

## **EDUCAÇÃO AMBIENTAL E A ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL**

**Rosana Aparecida do Nascimento Souza Ramos e Wanessa Cristina Albieri**

**B. Benedito /Creche área de Saúde(CAS)/Universidade Estadual de Campinas(UNICAMP).**

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 construísse hábitos alimentares saudáveis. Nesta faixa etária as crianças se precipitam ao afirmar que não gostam de uma comida, principalmente se ela não for colorida, 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. O projeto visa 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. Propiciar hábitos alimentares saudáveis e apresentar a criança diferentes tipos de alimentos, possibilitou também a sua autonomia no sistema self-service e o cultivo dos próprios alimentos na nossa horta. Apresentar diferentes tipos de alimentos, Estimular a curiosidade, Reconhecer os sabores e cores das comidas Manusear Explorar Experimentar Plantar Regar Colher. O tema Educação Ambiental e Alimentação saudável foi desenvolvido com atividades que proporcionaram 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. A avaliação foi feita através de um processo contínuo observando o comportamento da criança aos pares e a proposta realizada, através do registro de fotos portfólio e a participação coletivas das crianças na roda de conversa.

**PALAVRAS-CHAVE:** Ambiente; Natureza; Alimentação; Hábitos.