

Repensando a merenda

Plano de aula elaborado durante a formação a distância para educadores da Secretaria Municipal de Educação de São Paulo (SME-SP) em 2023

Autoria: Ewerton Barbosa da Silva

Diretoria Regional de Ensino (DRE SME-SP): Diretoria Regional de Educação Campo Limpo

Função que ocupa na escola: Professor(a) de Ensino Fundamental II

Nome da Escola: EMEF 22 DE MARÇO

Em que ano(s) esta atividade pode ser desenvolvida?

1º ano, 2º ano, 3º ano, 4º ano

Componentes Curriculares do Currículo da Cidade de SP (SME-SP):

Educação Física

Objetivos de Aprendizagem e Desenvolvimento do Currículo da Cidade de SP (SME-SP):

Apesar de ser muito específico e ter uma relação direta com modalidades esportivas, vou utilizar como base: (EF05EF02), (EF05EF04), (EF05EF05) e (EF05EF06)

Objetivos do Desenvolvimento Sustentável:

ODS 3 Saúde e bem-estar, ODS 12 Consumo e produção responsáveis

Componentes da Matriz de Saberes (SME-SP):

01- Pensamento científico, crítico e criativo / 02 - Resolução de problemas / 04 - Autoconhecimento e autocuidado / 07 - Responsabilidade e participação

Atividade 1 - Conhecendo os macronutrientes.

Nessa primeira etapa seria importante apresentar aos alunos os principais macronutrientes dentro de uma pirâmide alimentar.

Como conhecimentos prévios, seria pedido que os alunos trouxessem embalagens dos alimentos que consomem em casa, desde os mais comuns como arroz e feijão, mas também de

outros alimentos menos saudáveis e se não tiver a embalagens os alunos poderão usar outras formas de expressão (desenho e recorte de imagens).

Eles irão se dividir em grupos pequenos de 4 a 5 alunos, apresentaria a pirâmide alimentar com o vídeo https://www.youtube.com/watch?v=90zaBTvd7_c - Após essa etapa, os alunos iriam ter que usar as embalagens para montar a sua pirâmide, colando-as numa cartolina e como foi explicado, aqueles alimentos que eles costumam consumir e não está com embalagem eles poderiam desenhar ou recortar de imagens. Ao final da atividade os alunos mostram as suas produções e nós podemos expor na própria sala para fins de comparação.

Atividade 2

Após a apresentação dos cartazes da primeira etapa, nós vamos utilizar o cardápio semanal da unidade como referencial para montar uma pirâmide alimentar. Então a ideia seria cada grupo dissolver o cardápio e remontar a pirâmide com base no cardápio semanal da unidade. O professor previamente precisa estudar o cardápio antes e buscar revistas, jornais ou imagens dos alimentos que compõem o rol de alimentos oferecidos pela unidade. Seria interessante que se busca-se imagens ou até mesmo a fotografia dos pratos prontos e servidos na escola. Dentro dessa dinâmica os alunos montam e apresentam os cartazes e fazemos uma roda de conversa comparando os dois cartazes (alimentação pessoal e a servida na escola).

Atividade 3

A ideia inicial desse projeto era discutir sobre a alimentação dos alunos em comparação a servida na escola, refletir e conscientizar sobre o consumo de alimentos menos saudáveis e sobre o desperdício de alimentos no horário de refeição, onde muitas vezes o prato é servido pronto e os alunos prontamente vão para o lixo jogar fora o que não querem. Então como etapa final vamos passar dois vídeos que falam sobre a falta de alimento e sobre Repensar, Reduzir, Reutilizar, Reciclar.

Seria combinado de os alunos dessa turma descerem um pouco mais cedo para o intervalo e no momento de montar o prato o aluno indica a quantidade e o tipo de alimento que gostaria de comer. Isso aconteceria após a apresentação dos vídeos e conversa sobre o desperdício dos alimentos os alunos.

Vídeos

Falta de alimento - <https://www.youtube.com/watch?v=eLq3GzSDnZc>

Repensar, Reduzir, Reutilizar, Reciclar - <https://www.youtube.com/watch?v=PckAgY6stqU>

Referências bibliográficas:

- Secretaria municipal de educação, SME-SP. Currículo da Cidade de São Paulo. Disponível em: <https://curriculo.sme.prefeitura.sp.gov.br/>
- Secretaria municipal de educação, SME-SP. Matriz de saberes. Disponível em: <https://curriculo.sme.prefeitura.sp.gov.br/matriz-de-saberes>
- Alimentação saudável para crianças. Disponível no site Youtube em: <https://www.youtube.com/watch?v=FuVJITSixVw>
- Blog Livup, O que são macronutrientes e qual sua importância. Disponível em: <https://blog.livup.com.br/o-que-sao-macronutrientes-e-qual-a-sua-importancia/>
- Oceandrop, Macronutrientes e micronutrientes. Disponível em: <https://www.oceandrop.com.br/blog/macronutrientes-e-micronutrientes>
- Infoescola, Desperdício de alimentos. Disponível em: <https://www.infoescola.com/sociedade/desperdicio-de-alimentos/>