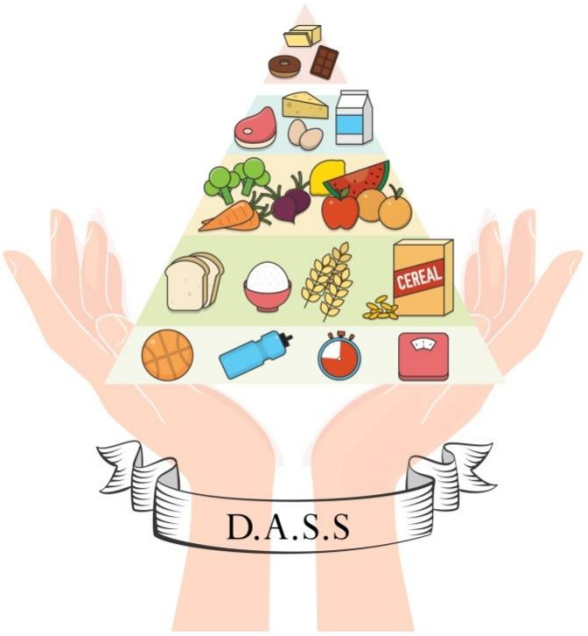
REPÚBLICA PORTUGUESA
EDUCAÇÃO

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DA SÉ – LAMEGO
Escola Básica e Secundária da Sé - Lamego

ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA DA SÉ, LAMEGO
2º E 3º CICLO DO ENSINO BÁSICO

PROJETO
Desafio Por Uma Alimentação Saudável e Sustentável



Ano letivo 2017/2018

1. Enquadramento

Dando continuidade ao trabalho desenvolvido no ano letivo anterior, na cantina da escola, no qual se procurou definir e aplicar o cumprimento de regras de relacionamento e convívio no refeitório, motivar os alunos para o consumo de uma refeição mais completa, propomo-nos, agora, seguindo os mesmos princípios, promover outras atividades que os levem a adquirir, de forma mais atrativa, conhecimentos e práticas exemplares de uma alimentação saudável e sustentável no seu quotidiano. Assim, surgiu a ideia deste projeto que adotou como tema: "Desafio Por Uma Alimentação Saudável e Sustentável" (D.A.S.S.).

O projeto concretizar-se-á através de um conjunto de desafios que pretendem motivar os alunos e a comunidade educativa para um maior conhecimento acerca das questões que se relacionam com a alimentação saudável e sustentável, de modo a tornarem-se recetivos à introdução de mudanças de hábitos e condutas alimentares no dia-a-dia.

2. Objetivos

- (In)formar crianças e jovens e, através deles, a população em geral, acerca da importância de uma alimentação equilibrada, saudável e sustentável;
- Contribuir para a educação e saúde, particularmente nos aspetos do combate à obesidade infantil/juvenil;
- Aplicar de forma prática conceitos presentes nos currículos das várias disciplinas, como roda ou pirâmide dos alimentos e valor nutricional dos mesmos, ou a "pegada" dos alimentos que chegam aos nossos pratos, entre outros;
- Promover uma alimentação com base em modelos de sustentabilidade ambiental tendo em conta, a origem dos produtos, modo de produção dos mesmos e a sua sazonalidade;
- Incentivar o aparecimento de alternativas alimentares mais saudáveis, simples e exequíveis;
- Valorizar uma abordagem centrada na inclusão e na participação ativa dos alunos, contribuindo para o seu desenvolvimento pessoal e social, bem como para a sua educação alimentar e conhecimento prático de confeção de alimentos;
- Motivar a implementação de boas práticas alimentares, onde os alunos tenham a oportunidade de realizar atividades práticas/investigativas que promovam a capacidade de trabalho individual, a pares, em grupo e com a família;
- Trabalhar a interdisciplinaridade através de um planeamento integrado das atividades ao longo do ano e sua integração curricular.

3. Desenvolvimento do Projeto

Esta proposta tem como objetivo sugerir um conjunto de estratégias que visam, por um lado, motivar a investigação acerca de diversos aspetos relacionados com o tema e, por outro, incentivar ao aparecimento de propostas concretas (como as eco lancheiras ou eco lanches e as eco ementas) que possam vir a fazer diferença na alimentação quotidiana das crianças e dos jovens, não só em contexto escolar, mas também em casa. Outra finalidade é a criação da "Brigada da cantina".

