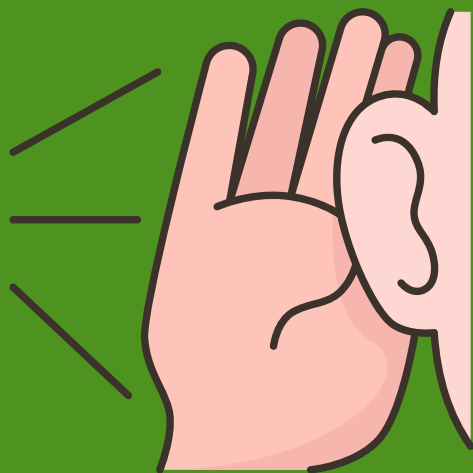


GRANDE

QUANTAS SÍLABAS TÊM



COM QUAL PALAVRA RIMA



COM QUAL PALAVRA RIMA



CARTÃO DE PERGUNTA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA



CARTÃO DE PERGUNTA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA



CARTÃO DE PERGUNTA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA



CARTÃO DE PERGUNTA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA



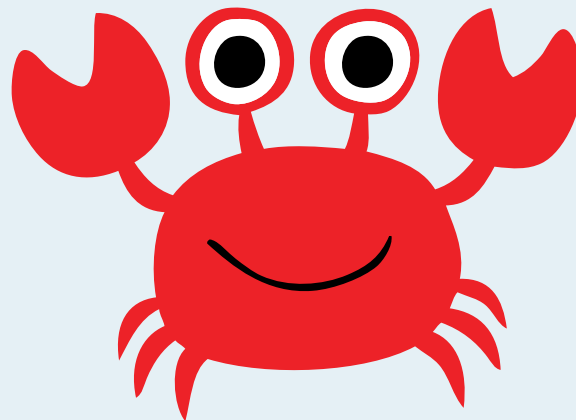
Jogo Qual é o ingrediente?

CARTÕES DE RIMA





SACI



SIRI



TOMATE



ALICATE



GUEIXA



DEIXA

CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde **UFCSPA**



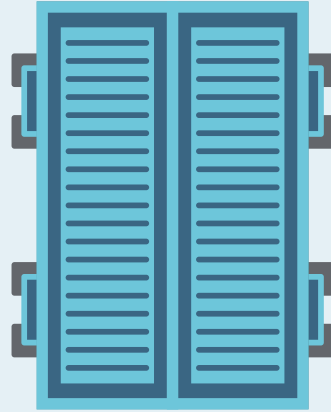
CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde **UFCSPA**

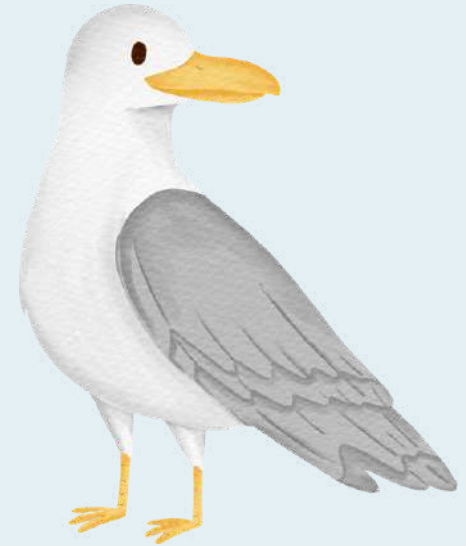




CABANA



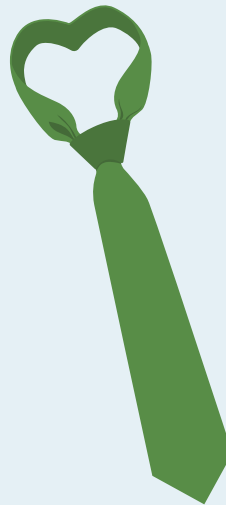
VENEZIANA



GAIVOTA



BOTA



GRAVATA



PIRATA

CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino em Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino em Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino em Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino em Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino em Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino em Saúde **UFCSPA**





