

**JARDIM DOS SABORES****Ana Carolini Carvalho dos Anjos**

ana.761471@graduacao.fsa.br

**Everton Coev da Silva**

everton.762404@graduacao.fsa.br

**Heloisa Coquepuma Rodrigues**

heloisa.761759@graduacao.fsa.br

**Nádia Silva Sousa**

nadia.761424@graduacao.fsa.br

Discentes, Curso de Pedagogia,

Centro Universitário Fundação Santo André

**Márcio de Cássio Juliano**

marcio.juliano@fsa.br

Docente, Curso de Pedagogia,

Centro Universitário Fundação Santo André

**RESUMO**

Jardim dos Sabores é um projeto pedagógico voltado à promoção de práticas alimentares saudáveis em crianças da educação infantil, integrando a educação ambiental, sensorial e lúdica. Utilizando de espaços ao ar livre, o projeto visou criar uma horta orgânica interativa onde as crianças poderiam explorar, plantar, cuidar e colher alimentos naturais, desenvolvendo uma relação afetiva com a natureza e a alimentação. A proposta pedagógica combinou atividades práticas, como o plantio de ervas aromáticas, hortaliças de crescimento rápido e frutas de pequeno porte, propiciando vivências sensoriais e permitindo que as crianças tocassem, cheirassem e sentissem os alimentos diretamente da horta. Além disso, o projeto contou com um cronograma planejado para garantir a diversidade de plantas com diferentes tempos de crescimento, de modo que as crianças pudessem acompanhar todo o ciclo dos alimentos, desde a semente até a colheita. O objetivo principal era despertar nas crianças o interesse pela alimentação saudável, promover hábitos conscientes e sustentáveis desde

a infância, ao mesmo tempo em que desenvolviam habilidades motoras, cognitivas e socioemocionais. Houve a participação de trinta crianças com idade entre três e quatro anos de uma instituição pública de educação infantil no município de São Bernardo do Campo. Ao longo da execução do projeto foi possível observar que as crianças se mostraram mais abertas ao contato com a terra, desenvolveram atitudes de cuidado com o meio ambiente e demonstraram maior interesse por alimentos naturais.

**PALAVRAS-CHAVE:** Educação Infantil; alimentação saudável; horta orgânica; saúde e bem-estar; crianças da pré-escola.

## THE GARDEN OF FLAVORS

### ABSTRACT

The Garden of Flavors is a pedagogical project aimed at promoting healthy eating habits among preschool children, integrating environmental, sensory, and playful education. Utilizing outdoor spaces, the project sought to create an interactive organic garden where children could explore, plant, care for, and harvest natural foods, fostering an emotional connection with nature and nutrition. The pedagogical approach combined hands-on activities such as planting aromatic herbs, fast-growing vegetables, and small fruits, providing sensory experiences and allowing children to touch, smell, and feel the foods directly from the garden. Additionally, the project followed a planned schedule to ensure a diversity of plants with varying growth periods, enabling children to observe the entire food cycle—from seed to harvest. The main goal was to spark children's interest in healthy eating, promote conscious and sustainable habits from an early age, while also developing motor, cognitive, and socio-emotional skills. Thirty children aged three to four from a public early childhood education institution in the municipality of São Bernardo do Campo participated in the project. Throughout its implementation, it was observed that the children became more open to contact with soil, developed caring attitudes toward the environment and showed increased interest in natural foods.

**KEYWORDS:** early childhood education; healthy eating; organic garden; health and well-being; preschool children.

## 1 INTRODUÇÃO

Atualmente, muitas crianças têm pouco acesso a experiências práticas relacionadas à origem dos alimentos, ao cultivo de hortaliças e ervas naturais, resultando em uma alimentação pouco nutritiva.

Jardim dos Sabores é um projeto educativo desenvolvido para crianças da educação infantil, com o objetivo de promover a alimentação saudável e a conexão com a natureza por meio de experiências sensoriais e atividades lúdicas na horta escolar. O projeto buscou estimular a curiosidade das crianças sobre os alimentos, incentivando o contato direto com o plantio, cultivo e colheita, além de integrar elementos como músicas e histórias infantis para enriquecer o aprendizado.

