

## MINI *CHEFS*: A COZINHA DA INFÂNCIA TEM COR, CHEIRO, SABOR E MEMÓRIAS

## MINI *CHEFS*: THE CHILD'S KITCHEN HAS COLOR, SMELL, FLAVOR AND MEMORIES

## MINI *CHEFS*: LA COCINA INFANTIL TIENE COLOR, OLOR, SABOR Y RECUERDOS

Patrícia Rodrigues de Almeida<sup>1</sup>  
Hildegard Susana Jung<sup>2</sup>  
Charlene Bitencourt Soster Luz<sup>3</sup>

**Resumo:** O artigo objetiva relatar a experiência de educadoras do 3º ano do ensino fundamental de uma escola pública da região metropolitana de Porto Alegre, com um projeto que visou incentivar as crianças a fazerem escolhas alimentares mais saudáveis. Foi proposto o trabalho com um projeto lúdico e interdisciplinar em parceria com as famílias. Os resultados da experiência apontam que o envolvimento das crianças no preparo dos alimentos consiste no incentivo a uma alimentação mais natural e com hábitos mais saudáveis, influenciando toda a família e trazendo uma aprendizagem significativa.

**Palavras-chave:** Projeto interdisciplinar. Aprendizagem significativa. Infância saudável. Educação básica.

**Abstract:** The article aims to report the experience of educators of the 3rd year of elementary school in a public school in the metropolitan region of Porto Alegre, with a project aimed to encourage children to make healthier food choices. It was proposed to work with a playful and interdisciplinary project in partnership with the families. The results of the experiment show that the involvement of children in the preparation of food encourages a better diet and healthier habits, influencing the whole family and bringing meaningful learning.

**Keywords:** Interdisciplinary project. Meaningful learning. Healthy childhood. Basic education.

**Resumen:** El artículo tiene como objetivo reportar la experiencia de educadoras de 3er año de la enseñanza primaria en una escuela pública de la región metropolitana de Porto Alegre, con un proyecto que tenía como objetivo incentivar a los niños a elegir alimentos más saludables. Se propuso trabajar con un proyecto lúdico e interdisciplinario en alianza con las familias. Los resultados de la experiencia indican que la implicación de los niños en la preparación de los alimentos consiste en fomentar una alimentación más natural y hábitos más saludables, influyendo en toda la familia y aportando un aprendizaje significativo.

**Palabras-clave:** Proyecto interdisciplinario. Aprendizaje significativo. Infancia saludable. Educación básica.

Submetido 15/09/2020

Aceito 15/02/2021

Publicado 16/02/2021

<sup>1</sup> Especialização em Desenvolvimento Cognitivo e Especialização em Psicopedagogia Clínica. Universidade La Salle. <https://orcid.org/0000-0002-3292-8079>. E-mail: [patricia.rdealmeida@gmail.com](mailto:patricia.rdealmeida@gmail.com).

<sup>2</sup> Doutora em Educação. Coordenadora e docente do curso de Pedagogia. Universidade La Salle. <http://orcid.org/0000-0001-5871-3060>. E-mail: [hildegard.jung@unilasalle.edu.br](mailto:hildegard.jung@unilasalle.edu.br).

<sup>3</sup> Doutoranda em Educação. Universidade La Salle. <https://orcid.org/0000-0001-7164-0425>. E-mail: [charlenebs@gmail.com](mailto:charlenebs@gmail.com).



## Introdução

Muito se debate, hoje em dia, sobre a obesidade infantil no Brasil ser um problema de saúde pública que necessita de uma abordagem sistêmica. “A Organização Mundial da Saúde (OMS) estima que em 2025 o número de crianças obesas no planeta chegue a 75 milhões”. (Goiás, 2019). Sabemos que a alimentação é um ritual que se inicia em casa com a família, sendo o período da infância a melhor fase para a introdução de uma cultura alimentar saudável. De acordo com a plataforma digital da Secretaria de Estado de Saúde de Goiás,

[...] os dados obtidos pelo Sistema Único de Saúde (SUS) mostram como a situação no Brasil já é bastante preocupante. Em 2019, entre as crianças acompanhadas na Atenção Primária à Saúde do SUS, 14,8% dos menores de 5 anos e 28,1% das crianças entre 5 e 9 anos tinham excesso de peso. Destas, 7% e 13,2% apresentavam obesidade. Ainda em 2019, 5% das crianças com idade entre 5 e 10 anos foram classificadas com obesidade grave (Goiás, 2019).