ABACAXI



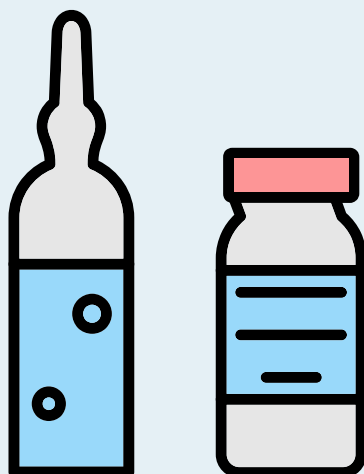
AQUI



GOIABA



BETERRABA



AMPOLA



BÚSSOLA

CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde **UFCSPA**

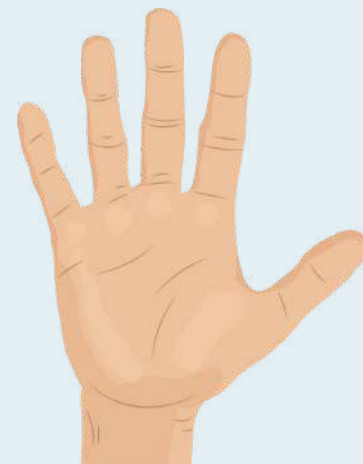




CANJA



FRANJA



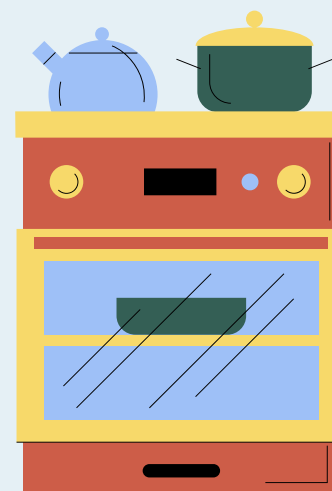
MÃO



CORAÇÃO



LEÃO



FOGÃO

CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde **UFCSPA**





MANHÃ



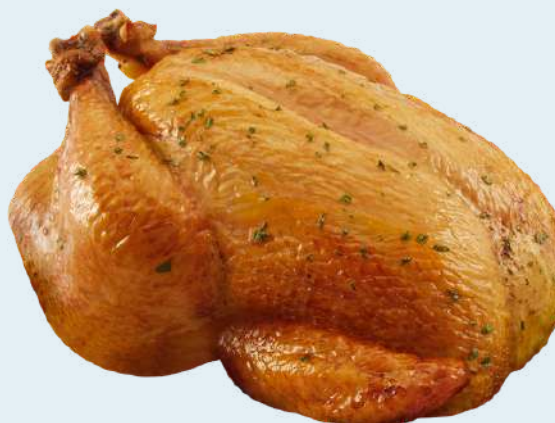
CATAMARÃ



MORANGA



PITANGA



FRANGO



MOLHO

CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino em Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino em Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino em Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino em Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

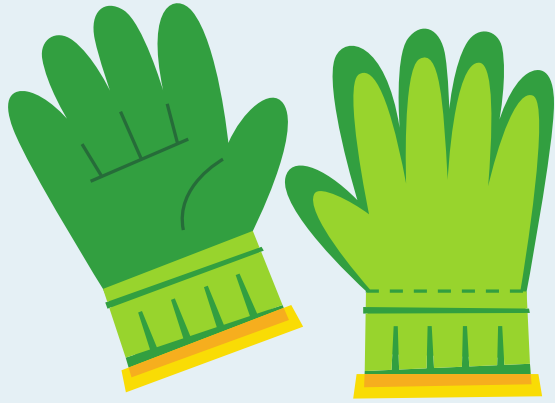
PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino em Saúde **UFCSPA**



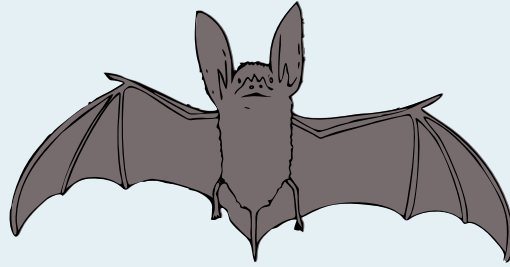
CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino em Saúde **UFCSPA**





LUVA



MORCEGO



CADEIRA



LIXEIRA



TESOURA



VASSOURA

CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde **UFCSPA**



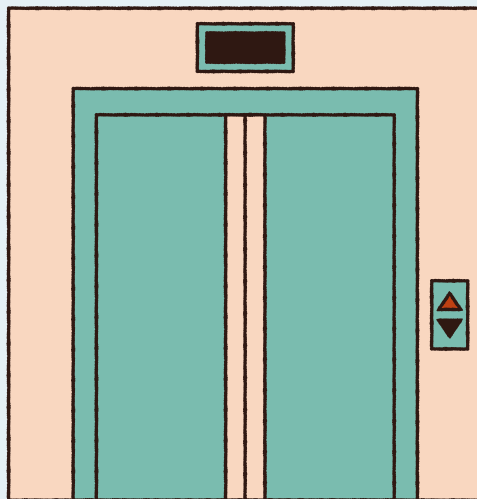
CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde **UFCSPA**





CHUVA



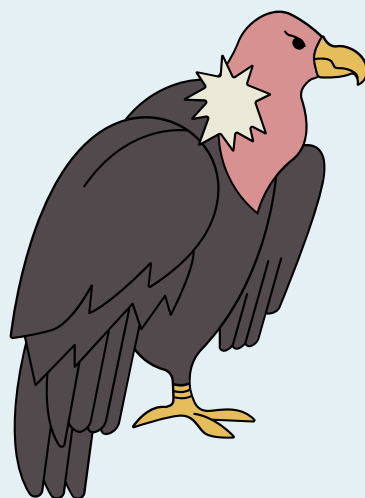
ELEVADOR



ASPIRADOR



TATU



URUBU



BAGAGEM

CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino em Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino em Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino em Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino em Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

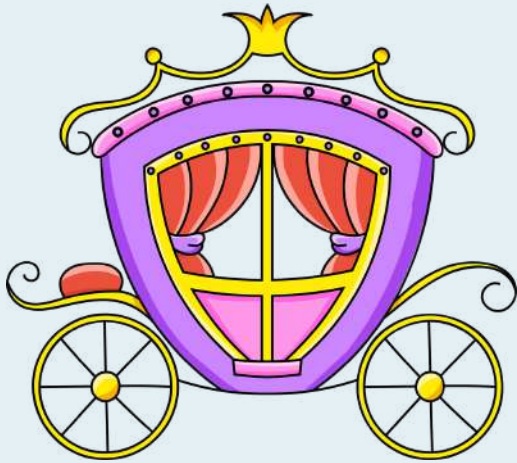
PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino em Saúde **UFCSPA**



