

## Despertando as Vivências Sensoriais e Corporais: Explorando Frutas, Higiene e Brincadeiras

Gessica Cristina Ferraz Gonçalves<sup>1</sup>  
Karin Philippi<sup>2</sup>  
Tania Regina da Rocha<sup>3</sup>

### RESUMO

Este relato apresenta o projeto de intervenção “Despertando as Vivências Sensoriais e Corporais: Explorando Frutas, Higiene e Brincadeiras”, desenvolvido no Centro de Educação Infantil Professora Ana Sperandio Battisti, em São José, com a turma G5, composta por 20 crianças de 5 a 6 anos, no período matutino. A proposta surgiu a partir das observações realizadas durante o estágio e do diálogo com a professora regente, buscando dar continuidade ao planejamento da turma e fortalecer práticas voltadas à exploração sensorial e à construção de hábitos saudáveis.

Fundamentado na Base Nacional Comum Curricular (BNCC, 2018), o projeto reconhece a interação e o brincar como eixos estruturantes da Educação Infantil. As atividades contemplaram a higiene das mãos, abordando quando devemos lavá-las e o que pode ocorrer com o corpo na ausência desse cuidado, destacando a presença de germes e a prevenção de doenças.

Foram realizadas experiências sensoriais com frutas, estimulando os cinco sentidos: tato, olfato, visão, paladar e audição. Em um dos momentos, as crianças, vendadas, exploraram sabores, cheiros e texturas, identificando quais frutas eram mais doces ou mais azedas. Posteriormente, prepararam coletivamente uma salada de frutas, servida em casquinhas de sorvete, tornando a aprendizagem significativa e prazerosa.

A metodologia adotada foi a pesquisa-ação, articulando teoria e prática de forma reflexiva. A organização em sequência didática garantiu intencionalidade pedagógica, mediação qualificada e acompanhamento das aprendizagens. A experiência reafirma que vivências cotidianas, quando planejadas com sensibilidade e compromisso ético, potencializam o desenvolvimento integral na infância.

**Palavras-chave:** Educação Infantil; Experiência sensorial; Higiene; Alimentação saudável; Pesquisa-ação.

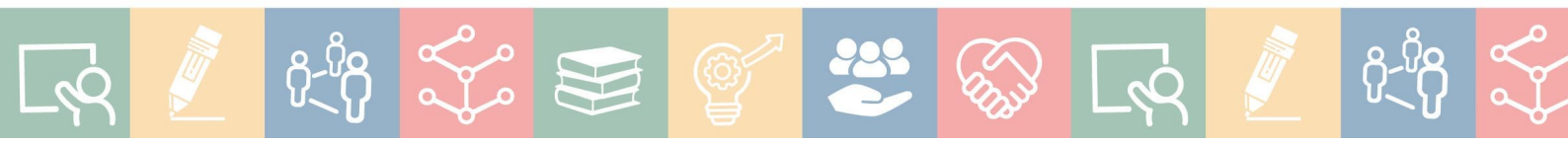
### INTRODUÇÃO

Segundo Freitas (2025), a alimentação é um dos primeiros aspectos com os quais a criança entra em contato em suas experiências iniciais de aprendizagem, configurando-se como um elemento de grande relevância sob diferentes perspectivas. Isso ocorre porque

<sup>1</sup> Graduanda em Pedagogia pela Universidade do Estado de Santa Catarina (UDESC). Tecnóloga em Gestão Hospitalar e especialista (MBA) em Gestão Estratégica Corporativa. E-mail: gessicacristinaferraz@gmail.com

<sup>2</sup> Graduanda do Curso de Pedagogia da Universidade do Estado de Santa Catarina – Udesc karinphi@gmail.com

<sup>3</sup> Professora orientadora Doutora em História pela Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC  
tania.unglaub@udesc.br



