



É comum os alunos não se questionarem sobre as influências que sofrem da sociedade em que vivem no que concerne aos seus hábitos de vida e alimentares ou mesmo de como eles próprios podem, de certo modo, influenciar as pessoas do seu entorno. Dessa forma, a sequência didática apresentada passa pela sensibilização do professor, buscando as opiniões dos alunos frente ao assunto, a explicação do professor aos alunos, contextualizando o tema, relacionando-o com a realidade deles e introduzindo questionamentos inéditos sobre a influência da sociedade e as formas com que essa sociedade age sobre o indivíduo, dando enfoque nos hábitos alimentares, na mente e no corpo de cada um. Segue-se a elaboração de apresentações que exponham os hábitos alimentares de determinadas regiões ou períodos históricos. Tais apresentações visam trazer à tona observações quanto aos motivos desses hábitos e sobre como eles influenciaram ou não os nossos próprios hábitos. Em um terceiro momento, os alunos deverão elaborar um menu com pratos que considerem mais adequados tendo em mente uma região escolhida e a e a promoção de uma vida considerada mais saudável.

PÚBLICO-ALVO:

5º ANO

DURAÇÃO:

3 AULAS



EXPECTATIVAS DE APRENDIZAGEM

- Valorizar o uso crítico das produções científica e tecnológica, aplicando os saberes da área na melhoria da qualidade de vida individual e coletiva, distinguindo benefícios e riscos à vida e ao ambiente.
- Problematicar sua realidade e propor soluções compatíveis com os conhecimentos científicos aprendidos na escola.
- Valorizar a pesquisa em diferentes fontes (observação da natureza, textos, filmes, desenhos, experimentação, etc.) como fonte de informação para adquirir e desenvolver conhecimentos científicos.
- Compreender a saúde como um bem individual que é construído socialmente.
- Perceber-se como parte importante na construção e manutenção da própria saúde e na saúde de sua comunidade, assumindo cuidados com seu corpo e com o dos colegas.
- Conhecer e valorizar formas de higiene pessoal e do ambiente como elementos fundamentais para a prevenção da saúde individual e coletiva.



- Identificar, registrar, comunicar e valorizar hábitos saudáveis, evitando desperdícios, riscos à saúde e ao ambiente.
- Compreender a influência da sociedade nas vidas das pessoas de forma geral.
- Desenvolver a capacidade de trabalho em grupo, atenção para a escuta e consideração às opiniões dos colegas.
- Interpretar realidades históricas e geográficas estabelecendo relações entre as características da região ou do período com os hábitos alimentares observados.



RECURSOS E MATERIAIS NECESSÁRIOS

- Laboratório de informática com acesso à internet.
- Infográfico: Hábitos alimentares e produção agrícola.
- Montagem dos menus: Revistas e jornais, Folhas de papel sulfite tamanho A3; Canetas hidrográficas coloridas; Tesoura sem ponta; Cola branca não tóxica.



APLICAÇÃO

AULA 1

Inicie a discussão com a pergunta: “Vocês acham que devemos comer apenas coisas que gostamos ou devemos levar outros fatores também em consideração?”. Proporcione um tempo para que os alunos reflitam e respondam. Questione-os sobre os hábitos alimentares que possuem e se seguem algum tipo de dieta pré-estabelecida. Em seguida, abra uma discussão sobre o tema “O que influencia nossos hábitos alimentares” e peça para que citem exemplos e comentem se eles mesmos sofrem ou já sofreram algum tipo de influência que os levaram a optar por um ou outro alimento. “Qual foi essa mudança e por que ela ocorreu?”. Cite as influências exercidas pela mídia, por exemplo, a fim de facilitar o entendimento dos alunos.

Em seguida, explique aos alunos que por vivemos em uma sociedade somos continuamente levados a realizar ações que não escolhemos, muitas vezes, naturalmente. Apesar de possuímos a capacidade de decidirmos dentre várias opções, muitas de nossas características e hábitos de vida já



são definidos tanto por nossa cultura quanto pela sociedade que nos rodeia. Conduza a turma para o laboratório de informática ou utilize um computador com tela de projeção e explore juntamente com os alunos o infográfico:



Hábitos alimentares e produção agrícola



Depois, divida os alunos em grupos de até quatro alunos. Sorteie entre eles alguns temas para que, para a próxima aula, pesquisem e tragam materiais para uma apresentação. A ideia é que os alunos façam apresentações contando um pouco da história dos hábitos alimentares de algumas regiões ou períodos. Seguem algumas sugestões de temas, lembrando que você tem a liberdade de sugerir outros temas, caso considere-os mais relevantes: “A alimentação nas grandes navegações”, “Os hábitos alimentares do Japão”, “A cultura de fast food nos Estados Unidos” ou “As massas e os italianos”. É interessante que a elaboração e montagem das apresentações sejam realizadas em conjunto com as aulas de História e de Geografia, que poderão incrementar as apresentações dos alunos com informações importantes.

AULA 2

Cada equipe, em posse do material requisitado na aula anterior, deverá fazer uma breve apresentação de no máximo dez minutos contando a história dos hábitos alimentares da região ou período que lhe foi determinada. Após cada uma das apresentações, abra um espaço para perguntas e para a discussão dos alunos sobre o tema da apresentação finalizada. É comum que os alunos se sintam envergonhados em fazer perguntas nesse momento sendo que, nesse caso, você mesmo pode



realizar uma pergunta. Isso, por vezes, encoraja os alunos a fazer as perguntas que eles mesmos possuem. Questione os grupos quanto à influência que os hábitos alimentares que eles estudaram têm sobre os nossos hábitos atuais. “Qual a origem da nossa comida?”. Além disso, verifique se os integrantes do grupo consideram os hábitos alimentares estudados saudáveis ou não e por quê. Nesse momento, cabe ao professor auxiliar os alunos no direcionamento do raciocínio, esclarecendo eventuais dúvidas e averiguando as ideias dos alunos.

AULA 3

Neste terceiro momento, cada um dos grupos formados nas aulas anteriores deverá elaborar um menu utilizando alimentos que considerem mais interessantes para uma dieta. Os alunos poderão escolher para que região ou período no tempo eles desejam destinar o menu montado. Para as sugestões de pratos, os alunos deverão levar em consideração questões nutricionais, culturais e de produção agrícola da região. Cada prato deverá possuir um nome fictício e uma breve descrição dos seus principais componentes, como em um menu tradicional. Para ilustrar o menu, os alunos podem optar por utilizar recortes de jornais ou revistas ou por desenhar os próprios pratos criados. Participe da montagem dos menus, auxiliando na sua organização e dando sugestões para uma melhor apresentação dos pratos. Ao final, os menus deverão ficar expostos na sala para que os alunos vejam os menus dos outros grupos e façam observações e perguntas uns aos outros, discutindo sobre o motivo das escolhas de pratos, por exemplo.