

PROJETO EAThink2015
Unidade de Aprendizagem de
Educação para a Cidadania Global
3º CICLO

Dieta Mediterrânea: Um Mundo de Influências



www.eathink2015.org

AUTOR: Fundação Calouste Gulbenkian

PAÍS: Portugal

TÍTULO: **DIETA
MEDITERRÂNICA:
UM MUNDO DE
INFLUÊNCIAS**

IDADE DOS ESTUDANTES: 12 aos 14 anos

DISCIPLINAS: História e Geografia



185 min

TEMAS: Interculturalidade
Património Cultural
Tradições Alimentares
Alimentação Sustentável

ODS¹: ODS 12: Produção e Consumo Sustentáveis

¹ Objetivos de Desenvolvimento Sustentável

Unidade de Aprendizagem Dieta Mediterrânea: Um Mundo De Influências

Conhecimento e Compreensão sobre Educação para a Cidadania Global:

- _Comércio entre países;
- _Sensibilização para as interdependências.

Aptidões e Competências em Educação para a Cidadania Global:

- _Análise crítica da informação;
- _Encontrar e selecionar provas e argumentos.

Valores e Atitudes em Educação para a Cidadania Global:

- _Preocupação com o impacto dos nossos estilos de vida nas pessoas e no ambiente;
- _Seguir um estilo de vida que contribua para um mundo sustentável.

Competências-chave para a Aprendizagem ao Longo da Vida:

- _Comunicação na língua materna;
- _Competências digitais;
- _Competências básicas em ciências e tecnologia;
- _Aprender a conhecer;
- _Criatividade;
- _Cooperação e trabalho de grupo.

Objetivos de Aprendizagem:

- 1 Reconhecer e compreender os contributos das outras culturas para a Dieta Mediterrânica;
- 2 Conhecer as origens dos alimentos mais característicos da Dieta Mediterrânica;
- 3 Compreender a origem histórica da Dieta Mediterrânica;
- 4 Valorizar a diversidade e os contributos de outras culturas.


Metodologias:

- _Pesquisa e Investigação;
- _Trabalho de Grupo.

Atividades:


PLANO DE AULA 1

“Uma Dieta com História” (História)

 105 min

PLANO DE AULA 2

“Uma Dieta do Mundo e Para o Mundo” (Geografia)

 80 min

Sugestão de Ferramentas de Avaliação:

_Para além das sugestões de avaliação incluídas em cada Plano de Aula, não se esqueça de nos dar o *feedback* da implementação desta Unidade de Aprendizagem preenchendo a Ficha de Feedback disponível no *website* www.eathink2015.org (secção Unidades de Aprendizagem).

Fontes:

[_http://dietamediterranea.net;](http://dietamediterranea.net)

[_http://dieta-mediterranea.blogspot.pt/2007/08/ingredientes-e-principais-pratos-do.html;](http://dieta-mediterranea.blogspot.pt/2007/08/ingredientes-e-principais-pratos-do.html)

_“Dimensões da Dieta Mediterrânica – Património Cultural Imaterial da Humanidade”, Universidade do Algarve, 2015, disponível em: http://www.inia.v.pt/fotos/editor2/dietamediterranea_ualgarve_2015.pdf;

_“Dieta Mediterrânica um Modelo Cultural – A «longa história» da dieta mediterrânica”, Jorge Queiroz *in* Revista Fatores de Risco N°31 jan-mar 2014 Pág. 8-18, disponível em: http://www.alimentacaosaudavel.dgs.pt/activeapp/wp-content/files_mf/1444919846dmmodelocultural.pdf.

TÍTULO: **UMA DIETA COM
HISTÓRIA**

TEMA: **Interculturalidade e
Herança Cultural**








105 min

Plano de Aula 1

Uma Dieta com História

Atividades:

