

EDUCAÇÃO AMBIENTAL E ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

Rosana Aparecida do Nascimento Souza Ramos
Wanessa Cristina Albieri Beraldo Benedito
PROEDU-DGRH-Reitoria/UNICAMP
E-mail: rosanaan@unicamp.br

Resumo: Este projeto foi realizado no primeiro semestre do ano de 2014 com crianças de 2 a 3 anos, na Creche área de Saúde/UNICAMP, visando relacionar a natureza e sociedade de forma harmônica aproximando as crianças do mundo em que vive, através do plantio, cuidados e colheita de frutas, verduras e legumes. Por volta dos 3 anos, a criança já come sozinha e é comum que deixe de lado comidas nutritivas. Por tanto neste projeto o nosso foco foi permitir que as crianças explorassem e experimentassem os alimentos na sua forma natural e depois preparado para que os mesmos conhecessem e construíssem hábitos alimentares saudáveis. É comum que os pequenos se precipitem ao afirmar que não gostam de uma comida, principalmente se ela não for colorida, vistosa, doce ou já conhecida. Sendo assim o projeto pode mudar este hábito indicando boas alternativas para as refeições da creche e mostrando que comida saudável pode ser sim muito nutritiva. Propiciamos hábitos alimentares saudáveis e apresentamos a criança diferentes tipos de alimentos, o que possibilitou também a sua autonomia no sistema *self-service* e cultivamos os próprios alimentos na nossa horta. O tema Educação Ambiental e Alimentação saudável esta terá continuidade com atividades que proporcionam a participação das crianças na manipulação plantio, cuidado e preparo dos alimentos na creche. A escolha deste tema se deu por acreditar que quanto mais cedo se inicia a educação ambiental e alimentar, maior será a probabilidade de favorecer a formação de hábitos saudáveis.

Palavras-chave: Educação. Alimentação. Hábitos. Sabores. Saudável