Diante desses dados compreendemos que a escola cumpre um papel importante na educação e cultivo de hábitos saudáveis. A mesma avaliação do Sistema Único de Saúde (SUS), já referida, conseguiu constatar também que entre “as crianças de seis a 23 meses, 31% consumiram bebidas adoçadas, 48% consumiram algum alimento ultraprocessado e 28% consumiram especificamente biscoito recheado, doces ou guloseimas no dia anterior à coleta dos dados” (Goiás, 2019). A partir dos dados, acreditamos na importância de um trabalho conjunto entre a família e a escola, pois a criança pode influenciar toda a família no cultivo de hábitos alimentares mais saudáveis.

A metodologia de projetos desenvolve habilidades metacognitivas, pois contribui na resolução de problemas da vida real. Para Matos (2009, p. 28-29) “A metodologia de projetos rompe com o tradicionalismo do ensino [...]. Essa concepção de ensino permite ao aluno “testar” seu aprendizado ao longo do projeto”. Dessa forma, as crianças, diante de uma problematização, reúnem-se para resolver situações práticas que são relevantes e que demandam aprendizagens significativas para a vida. Segundo Moran (2015, p.18) “Quanto mais aprendamos próximos da vida, melhor” ou seja “É importante que os projetos estejam ligados à vida dos alunos, às suas motivações profundas [...]” (Moran, 2015, p. 22). No decorrer do trabalho com projetos as crianças foram “[...] relacionando o novo com ideias preexistentes na sua estrutura cognitiva e transformando os conceitos em proposições” (Matos, 2009, p.28-29). Dito em outras palavras,

Matos (2009, p.23) diz que “a aprendizagem significativa se caracteriza pela interação entre o novo conhecimento e o conhecimento prévio”.

No início do ano letivo de 2019 propusemos para o grupo de 3º do ensino fundamental de uma escola municipal da região metropolitana de Porto Alegre um projeto envolvendo o preparo de alimentos saudáveis. A iniciativa surgiu após observarmos os lanches trazidos de casa, preparados pelas famílias e os que eram consumidos na própria escola através da cantina escolar. Nesta observação de hábitos alimentares notamos tanto o consumo de alimentos preparados de forma caseira, quanto os alimentos ultraprocessados. O fato nos levou a pensar na possibilidade de introduzirmos o tema sobre hábitos alimentares de forma lúdica e significativa para as crianças, bem como convidar as famílias para o preparo destes alimentos na escola.

Assim surge o projeto intitulado: *Mini chefs*: a cozinha da infância tem cor, cheiro, sabor e memórias. As pesquisadoras buscaram inspiração num programa de televisão denominado no qual vários *chefs* de cozinha mostram seus talentos culinários numa competição ao vivo. Neste momento inicial do ano letivo as crianças passam por um período de adaptação escolar e reencontro com os colegas. Sendo assim, percebemos a pertinência e o significado que seria convidar a família para participar destes momentos culinários na escola. Com este propósito de trazer rituais alimentares de cada criança singularizando e personalizando os fazeres e a cultura familiar de cada um, podemos valorizar e resgatar afetividades como, por exemplo, as receitas de família. Também aproveitamos este momento escolar inicial para conhecermos melhor as crianças e suas famílias criando conexões, pertencimento e colaboração ativa diante das propostas de aprendizagem.

Compreendemos que podemos aprender uns com os outros formando parcerias potentes e modelos a serem seguidos. Para Olmos (2016, p. 167) Os grupos de identificação desempenham papel fundamental na vida da criança [...] que se espelha em grupos de pertencimento no processo de formação de identidade.” Vivemos numa cultura de consumo que muitas vezes não oferece segurança alimentar para as crianças. Quando nos propomos a falar sobre alimentação saudável e hábitos de consumo, necessitamos de uma rede de apoio, por isso consideramos de suma importância a participação da família neste projeto e no ambiente escolar.



Neste projeto consideramos aprendizagens que as crianças pudessem levar para a vida, de forma que os conteúdos foram pensados para trabalhar a interdisciplinaridade e buscamos uma cultura mais afetiva que trouxesse a família para dentro da escola. De acordo com Bassi (2017, p. 59) “É fundamental que pais, professores e escola deem estrutura, segurança, orientação e repertório para que crianças e jovens possam criar as suas ideias, organizem-se em grupos e coloquem em prática as transformações que querem ver nas suas escolas [...] e no mundo.”