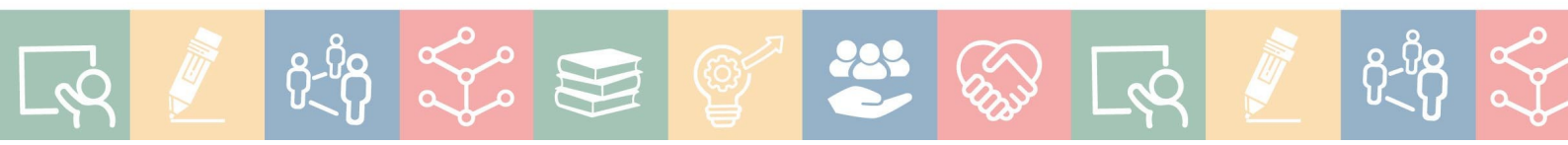
envolve todos os sentidos tato, audição, visão, olfato e paladar, além de aspectos culturais e sociais. O tato, por exemplo, em algumas culturas é estimulado pelo hábito de comer com as mãos, favorecendo a relação da criança com os alimentos. Assim, o ato de alimentar-se envolve o ser humano de forma integral, abrangendo não apenas dimensões fisiológicas e biológicas, mas também sua memória, história, cultura e relações familiares, incluindo práticas como ouvir, compartilhar e dividir.

A exploração sensorial, conforme aponta Arce (2018, p. 38), constitui-se como uma estratégia eficaz no processo de aproximação da criança com os alimentos, sendo desenvolvida em diversos contextos com resultados positivos na construção de hábitos alimentares saudáveis. Nesse sentido, o objetivo é proporcionar uma relação positiva e prazerosa com a alimentação, ampliando os repertórios e incentivando a curiosidade da criança frente a diversidade alimentar. Assim, o encantamento com a alimentação deve integrar o processo de ensino e aprendizagem na Educação Infantil, possibilitando o desenvolvimento da autonomia e da capacidade de escolha por hábitos mais saudáveis.

Além disso, a proposta buscou incentivar hábitos relacionados ao cuidado com o próprio corpo, especialmente no que diz respeito à higiene das mãos e ao contato com alimentos saudáveis. Essas práticas fazem parte do cotidiano das instituições de Educação Infantil e devem ser trabalhadas de forma intencional pelos educadores, contribuindo para a promoção da saúde e do bem-estar das crianças.

A proposta também está alinhada aos princípios da Base Nacional Comum Curricular (BNCC), que orienta o trabalho pedagógico na Educação Infantil a partir das interações e das brincadeiras como eixos estruturantes do processo educativo. Conforme destaca o documento, é por meio dessas experiências que as crianças constroem conhecimentos, desenvolvem vínculos e ampliam sua compreensão sobre si mesmas e sobre o mundo.

Diante disso, este artigo tem como objetivo apresentar e refletir sobre a experiência de intervenção pedagógica desenvolvida com crianças pequenas, destacando a importância das vivências sensoriais, das práticas de higiene e das atividades lúdicas no contexto da Educação Infantil.



## REFERENCIAL TEÓRICO

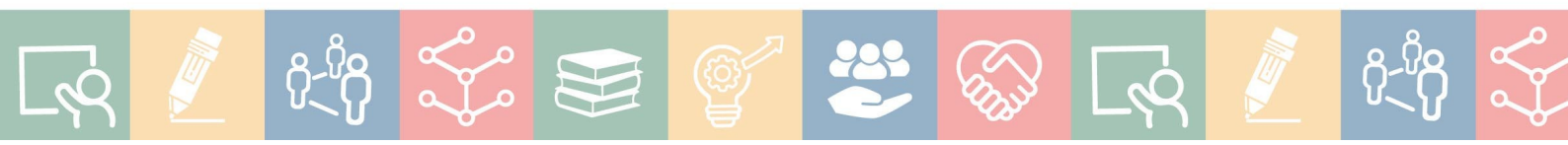
O trabalho pedagógico na Educação Infantil deve considerar as especificidades do desenvolvimento das crianças pequenas, respeitando seus tempos, interesses e formas de expressão. Diferentemente das etapas posteriores da escolarização, nessa fase o aprendizado ocorre de maneira mais concreta e experiencial, sendo mediado principalmente pelas interações e pelas brincadeiras. Nesse sentido, o educador assume o papel de mediador do conhecimento, organizando intencionalmente situações que favoreçam a aprendizagem significativa e o desenvolvimento integral da criança.

