

PLANO INSTRUCIONAL – PROMOÇÃO SOCIAL - PS

Título da atividade da PS: Aproveitamento do Mel na Alimentação Humana

Área de Atividades: Alimentação e Nutrição

Atividade: Produção Artesanal de Alimentos

Tipo da Programação / Estratégias Educativas: Treinamentos / Participação

INSTRUTOR

Nome:

Profissão:

Entidade a que se vincula ou onde trabalha:

PARTICIPANTES

Nº de participantes:

Participantes do sexo masculino:

Participantes do sexo feminino:

Com escolaridade:

Ensino fundamental completo:

Incompleto:

Ensino Médio Completo:

Incompleto:

Ensino Superior Completo:

Incompleto:

Sem escolaridade:

Participantes com necessidades especiais ou deficiências – (especificar as necessidades):

Produtores Rurais:

Trabalhadores assalariados:

Trabalhadores autônomos:

Idade: de 16 a 18 anos:

Acima de 18 anos:

Raça ou cor:

Preta:

Branca:

Parda:

Amarela:

Indígena:

Data da Elaboração do Plano

Carga Horária Total:

Período De Realização

Local de realização da atividade:

Período de realização da atividade:

Assinatura do Instrutor:

32horas

____/____/____

OBJETIVO GERAL: Elaborar produtos de forma artesanal, utilizando o mel de abelha, seguindo a metodologia do SENAR.

| OBJETIVOS ESPECÍFICOS | CONTEÚDO | TÉCNICAS INSTRUCCIONAIS | AVALIAÇÃO | RECURSOS INSTRUCCIONAIS | CARGA HORÁRIA |
|---|--|-------------------------|--|--|--|
| 1. Contextualizar o SENAR, verbalmente, identificando os aspectos legais e técnico-instrucionais | <p>*Eixo Mobilizador</p> <p>1.1 Apresentação do instrutor e dos participantes: 1.2 O que é o SENAR 1.3 Contrato de Convivência 1.4 Avaliação 1.5 Certificação</p> | Exposição dinamizada | <p>Questionamento Oral</p> <p>Observação da participação</p> | Projeto multimídia Notebook, Data show Banner | <p>EM: 30min T:0 P(Q): 0 A: 0 I: 0</p> <p>CH: 30min</p> |
| 2. Realizar um breve histórico do mel, visualmente, esboçando sobre sua importância na alimentação humana | <p>2.1 Introdução 2.2 Alimento consumido desde a antiguidade 2.3 Alimento nutritivo.</p> | Exposição dinamizada | <p>Questionamento Oral</p> <p>Observação da participação</p> | Cartazes; Pincel atômico; Apostila do curso (SENAR). | <p>EM: 0 T:30min P(Q): 0 A: 3min I: 2min</p> <p>CH: 35min</p> |
| 3. Discorrer sobre o processo de utilização do mel, visualmente, para a elaboração das receitas | <p>3.1 Noções gerais 3.2 Funções dos ingredientes.</p> | Exposição dinamizada | <p>Questionamento Oral</p> <p>Observação da participação</p> | Apostila do curso (SENAR). | <p>EM: 0 T: 20min P(Q): 0 A: 3min I: 2min</p> <p>CH: 25min</p> |

