

UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS  
FACULDADE DE EDUCAÇÃO DA UFMG  
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM FORMAÇÃO DE EDUCADORES PARA  
EDUCAÇÃO BÁSICA

**CONSTRUINDO O CONCEITO DE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL COM  
CRIANÇAS DE SEIS ANOS**

Arituza Ferreira de Jesus

Belo Horizonte

2015

Arituza Ferreira de Jesus

**CONSTRUINDO O CONCEITO DE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL COM  
CRIANÇAS DE SEIS ANOS**

Trabalho de Conclusão de Curso de Especialização apresentado como requisito parcial para a obtenção do título de Especialista em Educação em Ciências, pelo Curso de Especialização em Formação de Educadores para Educação Básica, LASEB, da Faculdade de Educação/ Universidade Federal de Minas Gerais.

Orientador (a): Mairy Barbosa  
Loureiro dos Santos

Belo Horizonte

2015

Arituza Ferreira de Jesus

**CONSTRUINDO O CONCEITO DE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL COM  
CRIANÇAS DE SEIS ANOS**

Trabalho de Conclusão de Curso de Especialização apresentado como requisito parcial para a obtenção do título de Especialista em Educação em Ciências, pelo Curso de Especialização em Formação de Educadores para Educação Básica, LASEB, da Faculdade de Educação/ Universidade Federal de Minas Gerais.

Orientador (a): Mairy Barbosa Loureiro dos Santos

Aprovado em nove de maio de 2015.

BANCA EXAMINADORA

---

Mairy Barbosa Loureiro dos Santos – Faculdade de Educação da UFMG

---

Nome do Convidado – Santer Matos – Faculdade de Educação da UFMG

## **RESUMO**

O presente trabalho relata uma análise crítica de um plano de ação, realizado com crianças de seis anos de idade que teve como finalidade a construção do conceito de alimentação saudável. No qual foi proposta uma reflexão aos alunos sobre a alimentação saudável a fim de analisar se os pequenos modificam seus hábitos e comportamentos alimentares por meio do conhecimento escolar. Pautou-se em uma metodologia diversificada priorizando atividades práticas e lúdicas, relacionadas ao contexto dos alunos. No decorrer da ação pedagógica, verificou-se, a partir de um acompanhamento sistêmico nos momentos da merenda, que as crianças apropriam-se do saber com facilidade, reproduzindo até mesmo o discurso defendido pela escola. No entanto, ao colocar esses saberes em prática o reelaboram de acordo com o seu contexto e suas influências, pois, verificou-se que hábitos alimentares para uma significativa parte do grupo tem grande apelo social. As crianças não possuem autonomia para realizar plenas escolhas, são influenciadas pela mídia, pelos familiares e, até mesmo, pelos outros colegas, dessa maneira a temática extrapola a atuação da escola. Exigindo-se, uma abordagem contínua do tema, pois, a construção de novos hábitos e atitudes a partir do saber escolar sobre alimentação e saúde constitui-se em um processo lento, associado ao desenvolvimento social e cognitivo das crianças.

**Palavras-chave:** Alimentação Saudável, Saúde, Hábitos Alimentares.

## SUMÁRIO

<b>1. INTRODUÇÃO</b>	<b>1</b>
<b>1.1 REFLEXÃO E MEMÓRIA SOBRE A PRÁTICA PEDAGÓGICA</b>	<b>1</b>
<b>1.2 OS EVENTOS QUE ME CONSTITUIRAM PROFESSORA</b>	<b>3</b>
<b>2. PLANO DE AÇÃO</b>	<b>4</b>
<b>2.1 DESCRIÇÃO DA ESCOLA</b>	<b>5</b>
<b>2.2 PERFIL DA TURMA</b>	<b>5</b>
<b>2.8 JUSTIFICATIVAS PARA ESCOLHA DO TEMA</b>	<b>6</b>
<b>2.4. REFERENCIAL TEORICO</b>	<b>7</b>
<b>2.5 METODOLOGIA</b>	<b>9</b>
<b>2.6 OS OBJETIVOS DE TRABALHO</b>	<b>12</b>
<b>2.7 DESENVOLVIMENTO</b>	<b>12</b>
<b>2.8 AVALIAÇÃO DA AÇÃO PEDAGÓGICA</b>	<b>23</b>
<b>3. ANÁLISE CRÍTICA</b>	<b>28</b>
<b>4. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b>	<b>31</b>

