

HORTA ESCOLAR SUSTENTÁVEL COMO ESTRATÉGIA DE PROMOÇÃO DA SAÚDE NA EDUCAÇÃO FÍSICA

ODS (3; 4; 11; 12; 15)

Áurea dos Santos Mineiro (Faculdade Serra Dourada, Faculdade de ciências humanas de cruzeiro - FACIC)

Doraci das Graças dos Santos (Programa de Pós-Graduação em Projetos Educacionais de Ciências, Escola de Engenharia de Lorena, Universidade de São Paulo)

Carlos Yujiro Shigue (Programa de Pós-Graduação em Projetos Educacionais de Ciências, Escola de Engenharia de Lorena, Universidade de São Paulo)

A horta escolar sustentável tem se destacado como uma estratégia pedagógica interdisciplinar que articula saúde, movimento, alimentação e consciência ambiental, especialmente quando integrada à atividade física como forma de promoção de saúde e qualidade de vida. Partindo da compreensão de que o espaço escolar pode fomentar práticas corporais ativas e reflexões sobre hábitos alimentares, sustentabilidade e bem-estar, este estudo se alinha aos objetivos de desenvolvimento sustentável (ODS), com ênfase nos ODS 3 (Saúde e Bem-Estar), 4 (Educação de Qualidade), 11 (Cidades e Comunidades Sustentáveis), 12 (Consumo e Produção Responsáveis) e 15 (Vida Terrestre). O objetivo foi analisar como a inserção da horta sustentável em atividades das aulas de Educação Física pode promover saúde integral, engajamento dos estudantes e aprendizagem significativa, fortalecendo valores socioambientais e comportamentos saudáveis. A metodologia adotada consistiu em uma experiência prática com alunos do Ensino Fundamental, que participaram de ações de plantio, preparo do solo, compostagem, irrigação e colheita, integradas às aulas de Educação Física por meio de atividades motoras que envolveram deslocamentos, coordenação, força, postura corporal, trabalho colaborativo e interação com o ambiente natural. As observações qualitativas foram registradas por meio do acompanhamento das aulas, diálogos com os estudantes e percepções dos professores envolvidos. Os resultados apontaram aumento significativo do interesse dos alunos pelas hortaliças cultivadas, melhora no engajamento nas aulas, melhora na comunicação e ações colaborativas, desenvolvimento da autonomia e fortalecimento dos vínculos sociais. As práticas

corporais realizadas no ambiente da horta contribuíram para a redução do sedentarismo, aumento da coordenação motora global e estimularam o gasto energético de forma prazerosa e contextualizada. Verificou-se também maior conscientização em relação à alimentação saudável, ao cuidado com o solo e aos ciclos naturais dos alimentos, favorecendo o desenvolvimento de atitudes sustentáveis e responsáveis. Muitos estudantes demonstraram curiosidade sobre a origem dos alimentos e passaram a valorizar o consumo de produtos frescos como alface, chicória, espinafre, almeirão e berinjela. Além disso, a vivência na horta proporcionou impactos socioemocionais positivos, como cooperação, empatia, senso de pertencimento e corresponsabilidade, reforçando a aprendizagem integral e o convívio coletivo. Com base nos resultados, conclui-se que a horta escolar, articulada à Educação Física, constitui uma prática pedagógica potente para a promoção da saúde, do movimento e da educação ambiental, integrando teoria e prática em um contexto significativo e participativo. A iniciativa contribui diretamente para o alcance dos ODS, ao estimular hábitos alimentares equilibrados, práticas corporais ativas, consumo consciente e valorização do meio ambiente, fortalecendo a formação cidadã e sustentável dos estudantes. Dessa forma, destaca-se o potencial da escola como espaço transformador capaz de promover a saúde integral, a consciência socioambiental e a participação ativa dos educandos em ações que impactam positivamente suas vidas e comunidades.

Palavras-chave: Horta Escolar; Saúde e Sustentabilidade; Atividade física.