| | | | | | |
|--|---|---|--|--|---|
| <p>4. Observar os aspectos importantes, visualmente, como: higiene e segurança do trabalho e as boas práticas de fabricação, conforme proposta metodológica do SENAR</p> | <p>4.1 Cuidados básicos 4.2 Higiene pessoal 4.3 Higiene dos utensílios 4.4 Higiene do ambiente</p> | <p>Exposição dinamizada Demonstração</p> | <p>Questionamento Oral Observação da participação Observação do desempenho</p> | <p>Apostila do Curso (SENAR)</p> | <p>EM: 0 T: 30min P(Q): 2(2) = 4min A: 4min I: 2min CH: 40min</p> |
| <p>5. Higienizar, manualmente, os utensílios, mãos e braços, com água e sabão, deixando livre de impurezas.</p> | <p>5.1 Higienização dos materiais; Orientação técnica 5.2 Higienização das mãos e braços. Orientação técnica</p> | <p>Demonstração Vivência da prática</p> | <p>Observação do desempenho Observação da participação</p> | <p>Apostila do curso (SENAR); Cartazes Álcool gel Bacias Facas Colheres Formas Copos medida Água Sabão</p> | <p>EM: 0 T: 25min P(Q): 3(20) = 60min A: 3min I: 2min CH: 1h e 30min</p> |
| <p>6. Selecionar os materiais, manualmente, para a elaboração da receita do pão de mel</p> | <p>6.1 Selecionar dos materiais Orientação técnica 6.2 Elaboração do pão de mel Orientação técnica</p> | <p>Demonstração Vivência da prática</p> | <p>Observação da participação Observação do desempenho</p> | <p>Apostila do Curso (SENAR) Farinha de trigo sem fermento Fermento biológico Mel Sal Margarina Ovos Água Tigela Colher de silicone Formas Pano de prato</p> | <p>EM: 0 T: 35min P(Q): 4(20)= 80min A: 3min I: 2min CH: 2h</p> |

| | | | | | |
|--|---|--|---|--|---|
| | | | | <p>Pincel Facas Rolos Copos medida Forno Embalagens</p> | |
| <p>7. Selecionar os materiais, manualmente, para a elaboração da receita dos bombons com leite e mel.</p> | <p>7.1 Selecionar dos materiais Orientação técnica</p> <p>7.2 Elaboração dos bombons com leite e mel Orientação técnica</p> | <p>Demonstração</p> <p>Vivência da prática</p> | <p>Observação da participação</p> <p>Observação do desempenho</p> | <p>Apostila do curso (SENAR) Mel Açúcar Nata ou leite Chocolate ralado Margarina Balança Tigela Panela Colher de silicone Formas Facas Copos medida Fogão Papel celofane</p> | <p>EM: 0 T: 15min P(Q):20(2) = 40min A: 3min I: 2min</p> <p>CH: 60min</p> |
| <p>8. Selecionar os materiais, manualmente, para a elaboração da receita de bolo de banana com mel (1)</p> | <p>8.1 Selecionar dos materiais Orientação técnica</p> <p>8.2 Elaboração de bolo de banana com mel (1) Orientação técnica</p> | <p>Demonstração</p> <p>Vivência da prática</p> | <p>Observação da participação</p> <p>Observação do desempenho</p> | <p>Apostila do curso (SENAR) Farinha de trigo sem fermento Fermento químico Mel Açúcar Sal Margarina Essência de baunilha</p> | <p>EM: 0 T: 45min P(Q): 5(2) = 10min A: 3min I: 2min</p> <p>CH: 60min</p> |

| | | | | | |
|---|---|---|--|--|--|
| | | | | Ovos Leite Bananas maduras Balança Tigela Panela Formas Panos de prato Pincel Facas Colher de silicone Copos medida Forno Embalagens. | |
| 9. Selecionar os materiais, manualmente, para a elaboração da receita do bolo mel delicioso | 9.1 Selecionar dos materiais Orientação técnica 9.2 Elaboração do bolo de mel delicioso Orientação técnica | Demonstração Vivência da prática | Observação da participação Observação do desempenho | Apostila do curso (SENAR)- Farinha de trigo sem fermento Fermento químico Mel Ovos Açúcar Sal Óleo Castanha de caju Margarina Balança Batedeira Colher de silicone Pincel Formas Panos de prato | EM: 0 T: 45min P(Q): 5(2) = 10min A: 3min I: 2min CH: 60min |