Sendo assim, abordamos sobre as receitas de família: a cozinha da infância e a importância de resgatar os afetos e valorizar quem nos prepara a refeição. Na sequência colocamos a *mão na massa* com os mini *chefs* e provamos que criança pode ir para a cozinha fazer suas escolhas alimentares, manipular alimentos e utensílios. Por fim, foi possível conhecer muitos *chefs* de cozinha e todas aquelas pessoas que nos preparam com tanta dedicação o alimento de cada dia. Afinal, a cozinha é um espaço cheio de rituais familiares que nos remetem a cores, cheiros, sabores e memórias.

Dito isso, este artigo objetiva relatar a experiência de educadoras do 3º ano do ensino fundamental de uma escola pública da região metropolitana de Porto Alegre, com um projeto que visou incentivar as crianças a fazerem escolhas alimentares mais saudáveis. A metodologia utilizada, de abordagem qualitativa, foi o relato de experiência que, segundo Fortunato (2018, p. 38) “precisa discriminar todo o contexto e qualificar todas as ações, sequencialmente, até a conclusão da experiência”. Dessa forma, detalhamos todas as etapas do projeto, na sequência, analisando-as à luz da teoria e, a partir delas, surgiram as inferências das autoras (Bardin, 2016).

Com relação à arquitetura do artigo, após esta introdução, abordaremos três tópicos do projeto: as receitas de família: a cozinha da infância, no qual relatamos que as famílias foram convidadas a compartilharem receitas da sua infância e coparticiparem com seus filhos(as) de uma culinária saudável na escola para outras crianças degustarem; *mão na massa* com os mini *chefs*, que traz o experimento e a manipulação dos alimentos oportunizando que as crianças vivenciem os cenários do mundo real como a cozinha; A cozinha tem cores, cheiros, sabores e memórias, no qual explicamos que as crianças puderam, através das receitas de família, criar memórias afetivas, perceberem a importância da diversidade entre as famílias e os alimentos. E, com isto, resgatar a cultura valorizando as histórias de cada um. Nas considerações finais

retomamos os achados do estudo, suas limitações e encaminhamentos e, por último, constam as referências que embasaram o estudo.

### **Receitas de família: a cozinha da infância**

Quando pensamos em alimentação surgem na nossa memória afetiva imagens de infância envolvendo cenas como a da mãe fazendo o café da manhã, a avó preparando biscoitos e bolos, os encontros familiares ao redor da mesa aos finais de semana, os preparativos das festas de aniversário e o Natal. A nossa infância é permeada por lembranças sensoriais e afetivas das pessoas que nos preparam o alimento de cada dia. Segundo Bogado e Freitas (2016, p.676) a memória “[...] é moldada historicamente, selecionando e focalizando determinados acontecimentos, enquanto outros são “esquecidos”, num processo de reconstrução que é influenciado pelo momento que se vivencia hoje”. Portanto a alimentação diz muito sobre a nossa história e sobre quem seremos no futuro. Para as autoras, o fato é que:

Desde a mais terna infância, passamos pela influência marcante da família e de outros grupos de convívio e pertencimento, adquirimos (e desistimos de) costumes e tradições regionais, adotamos orientações da mídia, padecemos (e exercemos) pressões sociais sobre o que comer, quando, como, onde, etc. E, assim, de tantas outras formas, vamos construindo e nos constituindo em nossas práticas alimentares. (Bogado; Freitas, 2016, p. 672)

5

Dessa forma, a alimentação está conectada diretamente aos sentimentos, sensações e memórias das pessoas e por isso a importância de resgatar estes laços e rituais com a família. Considerando que é na infância que a criança está mais suscetível ao consumo de doces e produtos industrializados estimulados pela mídia, o autor Guareschi (2016, p.126) faz uma crítica categórica: “[...] em nossa sociedade a dimensão econômica, o lucro, o dinheiro e a economia valem mais que o ser humano”. A partir dessa perspectiva, podemos afirmar que a criança está suscetível à rotina da família que sem tempo para preparar a alimentação opta pela praticidade de alimentos descartáveis e de consumo rápido. O fato nos motivou a convidar a família para participar colaborativamente do projeto no intuito de agregar sentido e valorização às propostas deste projeto. Refletimos estas questões com o autor Olmos:

A preferência por alimentos de maior densidade calórica em função de fatores como baixo custo, publicidade e propaganda, facilidade de acesso e preparo, em detrimento daqueles com maior valor nutritivo, contribui para aumentar o excesso de peso e a obesidade, além de favorecer o aumento das doenças

crônicas não transmissíveis. [...] O atual ambiente obesogênico caracteriza-se pelo crescimento mundial do consumo de alimentos ultraprocessados, motivado por estratégias de marketing desenvolvidas por indústrias multinacionais, que investem fortemente na divulgação de produtos de alta densidade energética para crianças e adolescentes (Olmos, p.176, 2016).

Neste sentido, Bauman (2014, p.69) provoca dizendo que “O desvanecimento das habilidades de sociabilidade é reforçado e acelerado pela tendência, inspirada no estilo de vida consumista dominante, a tratar os outros seres humanos como objetos de consumo [...]”. A família contemporânea na sua dinâmica diária e assoberbada com tarefas que consomem as suas rotinas familiares esquece “[...] o compartilhamento familiar de bens e serviços, a ajuda entre vizinhos, a cooperação entre amigos: todos os motivos, impulsos e atos com que se costuram os vínculos e compromissos duradouros entre os seres humanos” (Bauman, 2014, p.64). A escola pode, especialmente no contexto acolhedor de início de ano letivo, oferecer seus espaços para ressignificar através do preparo dos alimentos as afetividades, a partilha, a cooperação e empatia.

Ao considerarmos essas questões, buscamos envolver as crianças de forma lúdica a refletirem sobre a alimentação cotidiana. Introduzimos histórias envolvendo diferentes autores, vídeos ilustrativos com personagens infantis, confeccionamos um mascote do chef Brasil<sup>4</sup> em formato de almofada para que as crianças pudessem levar para casa juntamente com um livro de histórias e ter um momento especial em família. Para os autores Zabala e Arnau (2010, p. 152) “[...] as valorizações transmitidas e as relações estabelecidas têm que traduzir os valores os quais se pretende ensinar.” Nesta tarefa, na qual a participação era opcional, as crianças foram incentivadas a fazerem uma receita culinária em casa com a família, registrar e enviar para escola. Ainda em casa puderam ler em família antes de dormir com a almofada do chef Brasil. Estes momentos de acolhimento e respeito às singularidades e histórias de cada um favoreceram o que segundo Zabala e Arnau (2010, p. 150) referem como “Tipos de comunicações e vínculos fazem com que a transmissão do conhecimento ou os modelos e as propostas didáticas concordem ou não com as necessidades de aprendizagem.”

As receitas de família foram compiladas em um livro para que fosse possível compartilhá-las com todas as famílias. Percebemos neste tema um vínculo forte com a infância, pois toda a criança gosta de manipular e experimentar os alimentos. Segundo Dowbor (2016,

---

<sup>4</sup> Livro infantil “Na cozinha com o chef Brasil”, personagem que se tornou o mascote do projeto (Ludvichak, 2011).

p.75) “A solidariedade é marcada pela panela, pelo fato de um grupo sobreviver em torno do mesmo fogão de cozinha. Não é à toa que o termo “lar” tem a mesma raiz de “lareira” [...]”. Brincando no território sagrado da cozinha, toda a química e mágica acontecem. No entanto, para muitas famílias este é um território proibido para as crianças. Ou seja, oferece muitos perigos devido ao manuseio de vários elementos que podem causar perigo de acidentes. Concordamos com Guareschi

Somos seres humanos em contínuo processo de assimilação do mundo. Há o consumo e o “prossumo”. Somos, ao mesmo tempo, produtores e consumidores. Há um consumo que até nos torna cidadãos, mas há também um consumo que nos diminui, que nos limita, quanto não nos escraviza. O primeiro é o consumo, o segundo, o consumismo (Guareschi, p. 125, 2016).

As crianças necessitam de autonomia e protagonismo para experimentarem novas situações de aprendizagem. Entendendo que estando expostos à prática, adquirirão competências e habilidades para lidarem a cada dia com situações mais complexas. De acordo com esta ideia abordamos a seguir como as crianças do 3º ano e suas famílias colocaram a *mão na massa*.