É um dos novos desafios propostos para o presente ano letivo, com o qual se pretende que haja um grupo de alunos para monitorizar atitudes e zelar pela adoção de bons hábitos de higiene e saúde, evitar o desperdício alimentar, analisar as questões do ruído na cantina e promover o bom relacionamento entre todos.

Pretende-se que as atividades deste projeto sejam desenvolvidas no espaço do refeitório, em sala de aula, ou mesmo no recinto exterior destinado ao cultivo das árvores de fruto que circundam e decoram harmoniosamente o exterior da nossa escola.

Também, propomos uma Visita de Campo, à parte hortícola e ao Rio Balsemão, no Bairro da Ponte, sensibilizando os alunos para um conhecimento mais valorativo da água e da cultura biológica de produtos alimentares.

No seguimento do cumprimento dos objetivos pretendidos, propormos na celebração do Dia do Ambiente a realização de uma Visita de Estudo ao Parque Biológico da Serra das Meadas, a concretizar na tarde do dia 6 de junho.

Uma vez que algumas turmas têm o intervalo de almoço mais alargado, a concretização deste projeto decorrerá nesse intervalo de tempo e, ainda, na tarde das quartas-feiras, aproveitando a disponibilidade dos alunos, pois não têm aulas. Assim, terão a oportunidade de desenvolver, com mais tempo e de uma forma diferente, experiências novas, ricas, diversificadas e lúdicas que contribuam para um aumento não só do conhecimento, mas, também, da prática dos assuntos em questão.

4. Finalidades

Durante a realização de cada atividade, os alunos efetuarão diferentes experiências, utilizando materiais/trabalhos diversificados permitindo-lhes adquirir novas e diferentes aprendizagens relacionadas com o desenvolvimento do projeto.

Sabendo da importância e valorização que pais, a escola e até a sociedade dão à prática de hábitos de alimentação cada vez mais saudáveis, apresentam-se aqui algumas atividades que exploram vertentes interdisciplinares de conteúdos curriculares, com recurso a materiais informativos e componente prática permitindo adquirir e aplicar cada vez mais e melhor os conhecimentos adquiridos sobre o tema em questão, aumentando a autoestima e

autoiniciativa de praticar diariamente uma alimentação correta, que são verdadeiramente os objetivos a atingir.

O desenvolvimento e organização de atividades de forma flexível no "D.A.S.S", pretendem sempre que possível a integração de novas ofertas de temas/atividades que se ajustam ao Projeto Educativo do Plano Anual de Atividades da Escola

5. Avaliação do Projeto

Ao desenvolver este Projeto "Desafio Por Uma Alimentação Saudável e Sustentável", apresentam-se estratégias diferenciadas, valorizando as atividades práticas, o que permite concretizar percursos e recursos pedagógicos diversificados. Propõem-se, atividades adequadas ao desenvolvimento da criatividade do aluno, estimulo e sua autonomia, não só a nível de conhecimentos teórico mas também num sentido pragmático com a consciência da valorização de hábitos alimentares diversificados e saudáveis no seu dia-a-dia. Fomenta-se uma metodologia facilitadora e enriquecedora das aprendizagens, motivando os nossos alunos para o saber ser, saber estar e saber praticar/concretizar, com recurso a outras fontes de conhecimento e a outros materiais didáticos, em que o principal objetivo tem sempre como foco promover mais e melhor "Educação para a Saúde".

A avaliação do desempenho dos alunos será qualitativa, de acordo com o empenho, participação e envolvimento no desenvolvimento do projeto, assim como, na observação do cumprimento de hábitos saudáveis no seu quotidiano em ambiente escolar/na cantina e através do preenchimento de inquéritos com análise dos seus resultados.

Para além de propor a publicação/divulgação de trabalhos na página do Agrupamento, será ainda atribuído um diploma de participação no D.A.S.S.

Elaboração do projeto:

Maria de Fátima Afonso Ferreira

Paula Cristina Torres Santos

Colaboração em horário de apoio à cantina, de:

Marisa Sofia S. O. Rebelo

Maria Isabel Figueiredo Marques

Escola da Sé, 28 de setembro de 2017