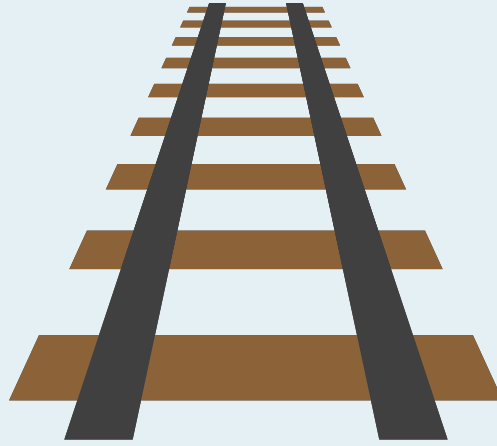
CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino em Saúde **UFCSPA**





CARRUAGEM



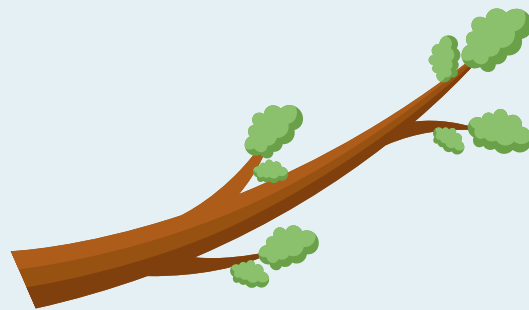
TRILHO



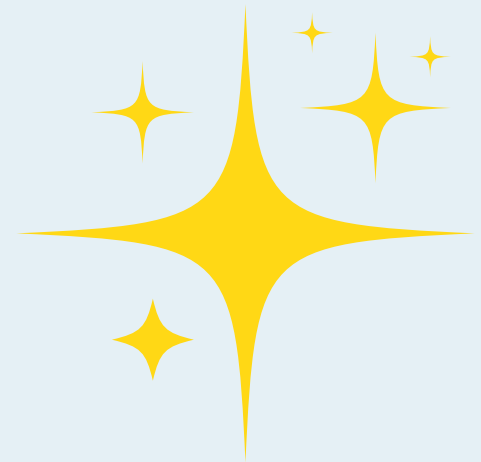
OLHO



CHOCALHO



GALHO



BRILHO

CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino em Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino em Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino em Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino em Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino em Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino em Saúde **UFCSPA**





MANGA



ABACATE



CLASSE



DISFARCE



FELIZ



LÁPIS

CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde **UFCSPA**

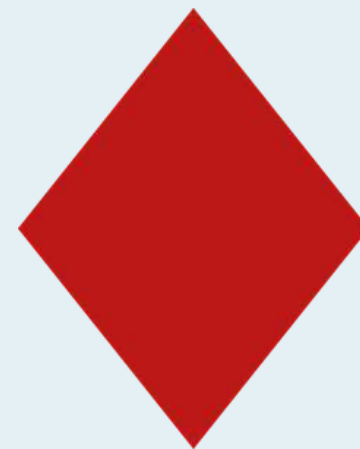




OUVE



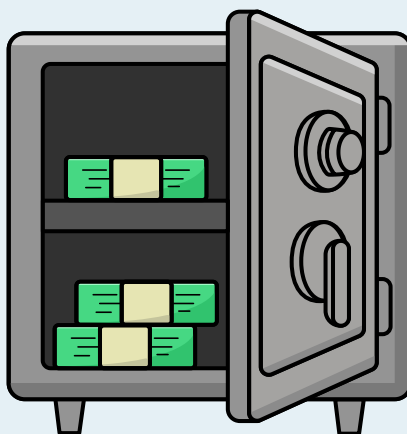
LOUVE



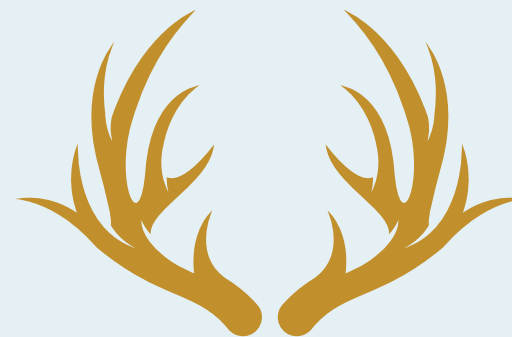
LOSANGO



SOSSEGO



COFRE



CHIFRE

CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino em Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino em Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino em Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino em Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino em Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino em Saúde **UFCSPA**





JABUTICABA



CAQUI

CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde **UFCSPA**



CARTA DE RIMA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde **UFCSPA**



Jogo Qual é o ingrediente?

FOTOS DOS ALIMENTOS







Sacolão da Feira do Bocão Pereira

O envolvimento das famílias na mudança dos hábitos alimentares das crianças é reconhecido como elemento fundamental para a consolidação das ações de Educação Alimentar e Nutricional. Como uma forma de integrar as ações entre escola e família, a estratégia Sacolão da Feira do Bocão Pereira propõe que as crianças levem para casa o mascote Bocão Pereira e os jogos Cartas da horta e Dominó da frutas e verduras, acompanhados de um caderno de instruções com espaço destinado ao registro das experiências vivenciadas no ambiente domiciliar.



Sacolão da FERIA do Bocão Pereira

CADERNO PARA REGISTRO DAS EXPERIÊNCIAS



SACOLÃO DA FEIRA DO BOCÃO PEREIRA



**VAMOS JOGAR,
NOS DIVERTIR
E NOS ALIMENTAR!!!**

OLÁ, FAMÍLIAS, QUE ALEGRIA!