7

### ***Mão na massa com os mini chefs***

Sabemos que quase toda criança gosta de manipular e experimentar os alimentos. No entanto, para muitas famílias este é um território proibido para as crianças. Ou seja, oferece muitos perigos devido ao manuseio de vários elementos que podem causar acidentes. No entanto, Zabala e Arnau (2010, p. 110) provocam dizendo que “Optar por uma educação de competências representa a busca por estratégias de ensino que definam seu objeto de estudo na forma de responder satisfatoriamente a “situações reais” e, portanto, complexas.” Ao combinarmos as ações do projeto junto às crianças elas se sentiram muito animadas com a ideia de convidar as famílias para virem à escola e trazer uma receita de família para fazer na escola.

Segundo Bender (2014), como os projetos estão conectados a cenários do mundo real as crianças se sentem mais motivadas e atraídas para realizarem as tarefas. Alguns questionamentos surgiram imediatamente: “*Minha mãe não deixa eu entrar na cozinha*”, “*Eu não posso mexer com facas e cortar as coisas*”, “*Eu sempre ajudo, na minha casa, a arrumar a mesa*”, “*Eu gosto de cozinhar com o meu pai, ele é um chef de cozinha, faz coisas para vender no bar*”, “*Eu faço bolos com a minha mãe*”, “*Eu não gosto de comer verduras*”, “*Eu*

*gosto muito da comida da minha avó*”, “*Eu não sei cozinhar mas gostaria de aprender*”, “*Minha mãe deixa eu lavar a louça*”, “*Eu só posso olhar quando cozinham*”. Entre tantos comentários e afirmações das crianças, podemos afirmar que “[...] qualquer ação competente implica um “saber fazer” no qual é necessário o domínio de sucessivas habilidades.” (Zabal; Arnau, p. 112, 2010).

Assim, colocar a *mão na massa* para os mini *chefs* do 3º ano trouxe muitas habilidades metacognitivas e que foram aplicadas no dia a dia, tanto em casa quanto na escola. Um exemplo desta experiência de *mão na massa* foi vivenciar no preparo dos alimentos com a família diferentes situações de aprendizagem interdisciplinar. Os autores Zabala e Arnau (2010, p.137) reforçam que “É imprescindível que em matemáticas, língua, música, ciências naturais, etc., utilize-se uma metodologia na qual o aluno viva experiências de aprendizagem sistemáticas e repetidas, que o obriguem a ser cada vez mais responsável, crítico, autônomo, cooperativo e livre”. Ao preparar os alimentos as crianças necessitavam combinar e pesquisar com as famílias uma receita saudável: o cardápio para fazer para a turma, comprar os alimentos, separar os utensílios necessários para a organização, calcular as quantidades e custos, preparar o alimento na sala de aula e servir os colegas. Bassi (2017, p.59) nos diz “[...] não aceitem as falsas divisões entre aprender matemática e português e aprender a construir uma equipe”. Lembramos que a alfabetização matemática, ciências além do letramento estiveram muito presentes na dinâmica do projeto.

Os instrumentos de investigação deste projeto aconteceram de forma lúdica e com muita prática no manuseio de alimentos e utensílios de cozinha. Concordamos com Zabala e Arnau (2010, p. 109) que “Sempre que na vida cotidiana intervimos e resolvemos os problemas que ela nos apresenta, estamos atuando de forma competente.” Com estas ideias coparticipativas, da família na escola contribuindo de modo potencializador da aprendizagem dos filhos citamos também Bender (2014, p.38) que fala “duas cabeças são melhores do que uma para garantir que experiências significativas e ricas em conteúdo sejam fornecidas e que todos os padrões necessários sejam abrangidos.” Levando em consideração que aprendemos quando colocamos a *mão na massa*. E aprendemos quando a aprendizagem faz sentido para a nossa vida e podemos aplicar em situações reais.

