

# Alimentação saudável no currículo

Como envolver alunos no plantio e preparo de alimentos



**TAGS:** #curriculo #corpo #alimentacao

## OBJETIVOS

- + Ampliar a consciência alimentar dos estudantes
- + Trabalhar questões curriculares a partir de um projeto relacionado ao cotidiano dos adolescentes

## CONTEXTUALIZAÇÃO

A forma como as pessoas produzem e consomem alimentos pode ser determinante na relação que têm com o mundo. Nos EUA, um projeto envolveu estudantes do ensino fundamental e médio para ampliar a preocupação de servir e consumir com consciência. Durante as aulas, os adolescentes são estimulados a preparar refeições, feitas quase sempre com alimentos orgânicos, enquanto se integram com os colegas e professores, em aulas que ocorrem em “cozinhas sala de aula” ou ao ar livre.

Desde o início, o propósito é que eles possam conquistar autonomia por meio de suas habilidades eco-gastronômicas, sob os pilares da responsabilidade social, economia e sociologia. A educação alimentar é entendida como multidisciplinar e transversal, não uma mera atividade extracurricular, e está presente nas disciplinas de Ciências, Matemática, Línguas e História.

## PERCURSO

1. Realizar um debate com os estudantes sobre o que eles costumam comer, quais são os seus hábitos alimentares e como é a relação de cada um com a questão da comida;
2. Separar grupos que tenham hábitos e

alimentos prediletos semelhantes;

3. Desafiar os estudantes a criarem a jornada dessas comidas até seus pratos, pensando desde a produção até o preparo e o descarte;
4. Iniciar novo debate para sistematizar os pontos semelhantes de todos os projetos dos grupos
5. A partir disso, conectar a jornada com temas que precisam ser debatidos no currículo, como o crescimento das plantas, o custo do transporte, entre outros

## RECURSOS

- + Computador conectado à internet para realização de pesquisas
- + Papel e caneta para criação das jornadas dos alimentos

## INSPIRAÇÃO

Projeto insere alimentação saudável no currículo (<http://bit.ly/alimentacao-saudavel-curriculo>)