| | | | | | |
|--|--|---|--|--|---|
| | | | | Forno Embalagens. | |
| 10. Selecionar os materiais, manualmente, para a elaboração da receita do bolo de queijo com mel | 10.1 Selecionar dos materiais Orientação técnica 10.2 Elaboração do bolo de queijo com mel Orientação técnica | Demonstração Vivência da prática | Observação da participação Observação do desempenho | Apostila do curso (SENAR)- Farinha de trigo sem fermento Fermento químico Mel Ovos Açúcar Sal Creme de leite Amido de milho Queijo ralado Margarina Balança Tigela Colher de silicone Pincel Formas Panos de prato Forno Embalagens. | EM: 0 T: 45min P(Q): 5(10) = 40min A: 3min I: 2min CH: 60min |
| 11. Selecionar os materiais, manualmente, para a elaboração da receita do bolo fofo com mel | 11.1 Selecionar dos materiais Orientação técnica 11.2 Elaboração do bolo fofo com mel Orientação técnica | Demonstração Vivência da prática | Observação da participação Observação do desempenho | Apostila do curso (SENAR) Farinha de trigo sem fermento Fermento químico Mel Açúcar Sal Margarina Ovos | EM: 0 T: 35min P(Q): 10(2) = 20min A: 3min I: 2min CH:60min |

| | | | | | |
|---|---|---|--|--|---|
| | | | | Leite Balança Tigela Formas Panos de prato Pincel Facas Colher de silicone Copos medida Forno Embalagens. | |
| 12. Selecionar os materiais, manualmente, para a elaboração da receita do bolo de leite com mel | 12.1 Selecionar dos materiais Orientação técnica 12.2 Elaboração do bolo de leite com mel Orientação técnica | Demonstração Vivência da prática | Observação da participação Observação do desempenho | Apostila do curso (SENAR) Farinha de trigo sem fermento Fermento químico Mel Açúcar Sal Coco ralado Ovos Leite Balança Tigela Formas Panos de prato Pincel Facas Colher de silicone Copos medida Forno Embalagens. | EM: 0 T: 45min P(Q): 5(2) = 10min A: 3min I: 2min CH:60min |

| | | | | | |
|---|---|--|---|---|---|
| <p>13. Selecionar os materiais, manualmente, para a elaboração da receita do docinho de aveia e mel</p> | <p>13.1 Selecionar dos materiais Orientação técnica</p> <p>13.2 Elaboração do docinho de aveia e mel Orientação técnica</p> | <p>Demonstração</p> <p>Vivência da prática</p> | <p>Observação da participação</p> <p>Observação do desempenho</p> | <p>Apostila do curso (SENAR)</p> <p>Aveia em flocos Mel Leite condensado Manteiga Panelas Colher de silicone Liquidificador Prato pincel Fogão Embalagens.</p> | <p>EM: 0 T: 15min P(Q): 2(20) = 40min A: 3min I: 2min</p> <p>CH:60min</p> |
| <p>14. Selecionar os materiais, manualmente, para a elaboração da receita do pudim de arroz com laranja e mel</p> | <p>14.1 Selecionar dos materiais Orientação técnica</p> <p>14.2 Elaboração do pudim de arroz com laranja e mel Orientação técnica</p> | <p>Demonstração</p> <p>Vivência da prática</p> | <p>Observação da participação</p> <p>Observação do desempenho</p> | <p>Apostila do curso (SENAR)</p> <p>Arroz cru Leite Ovos Mel Sal Suco de laranja Raspa de laranja Copo americano Margarina Panela Colheres Forma Fogão Pincel Geladeira Embalagens.</p> | <p>EM: 0 T: 40min P(Q): 15(2) = 30min A: 3min I: 2min</p> <p>CH: 1h e 15min</p> |
| <p>15. Selecionar os materiais,</p> | <p>15.1 Selecionar dos materiais</p> | <p>Demonstração</p> | <p>Observação da participação</p> | <p>Apostila do curso (SENAR)</p> | <p>EM: 0</p> |

| | | | | | |
|--|---|---|--|---|--|
| manualmente, para a elaboração da receita do biscoito de canela com mel | Orientação técnica 15. 2 Elaboração do biscoito de canela com mel Orientação técnica | Vivência da prática | Observação do desempenho | Farinha de trigo Fermento químico Ovos Margarina Tigela Colher de silicone Formas Moldes para biscoito Panos de prato Pincel Forno Embalagens. | T: 45min P(Q): 3(20) = 60min A: 3min I: 2min CH: 1h e 45min |
| 16. Selecionar os materiais, manualmente, para a elaboração da receita do biscoito de coco com mel | 16.1 Selecionar dos materiais Orientação técnica 16. 2 Elaboração do biscoito de coco com mel Orientação técnica | Demonstração Vivência da prática | Observação da participação Observação do desempenho | Apostila do curso (SENAR) Farinha de trigo Fermento químico Ovos Margarina Açúcar Leite Tigela Formas Panos de prato Colheres Pincel Forno Embalagens. | EM: 0 T: 45min P(Q): 3(20) = 60min A: 3min I: 2min CH: 1h e 45min |
| 17. Selecionar os materiais, manualmente, para a elaboração da receita do pão com mel | 17.1 Selecionar dos materiais Orientação técnica 17. 2 Elaboração do pão com mel | Demonstração Vivência da prática | Observação da participação Observação do desempenho | Apostila do curso (SENAR) Farinha de trigo Fermento químico Ovos Sal | EM: 0 T: 45min P(Q): 5(2) = 10min A: 3min |