# **1. INTRODUÇÃO**

## **1.1 REFLEXÃO E MEMÓRIA SOBRE A PRÁTICA PEDAGÓGICA**

Ao analisar minha trajetória de vida relembro os acontecimentos que estimularam meus gostos e preferências que me envolveram nos estudos, sobretudo os que compreendiam as ciências naturais. Passagens que me levaram a trilhar um caminho de formação acadêmica que me motivaram quanto à escolha pela minha profissão e, conseqüentemente, me proporcionaram chegar a essa valiosa experiência: o curso de pós-graduação oferecido pelo LASEB, Curso de Especialização em Formação de Educadores para a Educação Básica.

Observo minha história a partir do meu ponto de vista presente, e percebo a importância de cada fato ocorrido em minha experiência de vida, porém, faço essa reflexão partir da minha crítica atual. Muitas vivências passadas contribuíram para que eu gostasse e me envolvesse com o ensino de ciências, mas minha afeição por esse campo do conhecimento concede uma relevância significativa a cada experiência, por mais despreziosa que essa seja. Meu passado se deixa influenciar com minhas escolhas presentes e vice-versa.

Como destaca Soares (1991) quando voltamos a olhar para o nosso passado tentamos recuperar os diversos caminhos pelos quais passamos na nossa trajetória de vida e sempre o fazemos tendo em vista o nosso momento presente. Não dá para fugirmos da nossa condição de sujeitos engajados na vida do nosso hoje e do nosso agora. Ao pontuar essa interferência do nosso olhar presente, amadurecido, sob nosso passado em seu artigo a autora enfatiza:

“Procuro-me no passado e “outrem me vejo”, não encontro a que fui, encontro a que sou e que vai reconstruindo com a marca do presente. Na lembrança o passado se torna presente e se transfigura contaminando pelo aqui e agora” (grifos da autora – 1991:37).

E, ao iniciar a narrativa da minha história de vida, refletida nesse memorial, é impossível não descrever minha origem, meu primeiro espaço de convívio e meio de pertença; a minha família. Reconstruir-me no íntimo do meu meio familiar detona um lembrar carregado de saudosismo e afetividade. Como cita Bosi (1995):

“Na maior parte das vezes, lembrar não é reviver, mas refazer, reconstruir, repensar, com imagens e ideias de hoje o passado. A memória não é sonho, é trabalho.” (1995: pp. 55).

Emociono-me ao rememorar minha família. Sou a caçula de três irmãs, fui criada e educada pelo segundo marido da minha mãe; uma pessoa fundamental na minha vida, a quem tive o orgulho de chamar de pai. Era um senhor, bem mais velho, um advogado, que demonstrava sua devoção pelo seu trabalho e pelos estudos. Minha mãe vinha de origens mais simples era dona de casa, mas percebo o quanto o senso de tolerância e a sua dedicação me influenciaram positivamente. Minhas duas irmãs, de idades bem próximas, sempre foram minhas melhores amigas.

Ao enumerar as experiências que me levaram a gostar de ciências naturais o primeiro evento que me vem à memória é a horta cultivada pela minha mãe, um cachorro que criávamos e as árvores no quintal que atraíam muitos pássaros. Fatos que me proporcionaram uma convivência com os animais e com as plantas e que me instigaram e cativaram em mim uma enorme curiosidade sobre os mesmos. Encantada com esses elementos da minha vida, decidi que iria ser médica veterinária.