A Base Nacional Comum Curricular (BNCC) estabelece que as propostas pedagógicas da Educação Infantil devem garantir seis direitos de aprendizagem e desenvolvimento: conviver, brincar, participar, explorar, expressar e conhecer-se. Esses direitos orientam a organização das práticas educativas, reconhecendo a criança como sujeito ativo no processo de construção do conhecimento, capaz de interagir, investigar e atribuir significados às suas experiências.

Além disso, o documento organiza o currículo da Educação Infantil em cinco campos de experiências, que possibilitam trabalhar diferentes aspectos do desenvolvimento infantil de forma integrada. Esses campos são: O eu, o outro e o nós; Corpo, gestos e movimentos; Traços, sons, cores e formas; Escuta, fala, pensamento e imaginação; e Espaços, tempos, quantidades, relações e transformações. A articulação entre esses campos favorece uma abordagem pedagógica mais ampla, considerando a criança em sua totalidade.

Nesse contexto, as experiências sensoriais desempenham um papel importante no processo de aprendizagem, pois permitem que as crianças explorem o mundo por meio dos sentidos, estabelecendo relações entre aquilo que observam, tocam, cheiram e experimentam. Atividades que envolvem alimentos, diferentes texturas e cores contribuem para ampliar o repertório sensorial das crianças, estimular sua curiosidade e favorecer a construção de conhecimentos a partir da experimentação.

Outro aspecto relevante no trabalho com crianças pequenas é a valorização da observação e do registro das práticas pedagógicas. Segundo Osteto (2008), observar o cotidiano das crianças e registrar suas experiências permite ao educador compreender melhor os processos de aprendizagem e refletir sobre sua prática educativa, possibilitando ajustes e intervenções mais adequadas às necessidades do grupo.



Da mesma forma, a organização das atividades em sequência didática pode favorecer a continuidade e a intencionalidade pedagógica das propostas. Conforme destaca Araújo (2013), a sequência didática possibilita estruturar as ações do professor de maneira planejada, promovendo aprendizagens progressivas e significativas, além de contribuir para o acompanhamento do desenvolvimento das crianças ao longo do processo.

Assim, o desenvolvimento do projeto buscou articular essas perspectivas teóricas, priorizando experiências que valorizassem o brincar, a exploração sensorial e o cuidado com o corpo. Além disso, procurou-se promover práticas que incentivassem a autonomia, a socialização e a construção de hábitos saudáveis, contribuindo para o desenvolvimento integral das crianças no contexto da Educação Infantil.

## **METODOLOGIA**

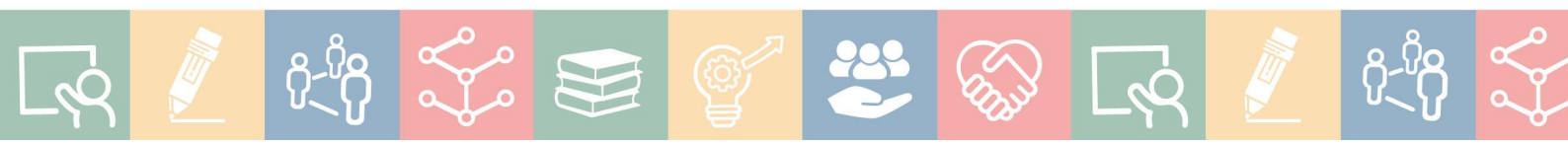
Este estudo se caracteriza como uma pesquisa de natureza qualitativa, desenvolvida a partir de uma experiência de pesquisa-ação realizada durante o Estágio Curricular Supervisionado II do curso de Pedagogia. A abordagem qualitativa possibilita compreender os fenômenos educativos em sua complexidade, considerando os significados atribuídos pelos sujeitos envolvidos no processo.