Muitas crianças crescem desconectadas com a natureza, sem vivenciar o plantio, o crescimento e a colheita dos alimentos, o que reduz seu vínculo com o meio ambiente. Dentro dessa visão, a introdução precoce de alimentos ultraprocessados faz com que as crianças tenham dificuldades em aceitar alimentos naturais, como frutas, legumes e verduras. Ainda nesse sentido, existe a falta de experiências sensoriais e lúdicas na rotina alimentar. Para evitar isso, a alimentação saudável pode ser incentivada por meio de jogos, histórias e atividades interativas. Devido ao pouco estímulo à curiosidade e autonomia com relação a natureza, se faz necessário envolver as crianças no cuidado da horta incentivando a curiosidade, o senso de responsabilidade e a autonomia desde cedo.

Diante deste contexto, o objetivo geral deste trabalho foi o de implementar uma horta escolar interativa, criando um ambiente que favoreça a aprendizagem sobre alimentação saudável, sustentabilidade e a valorização da natureza. Para se atingir esse objetivo, foram estipulados os seguintes objetivos específicos:

- Identificar o local para executar o projeto.
- Realizar reunião inicial com a equipe pedagógica para alinhar os objetivos e estratégias.
- Mapear o espaço, definir a área disponível para a horta.

- Escolher as plantas: selecionar hortaliças, ervas aromáticas, frutas e leguminosas apropriadas.
- Estabelecer cronograma de plantio.
- Elaborar atividades e materiais para o trabalho pedagógico com as crianças.

A horta escolar é um espaço vivo, que se transforma continuamente e poderá se manter ativa ao longo dos anos, desde que seja bem cuidada pelas crianças, educadores e funcionários da escola. Dessa forma, ela se torna um recurso pedagógico permanente, beneficiando não apenas a geração atual, mas também as futuras, e por isso esse projeto foi essencial, pois impactou positivamente a saúde das crianças ao incentivar uma alimentação mais equilibrada e nutritiva. Além disso, contribuiu para a formação de hábitos saudáveis e o desenvolvimento de uma relação mais consciente e respeitosa com o meio ambiente. O projeto proporcionou uma vivência prática e sensorial sobre o cultivo dos alimentos, a conscientização das crianças sobre a importância da alimentação saudável e do cuidado com a natureza. Além disso, a escola passou a contar com um espaço enriquecedor para atividades lúdicas e educativas, que estimulam a curiosidade, a colaboração e a responsabilidade dos pequenos. Os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) contemplados pelo projeto foram 03 - Saúde e bem-estar e 12 – Consumo e produção responsáveis.

## 2 DESENVOLVIMENTO

Foi realizada a comunicação e a reunião inicial no local escolhido para alinhamento de ideias e mapeamento do espaço, possibilitando a organização e compra dos materiais necessários. A escola possuía cinco canteiros de tamanhos adequados. Foi necessário roçar a terra antiga e fazer uma nova adubação e foi necessário utilizar pesticida para formigas que estavam comendo as plantas.

Com relação ao trabalho pedagógico, foram desenvolvidos recursos visuais a partir de materiais reciclados, reforçando boas práticas com o meio ambiente e a sustentabilidade. Foram utilizados bonecos de papelão, papel, E.V.A, caixas de papelão, rolinhos de papel higiênico, e árvore, nuvem, semente, raiz e frutas de papelão e papel. Foram desenvolvidas as seguintes atividades: brincadeira com materiais utilizados no cotidiano e descarte correto de materiais recicláveis nas lixeiras de cores corretas; história da sementinha que cresceu e se transformou em árvore; plantio

de sementes de feijão em potes de plástico transparente, para facilitar a visualização do crescimento; plantio de sementes de alface no rolinho de papel higiênico; história da cozinha colorida; jogo dos alimentos com quebra-cabeça; músicas: cenoura, cenourinha e as sementes; atividades sensoriais; brincadeira lúdica com bonecos de papelão. Em todas as etapas de plantio, foi realizado o plantio guiado.