Lembranças que parecem singelas, que parecem tolas, mas na verdade já apontavam o meu fascínio com a natureza, além de demonstrar que eu já desejava estudá-los e compreendê-los melhor, ou seja, de uma maneira desprendida já intencionava uma formação acadêmica.

No ensino médio fui monitora nas aulas de química. Mediante aos incentivos que recebi do professor dessa disciplina, decidi, então, que seria professora. Sempre ficava observando a postura dos professores e até tentava imitá-los. A partir desses eventos decidi que realmente queria seguir esta profissão.

Claramente, entendo a importância fundamental da minha família na minha trajetória e nas minhas opções. E, com muita segurança, pontuo que minha família fundou o meu “Capital Cultural”. Conceito defendido por Bordieu (1997) no qual afirma que o meio de pertencimento dos sujeitos está diretamente ligado não só a sua condição social e econômica, esse além de possuir uma relação espaço temporal definem as escolhas e as preferências desenvolvidas pelos sujeitos, problematizando a teoria de que os gostos são condições inatas.

Meus familiares são e foram meus alicerces genuínos que me apontaram caminhos e me ofertaram visões de universo, fundamentaram as minhas convicções e também

minhas limitações. Cultivaram em mim valores e sentimentos impossíveis de serem aprendidos mesmo nos melhores livros.

Em 2006 ingressei na UFMG, para o curso de Pedagogia. Na graduação pude ampliar meu olhar sobre a profissão escolhida e buscar novos caminhos. As oportunidades foram surgindo ao longo da minha formação; em 2009 consegui o meu primeiro estágio, na área da Educação, na escola de aplicação da UFMG, o CP (Centro Pedagógico). Nesse período meu interesse pelas Ciências e os aspectos da natureza vieram novamente à tona; elaborei uma oficina de ensino de Astronomia voltada para o primeiro ciclo. O projeto chamava-se “Olhando para o céu”.

Ocasão na qual pude aprender e conviver com profissionais formidáveis como a professora Iria Melgaço, coordenadora do ensino de ciências do Centro Pedagógico. Através dessa professora pude ter contato com uma mestranda do CECIMIG, Alcione da Anunciação, que muito me ajudou com suas orientações. Astronomia foi a minha paixão nesse período, sem falar que era o ano internacional da astronomia (2009) e esse um assunto estava em plena discussão no meio acadêmico naquele ano. Fiquei fascinada e comecei a me imaginar atuando e construindo uma carreira acadêmica nessa área.

## **1.2 OS EVENTOS QUE ME CONSTITUÍRAM PROFESSORA**

No final do ano de 2009, através da ajuda de uma amiga da faculdade, consegui um contrato para trabalhar no colégio Imaculada Conceição, cobrindo a licença de uma professora. O contrato no colégio exigia dedicação exclusiva tive que abandonar, com muito pesar, as bolsas que havia conquistado na Universidade.

Desde então não parei de lecionar, consegui um emprego de carteira assinada, no infantil do Colégio *Maximus*, onde havia um projeto muito interessante sobre alimentação “Mestre Cuca”; além de outro projeto que enfatizava diversidade da fauna; “Animais que...”.

Em 2010, foi à conclusão do meu curso de graduação, já havia prestado concurso para a Prefeitura de Belo Horizonte e pelo resultado sabia que estaria dentro das vagas. Ingressei na rede municipal de Educação, naquele mesmo ano no mês de agosto, dessa vez lecionando História, Geografia e Ciências para as turmas de primeiro ciclo, na Escola Municipal Maria Silveira. Escola que me acolheu, que me lapidou

profissionalmente e proporcionou oportunidades de crescimento indescritíveis e a qual eu tenho orgulho de fazer parte.