CHEGOU EM CASA UMA SURPRESA CHEIA DE MAGIA:

É O SACOLÃO DA FEIRA,

DO NOSSO AMIGO BOCÃO PEREIRA,

RECHEADO DE SABOR, DIVERSÃO E BRINCADEIRA!

ESSE MASCOTE NASCEU NA HORTA E ADORA COZINHAR,

MAS ALGO COMEÇOU A O PREOCUPAR:

AS CRIANÇAS NÃO QUEREM MAIS FRUTAS NEM VERDURAS PROVAR!

MAS BOCÃO BEM SABE COMO ALIMENTAR,

NÃO BASTA SÓ UM PRATO COLORIDO OFERTAR.

É COM O LÚDICO, O TOQUE E O BRINCAR

QUE A CURIOSIDADE COMEÇA A DESPERTAR.

E ASSIM, COM CARINHO, PRAZER E EMOÇÃO,

FRUTAS E VERDURAS GANHAM O CORAÇÃO!

COM CHEIROS, SABORES E RISADAS NO AR,

AS CRIANÇAS COMEÇAM — FELIZES — A EXPERIMENTAR!

O SACOLÃO DA FEIRA DO BOCÃO PEREIRA VAI PASSAR O FINAL DE SEMANA NA SUA CASA.

DENTRO DELE, VOCÊS ENCONTRARÃO JOGOS DE CARTAS E DOMINÓ, TODOS COM A PROPOSTA DE ESTIMULAR UMA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL.

E É CLARO, JUNTO VEM O NOSSO MASCOTE, O BOCÃO PEREIRA.

A PROPOSTA É QUE A FAMÍLIA APROVEITE ESSE MOMENTO PARA BRINCAR JUNTA, FORTALECER VÍNCULOS E APRENDER DE FORMA LEVE SOBRE OS ALIMENTOS.

DEPOIS, CONVIDAMOS VOCÊS A REGISTRAR ESSA VIVÊNCIA AQUI NO CADERNO — COM UM DESENHO OU ATÉ ESCRIVENDO COMO FOI A EXPERIÊNCIA.



BOA DIVERSÃO EM FAMÍLIA!

NOME DO ALUNO:

TURMA:

DATA:

**DEIXE AQUI SUA OPINIÃO SOBRE A ATIVIDADE E REGISTRO DA UTILIZAÇÃO
DOS JOGOS POR MEIO DE UM DESENHO.**



PPG-EnSau

Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde

UFCSPA



**LETRAMENTO
em SAÚDE**

PROEXT-PG • UFCSPA

Jogo Cartas da Horta

O jogo Cartas da Horta foi desenvolvido com o objetivo de ser utilizado no ambiente domiciliar, favorecendo a participação das famílias nas ações de Educação Alimentar e Nutricional. Ele apresenta dinâmica semelhante à do jogo Uno, utilizando as cinco cores presentes nas frutas e verduras, além de cartas coringa que representam preparações culinárias compostas por alimentos de diferentes cores. A proposta pode ser desenvolvida de duas formas distintas, ampliando as possibilidades de interação e adaptação à rotina familiar. O jogo permite a inclusão de alimentos reais durante a atividade, fortalecendo a abordagem multissensorial e a aproximação das crianças com os alimentos.



Jogo Cartas da Horta

INSTRUÇÕES

CARTAS DA HORTA

O JOGO CARTAS DA HORTA É COMPOSTO POR 56 CARTAS, SENDO 10 DE CADA COR (VERMELHO, VERDE, LARANJA, AMARELO E ROXO), CADA UMA REPRESENTANDO UMA FRUTA OU VERDURA, ALÉM DE 6 CARTAS CORINGAS QUE REPRESENTAM AS CINCO DOBRES (DOPO, SALADA DE FRUTAS E MIX DE VEGETAIS).

EXISTEM DUAS MANEIRAS DE JOGAR COM AS CARTAS DA HORTA. CONHEÇA

FORMA DE JOGAR 1

OBJETIVO: SER O PRIMEIRO A DESCARTAR TODAS AS DUAS CARTAS.

PARTICIPANTES: MÍNIMO DE 2 JOGADORES.

COMO JOGAR:

1. DISTRIBUA 1 CARTA PARA CADA JOGADOR E 10 CARTAS PARA FORMAR O MONTE QUE DETERMINARÁ A COR DA RODADA. O RESTANTE DAS CARTAS FICARÁ NO MONTE DE COMPRA.
2. RETIRE A PRIMEIRA CARTA DO MONTE DA COR E COLOQUE-A VIRADA PARA CIMA.
3. CADA JOGADOR, EM SUA VEZ, DEVE DESCARTAR UMA CARTA QUE TENHA A MESMA COR DA CARTA DO MONTE DA COR. CADA NÃO TENHA NENHUMA CARTA COMPATÍVEL, DEVERÁ COMPRAR CARTAS ATÉ CONSEGUIR DESCARTAR UMA.
4. O JOGO SEQUE DESSE FORMA, SUCESSIVAMENTE, ATÉ QUE UM DOS JOGADORES ACABE COM TODAS AS SUAS CARTAS E SEJA O VENCEDOR.
5. AS CARTAS SALADA DE FRUTAS, DOPO E MIX DE VEGETAIS SÃO CORINGAS E PODEM SER USADAS COM QUALQUER COR.