| | | | | | |
|--|--|---|--|---|---|
| | Orientação técnica | | | Mel Manteiga Leite Tigela Formas Panos de prato Colheres Copo medida Pincel Forno Embalagens. | I: 2min CH: 60min |
| 18. Selecionar os materiais, manualmente, para a elaboração da receita da cuca de banana | 18.1 Selecionar dos materiais Orientação técnica 18.2 Elaboração da cuca de banana Orientação técnica | Demonstração Vivência da prática | Observação da participação Observação do desempenho | Apostila do curso (SENAR) Farinha de trigo sem fermento Fermento químico Ovos Açúcar Mel Leite Bananas Canela Manteiga Tigela Formas Panos de prato Colheres Pincel Forno Embalagens. | EM: 0 T: 35min P(Q): 10(2) = 20min A: 3min I: 2min CH: 60min |
| 19. Selecionar os materiais, | 19.1 Selecionar dos materiais | Demonstração | Observação da participação | Apostila do curso (SENAR) | EM: 0 |

| | | | | | |
|--|--|---|--|--|---|
| manualmente, para a elaboração da receita da queijadinha com mel | Orientação técnica 19.2 Elaboração da queijadinha com mel Orientação técnica | Vivência da prática | Observação do desempenho | corrigida Farinha de trigo sem fermento Fermento químico Sal Queijo parmesão Ovos Açúcar Mel Leite Margarina Tigela ou batedeira Colheres Formas Forno Embalagens. | T: 35min P(Q): 10(2) = 20min A: 3min I: 2min CH: 60min |
| 20. Selecionar os materiais, manualmente, para a elaboração da receita do biscoito de batata com mel | 20.1 Selecionar dos materiais Orientação técnica 20.2 Elaboração do biscoito de batata com mel Orientação técnica | Demonstração Vivência da prática | Observação da participação Observação do desempenho | Apostila do curso (SENAR) Batata doce Margarina Mel Sal Açúcar Amido de milho Tigela ou batedeira Colheres Facas Pincel Formas Forno Embalagens. | EM: 0 T: 40min P(Q): 3 (20) = 60min A: 3min I: 2min CH: 1h e 45min |
| 21. Selecionar os materiais, | 21.1 Selecionar dos materiais | Demonstração | Observação da participação | Apostila do curso (SENAR) | EM: 0 |

| | | | | | |
|---|---|--|---|--|--|
| <p>manualmente, para a elaboração da receita do casadinho</p> | <p>Orientação técnica 21.2 Elaboração do casadinho Orientação técnica</p> | <p>Vivência da prática</p> | <p>Observação do desempenho</p> | <p>Batata doce Margarina Mel Farinha de trigo Açúcar Chocolate em pó Balança Batedeira Colheres Rolos Moldes para biscoito Pano de prato Pincel Formas Forno Embalagens.</p> | <p>T: 40min P(Q): 3 (20) = 60min A: 3min I: 2min CH: 1h e 45min</p> |
| <p>22. Selecionar os materiais, manualmente, para a elaboração da receita do bolo Luís Felipe com mel</p> | <p>22.1 Selecionar dos materiais Orientação técnica 22.2 Elaboração do bolo Luís Felipe com mel Orientação técnica</p> | <p>Demonstração Vivência da prática</p> | <p>Observação da participação Observação do desempenho</p> | <p>Apostila do curso (SENAR) Farinha de trigo sem fermento Leite de coco Leite Ovos Mel Açúcar Balança Liquidificador Copo de medida Pincel Formas Forno Embalagens.</p> | <p>EM: 0 T: 35min P(Q): 10(2) = 20min A: 3min I: 2min CH: 60min</p> |

| | | | | | |
|--|--|--|---|--|---|
| <p>23. Selecionar os materiais, manualmente, para a elaboração da receita de pé de moleque</p> | <p>23.1 Selecionar dos materiais Orientação técnica</p> <p>23.2 Elaboração de pé de moleque Orientação técnica</p> | <p>Demonstração</p> <p>Vivência da prática</p> | <p>Observação da participação</p> <p>Observação do desempenho</p> | <p>Apostila do curso (SENAR)</p> <p>Mel Açúcar Amendoim cru Bicarbonato de sódio Manteiga Panela Colheres Copo de medida Pincel Facas Fogão Formas Embalagens.</p> | <p>EM: 0 T: 40min P(Q): 15(2) = 30min A: 3min I: 2min</p> <p>CH: 1h e 15min</p> |
| <p>24. Selecionar os materiais, manualmente, para a elaboração da receita do bolo de cenoura com mel</p> | <p>24.1 Selecionar dos materiais Orientação técnica</p> <p>24.2 Elaboração do bolo de cenoura com mel Orientação técnica</p> | <p>Demonstração</p> <p>Vivência da prática</p> | <p>Observação da participação</p> <p>Observação do desempenho</p> | <p>Apostila do curso (SENAR)</p> <p>Farinha de trigo sem fermento Fermento químico Cenoura Mel Açúcar Sal Ovos Óleo Leite Liquidificador Tigela Colheres Pano de prato Copo de medida Pincel</p> | <p>EM: 0 T: 35min P(Q): 10(2) = 20min A: 3min I: 2min</p> <p>CH: 60min</p> |

| | | | | | |
|---|---|---|--|--|--|
| | | | | Forno Formas Embalagens. | |
| 25. Selecionar os materiais, manualmente, para a elaboração da receita do bolo de milho com mel | 25.1 Selecionar dos materiais Orientação técnica 25.2 Elaboração do bolo de milho com mel Orientação técnica | Demonstração Vivência da prática | Observação da participação Observação do desempenho | Apostila do curso (SENAR) Fubá de milho Coco ralado Leite Açúcar Mel Margarina canela Balança Panela Colheres Fogão Pano de prato Copo de medida Pincel Forno Formas Embalagens. | EM: 0 T: 35min P(Q): 10(2) = 20min A: 3min I: 2min CH: 60min |
| 26. Selecionar os materiais, manualmente, para a elaboração da receita do bolo de limão com mel | 26.1 Selecionar dos materiais Orientação técnica 26.2 Elaboração do bolo de limão com mel Orientação técnica | Demonstração Vivência da prática | Observação da participação Observação do desempenho | Apostila do curso (SENAR) Farinha de trigo sem fermento Fermento químico Margarina Mel Ovos Raspa de limão Sumo de limão Sal Balança | EM: 0 T: 35min P(Q): 10(2) = 20min A: 3min I: 2min CH: 60min |

| | | | | | |
|--|--|---|--|--|--|
| | | | | Liquidificador Tigela Colheres Facas Ralador Esprededor de laranja Formas Pincel Forno Panela Garfos Embalagens. | |
| 27. Selecionar os materiais, manualmente, para a elaboração da receita do bolo de banana com mel | 27.1 Selecionar dos materiais Orientação técnica 27.2 Elaboração do bolo de banana com mel Orientação técnica | Demonstração Vivência da prática | Observação da participação Observação do desempenho | Apostila do curso (SENAR) Farinha de rosca Fermento químico Banana Rapadura preta Mel Margarina Balança Liquidificador Batedeira Panela Formas Panos de prato Pincel Facas Colheres Forno Embalagens. | EM: 0 T: 35min P(Q): 10(2) = 20min A: 3min I: 2min CH: 60min |
| 28. Selecionar os materiais, | 28.1 Selecionar dos materiais | Demonstração | Observação da participação | Apostila do curso (SENAR) | EM: 0 |

