

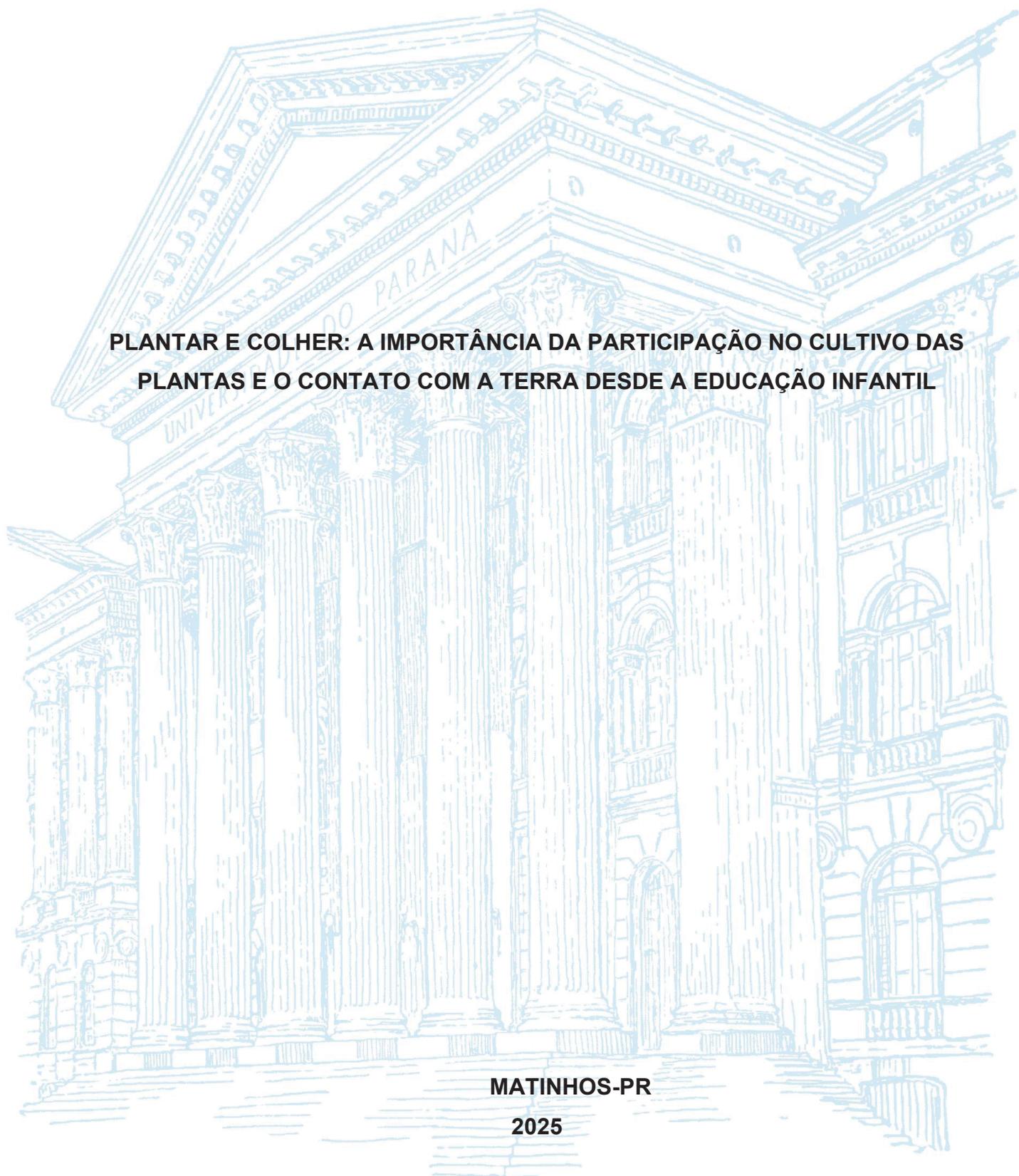
**UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ**

**GILMARA FERNANDES CORRÊA RUIVO**

**PLANTAR E COLHER: A IMPORTÂNCIA DA PARTICIPAÇÃO NO CULTIVO DAS  
PLANTAS E O CONTATO COM A TERRA DESDE A EDUCAÇÃO INFANTIL**

**MATINHOS-PR**

**2025**



GILMARA FERNANDES CORRÊA RUIVO

PLANTAR E COLHER: A IMPORTÂNCIA DA PARTICIPAÇÃO NO CULTIVO DAS  
PLANTAS E O CONTATO COM A TERRA DESDE A EDUCAÇÃO INFANTIL

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Pós-Graduação de Especialização em Alternativas para uma Nova Educação no Setor de Litoral, Universidade Federal do Paraná, como requisito parcial à obtenção do título de Especialista em Alternativas para uma Nova Educação.