TOCANDO A EXPERIÊNCIA MAIS SABOROSA:

- EM VEZ DE USAR O MONTE DE CARTAS PARA DETERMINAR A COR A SER JOGADA, COLOQUE FRUTAS E VERDURAS REAIS. POR EXEMPLO: COM UMA BANANA, DEVEM SER DESCARTADAS CARTAS DA COR AMARELA; COM A COUVE, CARTAS DA COR VERDE; E ASSIM POR DIANTE.
- O JOGO PODE SER REALIZADO COM OU SEM OS ALIMENTOS REAIS, MAS O CONTATO VISUAL E TÁTIL COM OS ALIMENTOS É IMPORTANTE PARA INCENTIVAR O CONSUMO.



CARTAS DA HORTA

FORMA DE JOGAR 2

OBJETIVO: SER O PRIMEIRO A ENCONTRAR A CARTA DA FRUTA OU VERDURA ALVO, BATER NELA E ESGER EM VOZ ALTA O NOME DO ALIMENTO.

PARTICIPANTES: MÍNIMO DE 2 JOGADORES.



COMO JOGAR:

1. DISTRIBUA AS CARTAS EM QUANTIDADES IGUAIS ENTRE TODOS OS JOGADORES. ESCOLHA UMA FRUTA OU VERDURA PRESENTE NA SUA CADA E QUE ESTEJA PRESENTE NAS CARTAS DA HORTA PARA SER O ALVO.
2. CADA JOGADOR DEVE MANTER SEU MONTE DE CARTAS VIRADO PARA BAIXO, SEM À SUA FRENTE.
3. AO INÍCIO DO JOGO, OS JOGADORES, EM SUAS RESPECTIVAS RODADAS, VIRAM UMA CARTA PARA CIMA NO CENTRO DA MESA DE FORMA ALVO.
4. SE A CARTA VIRADA REPRESENTAR A FRUTA OU VERDURA SELECIONADA, O JOGADOR QUE BATER PRIMEIRO NA CARTA E ESGER EM VOZ ALTA O NOME DO ALIMENTO VENCE A RODADA.



CARTAS DA HORTA

O JOGO CARTAS DA HORTA É COMPOSTO POR 56 CARTAS, SENDO 10 DE CADA COR (VERMELHO, VERDE, LARANJA, AMARELO E ROXO), CADA UMA REPRESENTANDO UMA FRUTA OU VERDURA, ALÉM DE 6 CARTAS CORINGAS QUE REPRESENTAM AS CINCO CORES (SOPÃO, SALADA DE FRUTAS E MIX DE VEGETAIS).

EXISTEM DUAS MANEIRAS DE JOGAR COM AS CARTAS DA HORTA. CONFIRA

FORMA DE JOGAR 1

OBJETIVO: SER O PRIMEIRO A DESCARTAR
TODAS AS SUAS CARTAS.

PARTICIPANTES: MÍNIMO DE 2 JOGADORES.



COMO JOGAR:

1. DISTRIBUA 7 CARTAS PARA CADA JOGADOR E 10 CARTAS PARA FORMAR O MONTE QUE DETERMINARÁ A COR DA RODADA. O RESTANTE DAS CARTAS FICARÁ NO MONTE DE COMPRA.
2. RETIRE A PRIMEIRA CARTA DO MONTE DA COR E COLOQUE-A VIRADA PARA CIMA.
3. CADA JOGADOR, EM SUA VEZ, DEVE DESCARTAR UMA CARTA QUE TENHA A MESMA COR DA CARTA DO MONTE DA COR. CASO NÃO TENHA NENHUMA CARTA COMPATÍVEL, DEVERÁ COMPRAR CARTAS ATÉ CONSEGUIR DESCARTAR UMA.
4. O JOGO SEGUE DESSA FORMA, SUCESSIVAMENTE, ATÉ QUE UM DOS JOGADORES ACABE COM TODAS AS SUAS CARTAS E SEJA O VENCEDOR.
5. AS CARTAS SALADA DE FRUTAS, SOPÃO E MIX DE VEGETAIS SÃO CORINGAS E PODEM SER USADAS COM QUALQUER COR.

TORNANDO A EXPERIÊNCIA MAIS SABOROSA:

- EM VEZ DE USAR O MONTE DE CARTAS PARA DETERMINAR A COR A SER JOGADA, COLOQUE FRUTAS E VERDURAS REAIS. POR EXEMPLO: COM UMA BANANA, DEVEM SER DESCARTADAS CARTAS DA COR AMARELA; COM A COUVE, CARTAS DA COR VERDE; E ASSIM POR DIANTE.
- O JOGO PODE SER REALIZADO COM OU SEM OS ALIMENTOS REAIS, MAS O CONTATO VISUAL E TÁTIL COM OS ALIMENTOS É IMPORTANTE PARA INCENTIVAR O CONSUMO.



CARTAS DA HORTA

FORMA DE JOGAR 2

OBJETIVO: SER O PRIMEIRO A ENCONTRAR A CARTA DA FRUTA OU VERDURA ALVO, BATER NELA E DIZER EM VOZ ALTA O NOME DO ALIMENTO.

PARTICIPANTES: MÍNIMO DE 2 JOGADORES.



COMO JOGAR:

1. DIVIDA AS CARTAS EM QUANTIDADES IGUAIS ENTRE TODOS OS JOGADORES. ESCOLHA UMA FRUTA OU VERDURA PRESENTE NA SUA CASA E QUE ESTEJA PRESENTE NAS CARTAS DA HORTA PARA SER O ALVO.
2. CADA JOGADOR DEVE MANTER SEU MONTE DE CARTAS VIRADO PARA BAIXO, BEM À SUA FRENTE.
3. AO INICIAR O JOGO, OS JOGADORES, EM SUAS RESPECTIVAS RODADAS, VIRAM UMA CARTA PARA CIMA NO CENTRO DA MESA DE FORMA ÁGIL.
4. SE A CARTA VIRADA REPRESENTAR A FRUTA OU VERDURA SELECIONADA, O JOGADOR QUE BATER PRIMEIRO NA CARTA E DISSER EM VOZ ALTA O NOME DO ALIMENTO VENCE A RODADA.



