

Notícia Dia Mundial da Alimentação

Título: O Centro Escolar de Tramagal comemora o Dia Mundial da Alimentação

Na passada semana, o Centro Escolar de Tramagal promoveu um conjunto de atividades pedagógicas e dinâmicas, a fim de assinalar a Semana da Alimentação. A iniciativa reuniu as crianças da Educação Pré-Escolar e os alunos do 1.º Ciclo do Ensino Básico, combinando aprendizagem e cooperação no âmbito da promoção de hábitos de vida saudáveis.

Numa vertente prática e sensorial, os alunos confeccionaram gomas caseiras com ingredientes naturais e equilibrados, demonstrando que a adoção de uma alimentação consciente e saudável pode ser, simultaneamente, apelativa e saborosa. Através do desenvolvimento de trabalhos de pintura e artes plásticas focados em diversos grupos de alimentos, onde se explorou a riqueza de cores, vitaminas e nutrientes essenciais, que devem integrar o quotidiano alimentar de uma criança. Além disso, por meio de dinâmicas de grupo e desafios motores adaptados, estimulou-se o espírito de equipa e a entreajuda, promovendo a atividade física como pilar complementar à nutrição.

Mais do que a consolidação de conhecimentos sobre a nutrição e bem-estar, as atividades desenvolvidas destacaram-se pelo fomento de valores basilares como o trabalho colaborativo, a empatia e a inclusão entre os diferentes níveis de ensino.

O entusiasmo demonstrado por todos os envolventes reforça o compromisso da comunidade educativa na formação integral de cidadãos informados, saudáveis e conscientes.