## A cozinha tem cores, cheiros, sabores e memórias

O projeto: “Mini *chefs*: a cozinha da infância tem cor, cheiro, sabor e memórias” suscitou muita curiosidade entre as crianças. A percepção de que cada família é diferente e traz consigo uma cultura diversa dos seus saberes trouxe a curiosidade e fomento pela pesquisa. Refletindo sobre a fala de um colega (2019) que afirma “*Criança não pode cozinhar, somente adulto*” iniciou-se uma busca de hipóteses para verificar se de fato aquilo se confirmava. Muitas outras crianças expuseram seus relatos e o que sabiam a respeito do universo dos *chefs* de cozinha como segue: “Os *chefs* fazem comidas muito gostosas e enfeitadas”, “Os *chefs* usam chapéu”, “Os *chefs* mandam na cozinha”. Posto estes e outros questionamentos percebemos como as experiências em cada família com o preparo da alimentação são bastante diferenciadas. Bem como os exemplos oferecidos na seleção, no preparo, cuidado e manipulação com o alimento que cada família oferece às crianças. Estes momentos de trocas de experiências foram extremamente ricos com perguntas e inferências das crianças. Sobre isso citamos Bender (2014, p.24) “Na aprendizagem baseada em projetos, os alunos recebem ou desenvolvem uma tarefa desafiadora e complexa, que se parece com tarefas que os adultos podem enfrentar no mundo real.” Desta forma oferecemos às crianças momentos de pesquisa para que pudessem sanar ou explorar outras possibilidades sobre a cultura envolvida na cozinha e no preparo dos alimentos. Este envolvimento coletivo e colaborativo na busca de soluções para resolver diversos problemas em situação real modificam os paradigmas que compartimentam os conhecimentos “em caixinhas” formatadas e inflexíveis. Enquanto pesquisadoras de infâncias concordamos com o desabafo de Bassi quando diz:

[...] é inadmissível e inquestionável a injustiça de uma criança não ser plenamente alfabetizada na escola, também devemos, igualmente, nos indignar se, além disso, essa criança não tiver as mesmas oportunidades de cultivar as habilidades e competências necessárias para que cresça para ser um sujeito de transformação. (Bassi, 2017, p.58)

As crianças demonstram forte empatia e conexão com as aprendizagens que são oferecidas de forma lúdica, com apelos sensoriais e manuais, onde possam colocar a sua criatividade a serviço do aprender fazendo. Ainda citando Bassi (2017, p.59) reforçamos que as escolas do próximo século “são aquelas preocupadas em formar pessoas que olham para o mundo, que vivem o mundo e querem transformá-lo”. Todas as ações proporcionadas nesse projeto nos levaram a percepção das cores dos alimentos, dos utensílios, dos objetos da cozinha,



das roupas usadas pelos *chefs*. Os cheiros dos alimentos percebidos mesmo antes da degustação, o cheiro da comida que se espalha no ar de casa, do restaurante ou daquele alimento preferido. Os sabores que nos remetem à nossa infância e fazem lembrar de pessoas queridas e que nos trazem aconchego e pertença. E por fim, não menos importante, as memórias de tudo que nos identifica como gente, as lembranças boas e ruins que nos remetem a lugares e pessoas. Zabala e Arnau (2010, p.111-112) fazem uma crítica dizendo “O ensino tradicional foi estruturado em torno de disciplinas isoladas, e estas, por sua vez, em corpos teóricos cada vez mais segmentados.” E concordamos nesta afirmativa complementando que precisamos ousar naquilo que oferecemos como situações de aprendizagem para as crianças. Já Bender (2014) explica que “Saber trabalhar coletivamente na resolução de problemas é, de muitas maneiras, uma das mais importantes habilidades que qualquer jovem pode desenvolver, já que se trata de uma habilidade crucial para praticamente todos os trabalhos do século XXI (Bender, p. 49, 2014).

Diante de tantas aprendizagens significativas podemos citar algumas que sobressaíram neste projeto: o estímulo à escrita criativa e aprendizagem de novo vocabulário, fomento à leitura e pesquisa, criação de cardápios semanais, seleção de e suas quantidades para as receitas, a sequência da receita e o controle do tempo de preparo, tomada de decisões coletivas no dia-a-dia, compreender a origem dos alimentos e o impacto na nossa saúde, reconhecer as diferentes profissões que envolvem as pessoas na cozinha e sua importância para o bem estar de outras, resgatar as memórias de família através das receitas, fazer refeições compartilhadas e resgatar a cultura valorizando as histórias de cada um.

10

### **Considerações Finais**

O objetivo desse artigo foi relatar a experiência de educadoras do 3º ano do ensino fundamental de uma escola pública da região metropolitana de Porto Alegre, com um projeto que visou incentivar as crianças a fazerem escolhas alimentares mais saudáveis. Para isso, o tema sobre alimentação saudável foi inserido a partir de um projeto lúdico e interdisciplinar em parceria com as famílias.