PASSO 1	Introduza aos alunos o tema da presença das civilizações mediterrânicas (gregas e romanas) no território português (Anexo A).	 15 min
PASSO 2	Divida os alunos em grupos de 4 ou 5 elementos e peça que cada grupo efetue uma pesquisa na <i>internet</i> sobre os principais marcos da presença destas civilizações no território português, focando-se sobretudo nas invenções ou novos produtos introduzidos.	 30 min (pode ser feito em trabalho de casa)
PASSO 3	Convide os grupos a elaborarem uma <i>timeline online</i> com a informação encontrada. Podem utilizar as ferramentas https://time.graphics/ ; https://www.sutori.com/ ; http://free-timeline.com ou outras semelhantes. Peça aos alunos para salientarem na <i>timeline</i> os marcos relacionados com a dieta mediterrânica.	 30 min (pode ser feito em trabalho de casa)
PASSO 4	Cada grupo deverá apresentar a sua <i>timeline</i> , salientando os principais marcos assinalados e justificando o porquê da escolha.	 20 min
PASSO 5	Debata com os alunos de que forma esta troca de saberes e práticas enriqueceu a nossa cultura e como é que, hoje em dia, o processo de globalização contribui para a continuidade dessa troca de saberes e práticas.	 10 min

● **Materiais e Equipamentos Necessários:**

- _Computadores/tablets com acesso à *internet* por cada grupo de alunos;
- _Cópias do Anexo A.

● **Ferramentas de Ensino:**

- _Texto “A «Longa História» da Dieta Mediterrânica” em anexo.

● **Questões para Discutir:**

- _Como é que a influência de outras culturas pode enriquecer a nossa cultura?
- _Porque é que é importante a troca de saberes e práticas para a preservação e enriquecimento das práticas culturais?

● **Sugestões de Avaliação:**

- _Avalie as *timelines* feitas pelos alunos e as apresentações. Publique a melhor *timeline* no *blog/website* da escola.

● **Anexos:**

- _Anexo A – Texto “A «Longa História» da Dieta Mediterrânica”.

TÍTULO: **UMA DIETA DO MUNDO E PARA O MUNDO**







80 min

TEMA: **Globalização e Interdependências**

Plano de Aula 2

Uma Dieta do Mundo e Para o Mundo

Atividades:

PASSO 0	Na aula anterior, como trabalho de casa, peça aos alunos que pesquisem receitas tradicionais da Dieta Mediterrânica, identificando os ingredientes incluídos nas receitas.	 20 min (trabalho de casa)
PASSO 1	Divida os alunos por grupos e peça que, em grupo, comecem por partilhar as receitas que pesquisaram. Porque é que estas receitas são características da Dieta Mediterrânica? Dos ingredientes que as compõem, quais aqueles que são característicos da Dieta Mediterrânica?	 20 min
PASSO 2	Peça aos alunos que selecionem 5 ingredientes por grupo e que pesquisem qual a sua origem, como e quando foram trazidos para Portugal. Distribua uma cartolina e marcadores por grupo e peça que cada grupo elabore um cartaz com a informação recolhida, indicando o número de quilómetros entre o local de origem do ingrediente e Portugal.	 20 min
PASSO 3	Peça a cada grupo para apresentar o cartaz elaborado aos restantes colegas.	 15 min

Materiais e Equipamentos Necessários:

- _Cartolinas, marcadores;
- _Computador com acesso à *internet*.

Ferramentas de Ensino:

- [_http://dietamediterranea.net](http://dietamediterranea.net);
- [_http://dieta-mediterranea.blogspot.pt/2007/08/ingredientes-e-principais-pratos-do.html](http://dieta-mediterranea.blogspot.pt/2007/08/ingredientes-e-principais-pratos-do.html).

Questões Para Discutir:

- _Qual a origem dos ingredientes identificados?
- _Todos os ingredientes são provenientes da mesma área geográfica?
- _Qual a distância percorrida?
- _Estes ingredientes são hoje em dia produzidos em Portugal, ou têm de ser importados?
- _Quais as épocas de produção dos ingredientes?

Sugestões de Avaliação:

_Convide alguns colegas de outras disciplinas para analisarem os cartazes elaborados e a selecionarem o cartaz mais interessante para ser exposto à entrada do refeitório da escola.



www.eathink2015.org

Um projeto cofinanciado pela União Europeia:



Esta publicação foi produzida com o apoio da União Europeia. Os conteúdos desta publicação são da exclusiva responsabilidade da Fundação Calouste Gulbenkian e dos seus parceiros e não podem em caso algum ser considerados como refletindo as posições da União Europeia.

Um projeto implementado em Portugal por:

