

## Atividades educativas

Os alimentos – vamos  
aprender a degustar e reconhecer



# Preâmbulo

Aqui entram-se três propostas de actividades para aprender a conhecer, reconhecer e apreciar os alimentos. Usem a criatividade para adaptá-las ao próprio contexto (ambiental, social, cultural)!

## ▶ Actividade 1

# De onde vêm os nossos alimentos?

### Síntese

Esta actividade ajuda as crianças a tomar conhecimento do facto que todos os alimentos que comemos têm uma origem. Um laboratório do gosto e um mapa geográfico permitem às crianças compreender que o paladar e as demais propriedades organolépticas de alguns produtos, estão ligadas ao seu território de origem.

### Destinatários

Crianças de 8 a 16 anos.

### Objectivos

- Compreender o significado da palavra “território”.
- Conhecer as Fortalezas, os produtos da Arca e os demais produtos locais do próprio país.
- Aprender a reconhecer as diferenças entre os produtos do próprio território com os sentidos (visão, tacto, olfacto, paladar).

### Adultos envolvidos

Professores.

### Material utilizado

- Mapa geográfico (o próprio professor poderá desenhar um)
- Folhas adesivas (ou papelzinhos e fita adesiva ou percevejos)
- Marcadores coloridos
- Amostras de produtos locais (se possível, incluir produtos da Arca e das Fortalezas)

### Desenvolvimento da actividade



#### *Primeira fase: a busca em família*

Nos dias antes da realização da actividade, as crianças deverão fazer uma busca, em família, para identificar alguns produtos locais e indicar a sua origem.

#### *Segunda fase: debate na aula*

Na aula, as crianças apresentam as suas pesquisas, o debate será sobre a definição de origem dos alimentos e a definição de território.

### *Terceira fase: o Laboratório do Gosto*

O professor oferece degustações dos produtos das Fortalezas e da Arca do Gosto às crianças, pedindo para que os identifiquem e descrevam, utilizando os sentidos.

### *Quarta fase: localizar os territórios de origem*

O professor explica às crianças o significado e a importância do território. O professor continua, pedindo às crianças para que localizem no mapa os produtos identificados na pesquisa, utilizando os papelzinhos. O professor resume as características que ligam o produto ao seu território: apresenta a história do produto, mostra as características físicas do lugar (geologia, clima, morfologia, ...), explica as técnicas de produção, descreve o aspecto e o sabor dos produtos. O mapa com os papelzinhos pode ser enriquecido com desenhos e pendurado na sala de aula, como um poster.

### **Variantes**

Podem ser organizadas visitas aos lugares de origem dos produtos alimentares identificados, convidar para ir para a aula um produtor ou um parente das crianças, para que conte a história e as características de um produto.

### **Aprofundamento**

Contactar Younes Zghari – Marrocos (younes.zg@gmail.com) e John Kariuki Mwangi – Quênia (j.kariuki@slowfood.it) para mais informações sobre a actividade.

## ▶ Actividade 2

# Quebra-cabeça de fruta!

### **Síntese**

Esta actividade ajuda as crianças a tomar conhecimento do facto que todos os alimentos que comemos têm características sensoriais específicas, uteis para distingui-los e reconhecê-los.

### **Destinatários**

Crianças de 4 a 13 anos, repartidas em grupos de 3 crianças em cada grupo.

### **Objectivos**

- Estimular a concentração, observação e coordenação.
- Degustação comparada e táctil.

### **Adultos envolvidos**

Professores, na sala de aula e ao ar livre.

### **Materiais utilizados**

Para cada grupo de 3 crianças:

- 3 frutas de cor ou variedade diferentes (por exemplo: 3 diferentes variedades de banana ou 3 mangas diferentes)
- uma bandeja
- 3 pratinhos

## **Desenvolvimento da actividade**

### *Primeira fase: repartição das frutas*

O professor corta cada fruto em 6 pedaços e mistura na bandeja. Faz a mesma coisa com cada grupo. Pede as crianças que lavem as mãos.

Entrega o material (bandeja com a fruta, pratos) a cada grupo, atribuindo a cada participante um pedaço de cor diferente.

### *Segunda fase: compor o quebra-cabeça e degustação*

Cada membro do grupo deverá:

- reunir as frutas, prestando atenção para que coincidam as peças;
- experimentar um pedaço da própria fruta e dos demais colegas do grupo (degustação comparada) ;
- estimular a verbalização (comparação e reflexão: por exemplo, qual fruta é a mais doce, qual a mais azeda, mais compacta ou farinhenta, etc.).

### *Terceira fase: estimular a verbalização*

O professor reúne os comentários das crianças e os convida para trocar ideias. Chama a atenção sobre os aspectos da biodiversidade: formas, cores não uniformes, sabores, diversas texturas...

## **Variantes**

Podem ser organizadas visitas aos pomar, convidar para ir para a aula um produtor ou um parente das crianças, para que conte a história e as características de um produto.

## ▶ **Actividade 3**

# **Cheira à horta**

## **Síntese**

Esta actividade ajuda as crianças a tomar conhecimento do facto que todos os alimentos que comemos têm características sensoriais específicas, uteis para distingui-los e reconhecê-los.

## **Destinatários**

Crianças a partir dos 5 anos, repartidas em grupos, em número par.

## **Objectivos**

- Estimular a percepção olfactiva.
- Trabalho de equipa.

## **Adultos envolvidos**

Professores, na sala de aula.

## **Materiais utilizados**

Material para 24 crianças:

- Mesa ou uma superfície de apoio
- 24 amostras de 12 tipos de hortícolas e/ou frutas
- 24 recipientes, furados, iguais entre eles e não transparentes (ou é também possível realizar pacotinhos de papel ou tecido)

- Uma folha de papel e um marcador
- 12 copinhos ou outros recipientes onde é possível escrever ou colar um papelzinho

### Preparação

O professor, numa folha de papel, realiza uma legenda alfa-simbólica, isto é, para darmos um exemplo:

A =  $\diamond$

B = #

...

Combinar cada planta com uma letra/símbolo, por exemplo:

A =  $\diamond$  = cebola

B = # = tomate

...

Para cada fruto ou hortícola, preparam-se três amostras:

- 1 amostra é colocada dentro de um recipiente/pacote furado e marcado com a letra correspondente
- 1 amostra é colocada dentro de um recipiente/pacote furado com o símbolo correspondente
- 1 amostra é colocada dentro de um copinho marcado com letra + símbolo + nome do hortícola/fruta e colocado na mesa. Os copinhos deverão ser cobertos com uma folha de papel, para que ninguém possa ver ou cheirar o conteúdo.

Por exemplo:

com a cebola realizam-se 3 amostras: uma marcada com a letra "A", outra com o símbolo " $\diamond$ " e um no copinho marcado com "A  $\diamond$  cebola".

### Desenvolvimento da actividade



*Primeira fase: repartem-se as amostras e suas combinações*

Cada criança recebe um pacote segredo: cheirando, deverá identificar a amostra gémea (sugerir às crianças que quem tiver nas mãos um pacotinho marcado com uma letra, deverá procurar o seu par, que terá um pacotinho marcado com um símbolo, e vice-versa).

*Segunda fase: reconhecimento sensorial*

Quando todos tiverem encontrado o seu par, o professor vai chamar as crianças em volta à mesa, para indicar a planta das duas amostras, e entregará a cada dupla de crianças o copinho com a terceira parte correspondente.

Cada dupla, abrindo o copinho, poderá tocar o conteúdo e memorizar o cheiro-forma-sensação tátil (melhor se de olhos fechados).

*Ajuda-nos a descobrir novas fotos!*