

A VARIEDADE DO CARDÁPIO

INTRODUÇÃO

Nesta seqüência didática, trabalharemos noções sobre a origem dos alimentos e os diferentes costumes alimentares regionais. Atividade recomendada para as séries finais do Ensino Fundamental II.

OBJETIVOS

- Estimular a reflexão sobre a importância da variedade no cardápio alimentar.
- Conhecer um pouco mais sobre a diversidade de alimentos que ingerimos e aspectos culturais que envolvem a alimentação.

- Divida a classe em dois grupos e peça para que observem a imagem de um tabuleiro de baiana (foto abaixo) e escutem a música "No tabuleiro da baiana", de Ary Barroso. Peça para que discutam sobre a letra da música.
- Faça um levantamento com os

alunos sobre outras letras de música, poesia, peças de teatro ou novelas que abordam hábitos alimentares regionais.

- Peça para que cada aluno diga o nome de um prato que aprecie e anote no quadro. Faça uma tabela representativa dos alimentos

No tabuleiro da baiana

*No tabuleiro da baiana tem / Vatapá, caruru, mungunzá,
tem umbu / Pra Ioiô / Se eu pedir você me dá /
O seu coração, seu amor / De Iaiá*

*No coração da baiana também tem / Sedução, canjerê,
candomblé, ilusão / Pra você*

*Juro por Deus, pelo Senhor do Bonfim / Quero você baianinha
inteirinha pra mim / Mas depois, o que será de nós dois /
Seu amor é tão cruel, enganador*

*Tudo já fiz, fui até um canjerê / Prá ser feliz, meus trapinhos
juntar com você / Mas depois, vai ser mais uma ilusão /
No amor quem governa é o coração.*



Baiana vende acarajé e outras iguarias



CELESTINO/ISTOCK

preferidos pela sala e identifique a origem dos pratos.

- Dialogue com os alunos sobre as comidas típicas da região onde moram, identificando os ingredientes utilizados e a forma de preparo.

- Em seguida, peça aos alunos que pesquisem com seus pais os tipos de alimentos que eles consumiam em sua infância. Em sala de aula faça uma comparação entre os alimentos consumidos pelos pais e os alimentos consumidos pelos alunos. Analise, em grupo, as diferenças encontradas e as causas dessas mudanças.

- Divida a classe em cinco grupos e solicite que cada grupo pesquise um prato típico de cada uma das regiões do Brasil. A pesquisa deve contemplar desde a origem dos alimentos até a importância histórica e o significado cultural daquele prato para a região.

- Na sala de aula, os alunos devem elaborar painéis com as informações coletadas, que deverão ser afixados em um grande mapa do Brasil.

- A sala poderá montar uma exposição dos painéis e cada grupo preparar a comida típica de sua região, para ser degustada por todos.