A intervenção ocorreu no Centro de Educação Infantil Professora Ana Sperandio Battisti, no município de São José (SC), em uma turma composta por 20 crianças com idades entre 5 e 6 anos. As atividades foram desenvolvidas no período da manhã, respeitando a rotina já estabelecida pela instituição, bem como as necessidades e especificidades do grupo.

O planejamento das ações pedagógicas foi construído em diálogo com a professora regente da turma, buscando integrar as propostas do estágio às atividades que já faziam parte do cotidiano escolar. Ao todo, foram realizadas 22 horas de planejamento e 32 horas de intervenção pedagógica, organizadas de forma a garantir coerência entre os objetivos propostos e as práticas desenvolvidas.

As atividades foram organizadas em forma de sequência didática, contemplando experiências relacionadas à exploração sensorial, à higiene e à alimentação saudável. Entre as propostas desenvolvidas estavam rodas de conversa, contação de histórias, exploração sensorial com frutas, brincadeiras com balões, atividades artísticas, momentos de música e um piquenique ao ar livre. Essas estratégias buscaram articular diferentes linguagens e promover experiências significativas de aprendizagem.

Durante a realização das atividades, procurou-se valorizar a participação das crianças, incentivando a curiosidade, a interação entre os colegas e a expressão de ideias e sentimentos. Os momentos de alimentação, higiene e brincadeiras também foram utilizados como oportunidades educativas, compreendendo o cotidiano como espaço privilegiado de



aprendizagem na Educação Infantil. A avaliação foi realizada de forma contínua, por meio da observação das interações das crianças, do interesse demonstrado durante as atividades e das formas de participação em cada proposta. Além disso, foram realizados registros descritivos ao longo do processo, permitindo a análise reflexiva das práticas pedagógicas e a compreensão dos avanços no desenvolvimento das crianças.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

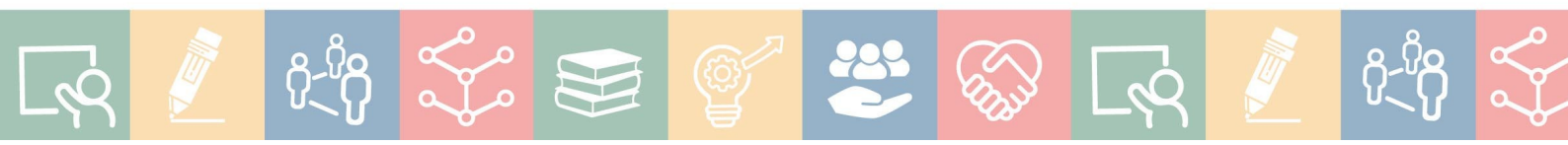
A realização das atividades possibilitou observar diferentes formas de participação e envolvimento das crianças ao longo da semana de intervenção. De modo geral, as propostas despertaram curiosidade e interesse, especialmente aquelas que envolviam exploração sensorial com alimentos e brincadeiras, evidenciando o potencial dessas estratégias no contexto da Educação Infantil.

As experiências com frutas, por exemplo, estimularam o uso dos sentidos, permitindo que as crianças explorassem diferentes texturas, cores e sabores. Durante essas atividades, foi possível perceber momentos de descoberta e troca entre os colegas, quando compartilhavam suas impressões sobre os alimentos. A utilização dos sentidos tato, olfato, paladar e visão, evidencia o uso de processos lúdicos como ferramenta para a construção da aprendizagem em alimentação e nutrição (SALVI; CENI, 2009). Observou-se que todos os alunos demonstraram entusiasmo ao sentir os aromas das frutas e ao observar suas estruturas internas, o que contribuiu para o aumento do interesse em experimentá-las. Além disso, essas vivências favoreceram a ampliação do repertório alimentar e a construção de uma relação mais positiva com os alimentos.