A interação dialógica com as crianças foi conduzida de forma lúdica e participativa, incentivando perguntas, trocas de ideias e reflexões sobre o cultivo dos alimentos, alimentos saudáveis e não saudáveis, importância de se alimentar bem. Foram estimuladas conversas durante as atividades da horta, promovendo a escuta ativa, a valorização das opiniões das crianças e a construção coletiva de conhecimentos sobre alimentação saudável e sustentabilidade. Ao final, foi realizada uma cerimônia de encerramento na qual as crianças receberam certificados simbólicos de participação, caracterizando a valorização do trabalho realizado.

O projeto Jardim dos Sabores fundamentou-se em uma proposta educativa que integra saúde, alimentação e práticas pedagógicas significativas voltadas às crianças da Educação Infantil. Pensar a horta como espaço de aprendizagem é considerar o ambiente escolar como formador de hábitos e valores que contribuem para o desenvolvimento integral da criança.

A proposta dialoga com os princípios da aprendizagem significativa. Segundo Piaget e Ausubel, a criança aprende melhor por meio da interação com o meio e pela relação entre novas informações e conhecimentos que já possui (Piaget, 1975; Ausubel, 1963).

Nesse contexto, a horta escolar configura-se como um espaço privilegiado para o desenvolvimento de habilidades cognitivas, motoras e socioemocionais, proporcionando o contato direto com a natureza, o cuidado com o meio ambiente e a vivência de situações concretas que fortalecem o processo de aprendizagem.

A proposta também valoriza a educação ambiental, inspirada nas contribuições de Loureiro (2004) e Lima *et al.* (2016), ao promover o contato com a natureza desde a infância e incentivar atitudes conscientes e críticas em relação ao meio ambiente.

Além disso, o projeto incorpora a noção de consumo consciente, compreendido como o ato de consumir com responsabilidade, levando em consideração os impactos ambientais e sociais das escolhas, conforme os princípios da Agenda 21 Escolar (UNESCO, 2002).

A horta escolar, nesse sentido, torna-se uma ferramenta potente para fomentar o cuidado com o ambiente e o entendimento sobre os ciclos da vida e dos alimentos.

Monteiro (2010) ressalta que os hábitos alimentares são formados na infância, sendo essencial a vivência de experiências que favoreçam escolhas saudáveis. O contato com os alimentos em seu estado natural contribui para o respeito ao tempo da natureza e à sazonalidade, além de ensinar que o alimento passa por um processo que envolve cuidado, tempo e responsabilidade antes de chegar à mesa.

A proposta também se alinha à Base Nacional Comum Curricular – BNCC (Brasil, 2017), ao favorecer a integração entre diferentes áreas do conhecimento, como Ciências, Matemática, Linguagem e Cidadania, promovendo uma aprendizagem interdisciplinar e contextualizada.

Por fim, o projeto dialoga com os princípios pedagógicos de Paulo Freire. Nesse sentido, valoriza os saberes populares das crianças, promovendo o diálogo, a escuta ativa e a construção coletiva do conhecimento, contribuindo para uma aprendizagem crítica, transformadora e socialmente situada (Freire, 1996).

### **3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS**

Este estudo adotou uma abordagem qualitativa, baseada em atividades práticas e teóricas, com a participação ativa de trinta crianças da Educação Infantil, com idades entre três e quatro anos, de uma escola pública no município de São Bernardo do Campo. O projeto foi aplicado ao longo de cinco semanas. Como estratégia pedagógica, foram utilizadas ferramentas lúdicas, e elementos visuais, visando promover o engajamento, a aprendizagem significativa e o desenvolvimento integral das crianças.