Orientadora: Prof<sup>a</sup> Josililian Alberton

Coorientadora: Prof<sup>a</sup>. Ivone Rodrigues Macena Barossi

MATINHOS-PR

2025

## RESUMO

O projeto “Plantar para colher” é uma iniciativa educativa que transforma o ambiente escolar em um espaço de aprendizado vivo e interativo. A alimentação saudável na escola vai muito além de apenas citar que essa questão é importante para o dia a dia. A educação alimentar é um assunto que merece atenção e precisa ser cada vez mais recorrente no ambiente escolar. Dessa forma, é bom começar pelas crianças, ensinando que somos parte da natureza e dela dependemos para sobreviver. Outro ponto importante, é que além de ocupar um espaço físico ocioso e contribuir para o processo de aprendizagem, ela também pode ajudar na melhora da qualidade de vida, os alimentos produzidos podem exercer um papel complementar na merenda escolar, estimulando hábitos alimentares mais saudáveis, e a preservação do meio ambiente. A Horta Escolar é um estudo interdisciplinar onde as crianças aprendem temas como a alimentação, nutrição, ecologia que aliado ao aprendizado do cultivo das plantas, geram situações de aprendizagens diversificadas servindo também como um laboratório vivo para diversas atividades educacionais relacionadas à educação ambiental e nutricional, promovendo colaboração e cooperação entre os membros da comunidade escolar. Para estreitar laços entre família e CMEI o projeto sobre alimentação saudável envolverá alunos, professores, pais e voluntários no planejamento e manutenção da horta, assim como ações de preservação e a conservação para que o aluno tome consciência de sua responsabilidade.

Palavras-chave: Plantar; Espaços Interativos; Educação Alimentar.

## **INTRODUÇÃO**

As atividades ligadas ao uso do solo tais como resolver a terra, plantar, arrancar o mato, podar, regar não só constituem ótimo exercício físico como representam uma forma de aprendizado saudável e criativo, tal qual o contato com as coisas da natureza. Este projeto procura apresentar atividades que despertem o interesse do aluno no cuidado com o ambiente e manejo da terra. Os alunos devem estar presentes em todas as etapas e atividades desenvolvidas na horta como: seleção das espécies a serem cultivadas, plantio, cuidados com a horta e colheita. Os professores devem auxiliar os alunos no desenvolvimento e manutenção da horta e na supervisão dos trabalhos. A comunidade escolar participará através de uma vivência junto com a nutricionista sobre como reduzir problemas relacionados à má alimentação, como: a obesidade e as deficiências nutricionais, e participação no preparo de uma salada coletiva.

A turma envolvida no projeto poderá realizar pesquisas sobre:

O solo, o clima e os alimentos;

Os alimentos e o seu valor nutricional;

A importância do solo na reprodução de alimentos;

Os cuidados com a preparação do solo;

Alimentos e seu valor nutricional;

Receitas pesquisadas junto a familiares e outras pessoas da comunidade que contenham os alimentos cultivados na horta;

Para implantar o projeto na escola, vamos precisar de um espaço para desenvolver a horta, assim como, o apoio dos alunos, dos outros professores, pais e da comunidade

## **JUSTIFICATIVA**

O projeto “Plantar para colher” é uma iniciativa educativa que transforma o ambiente escolar em um espaço de aprendizado vivo e interativo. A alimentação saudável na escola vai muito além de apenas citar que essa questão é importante

para o dia a dia. A educação alimentar é um assunto que merece atenção e precisa ser cada vez mais recorrente no ambiente escolar. Dessa forma, é bom começar pelas crianças, ensinando que somos parte da natureza e dela dependemos para sobreviver. Outro ponto importante, é que além de ocupar um espaço físico ocioso e contribuir para o processo de aprendizagem, ela também pode ajudar na melhora da qualidade de vida, os alimentos produzidos podem exercer um papel complementar na merenda escolar, estimulando hábitos alimentares mais saudáveis, e a preservação do meio ambiente. A Horta Escolar é um estudo interdisciplinar onde as crianças aprendem temas como a alimentação, nutrição, ecologia que aliado ao aprendizado do cultivo das plantas, geram situações de aprendizagens diversificadas servindo também como um laboratório vivo para diversas atividades educacionais relacionadas à educação ambiental e nutricional, promovendo colaboração e cooperação entre os membros da comunidade escolar. Para estreitar laços entre família e CMEI o projeto sobre alimentação saudável envolverá alunos, professores, pais e voluntários no planejamento e manutenção da horta, assim como ações de preservação e a conservação para que o aluno tome consciência de sua responsabilidade.

## **OBJETIVO GERAL**

Oportunizar à comunidade escolar a plantação e consumo de hortaliças, fonte de vitaminas, fibras e sais minerais, obter noções sobre educação alimentar e ambiental, além de utilizá-la como instrumento prático do processo ensino e aprendizagem. Além disso, contribuem para o desenvolvimento de diversas habilidades nos alunos, como cooperação, responsabilidade, resolução de problemas, e muito mais.