Outro aspecto observado foi o interesse das crianças nas atividades relacionadas à higiene das mãos. A utilização de músicas e demonstrações práticas contribuiu para tornar esse momento mais significativo e participativo, favorecendo a construção de hábitos de cuidado com o próprio corpo. Notou-se que, ao longo das intervenções, as crianças passaram a reproduzir espontaneamente alguns comportamentos relacionados à higiene, indicando a internalização gradual desses hábitos no cotidiano escolar.

As brincadeiras com balões, massinhas e atividades de pintura também favoreceram o desenvolvimento da coordenação motora, da criatividade e da interação social entre as crianças. Esses momentos possibilitaram que elas se expressassem de diferentes maneiras, ampliando suas formas de comunicação e fortalecendo vínculos com os colegas. Além disso, tais atividades contribuíram para o desenvolvimento da autonomia, na medida em que incentivaram a tomada de decisões e a experimentação livre.

De maneira geral, as atividades propostas contribuíram para tornar o ambiente educativo mais dinâmico e participativo, estimulando a curiosidade e a autonomia das crianças. Os resultados evidenciam a importância de práticas pedagógicas que integrem o brincar, a exploração sensorial e o cuidado com o corpo, reafirmando a relevância de propostas intencionais e contextualizadas na promoção do desenvolvimento integral na Educação Infantil.



## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A alegria da descoberta esteve presente no olhar das crianças e das estagiárias ao longo do desenvolvimento do estágio. As experiências sensoriais proporcionaram momentos de aprendizagem lúdica, nos quais as crianças puderam explorar o sabor, a forma e o olfato das frutas, despertando a curiosidade diante do novo. Evidenciaram-se situações marcadas pelo interesse em experimentar o diferente, pelo orgulho em vivenciar sabores como a acidez do limão e pela novidade do “sorvete de salada de frutas”, experiências pautadas no respeito, na autonomia e na experimentação.

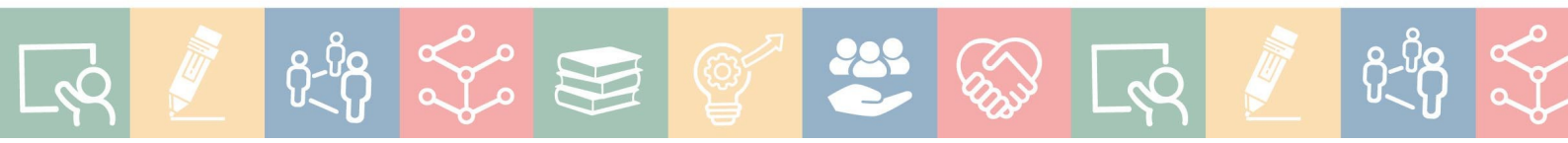
A experiência de intervenção pedagógica desenvolvida durante o estágio permitiu compreender, na prática, a importância de propostas educativas que valorizem as experiências sensoriais, as brincadeiras e as interações no contexto da Educação Infantil. Tais elementos mostram-se fundamentais para a promoção de aprendizagens significativas, respeitando as especificidades do desenvolvimento infantil.

As atividades realizadas demonstraram que, quando as crianças são convidadas a explorar, experimentar e participar ativamente das propostas, o processo de aprendizagem torna-se mais significativo e prazeroso. Esse envolvimento favorece não apenas a construção de conhecimentos, mas também o desenvolvimento de habilidades sociais, emocionais e cognitivas.

Além disso, trabalhar temas como higiene e alimentação saudável de forma lúdica contribui para que as crianças compreendam a importância desses cuidados no cotidiano, desenvolvendo gradualmente sua autonomia e internalizando práticas relacionadas ao cuidado com o próprio corpo.

Do ponto de vista formativo, a realização do projeto constituiu-se como uma importante oportunidade de reflexão sobre a prática pedagógica, permitindo observar o cotidiano da Educação Infantil e compreender, de maneira mais aprofundada, o papel do professor como mediador das experiências de aprendizagem.

