



### OBJETIVOS

- Compreender a importância da ingestão de legumes.
- Aplicar conhecimentos já adquiridos (cores, números).
- Ler e interpretar conjuntos de dados organizados (tabela).



Photo by Erik MClean on Unsplashh



### DESENVOLVIMENTO

Promoção da alimentação saudável com base na leitura de um livro e de atividades decorrentes.

- Leitura em voz alta de uma história sobre sopa (ver recursos).
- Reconto coletivo da história pelas crianças (leitura das ilustrações).
- Diálogo com as crianças sobre o tema.

Questões orientadoras:

- Quem gosta/ não gosta de sopa?
- Qual é a cor da sopa preferida de cada criança?
- Que cores pode ter a sopa?
- Porque existem sopas de cores diferentes?
- Que ingredientes pode conter a sopa?
- ...
- Identificação, a partir de imagens (suporte físico ou digital), dos nomes de alguns legumes habitualmente utilizados para a confeção de sopas, relacionando cada um deles com a cor da sopa em que são o ingrediente principal.
- Elaboração de uma sopa (receita escolhida pelo educador): análise dos ingredientes e dos procedimentos necessários para a elaboração da receita; confeção da sopa com a ajuda das crianças.
- Preenchimento de uma tabela (ver recursos) com as cores das sopas que as crianças já provaram/ conhecem.
- Leitura da tabela com as crianças para aferir qual é a sopa mais apreciada/ conhecida.
- Visualização do vídeo “Comer Sopa” de Sónia Araújo.



## APRENDIZAGENS ACBE

### Conhecimentos/ Capacidades:

1. Manuseia e lê livros, por sua iniciativa ou sugestão de outros (educadores, professores e família).
3. Reconhece que a escrita, as imagens e outros *media* transmitem informação.
5. Conta, reconta e partilha histórias e leituras.

### Atitudes/ Valores:

1. Demonstra curiosidade.
2. Mostra interesse e gosto pela leitura.



## RECURSOS

- Livros sobre sopa:  
*A Sopa Verde*, de Chico (editora AMBAR) PNL/ esgotado  
*O Menino que não Gostava de Sopa*, de Cidália Fernandes e Sandra Serra (edições Livro Directo) PNL  
*Não Quero... Comer a Sopa* (editora Zero a Oito)
- Vídeo *Comer sopa* de Sónia Araújo  
<https://youtu.be/Oib-6BRlgC8>
- Tabela [As cores das sopas](#)
- Repositórios de imagens  
<https://www.rbe.mec.pt/np4/bed-curadoria/?text=+imagens&from=&to=&tags=Imagens>



## ARTICULAÇÃO CURRICULAR POSSÍVEL

Orientações curriculares para a Educação Pré-escolar

<https://www.dge.mec.pt/ocepe/>