0 A+ A- 0 27 0 0 A+ A- 0 27 0

Blog dos Colégios | Albert Sabin

Pesquisar

As informações e opiniões expressas neste blog são de responsabilidade única do autor.

A escola e a educação alimentar

COLÉGIO ALBERT SABIN
24 Fevereiro 2016 | 16:14

As crianças passam em média 25 horas semanais no ambiente escolar – ou o dobro disso no caso das que ficam em período integral. Com isso em mente, as escolas têm atribuído cada vez mais importância não apenas à educação nutricional de seus alunos, mas também às opções de alimentos oferecidos no espaço escolar.

O Albert Sabin considera a educação alimentar um importante tema transversal no desenvolvimento dos seus mais de 2.660 alunos. Suas equipes mantêm cuidados para oferecer opções para uma alimentação saudável e, principalmente, uma formação baseada em conceitos que os ajudem a fazer boas escolhas durante toda a vida.

"A escola é um espaço onde as crianças também se alimentam, então procuramos oferecer experiências saudáveis que fortaleçam esses valores e atitudes. Também trabalhamos em parceria com as famílias e estamos à disposição dos pais para que possam tirar dúvidas, receber dicas, e, claro, direcionar a instituição com relação a particularidades de seus filhos, como preferências ou restrições alimentares", afirma Giselle Magnossão, diretora pedagógica do Colégio.

No caso dos alunos que estudam em período integral, suas agendas recebem anotações diárias a respeito de como foi a alimentação: Ótimo, Bom, Pouco ou Recusou. Esse controle é feito pela professora ou auxiliar no lanche e no almoço em relação às opções enviadas na lancheira ou ao que é ofertado pelo Colégio na hora do almoço, para que os pais saibam como seu filho está se alimentando.

"Nesse contexto, as famílias desempenham papel fundamental. Cada vez mais parceiras da escola, elas ajudam a estender as ações desenvolvidas com os alunos no Sabin até suas casas. Essa crescente conscientização dos pais sobre a importância de manter bons hábitos alimentares pode ser percebida na lancheira, cada dia com mais opções saudáveis", conta a diretora.

Educação Infantil

A alimentação saudável é trabalhada com os alunos do Albert Sabin em sala de aula desde a Educação Infantil. E este ano, o assunto ganhará *status* de atividade permanente no Maternal II, com o Dia da Fruta. A ação, que será realizada semanalmente, tem como objetivo, além de incentivar o hábito saudável de consumir frutas, a interação com as diversas áreas do conhecimento.

"Ao conhecer uma grande variedade de frutas, os alunos vão aumentar seu repertório de palavras, um dos objetivos da área de Linguagem Oral e Escrita. A comparação entre frutas grandes e pequenas, de cascas ásperas ou lisas, suas semelhanças e outras diferenças serão trabalhadas em Matemática. O hábito de comer frutas e o conhecimento sobre como elas nascem e crescem serão trabalhados em Ciências Naturais. Manuseá-las, sentir suas texturas, seus cheiros e aprender a mastigar bem são ações que farão parte das aulas de Psicomotricidade", explica Adriana Sylvestre, assessora pedagógica de Ciências.

Semana Sabin

Outro momento em que o Colégio trabalha a alimentação saudável com seus alunos é a Semana Sabin, evento que acontece em agosto e homenageia seu patrono, Dr. Albert Bruce Sabin. Na ocasião, estudantes da Educação Infantil ao Ensino Médio participam de atividades voltadas ao incentivo da boa convivência e de boas práticas de saúde e alimentação.

Na Semana Sabin de 2015, por exemplo, os alunos de 1º e 2º ano do E. Fundamental discutiram quais são os componentes de uma refeição de qualidade e definiram o que seria um lanche coletivo ideal para a saúde. O 1º ano realizou um delicioso piquenique com alimentos trazidos de casa, como sucos, tomate, queijo branco e frutas. Já o 2º ano foi incentivado pelas professoras a trazer alimentos mais saudáveis em suas lancheiras. Todos os dias, na hora do lanche, a turma acompanhou e discutiu a composição das lancheiras.

O tema também foi abordado no Ensino Fundamental II. Os alunos do 6º ano assistiram ao documentário "Muito além do peso" e refletiram sobre obesidade infantil, hábitos alimentares, alimentação saudável e a influência da comunicação mercadológica na escolha dos alimentos que consumimos.

Já o 8º ano participou do projeto Nutrição e Movimento, que envolveu as áreas de Educação Física e Ciências. Os jovens foram orientados a respeito dos alimentos que devem ser consumidos antes e depois da prática de exercícios físicos, fizeram uma caminhada no bosque do Parque dos Príncipes, participaram de atividades esportivas no ginásio do Colégio e ainda saborearam um delicioso piquenique.