A implementação do projeto foi estruturada em dez etapas, organizadas de forma sequencial e integradora:

Etapa 1 – Introdução ao ciclo da vida das plantas. As crianças foram inseridas no tema por meio da contação de histórias infantis, como “A sementinha”, que aborda o nascimento, crescimento e transformação das plantas, favorecendo a compreensão inicial dos ciclos naturais, e a “A cozinha colorida”, que estimula hábitos saudáveis, além de jogos de quebra-cabeça com imagens de frutas.

Etapa 2 – Experiências sensoriais com o cultivo e a colheita. Foram utilizadas mudas e sementes de ervilha, brócolis, alface, tomate-cereja, morango, cenoura baby, manjeriço, salsa, feijão, beterraba e couve. As crianças tiveram contato direto com o solo, sementes e plantas,

explorando suas características táteis, olfativas e visuais, promovendo a observação e a experimentação.

Etapa 3 – Trabalho em equipe e responsabilidade coletiva. Esta fase incentivou o desenvolvimento da cooperação, da autonomia e do senso de responsabilidade por meio do cuidado compartilhado com a horta.

Etapa 4 – Reciclagem e meio ambiente. As atividades abordaram práticas sustentáveis, como a separação de resíduos recicláveis, reaproveitamento de materiais, com o intuito de desenvolver a consciência ambiental desde os primeiros anos. As crianças puderam plantar sementes de alface no rolinho de papel higiênico, a fim de introduzir a prática de reciclagem de forma simbólica.

Etapa 5 – Alimentação saudável. Foram utilizados recursos visuais, como bonecos de papelão e papel, figuras de alimentos saudáveis para que as crianças pudessem “alimentar” os bonecos, além de músicas educativas, como “As sementes”, de Beto Hermann, e “Cenoura, cenourinha”, com o objetivo de incentivar hábitos alimentares saudáveis, aproximando as crianças dos alimentos naturais cultivados.

Etapa 6 – Exploração sensorial e cognitiva das plantas. As atividades permitiram a investigação de cores, formas, texturas e cheiros, promovendo a integração dos sentidos, especialmente o tato e o olfato, no processo de aprendizagem.

Etapa 7 – Observação da horta. Realizaram-se observações sistemáticas do desenvolvimento das plantas, com o acompanhamento das etapas do crescimento vegetal pelas crianças.

Etapa 8 – Diário coletivo da horta. Foram produzidos registros fotográficos e orais das crianças sobre as vivências no projeto, promovendo o desenvolvimento da linguagem oral e da memória coletiva.

Etapa 9 – Avaliação coletiva. A avaliação foi conduzida por meio fotos, rodas de conversa e relatos das crianças sobre o que aprenderam ao longo do processo.

Etapa 10 – Encerramento e certificação. O projeto foi concluído com um piquenique ao ar livre e entrega de certificados simbólicos de participação às crianças, reconhecendo seu envolvimento nas atividades.

Para a coleta de dados, utilizou-se um questionário digital elaborado no Google Forms, enviado à equipe gestora da escola (professoras, coordenação e direção) e aos pais ou responsáveis pelas crianças. O questionário buscou avaliar a percepção dos participantes sobre os impactos do

projeto nas práticas pedagógicas, no desenvolvimento das crianças e no fortalecimento da relação escola-família.

#### 4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A figura 1 ilustra o momento da contação de história denominada “A sementinha”, que abordou o nascimento, crescimento e transformação das plantas, favorecendo a compreensão inicial dos ciclos naturais.

Figura 1 - Contação de história



Fonte: autoria própria.

A figura 2 ilustra o momento da explicação da atividade do dia. As crianças se preparando para plantar sementes de alface nos rolinhos de papel higiênico e feijão nos potinhos transparentes.

Figura 2 – Explicação da atividade de plantio.



Fonte: autoria própria.

As figuras 3 e 4 ilustram as atividades plantio de sementes de alface nos rolinhos de papel higiênico e feijão no algodão em potes transparentes.