Jogo Cartas da Horta

CARTAS





MELANCIA



MORANGO



CEREJA



MAÇÃ



PITANGA



ACEROLA



FRAMBOESA



PIMENTÃO

**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde
UFCSA



**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde
UFCSA



**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde
UFCSA



**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde
UFCSA



**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde
UFCSA



**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde
UFCSA



**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde
UFCSA



**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde
UFCSA





COUVE



BRÓCOLIS



PEPINO



ESPINAFRE



LIMÃO



ABACATE



PÊRA



KIWI

**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde **UFCSA**



**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde **UFCSA**



**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde **UFCSA**



**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde **UFCSA**



**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde **UFCSA**



**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde **UFCSA**



**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde **UFCSA**



**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde **UFCSA**





ABÓBORA



TOMATE



RABANETE



BATATA



CENOURA



ALFACE



UVA VERDE



MANGA

**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde **UFCSA**



**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde **UFCSA**



**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde **UFCSA**



**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde **UFCSA**



**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde **UFCSA**



**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde **UFCSA**



**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde **UFCSA**



**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde **UFCSA**





MELÃO



BANANA



ABACAXI



MARACUJÁ



MILHO



CARAMBOLA



ARAÇA



PIMENTÃO

**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde **UFCSA**



**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde **UFCSA**



**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde **UFCSA**



**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde **UFCSA**



**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde **UFCSA**



**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde **UFCSA**



**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde **UFCSA**



**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde **UFCSA**





BUTIÁ



MORANGA



CAQUI



BATATA DOCE



LARANJA



BERGAMOTA



MAMÃO



PÊSSEGO

CARTAS DA HORTA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação em Ensino de Saúde
UFCSA



CARTAS DA HORTA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação em Ensino de Saúde
UFCSA



CARTAS DA HORTA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação em Ensino de Saúde
UFCSA



CARTAS DA HORTA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação em Ensino de Saúde
UFCSA



CARTAS DA HORTA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação em Ensino de Saúde
UFCSA



CARTAS DA HORTA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação em Ensino de Saúde
UFCSA



CARTAS DA HORTA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação em Ensino de Saúde
UFCSA



CARTAS DA HORTA

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação em Ensino de Saúde
UFCSA





BETERRABA



BERINJELA



REPOLHO



UVA



AMORA



AÇAÍ



JABUTICABA



CEBOLA ROXA

**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde
UFCSA



**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde
UFCSA



**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde
UFCSA



**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde
UFCSA



**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde
UFCSA



**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde
UFCSA



**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde
UFCSA



**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde
UFCSA





BETERRABA



REPOLHO



SALADA DE FRUTA



SALADA DE FRUTA



SOPA DE LEGUMES



MIX DE SALADAS



SOPA DE LEGUMES



MIX DE SALADAS

**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde **UFCSA**



**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde **UFCSA**



**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde **UFCSA**



**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde **UFCSA**



**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde **UFCSA**



**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde **UFCSA**



**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde **UFCSA**



**CARTAS DA
HORTA**

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino de Saúde **UFCSA**



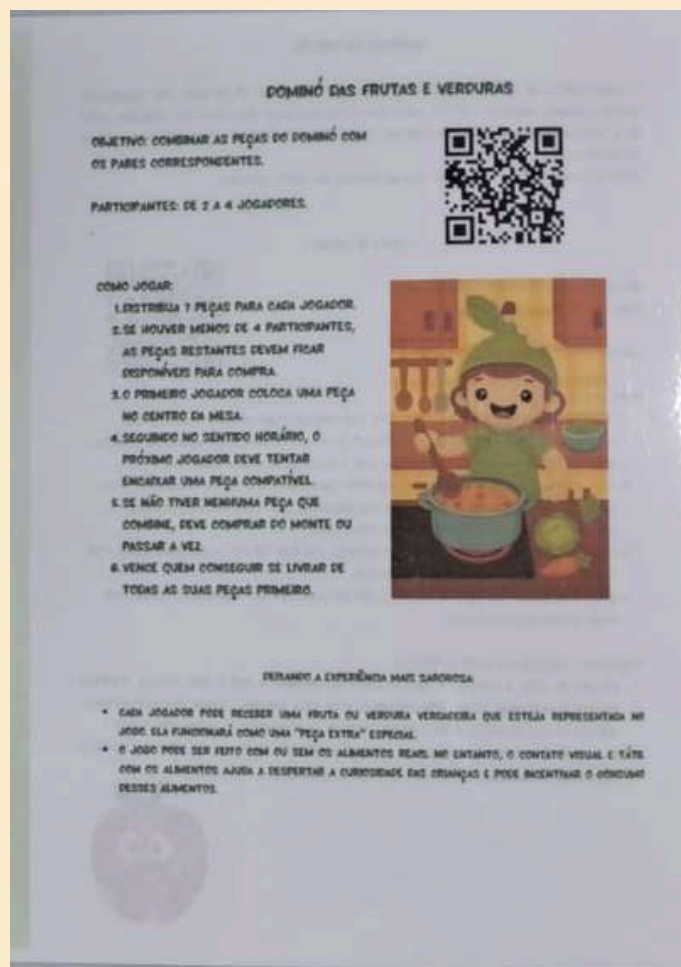
Jogo Dominó das Frutas e das Verduras

O Dominó das Frutas e o Dominó das Verduras seguem as regras do jogo clássico de dominó, estratégia que reduz barreiras de compreensão e favorece a adesão das famílias, uma vez que se trata de uma dinâmica amplamente conhecida. Para ampliar o contato das crianças com os alimentos, propõe-se a utilização de uma fruta ou verdura real como uma das peças do jogo.