## **OBJETIVOS ESPECÍFICOS:**

- Despertar o interesse das crianças para o cultivo de horta e conhecimento do processo de germinação;

- Proporcionar aos alunos a descoberta das técnicas de plantio, manejo do solo, cuidado com as plantas assim como técnicas de proteção da estrutura do solo
- Oportunizar os alunos o cultivar plantas utilizadas como alimentos;
- Conscientizar da importância de estar saboreando um alimento saudável e nutritivo;
- Degustação do alimento semeado, cultivado e colhido;
- Orientar as cozinheiras sobre os restos de comidas que podem ser reutilizados e aproveitados;
- Criar, na escola, uma área verde produtiva pela qual, todos se sintam responsáveis;
- Estimular os alunos a construírem seu próprio conhecimento no contexto interdisciplinar;
- Contextualizar os conteúdos aos problemas da vida urbana;
- Construir a noção de que o equilíbrio do ambiente é fundamental para a sustentação da vida em nosso planeta.
- Trabalhar conceitos matemáticos relacionados ao espaço da horta, como área e perímetro, na semeadura, contagem de sementes e covas.

## **DESENVOLVIMENTO**

**1ª etapa:** -Visitação à horta: - Reconhecimento do espaço em que será feito o plantio. Nesta etapa, os professores devem aproveitar para conversar com os alunos, abordando questões como o que é uma horta, para que serve e o que podemos plantar nela. Exploração do espaço da horta, mostrando suas partes e os instrumentos que serão utilizados para a semeadura, como manusear, com segurança, o rastelo, a pá, o regador. Preparação da terra, depois de uma aula sobre plantio, os alunos começam a preparar junto com os professores a terra afofando-a, desmanchando os torrões que se formam, molhando-a.

**2ª etapa:** Apresentação da alface e da cenoura que serão plantados (explicar as características e o valor nutricional do alimento e para que servem as vitaminas que estão contidas nele, demonstrar o alimento pronto para consumo, deixando que provem seu sabor e textura.

**3ª etapa:** Plantio (Os alunos deverão "apresentar a comunidade à semente que será plantada, visitando algumas salas. Em seguida, fazem as covas para colocação da semente. Depois da plantação, os professores devem combinar com a turma o espaço de tempo em que será feita a rega e a limpeza dos canteiros.)

**4ª etapa:** Acompanhamento da plantação. (a época de crescimento da plantação, observação do crescimento da semente, limpeza e rega dos canteiros. Em paralelo enviar materiais para casa, sobre a horta na escola, fotos, tarefas, solicitar que as famílias enviem receitas saudáveis, envolvendo cada vez mais as famílias.

**5ª etapa:** Visita a horta municipal, conhecer o espaço e as plantas que existem ali, conversar com o responsável do manejo e cultivo da plantação;

**6ª etapa:** Receber a visita de uma nutricionista que fará uma palestra sobre o consumo do alimento adequado que faz toda a diferença na saúde e na vida, promovendo o bem-estar físico, mental e social.

**7ª etapa:** Colheita e experimentação (A fase final do projeto deve ser encarada como um dia da família na escola onde todos os envolvidos se reúnem para colher o que plantaram. Junto com as famílias irão fazer a lavagem das folhas e preparo de uma deliciosa salada coletiva.

Encerrar com o preparo do próprio alimento, esse é um dos fatores mais importantes para hábitos saudáveis e diminuição de consumo de alimentos processados. Ao colocar, a mão na massa e preparar receitas, os alunos desenvolvem também a coordenação motora. Ensinar as crianças a lavar, cortar, misturar, é uma importante estratégia para favorecer o desenvolvimento motor de uma maneira divertida. Além disso, essas práticas básicas são comuns ao cotidiano de qualquer cozinha e podem ser aplicadas em casa e as crianças irão adorar fazer parte de mais esse momento da rotina domiciliar.

## CRONOGRAMA

Projeto "Plantar e Colher"	Agosto	Setembro	outubro
Realizar um levantamento da área escolar,	x		
medir onde possa ser feito a horta;			
Levar às turmas, inicialmente envolvidas, a relação do material necessário e se existente na escola: enxada, pá, regador, garfo de terra, vassoura;	x		
Comunicar a toda comunidade escolar sobre o projeto, solicitando esterco, mudas e sementes;	x		
Confeccionar painel com nome do projeto e panfletos, com fotos tiradas de alunos e professora;	x		
Limpar canteiros e recolher lixo;		x	
Molhar, fofar a terra; tirar fotos do canteiro, com alunos;		x	
Visitar a horta municipal e outras escolas que tenham horta.			
Colocar estacas com nomes das hortaliças; limpar os matinhos;		x	
Receber a visita da nutricionista, colheita e experimentação. Finalização do projeto com uma salada coletiva		x	

## **RECURSOS**

Semente de plantas, enxada, pá, cartolina, cola, fita métrica, estacas de madeira e transporte para visitas.