## **2. PLANO DE AÇÃO**

Valorizo e sempre que possível realizo as atividades de formação que surgem. Ano passado fiz parte do PNAIC, Pacto Nacional pela Alfabetização na Idade Certa, com ênfase na Língua Portuguesa, mas acredito que limitar a proposta de trabalho somente no campo da linguística é negligenciar preciosos recursos de ensino presentes em outras abordagens do conhecimento. As Proposições Curriculares de Ensino da \_ RMBH enfatizam os ganhos para o ensino e aprendizagem quando se valoriza as diferentes linguagens que são abordadas de modo diferenciado por diferentes campos do saber, sobretudo no campo das ciências. De forma que tais diferentes abordagens proporcionam aprendizagens mais amplas aos educandos:

“Praticamente tudo o que chamamos de conhecimento é linguagem”. Isso significa que a chave para a compreensão de um conhecimento é conhecer sua linguagem. Aprender e ensinar uma nova linguagem implica novas possibilidades de percepção e interação com o mundo e com a realidade. Aprender Ciências consiste, assim, em compreender e interagir com sua linguagem e, em consequência, falar e pensar diferentemente sobre o mundo. Implica, ainda, uma nova forma de desenvolver estruturas de pensamento e ter compreensão do todo, interpretar a natureza, os fenômenos naturais e a importância do conhecimento científico e tecnológico. [...] 2008, p.09.

Em conformidade com tais pressupostos é com grande alegria que estou realizando a pós-graduação em ensino de Ciências, ofertada pela LASEB em parceria com a Secretária Municipal de Educação (SMED) no ano de 2014. Formação que me possibilitará buscar bons referenciais para desenvolver práticas pedagógicas enriquecedoras e que muito poderão contribuir com a minha atuação em sala de aula.

E como desafio dessa formação foi proposto o desenvolvimento uma ação vivenciada em sala de aula, diretamente com os alunos. Optei por desenvolver uma ação a respeito da Educação Alimentar e Nutricional enfatizando a formação de novos hábitos e atitudes nos educandos, sem deixar de oportunizar espaço para que se ampliasse e desenvolvesse a curiosidade natural das crianças. Destaco que, muitas vezes, o aluno já apresenta esse interesse inato, mas o próprio processo de escolarização carregado de práticas pedagógicas metódicas desestimula os pequenos.

## **2.1 DESCRIÇÃO DA ESCOLA**

A referida escola, Maria Silveira, é uma instituição antiga e pequena inaugurada em 02 de agosto de 1971, funcionando em dois turnos, tendo, Maria Francisca de Jesus Matos Silveira como patrona do estabelecimento, escolhida por ter sido a 2ª segunda professora no município de Belo Horizonte. É sediada à Rua Libânea Pena, sem número, Bairro São Bernardo, na cidade de Belo Horizonte e mantida pela Prefeitura Municipal de Belo Horizonte. Por natureza jurídica é um Órgão Público do Poder Executivo Municipal.

Em 1981, a instituição passou a funcionar em três turnos, atendendo a comunidade com o Ensino Fundamental. Atualmente a escola conta com 497 alunos no Ensino Fundamental e 63 na EJA. Tem como diretora atual Márcia Cristina Souza Silva e vice-diretora Flávia Ricaldoni Lage Barroso Coelho. Juntas elas administram a escola nos princípios da gestão democrática.

Em 2010 foi inaugurada a UMEI São Bernardo (vinculada à E. M. Maria Silveira), localiza a Rua Cecília Pinto, 105, bairro São Bernardo, atendendo às crianças desde o berçário até cinco anos de idade. A UMEI São Bernardo é de suma importância para o meu trabalho nesse ano, 2014, pois são oriundas de lá a maioria das crianças com as quais estou desenvolvendo o meu trabalho.

## **2.2 PERFIL DA TURMA**

Em 2014, tive a grande oportunidade de estar novamente com uma turma do primeiro ano do primeiro ciclo de alfabetização. Uma turma constituída de um grupo vinte e cinco crianças formidáveis, composto por doze meninas e treze meninos, com idades entre cinco e seis anos.