Por fim, acredita-se que propostas pedagógicas que integram brincadeiras, experiências sensoriais e momentos de interação podem contribuir significativamente para o desenvolvimento integral das crianças pequenas, alicerçando conhecimentos práticos relacionados à saúde que, potencialmente, poderão repercutir de forma positiva em sua qualidade de vida ao longo do tempo.



## AGRADECIMENTOS

Agradeço à Profa. Dra. Tânia Regina da Rocha Unglaub, pela orientação qualificada, pelo incentivo constante e pela disponibilidade ao longo de todo o processo de desenvolvimento deste estudo.

Registro, igualmente, minha gratidão ao Centro de Educação Infantil Professora Ana Sperandio Battisti e à professora regente Marinalva, pela receptividade e colaboração na implementação da proposta pedagógica junto às crianças do grupo G4. A participação e o envolvimento da instituição e da docente foram fundamentais para a realização deste trabalho, possibilitando vivências significativas de aprendizagem, especialmente no âmbito das experiências sensoriais.

Agradeço, ainda, à minha mãe, professora, pelo apoio e pela contribuição na elaboração dos materiais pedagógicos, em especial na confecção das capas dos “super-heróis da higiene”, que enriqueceram o desenvolvimento das atividades propostas.

## REFERÊNCIAS

ARAÚJO, Denise Lino de. O que é (e como faz) sequência didática? *Entrepalavras*, Fortaleza, v. 3, n. 1, p. 322-334, 2013.

ARCE, Alessandra. Interações ou brincadeiras? Afinal o que é mais importante na educação infantil? In: ARCE, Alessandra (org.). *Interações e brincadeiras na educação infantil*. Campinas: Alínea, p. 17-39, 2013.

ARCE, Alessandra. *Educação infantil: alimentação, neurociência e tecnologia*. Campinas: Editora Alínea, 2018

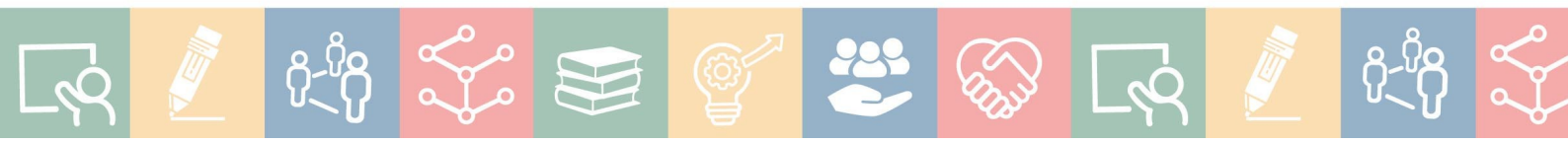
BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular – Educação Infantil. Brasília: MEC, 2018. Disponível em: <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/>. Acesso em: 18 abr. 2025.P.45.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Política Nacional de Alimentação e Nutrição / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Básica. - 1. ed., 1. reimpr. - Brasília: Ministério da Saúde. 2013.

FREITAS, Caio Henrique Baldo et al. FRUTALIZANDO: UMA EXPERIÊNCIA DIVERTIDA E SABOROSA. *Revista Saberes da Fapan*, v. 15, n. 1, p. 16-21, 2025.

OSTETO, L. Observação, registro, documentação: nomear e significar as experiências. In: ROCHA, E.; SCHMIDT, C. (orgs.). *Educação infantil: saberes e fazeres da formação de professores*. Campinas: Papirus, 2008.

ROSA, Andrielli et al. Atividade lúdica e sensorial como estímulo ao consumo de frutas por escolares. *Disciplinarum Scientia| Saúde*, v. 20, n. 2, p. 603-612, 2019.



SALVI, C.; CENI, G.C. Educação nutricional para pré-escolares da associação creche madre alix. *Vivências*, v. 5, n. 8, p. 71-76, 2009.

WOOD, Audrey; WOOD, Don. *A casa sonolenta*. São Paulo: Ática-Scipione, 2009.