## **REFERENCIAL TEÓRICO**

A promoção da saúde permite que as pessoas adquiram maior controle sobre sua própria qualidade de vida. Através da adoção de hábitos saudáveis não só os indivíduos, mas também suas famílias e comunidade se apoderam de um bem, um direito e um recurso aplicável à vida cotidiana. Baseado nesse conceito de integração entre grupos de indivíduos, a Organização Mundial da Saúde (1997) define que uma das melhores formas de promover a saúde é através da escola. Isso porque, a escola é um espaço social, onde muitas pessoas convivem, aprendem e trabalham, onde os estudantes e os professores passam a maior parte de seu tempo. Além disso, é na escola onde os programas de educação e saúde pode ter a maior repercussão, beneficiando os alunos na infância e na adolescência. Nesse sentido, os professores e todos os demais profissionais tornam-se exemplos positivos para os alunos, suas famílias e para a comunidade na qual estão inseridos.

A Horta pode ser um laboratório vivo para diferentes atividades didáticas. Além disso, o seu preparo oferece várias vantagens para a comunidade. Dentre elas, proporciona uma grande variedade de alimentos a baixo custo, no lanche das crianças, permite que toda a comunidade tenha acesso a essa variedade de alimentos por doação ou compra e também se envolva nos programas de alimentação e saúde desenvolvidos na escola. Portanto, o consumo de hortaliças cultivadas em pequenas hortas auxilia na promoção da saúde. Há várias atividades que podem ser utilizadas na escola com o auxílio de uma horta onde o professor relaciona diferentes conteúdos e colocar em prática a interdisciplinaridade com os seus alunos. A matemática pode ser um exemplo com o estudo das diferentes formas dos alimentos cultivados, além disso, o estudo do crescimento e desenvolvimento dos vegetais pode ser associado com o próprio desenvolvimento. Isto é, a importância de a terra ter todos os nutrientes para que a semente se desenvolva em todo o seu potencial, livre de qualquer doença. Essas atividades

também asseguram que a criança e a escola resgatem a cultura alimentar brasileira e, conseqüentemente, estilos de vida mais saudáveis.

#### Sustentabilidade ambiental ou ecológica

Compreende a preservação e manutenção do meio ambiente, cujo principal objetivo é garantir que as necessidades das gerações futuras não sejam prejudicadas pelo uso indiscriminado dos recursos naturais na atualidade.

### **RESULTADOS ESPERADOS**

Espera-se que após o projeto, os estudantes sejam capazes de se compreender como participantes do meio ambiente conscientes de suas responsabilidades e a manutenção da natureza ao seu redor.

A partir das vivências, os estudantes poderão desenvolver consciência sobre o seu papel nos cuidados com sua saúde e natureza adquirindo hábitos mais saudáveis.

Por fim, almeja-se que os estudantes adquiram a capacidade de questionamento, reflexão e argumentação através da vivência e práticas mais saudáveis.

### **CONSIDERAÇÕES**

Sabemos que educar não é uma tarefa fácil, mas quando a escola e a família dialogam, compartilham projetos e se unem, o aprendizado acontece de forma significativa e fica muito mais fácil de estimular o desenvolvimento pleno da criança, conscientização e cuidados com a natureza e seu próprio corpo.

## REFERÊNCIAS

Ensinar, aprender, plantar e colher:  
<http://ecoredesocial.com.br/2015/06/ensinaraprender-plantar-e-colher/> acesso dia 26/08/2016

Manual para Escolas: A Escola promovendo hábitos alimentares saudáveis.  
<http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/horta.pdf> acesso dia 27/08/2016.

Portal do MEC: Produção e Industrialização de alimentos  
[http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/profunc/13\\_alimentos.pdf](http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/profunc/13_alimentos.pdf) acesso dia 25/08/2016.

Projeto “Plantando cidadania”:  
<http://www.webartigos.com/artigos/projetoplantando-cidadania/60104/> acesso dia 26/08/2016

Projeto horta na escola:

<http://portaldoprofessor.mec.gov.br/storage/materiais/0000016885.pdf> acesso dia 09/07/2024.

Escola educação: <https://escolaeducacao.com.br/projeto-horta-na-escola/> acesso dia 09/07/2024.

<https://fia.com.br/blog/sustentabilidade/#:~:text=Sustentabilidade%20ambiental%20ou%20ecol%C3%B3gica,dos%20recursos%20naturais%20na%20atualida de.> acesso dia 27/11/2024.