Para cumprir o objetivo da atividade descrita também foi utilizada a metodologia de projetos de Bender (2014), a partir da qual o autor recomenda que os alunos recebam ou desenvolvam tarefas desafiadoras e complexas, que se assemelham às tarefas que os adultos podem enfrentar no mundo real. Para isso, as crianças necessitam trabalhar em grupos, de forma cooperativa, criando significados a partir de diferentes informações, articulando e

problematizando as situações que são expostas e, a partir delas, apresentar uma solução. As crianças também são encorajadas a colaborarem no planejamento do projeto, inserindo-se na pesquisa científica, na investigação e na confrontação dos conhecimentos para a solução de um problema que esteja conectado à sua vida cotidiana.

O projeto *Mini chefs: a cozinha da infância tem cor, cheiro, sabor e memórias* envolveu uma turma de 3º ano do ensino fundamental de uma escola pública do município de Canoas, na região metropolitana de Porto Alegre, no Rio Grande do Sul, em um projeto interdisciplinar sobre alimentação saudável. Tal proposta envolveu o preparo de alimentos saudáveis na escola, juntamente com a parceria das famílias.

A temática e condução lúdica do projeto foi inspirada nos programas de *master chefs* de cozinha, para dar um contexto de vida real e buscando conectar as crianças a uma aprendizagem significativa, considerando que é na infância o momento de maior suscetibilidade ao consumo de doces e produtos industrializados estimulados pela mídia e que tem levado nossas crianças aos altos índices de obesidade infantil. Por isso, a importância de resgatar estes laços e rituais com a família e as lembranças afetivas das pessoas que nos preparam o alimento.

Tendo em vista os aspectos observados, buscamos envolver as crianças de forma lúdica a refletirem sobre a alimentação cotidiana. Introduzimos histórias envolvendo diferentes autores, vídeos ilustrativos com personagens infantis, confeccionamos um mascote do chef Brasil em formato de almofada para que as crianças pudessem levá-lo para casa, juntamente com um livro de histórias e ter um momento especial em família.

As crianças foram incentivadas a preparar uma receita culinária em casa com a família, registrando todo o processo e enviando para a escola. As receitas de família foram compiladas em um livro para que fosse possível compartilhá-las com todas as crianças da turma. Os *mini chefs* Também realizaram pesquisas sobre a vida dos grandes e famosos *chefs* de cozinha, customizaram o vestuário apropriado a um chef de cozinha, criaram cardápios, selecionaram e manipularam diferentes alimentos. As crianças convidaram os familiares para virem à escola com uma receita e cozinham para os colegas, o ponto alto do projeto.

Os resultados da experiência mostram que as crianças refletiram mais sobre as suas escolhas referentes à alimentação cotidiana e estabeleceram mais laços e rituais com a família. A participação das famílias na escola contribuiu de modo potencializador na aprendizagem de toda a turma.

Também percebemos o quanto a diversidade cultural contribuiu para que a percepção de cada criança se modificasse ao longo do projeto. Isso devido ao modo como as experiências em cada família com o preparo da alimentação se mostraram diferenciadas. As crianças se sentiram mais motivadas e atraídas para realizarem as tarefas sabendo que poderiam manipular os alimentos e utensílios de cozinha com a supervisão e orientação de um adulto.

Estas experiências com os mini *chefs* trouxeram muitas habilidades metacognitivas e foram aplicadas no dia a dia, tanto em casa quanto na escola. Houve muitas trocas de experiências enriquecidas com perguntas e inferências das crianças, momentos nos quais puderam cultivar as memórias de família através das receitas, fazer refeições compartilhadas e resgatar a cultura, valorizando as histórias de cada um.

Dentre tantas aprendizagens desmistificamos a crença de que crianças não podem ir para a cozinha. Com isso, ampliamos repertórios do mundo das profissões que orbitam o cenário de uma cozinha e que não é somente em casa que podemos cozinhar, e que existem pessoas comprometidas com o bem-estar de outras como os *chefs*, mas também outras profissões. As crianças conheceram um novo vocabulário, foram estimuladas à leitura e iniciação à pesquisa, encorajadas a controlar o tempo de preparo dos alimentos, e a produzir cardápios dos seus próprios lanches. Dessa forma, houve a oportunidade de abordar conteúdos como as horas, as quantidades de tempo, peso dos alimentos, os tipos de alimentos, entre outros. E, por fim, desenvolveram habilidades e competências aplicáveis no seu cotidiano familiar e na escola que levarão para toda a vida.