Cheias de energias e com grande vontade de aprender. É um grupo agitado, questionador, porém muito doces e propícios à vivência escolar. Estão começando a se conhecer fisicamente. Apesar da boa higiene pessoal, e de se conhecer sua de vida familiar, estudar o mundo natural é uma deliciosa novidade para essas crianças.

Mas, que apresentam algumas demandas específicas, dentre elas a Educação Alimentar e Nutricional; Devido ao padrão físico corporal de sete crianças do grupo que, apresentam em alguns casos obesidade e em outros com sobrepeso, além dos hábitos alimentares e dos padrões de higiene com os alimentos que todo o grupo apresenta.

## 2.3 JUSTIFICATIVAS PARA ESCOLHA DO TEMA

A Educação Alimentar e Nutricional se impõe como uma nova demanda de ensino. Müller et al (2014) aponta que a obesidade infantil vem aumentando progressivamente nas últimas décadas, sendo considerada uma epidemia global pela Organização Mundial da Saúde. Estima-se que existam 43 milhões de crianças menores de cinco anos com sobrepeso em todo o mundo, sendo 35 milhões em países em desenvolvimento e oito milhões em países desenvolvidos.

Soares e Ritto (2010) apontam por meio de fontes do senso do IBGE\_ 2010 que nos últimos 35 anos, o Brasil passou por uma impressionante transformação. Completou a transição de país rural para sociedade urbana e industrial, deixou para trás índices vergonhosos de mortalidade infantil e, depois que domar a inflação, nos anos 1990, consolidou um aumento substancial da renda da população. Esse conjunto de fatores permitiu reduzir drasticamente o histórico problema da desnutrição no Brasil. E resultou numa impressionante mudança no padrão físico do brasileiro o levando ao sobrepeso e, em alguns casos a obesidade.

Todos esses fatores ressaltam a importância social da temática, Educação Alimentar e Nutricional, uma vez que, essa influencia os aspectos da saúde pública. E a discussão, vai além, uma vez que, a Educação Alimentar e Nutricional é um importante saber preconizado para no currículo de Ciências primeira etapa do ensino fundamental. De acordo com os Parâmetros Curriculares Nacionais a Educação Alimentar e Nutricional é uma assunto de suma relevância, pertinente ao contexto e a realidade atual dos alunos. Além de oferecer múltiplas possibilidades para a abordagem das Ciências, uma vez que, a alimentação relaciona-se com importantes eixos do ensino desse campo de conhecimento como: Ser Humano e Saúde; Vida e Diversidade:

No primeiro ciclo, alimentação é um tema que pode ser organizado inicialmente por meio de investigação comparativa dos ambientes como hortas, pomares, grandes plantações e criações, que dão origem aos alimentos; as informações podem ser coletadas em ilustrações informativas, visitas ou acompanhamento da própria horta escolar (Vida e Ambiente). Valoriza-se a higiene no preparo das refeições e investigam-se os hábitos alimentares dos estudantes, por observações e entrevistas (Ser Humano e Saúde e Saúde). Os costumes alimentares ligados a diferentes culturas, aqueles dos próprios estudantes e a relação entre a alimentação variada e as necessidades do organismo são investigados, por exemplo, por meio de leituras, levantamentos de informação e sistematização de conhecimentos sobre tipos de alimentos (Ser Humano e Saúde, Saúde e Pluralidade Cultural). Abordam-se as transformações dos alimentos preparados na cozinha doméstica, que podem ser

vivenciadas na escola em experimentações orientadas pelo professor. A preparação artesanal ou industrial dos alimentos pode ser investigada em visitas e oficinas. (Tecnologia e Sociedade). pp. 37.

Ademais, o que torna-se essa proposta de intervenção necessária é o fato da mesma atender a realidade social da turma, verifica-se que no universo de 25 alunos, há três casos de obesidade infantil, além de haver outros quatro casos de crianças com sobrepeso. Acrescentando a esses fatores, aponto o aspecto das opções de merenda inadequadas e suas poucas noções quanto à higienização dos alimentos. Desse modo, o tema precisa receber um enfoque correto, exigindo um trabalhado adequado, a fim de propiciar as crianças uma aprendizagem verdadeiramente significativa e transformadora, capaz de modificar as experiências das crianças e levá-las a uma mudança em seus hábitos e atitudes alimentares.