Figura 3 – Sementes de alface plantadas pelas crianças no rolinho de papel higiênico.

Figura 4 – Feijão plantadas pelas crianças no algodão em potes transparentes.



Fonte: autoria própria.

As figuras 5 e 6 ilustram a apresentação das atividades práticas de sustentabilidade a partir da separação e descarte correto de resíduos recicláveis e o reaproveitamento de materiais.

Figura 5 – Explicação de como separar corretamente os resíduos para cada cor de lixeira.



Fonte: autoria própria.

Figura 6 – Crianças separando o lixo conforme orientação.



Fonte: autoria própria.

As figuras 7 e 8 ilustram o momento da contação de história denominada: “A cozinha colorida” com a utilização de fantoche e o momento musical, com a música denominada: “Cenoura ralada” com a apresentação do alimento ralado durante a apresentação.

Figura 7 – Crianças assistindo à contação de história “A cozinha colorida”.



Fonte: autoria própria.

Figura 8 – Música “Cenoura ralada” e demonstração para as crianças.



Fonte: autoria própria.

As figuras 9 e 10 ilustram o momento do jogo lúdico quebra-cabeça com alimentos saudáveis, com as crianças posicionadas em pequenos grupos para realização da atividade.

Figuras 9 e 10 – Crianças montam quebra-cabeça de alimentos saudáveis com auxílio das professoras.



Fonte: autoria própria.

As figuras 11 e 12 ilustram o momento explicação da atividade lúdica com o uso de bonecos de papelão, e figuras de alimentos, para que as crianças pudessem “alimentar” os bonecos de forma saudável.

Figura 11 – Crianças assistindo à explicação da atividade e “alimentam” simbolicamente os bonecos.



Fonte: autoria própria.

A figura 12 ilustra o momento de plantio no canteiro. As crianças plantaram sementes de cenoura baby, beterraba, ervilha, e mudas de tomate, brócolis, morango.

Figura 12 – Plantio guiado, crianças plantando sementes e mudas.



Fonte: autoria própria.

A figura 13 ilustra os alimentos plantados com as crianças nos canteiros da escola. Nas imagens podem ser observadas a evolução das sementes e mudas plantadas.

Figura 13 – Mudas de couve e cenoura baby.



Fonte: autoria própria.

A figura 14 ilustra o momento em que as crianças puderam levar para casa mudas de manjeriço após a experiência olfativa que haviam tido na horta no mesmo dia.

Figura 14 – Criança escolhe muda de manjeriço para levar para casa.



Fonte: autoria própria.

A figura 15 ilustra o momento em que as crianças brincaram de piquenique ao ar livre, degustaram frutas em um momento lúdico e afetivo.

Figura 15 – Crianças comendo frutas em piquenique.



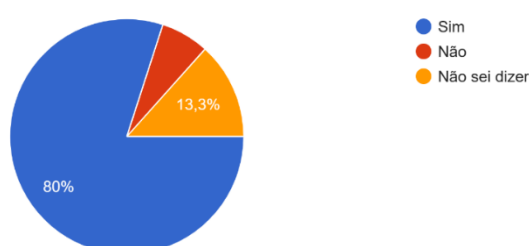
Fonte: autoria própria.

Para avaliação do desempenho das atividades, foi elaborado um questionário no Google Forms, que foi encaminhado à gestão escolar, aos professores e aos pais. O gráfico 1 apresenta a resposta dos pais e o gráfico 2 a resposta da gestão escolar e dos professores.

Gráfico 1 – Resposta do formulário enviado aos pais de alunos.

1. Você percebeu alguma mudança no interesse do seu filho(a) por alimentos naturais (frutas, legumes, verduras) após o projeto?