Assim, sugere-se que esse assunto tenha continuidade, visto que o estudo possui limitações, como a ausência de dados empíricos. Pesquisas futuras podem explorar a condução de outros projetos que visam uma cultura de alimentação saudável, ou ainda como os meios de comunicação e mídia seduzem as crianças para o consumo de alimentos processados e ultraprocessados, e como as famílias lidam com essa realidade.

## Referências

BARDIN, Laurence. **Análise de Conteúdo**. Lisboa: Edições 70, 2016.

BASSI, Flavio. Protagonismo. *In*: LOVATO, Antônio; FRANZIN, Raquel (org.) et al. **O ser e o agir transformador para mudar a conversa sobre educação**. 1ª ed. São Paulo: Instituto Alana: Ashoka Brasil, 2017. p. 54-63



BAUMAN, Zygmunt. **Amor líquido sobre a fragilidade dos laços humanos**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2014.

BENDER, William N. **Aprendizagem baseada em projetos: educação diferenciada para o século XXI**. Porto Alegre: Penso, 2014

BOGADO, Adriana Marcela; FREITAS, Denise de. A reconstrução de memórias da alimentação na formação inicial de professores de ciências: um reencontro com saberes, sabores, aromas e afetos. **ETD - Educação Temática Digital**, Campinas, SP, v. 18, n. 3, p. 670–689, 2016. DOI: 10.20396/etd.v18i3.8645410. Disponível em: <https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/etd/article/view/8645410> Acesso em: 7 fev. 2021.

DE MATOS, Marilyn A. Errobidarte. A metodologia de projetos, a aprendizagem significativa e a educação ambiental na escola. **Ensino, saúde e ambiente**, v. 2, n. 1, 2009. Disponível em: <https://periodicos.uff.br/ensinosaudeambiente/article/download/21036/12511> Acesso em: 7 fev. 2021.

DOWBOR, Ladislau. Reflexões atuais sobre cidades, família e escola: impactos na vida das crianças e do planeta. In: FONTENELLE, Lais (org) *et al.* **Criança e consumo: 10 anos de transformação**. 1ª ed. São Paulo: Alana, 2016. p.74-95.

FORTUNATO, Ivan. O relato de experiência como método de pesquisa educacional. In: SHIGUNOV NETO, Alexandre; FORTUNATO, Ivan. **Método(s) de Pesquisa em Educação**. São Paulo: Edições Hipótese, 2018, p. 37-50.

GOIÁS. Secretaria de Estado da Saúde B. **Obesidade Infantil**: como prevenir desde cedo. Plataforma digital, 11 de outubro de 2019. Disponível em: <http://saudebrasil.saude.gov.br/ter-peso-saudavel/obesidade-infantil-como-prevenir-desde-cedo>. Acesso em: 6 fev. 2021.

GUARESCHI, Pedrinho A. Consumismo infantil: uma questão ética. In: FONTENELLE, Lais (org) *et al.* **Criança e consumo: 10 anos de transformação**. 1ª ed. São Paulo: Alana, 2016. p.120-127.

LOVATO, Antônio; FRANZIN, Raquel (org.) *et al.* **O ser e o agir transformador para mudar a conversa sobre educação**. 1ª ed. São Paulo: Instituto Alana: Ashoka Brasil, 2017.

LUDVICHAK, Dílvia. **Na cozinha do chef Brasil**. 1ª ed. São Paulo: Editora Paulus, 2011.

MORAN, José. Mudando a educação com metodologias ativas. Convergências midiáticas, educação e cidadania: aproximações jovens. **Coleção mídias contemporâneas**, v. 2, n. 1, p. 15-33, 2015.

ZABALA, Antoni; ARNAU, Laia. **Como aprender e ensinar competências**. Porto Alegre: Artmed, 2010.

OLMOS, Ana. Vergonha de si: a violência invisível da publicidade infantil. In: FONTENELLE, Lais (org) *et al.* **Criança e consumo: 10 anos de transformação**. 1ª ed. São Paulo: Alana, 2016. p.74-95.