Cantina e restaurante

A fim de atender às necessidades dos alunos, a estrutura do Albert Sabin foi aprimorada ao longo dos anos. Hoje, a cantina oferece opções saudáveis, como frutas, saladas, sanduíches naturais e salgados assados em vez de fritos. O cardápio do restaurante é desenvolvido e acompanhado por uma nutricionista, o que garante uma alimentação de qualidade a alunos e colaboradores diariamente.

Para Luciana Rosa Porta, que atua como nutricionista do Colégio há 17 anos, essa missão nem sempre é fácil, mas os resultados são positivos. "Temos conseguido alcançar metas gratificantes, como o aumento do consumo de frutas nas sobremesas, tanto no restaurante como na cantina. A procura por saladas e sanduíches naturais tem crescido entre os adolescentes, o que é um ótimo sinal", comemora Luciana.

A diretora Giselle Magnossão ratifica: "quando o assunto é educação alimentar, procuramos atuar em todas as frentes: na orientação às famílias, na abordagem do tema com os alunos desde a Educação Infantil, a fim que eles conheçam a diversidade de alimentos e aprendam a desenvolver bons hábitos alimentares, e na oferta de opções que contribuam para que nossas crianças e jovens tenham uma alimentação saudável. Consequentemente, eles desfrutarão de melhor qualidade de vida".

Tags: Adriana Sylvestre, Alimentação Saudável, Cantina, Ciências, Colégio Albert Sabin, Educação Física, Exercícios Físicos, Família, Giselle Magnossão, Hábitos Saudáveis, Luciana Rosa Porta, Muito Além do Peso, Nutrição e Movimento, Nutricionista, Obesidade Infantil, Qualidade de Vida, Restaurante, Saúde, Semana Sabin

As informações e opiniões expressas neste blog são de responsabilidade única do autor.

0 COMENTÁRIO(S)
CLIQUE E DÊ A SUA OPINIÃO

TUDO SOBRE:
Leia também os blogs dos outros colégios

POSTS MAIS LIDOS

16 de fevereiro de 2016
Quando o assunto é ensinar a escrever

11 de janeiro de 2016
Outras vozes que narram o mundo

28 de dezembro de 2015
A construção do conhecimento

26 de janeiro de 2016
Menos fronteiras, mais diálogo

AGORA NA CAPA

Zelotes
Nova fase da Zelotes mira grupo Gerdau

Lava Jato
Marketeiro recebia de estaleiro

Limite de 50 km/h
Multas rescem 35% em SP

Economia
Vale tem prejuízo de R$ 44,2 bi em 2015

Petróleo
Senado aprova regras para pré-sal

RECOMENDADAS +

Conheça dez alimentos que ajudam a combater o cansaço

Confira três roteiros para desbravar o sertão nordestino

ESPECIAL: Conheça a trajetória dos Rolling Stones

ESPECIAL: 'Aedes' se torna emergência internacional

OPINIÃO +
MAIS LIDAS +
ÚLTIMAS +

CATEGORIAS
Educação Infantil
Ensino Fundamental I
Ensino Fundamental II
Mostra Cultural
O Colégio
Projetos
Proposta Pedagógica
Semana Sabin

RECOMENDADAS +

Conheça dez alimentos que ajudam a combater o cansaço

Confira três roteiros para desbravar o sertão nordestino

ESPECIAL: Conheça a trajetória dos Rolling Stones

ESPECIAL: 'Aedes' se torna emergência internacional

OPINIÃO +
MAIS LIDAS +
ÚLTIMAS +

CATEGORIAS
Educação Infantil
Ensino Fundamental I
Ensino Fundamental II
Mostra Cultural
O Colégio
Projetos
Proposta Pedagógica
Semana Sabin

CATEGORIAS
Educação Infantil
Ensino Fundamental I
Ensino Fundamental II
Mostra Cultural
O Colégio
Projetos
Proposta Pedagógica
Semana Sabin

CATEGORIAS
Educação Infantil
Ensino Fundamental I
Ensino Fundamental II
Mostra Cultural
O Colégio
Projetos
Proposta Pedagógica
Semana Sabin

TAGS

1º ano 2º ano 3º ano 4º ano 5º ano Alimentação Saudável Ciências Colégio Albert Sabin Construção do Conhecimento Criar Oportunidades Cultura Africana Cultura Indígena Diversidade Cultural Educação Educação Infantil Ensino de Qualidade Ensino Fundamental I Evolução dos Aprendizados Excelência Acadêmica Família Física em um Segundo Idioma Formação Integral do Indivíduo Geografia Giselle Magnossão Gráficos História Matemática Maternal Micro-organismos Mostra Cultural Natureza e Sociedade Parceria e Diálogo Perspectiva Histórica Planejamento Pedagógico Proposta Pedagógica Práticas Esportivas e Culturais Pré I Pré II Sistema Circulatório Sistema Digestório Sistema Locomotor Sistema Nervoso Sistema Reprodutório Sistema Respiratório Valores Humanistas

Facebook Albert Sabin
Contato Albert Sabin
Site Albert Sabin