



Cabeça para funcionar

9º ANO – PROJETO 3

SABORES DA VIDA

COMPARTILHE ERVAS AROMÁTICAS COM A FAMÍLIA E AMIGOS

PROPOSTA:

As ervas aromáticas realçam os sabores, tornam os pratos mais complexos e interessantes, trazem outros mundos para a mesa e algumas são até medicinais.

Cultivar essas ervas é uma terapia e elas dão um toque diferente na culinária.

Você pode também doar mudas, visto que é muito simples de serem feitas.

Formem grupo de 4 alunos e escolham as ervas.

Sugestão: Cada aluno cultiva dois tipos de ervas diferentes dos demais, assim vocês terão oito tipos distintos para poderem compartilhar.

OBJETIVOS:

- Estimular a integração entre a família;
- percepção da realização de sonhos não materiais que são geradores de felicidade.
- conhecer os benefícios das ervas aromáticas na alimentação.
- ter conhecimento das formas de plantio e manutenção das ervas aromáticas.
- compartilhar o conhecimento entre os amigos e a família.

MATERIAS NECESSÁRIOS:

Mudas de ervas aromáticas

- Sugestão de ervas: alecrim, cebolinha, manjericão, coentro, salsinha, erva-cidreira (melissa), hortelã, sálvia, stevia, salsa, tomilho, pimenteira, orégano, tomate cereja e outros;

- terra vegetal.
- colher, ou pá de jardim, ou de brinquedo;
- caixas de leite ou de sucos (devidamente lavadas), pode ser garrafa pet;

- retalhos de tecidos que podem ser usados no revestimento das caixas de leite/suco (caso deseje presentear a muda, encape os potes com retalho de tecidos);
- barbante;
- prego (caso deseje, pode usá-lo pendurado também);
- tesoura;
- cola branca.

PROCEDIMENTO

- Corte caixa de leite ou suco ao meio (ficará com dois vasos); no canto cortado da caixa, faça uma dobra e cubra com o tecido;
- utilize um prego para fazer alguns furos (3 a 4) embaixo da caixa;
- passe a cola branca em torno da caixa e cole o tecido (Dica: não deixe muita sobra de tecido, pois o vaso não ficará estável). Cole o tecido com cuidado, evitando fazer dobras. Pode decorar com botões, fitas e outras criações. Não há necessidade de os vasos ficarem presos como está na imagem.
- Coloque terra e faça sua muda.



MATERIAL PARA FAZER HORTA VERTICAL

Garrafa pet (2 litros de preferência)

Tesoura

Barbante

Prego



PROCEDIMENTO:

- Cortar as garrafas como na imagem. Não se esqueça de fazer 03 a 4 furos embaixo para escoar a água.
- Os barbantes devem ser fixados com uma distância de pelo menos 30 cm.
- Obs. O alecrim não deve ser utilizado nesse tipo de horta.

OBSERVE OS ASPECTOS DOS QUATRO PILARES DA METODOLOGIA DSOP TRABALHADOS NESTE PROJETO:

D

DIAGNOSTICAR

Verifique se possui todos os materiais necessários e se há necessidade de comprar algo além das mudas.

Pesquise o preço das mudas, como serão compartilhadas e qual será a parcela de cada um. Verifique o local em sua casa em que as mudas ficarão. Lembre-se de que precisam de sol, mas também um pouco de sombra.

PESQUISE sobre a erva: propriedades e benefícios; como usar; efeitos colaterais; cuidados com as contraindicações (porque apesar de ser uma planta em sua composição pode haver princípios ativos prejudiciais para algumas pessoas).

S

SONHAR

Fazer uma deliciosa refeição com ervas para a família.

O

ORÇAR

Analisar toda a situação, o local e se tudo está caminhando corretamente.

Pode-se verificar a possibilidade de doação ou até venda de mudas em algum evento da escola.

P

POUPAR

Economizar cultivando novas mudas, evitando, assim, a necessidade de comprá-las novamente.

Benefícios que as ervas trarão para alimentação.

UTILIZAÇÃO – chás, sucos, bolos, pratos salgados das refeições, entre outros.

NO LAR COM A FAMÍLIA:

Levar as informações obtidas na escola sobre *a erva*.

Explicar como usar, como plantar.

REFERÊNCIAS:

www.tuasaude.com/hortela/ Acesso em 27/06/21

<http://meucardapio.net.br/noticia/202.htm> Acesso em 27/06/21

https://www.youtube.com/watch?v=CJkr_mPTeSM Acesso em 27/06/21

<https://www.youtube.com/watch?v=vSkixWic8bQ> Acesso em 27/06/21

<https://www.cpt.com.br/cursos-horticultura-agricultura/artigos/horta-como-plantar-alecrim-rosmarinus-officinalis> consulta em 05/06/21

