

PLANO INSTRUCIONAL – PROMOÇÃO SOCIAL - PS

Título da atividade da PS: Educação Alimentar 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: Ensino Médio Completo: Ensino Superior Completo: Sem escolaridade: Participantes com necessidades especiais ou deficiências – (especificar as necessidades):	Incompleto: Incompleto: Incompleto:	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: 24horas	Período De Realização	Local de realização da atividade: Período de realização da atividade: Assinatura do Instrutor:
---	--	------------------------------	---

OBJETIVO GERAL: Orientar a importância da alimentação saudável e equilibrada, segundo 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,	<p>EM:60min T:0 P(Q): 0 A: 0 I: 0</p> <p>CH:60min</p>
2.1 Identificar os grupos alimentares, utilizando a pirâmide alimentar, para o consumo inteligente dos alimentos	<p>2.1 Introdução 2.2 Relação: Alimentação / Saúde 2.3 A importância dos alimentos para o ser humano; 2.4 os benefícios da alimentação saudável; 2.5 Os grupos alimentares 2.6 Identificar os alimentos disponíveis da região 2.7 Despertar e orientar as famílias para a melhor utilização dos alimentos – e evitar os desperdícios 2.8 Aprender alternativas para o aproveitamento dos alimentos – safra.</p>	Exposição dinamizada	<p>Questionamento Oral</p> <p>Observação da participação</p>	Pirâmide alimentar, Internet, Apostila do curso	<p>EM: 0 T:10h P(Q): 0 A: 30min I: 30min</p> <p>CH: 11h</p>

<p>3. Apresentar os principais nutrientes dos alimentos, através da criação de um cardápio, de acordo com as necessidades da comunidade.</p>	<p>3.1 A origem dos alimentos e seus grupos 3.1 Fontes, funções e classificação dos nutrientes, 3.2 Montagem do cardápio</p>	<p>Exposição dinamizada</p>	<p>Observação da participação Questionamento oral</p>	<p>Apostila do curso, Internet, Tabela do valor nutricional dos alimentos (instrutora) Apostila do SENAR Papel ofício</p>	<p>EM: 0 T: 3h P(Q): 0 A: 30min I: 30min CH: 4h</p>
<p>4. Desenvolver consciência crítica a respeito de hábitos alimentares saudáveis, através de receitas práticas baseadas no conteúdo apresentado.</p> <p>Considerações Finais</p>	<p>4.1 Receitas alternativas e de baixo custo, 4.2 Execução do cardápio 4.3 Degustação e análise do cardápio</p>	<p>Exposição dinamizada Demonstração</p>	<p>Observação da participação Questionamento oral</p>	<p>Listas de ingredientes Cardápio pronto</p>	<p>EM: 0 T: 4h P(Q): 15(20) 3h A: 30min I: 30min CH: 8h Total: 24horas</p>