Ressalvo que o desenvolvimento dessa proposta exige do professor uma mediação sensível e cuidadosa, sempre priorizando o bem estar dos alunos e, sobretudo os casos específicos da turma (sobrepeso e obesidade) que inspiraram essa proposta de intervenção a fim de se evitar entre os educandos atitudes de intolerância e de “*bullying*”.

#### **2.4. REFERENCIAL TEORICO**

Barbieri (2012) considera que ao refletirmos sobre a diferença entre informação e experiência nos deparamos com duas dimensões do conhecimento completamente distintas. A informação está disseminada em nosso meio social através de livros, internet, espaços culturais e essa passa por nós sem nos transformar, sendo apenas mais um item. Já a experiência se constitui em vivências que fica impregnada em nós sujeitos nos transformando. E essa é capaz de nos levar a reflexão.

De acordo com esses pressupostos, concluímos que as capacidades desejáveis de serem desenvolvidas nos alunos quanto à educação alimentar e nutricional só podem ocorrer por meio de experiências significativas. A informação está presente por todo o currículo escolar, porém o que se concretiza na formação dos alunos são as reais experiências capazes de transformar seus hábitos e atitudes.

Diante desses pressupostos, para alcançar o ambicioso objetivo dessa proposta de ação pedagógica (uma mudança atitudinal dos alunos, quanto aos seus hábitos alimentares) é necessário que se trabalhe não só conteúdos conceituais presentes no currículo. Para se proporcionar efetivamente uma experiência significativa para as

crianças é essencial cativar e desenvolver os conteúdos atitudinais e que esses de alguma maneira impactem nos hábitos dos educandos.

Segundo o autor Nigro apud Coll (1897) existem tipos específicos de saberes que perpassam o currículo do ensino: o conceitual, o procedimental e o atitudinal. Partindo dessa conjectura os conteúdos conceituais retratam o conhecimento construído pela humanidade ao longo da história, como fatos e acontecimentos. Já conteúdos procedimentais referem-se ao “*saber fazer*”, possibilitam a execução de tarefas, os conhecimentos procedimentais relacionam-se aprendizagem de ações específicas. A aprendizagem dos conhecimentos procedimentais deve apresentar um elo direto com um problema conceitual que se pretende resolver.

E, por fim Nigro destaca os conhecimentos atitudinais: o “*ser*”, esses somente poderão ser aprendidos pelos alunos se tiverem uma relação direta com conteúdos procedimentais e atitudinais. Esse tipo de saber refere-se, sobretudo a valores que os alunos atribuem a certos comportamentos.

Zabala (1998) trata, também, os conteúdos curriculares sob essas três diferentes perspectivas; conteúdos atitudinais, conceituais e procedimentais. Para o autor os conteúdos conceituais referem-se à construção ativa de capacidades intelectuais para operar símbolos, imagens, ideias e representações que permitam organizar as realidades. Os conteúdos procedimentais referem-se ao fazer, instrumentos que os alunos utilizam para construir, analisar, por si mesmos. Incluem entre outras coisas as regras, as técnicas, as estratégias e os procedimentos. Um conjunto de ações ordenadas dirigidas a um objetivo claro como ler, desenhar, observar, calcular.

E finalmente aponta os conteúdos atitudinais, para o autor, esses conteúdos referem-se à formação de atitudes e valores em relação à informação recebida, visando à intervenção do aluno em sua realidade. Os saberes atitudinais englobam uma série de conteúdos que por sua vez podemos agrupar em valores, atitudes e normas.