Jogo Dominó das Frutas e das Verduras

INSTRUÇÕES



DOMINÓ DAS FRUTAS E VERDURAS

OBJETIVO: COMBINAR AS PEÇAS DO DOMINÓ COM OS PARES CORRESPONDENTES.

PARTICIPANTES: DE 2 A 4 JOGADORES.



COMO JOGAR:

1. DISTRIBUA 7 PEÇAS PARA CADA JOGADOR.
2. SE HOUVER MENOS DE 4 PARTICIPANTES, AS PEÇAS RESTANTES DEVEM FICAR DISPONÍVEIS PARA COMPRA.
3. O PRIMEIRO JOGADOR COLOCA UMA PEÇA NO CENTRO DA MESA.
4. SEGUINDO NO SENTIDO HORÁRIO, O PRÓXIMO JOGADOR DEVE TENTAR ENCAIXAR UMA PEÇA COMPATÍVEL.
5. SE NÃO TIVER NENHUMA PEÇA QUE COMBINE, DEVE COMPRAR DO MONTE OU PASSAR A VEZ.
6. VENCE QUEM CONSEGUIR SE LIVRAR DE TODAS AS SUAS PEÇAS PRIMEIRO.

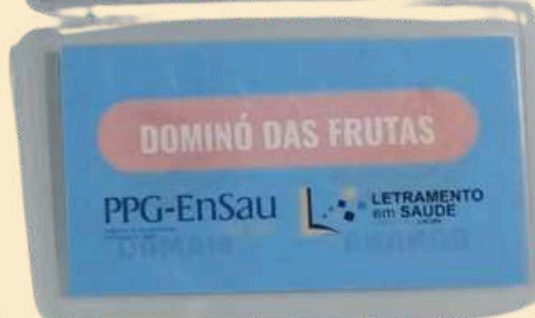
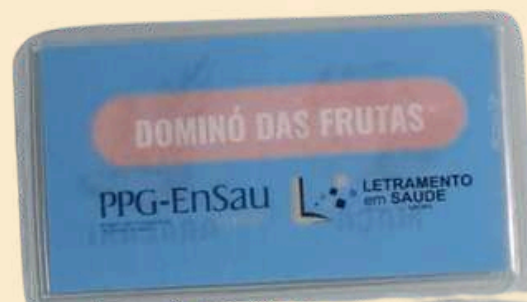


DEIXANDO A EXPERIÊNCIA MAIS SABOROSA:

- CADA JOGADOR PODE RECEBER UMA FRUTA OU VERDURA VERDADEIRA QUE ESTEJA REPRESENTADA NO JOGO. ELA FUNCIONARÁ COMO UMA "PEÇA EXTRA" ESPECIAL.
- O JOGO PODE SER FEITO COM OU SEM OS ALIMENTOS REAIS. NO ENTANTO, O CONTATO VISUAL E TÁTIL COM OS ALIMENTOS AJUDA A DESPERTAR A CURIOSIDADE DAS CRIANÇAS E PODE INCENTIVAR O CONSUMO DESSOS ALIMENTOS.

Jogo Dominó das Frutas e das Verduras

PEÇAS





LARANJA



LARANJA



LARANJA



BANANA



BANANA



BANANA



LARANJA



MAMÃO



BANANA



MAMÃO



MAMÃO



MAMÃO



LARANJA



MAÇÃ



BANANA



MAÇÃ



MAMÃO



MAÇÃ



MAÇÃ



MAÇÃ

DOMINÓ DAS FRUTAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS FRUTAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS FRUTAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS FRUTAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS FRUTAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS FRUTAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS FRUTAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS FRUTAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS FRUTAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS FRUTAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA



LARANJA



ABACAXI



BANANA



ABACAXI



MAMÃO



ABACAXI



MAÇÃ



ABACAXI



ABACAXI



ABACAXI



LARANJA



PÊRA



BANANA



PERA



MAMÃO



PÊRA



MAÇÃ



PÊRA



ABACAXI



PÊRA

DOMINÓ DAS FRUTAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS FRUTAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS FRUTAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS FRUTAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS FRUTAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS FRUTAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS FRUTAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS FRUTAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS FRUTAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS FRUTAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA



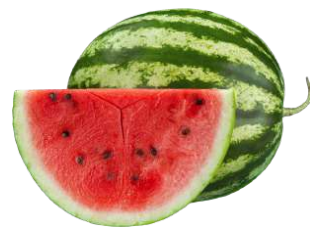
PÊRA



PÊRA



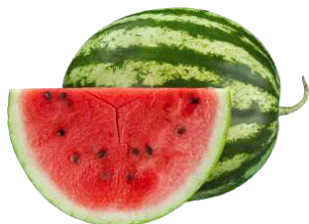
LARANJA



MELANCIA



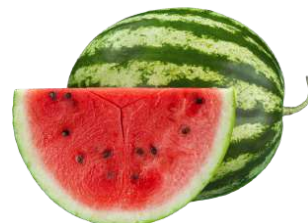
BANANA



MELANCIA



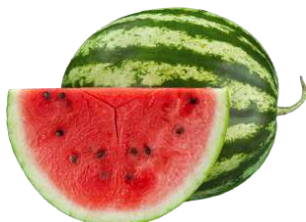
MAMÃO



MELANCIA



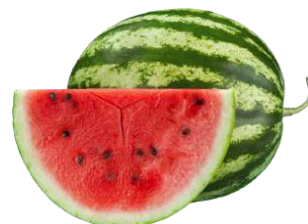
MAÇÃ



MELANCIA



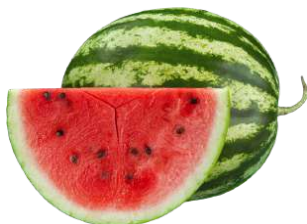
ABACAXI



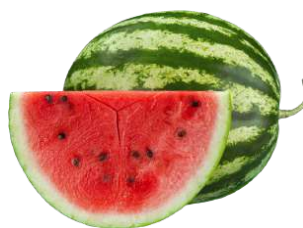
MELANCIA



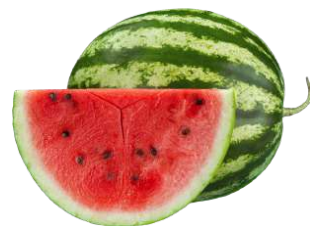
PÊRA



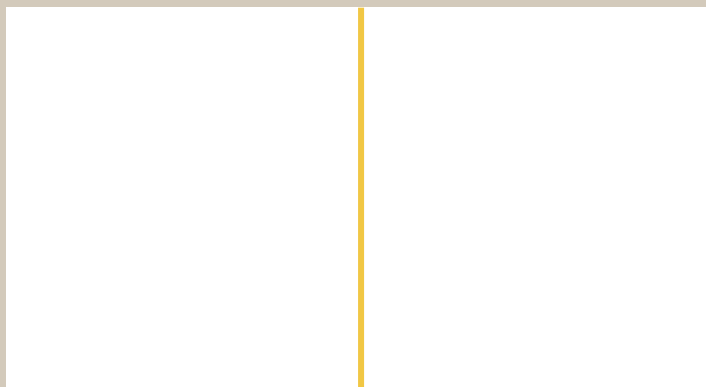
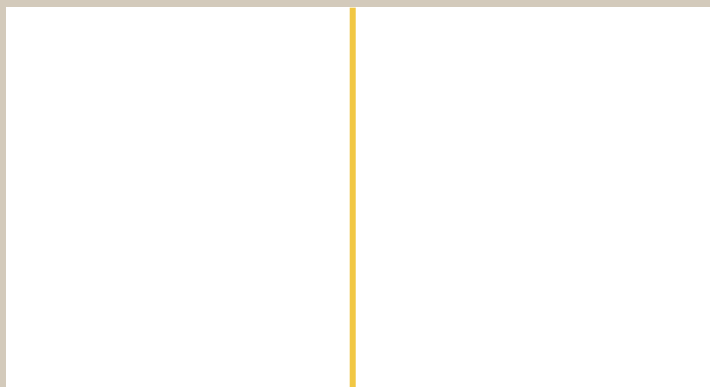
MELANCIA



MELANCIA



MELANCIA



DOMINÓ DAS FRUTAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS FRUTAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS FRUTAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS FRUTAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS FRUTAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS FRUTAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS FRUTAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS FRUTAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS FRUTAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS FRUTAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA



BRÓCOLIS



BRÓCOLIS



BRÓCOLIS



CENOURA



CENOURA



CENOURA



BRÓCOLIS



BETERRABA



CENOURA



BETERRABA



BETERRABA



BETERRABA



BRÓCOLIS



ALFACE



CENOURA



ALFACE



BETERRABA



ALFACE



ALFACE



ALFACE

DOMINÓ DAS VERDURAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS VERDURAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS VERDURAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS VERDURAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS VERDURAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS VERDURAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS VERDURAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS VERDURAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS VERDURAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS VERDURAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA



BRÓCOLIS



COUVE FLOR



CENOURA



COUVE FLOR



BETERRABA



COUVE FLOR



ALFACE



COUVE FLOR



COUVE FLOR



COUVE FLOR



BRÓCOLIS



VAGEM



CENOURA



VAGEM



BETERRABA



VAGEM



ALFACE



VAGEM



COUVE FLOR



VAGEM

DOMINÓ DAS VERDURAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS VERDURAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS VERDURAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS VERDURAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS VERDURAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS VERDURAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS VERDURAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS VERDURAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS VERDURAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS VERDURAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA



VAGEM



VAGEM



BRÓCOLIS



TOMATE



CENOURA



TOMATE



BETERRABA



TOMATE



ALFACE



TOMATE



COUVE FLOR



TOMATE



VAGEM



TOMATE



TOMATE



TOMATE

DOMINÓ DAS VERDURAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS VERDURAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS VERDURAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS VERDURAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS VERDURAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS VERDURAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS VERDURAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS VERDURAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS VERDURAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

DOMINÓ DAS VERDURAS

PPG-EnSau
Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde
UFCSPA

**LETRAMENTO
em SAÚDE**
PROEXT-PG-UFCSPA

PPG-EnSau

Programa de Pós-Graduação
em Ensino na Saúde

UFCSPA



LETRAMENTO em SAÚDE

PROEXT-PG-UFCSPA