15 respostas



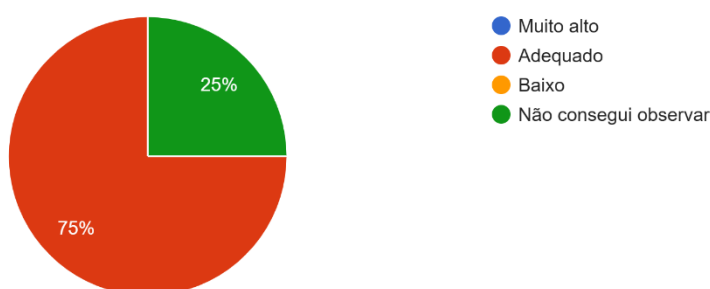
Fonte: autoria própria.

É possível observar que 80% dos respondentes concordam que houve mudanças positivas nos hábitos alimentares das crianças participantes do projeto.

Gráfico 2 – Resposta do formulário enviado a gestão escolar e professoras.

1. Como você avalia o engajamento das crianças durante as atividades do projeto Jardim dos Sabores?

4 respostas



Fonte: autoria própria.

É possível observar que 75% dos respondentes concordam que o engajamento das crianças no projeto foi adequado para faixa etária e propostas realizadas.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Muitas crianças sentiam, no início, aversão ao contato com a terra, pelo fato de terem pouco contato com a terra e vivências de plantio. Aos poucos, desenvolveram habilidades de confiança e coordenação para realizar o manejo. Um dos alunos relatou ter plantado em casa com os pais, o que demonstra o efeito positivo do projeto.

Foi possível notar mudanças significativas no interesse por alimentos saudáveis e em relação ao cuidado com o meio ambiente. Infelizmente não foi possível realizar a colheita dos alimentos plantados há tempo da entrega final do projeto, mas temos os relatos da colheita do café que já existia na escola que é um sucesso com os pequenos.

Mesmo após finalizar o projeto escrito, iremos acompanhar a longo prazo as futuras colheitas. As fragilidades encontradas no decorrer do projeto foram em relação a manter a atenção das crianças durante as atividades, principalmente no período vespertino, pois as crianças já estavam cansadas e ansiosas para ir embora.

Para as atividades de plantio, foi necessário separar as crianças em pequenos grupos para a realização da atividade com mais tranquilidade. Outro ponto observado é a necessidade de mais tempo para implementação de projetos horta, pois o ideal seria ao final, obter resultados de colheita.

O objetivo principal de estímulo à alimentação saudável, práticas sustentáveis, o contato das crianças com a natureza, foi cumprido. Fomos muito bem recebidos pela equipe escolar, onde nos deixaram a vontade para conduzir as propostas, sempre nos auxiliando no que era necessário. Foi bastante gratificante e enriquecedora as experiências vivenciadas junto as crianças, professoras e gestoras da Escola Municipal de Educação Básica (EMEB) Guilherme de Almeida. Como sugestão de melhoria, a realização das atividades no período matutino, de preferência logo após o desjejum.

## REFERÊNCIAS

AUSUBEL, D. P. **Aquisição e retenção de conhecimentos**: uma perspectiva cognitiva. Lisboa: Plátano, 1963.

BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular. Brasília: MEC, 2017. Disponível em: <https://www.gov.br/mec>. Acesso em: 23 maio 2025.

FREIRE, P. **Pedagogia da autonomia**: saberes necessários à prática educativa. 25. ed. São Paulo: Paz e Terra, 1996.

LIMA, N. P. de; SOUSA, S. B. de; RODRIGUES, E. M. **Educação ambiental na educação infantil**: caminhos possíveis. São Paulo: Cultura Acadêmica, 2016.

LOUREIRO, C. F. B. **Educação ambiental**: repensando o espaço da cidadania. São Paulo: Cortez, 2004.

MONTEIRO, C. A. **O mundo das crianças e a alimentação saudável**. São Paulo: Editora do Brasil, 2010.

PIAGET, J. **A formação do símbolo na criança**: imitação, jogo e sonho, imagem e representação. Rio de Janeiro: Zahar, 1975.

UNESCO. Agenda 21 Escolar: orientações para a implementação de uma escola sustentável. Brasília: MEC, 2002.

