



COLÉGIO NOSSA SENHORA CONSOLATA

INSTITUTO IRMÃS MISSIONÁRIAS DE NOSSA SENHORA CONSOLADORA

Av. Imirim, 1424 - Imirim | CEP 02464-200 | São Paulo - SP
www.colegioconsolata.com.br | consolat@colegioconsolata.com.br | (11) 2238.4848
f /Consolata Oficial



Projeto “Jovem Allamaniano 2017”

Tema: *BRASIL, UM PAÍS PLURICULTURAL*

- **Subtema:** Diversidade gastronômica da região Sudeste.
- **Turma envolvida:** 8º ano B.
- **Professores responsáveis:** Maria Helena de Marçal e Thitaka Yamada.
- **Disciplinas relacionadas:** Ciências, Desenho Geométrico e Artes.

➤ **Justificativa:**

Além da necessidade biológica, comum a todos os seres humanos, a alimentação mostra as variedades culturais dos povos.

Muito da alimentação de diferentes povos tem a ver com valores simbólicos que são produzidos por suas culturas em determinados tempos e espaços.

A alimentação faz parte da alma de um povo, daí a importância de reconhecer o caráter cultural e histórico dos hábitos alimentares.

A culinária brasileira é rica, saborosa e diversificada. Cada um dos estados brasileiros tem seus pratos típicos, preparados de acordo com antigas tradições, que são transmitidas a cada geração.

O significado da comida ultrapassa o simples ato de alimentar-se. São muitas as tradições que consideram a hora da refeição como “sagrada”, de silêncio, compostura e de severidade. Manda-se respeitar a mesa e, no interior, não se comia trazendo armas, chapéu na cabeça ou então sem camisa. Comer junto é aliar-se: a palavra “companheiro” vem do latim “cum panis”, de quem compartilha o pão.

➤ **Objetivos:**

- Destacar as diferenças culturais da culinária dos estados da região Sudeste;
- Abordar aspectos culturais relacionados às receitas típicas dos estados de SP, MG, ES, RJ;
- Identificar a origem dos pratos típicos da região;
- Identificar os nutrientes presentes em cada receita e suas funções biológicas;
- Calcular o valor nutricional das receitas;
- Confeccionar um livro de receitas;
- Produzir um painel coletivo dos pratos típicos.

➤ **Estratégias/procedimentos:**

- Pesquisa na internet;

- Entrevistas com pessoas de cada estado;
- Câmara digital;
- Notebook;
- Cozinha (preparação dos pratos).

- **Cronograma:**

1ª Etapa

- Exibir vídeo de motivação: <https://www.youtube.com/watch?v=B4gj2NnNZ0E>
- Mostrar aos alunos usos e costumes e a culinária da região sudeste.
- Levar os alunos à curiosidade sobre como os pratos são preparados e qual seu valor nutritivo.
- Definir quatro grupos na sala.
- Sortear os estados correspondentes a cada grupo.

2ª Etapa

- Pesquisar sobre a história culinária de cada estado (influências recebidas), os pratos típicos, destacar a origem (animal/ vegetal, in natura/industrializado) e valor nutricional de cada ingrediente das receitas (identificar se o ingrediente é típico da região ou vem de outra).
- Produção do documento.

3ª Etapa

- Apresentação em sala.
- Elaboração do painel (fotos/receitas) Power Point.

4ª Etapa

- Definir um prato típico comum aos quatro estados (cuscuz) e relacionar as diferentes formas de prepará-lo em cada estado.

5ª Etapa

- Montagem do Espaço Cultural.
- Produção do prato típico.

➤ **Conteúdos trabalhados:**

- Valor nutricional dos alimentos;
- Elaboração de cardápio equilibrado;
- Usos e costumes;
- Receitas típicas de cada região.

➤ **Materiais necessários:**

- Computador/internet;
- Laboratório de Ciências;
- Papel sulfite/ material xerocado;
- Gravuras;
- Papel pardo/cola/tesoura/canetas.

➤ **Avaliação:**

- Individualmente e em grupo – pesquisa individual, participação na montagem do trabalho escrito, preparação do painel (Artes), organização o livreto de receitas, explanações para a sala, pontualidade na entrega das atividades, na colaboração, no comprometimento e responsabilidade com as atividades propostas.