





# Coleção Brasileira






## Atividade – Natureza e Sociedade - 1º ano - Unidade 3

### Atividade: Aula de culinária






#### Procedimentos

-  Leve os alunos para conhecerem a cozinha da escola; peça à cozinheira que explique como os alimentos são preparados; os cuidados no manuseio e com a higiene; para que servem utensílios como panelas, frigideiras, talheres etc.
-  Sugira uma receita gostosa, saudável, fácil e rápida de preparar, como a salada de frutas.








#### Do que vamos precisar?

-  Frutas da estação: banana, maçã, mamão, abacaxi, laranja, uva, manga, pêra, melão, melancia etc.
-  Tábua para cortar as frutas
-  Faca para cortar as frutas
-  Colher para misturar as frutas
-  Suco de laranja na jarra

## Atividade – Natureza e Sociedade - 1º ano - Unidade 3

-  Açúcar ou groselha para o caso de ficar ácida
-  Tigela grande para preparar
-  Tigelinhas para servir
-  Colheres de sobremesa
-  Guardanapos

### O que as crianças podem fazer?

-  Selecionar as frutas (calcule uma quantidade correspondente a uma banana por criança)
-  Lavar as frutas
-  Descascar as bananas
-  Observar como se descasca e pica as frutas
-  Misturar, regar com o suco e experimentar
-  Servir
-  Recolher e ajudar na arrumação da cozinha

### Orientação ao professor

Verifique se há alguma criança com restrição a açúcar ou frutose (como diabetes) e aproveite para explicar a todos por que deve haver esse cuidado.