Zabala (2002) enfatiza, também, a relação do aprendizado com a realidade do aprendiz. E destaca que os conteúdos atitudinais influenciam a vivência do ser com o mundo que o rodeia. O aprendizado de normas e valores torna-se alvo principal para que esta influência resulte em ações práticas por quem quer que seja e esse só é desenvolvido em seu uso contínuo. O indivíduo é moldado de acordo com suas vivências, porém, não é escravo destas, podendo redimir-se ou simplesmente questionar-se.

Lúzia (2008) ressalta que no meio escolar os conteúdos atitudinais são trabalhados todo o tempo, estejam eles presentes nos trabalhos individuais ou em grupos. Ainda segundo a autora, o aproveitamento desses conteúdos em grupo é maior, já que o tema proposto é aprender a viver juntos respeitando uns aos outros, concordando ou discordando de determinadas atitudes que ferem as normas e os valores estabelecidos normalmente. Os conteúdos atitudinais proporcionam ao aluno posicionamento perante o que apreendem. Detentores dos fatos e de como resolvê-los, é imprescindível que o aluno tenha uma postura perante eles.

Araújo (2011) ressalta a partir dos Parâmetros Curriculares Nacionais (Pcn. p. 41) que os conteúdos que são ensinados pela escola devem estar em consonância com as questões sociais, voltadas principalmente para a realidade dos alunos. A formação escolar necessita propiciar desenvolvimento de capacidades, de modo a favorecer a compreensão e a intervenção dos alunos na sua própria realidade, que visa favorecer a inserção dos alunos no dia a dia das questões sociais.

Os conteúdos atitudinais são configurados como marco essencial para a formação cidadã, propicia não mais a memorização e reprodução mecânica, mas a formação de capacidades cognitivas e intelectuais nos alunos. Nesta perspectiva, os conteúdos e os tratamentos que a eles devem ser dados assumem papel central, uma vez que, é por meio deles que os propósitos da escola são operacionalizados, ou seja, manifestados em ações pedagógicas (Pcn p.73). Essas ações pedagógicas ampliam os fatos e os conceitos, passando a incluir procedimentos, normas valores e atitudes na abordagem dos mesmos.

Como já destaquei anteriormente, os saberes atitudinais são muito importantes na referida proposta de ação pedagógica que, envolve a Educação Alimentar e Nutricional, pois almejo que após essa vivência as crianças tornem-se capazes de pontuarem quais alimentos são mais saudáveis e apropriados para o momento da merenda e quais as consequências das suas opções e más escolhas para a sua própria saúde, a fim de que esse a partir do conhecimento escolar os alunos construam o conceito de alimentação saudável.

## **2.5 METODOLOGIA**

Como já citado nesse breve relato, a ação pedagógica mencionada foi realizado em sala de aula, figurando-se como uma pesquisa-ação, com caráter qualitativo, na qual os

sujeitos foram convidados a refletir e a vivenciar situações-problema pertinentes ao seu contexto. No intuito de avaliar se as crianças pequenas mudam seus hábitos alimentares a partir da construção de ideias sobre a temática abordadas nas aulas de ciências. Em suma, na referida proposta buscou-se observar o progresso das crianças em relação às atitudes alimentares a partir da intervenção realizada.

Zabala (2002) classifica o processo de aprendizagem como complexo diretamente condicionado aos objetivos de ensino traçados pelo professor, além de envolver o componente afetivo, aspecto determinante para a aprendizagem de um saber atitudinal. Na perspectiva do autor, para que os objetivos do professor sejam alcançados quando se pretende ensinar saberes atitudinais são necessárias atividades elaboradas visando fielmente o alcance desses objetivos. Não basta apenas levar o aprendiz a estabelecer conexões com determinado item do currículo, as atividades de ensino têm de abarcar os campos cognitivos, afetivos e, acima de tudo, os condutais. A de se considerar, também, que cada aprendiz terá um resultado diferente, pois cada indivíduo constrói uma elaboração pessoal do objeto de estudo.

De acordo com essas suposições, defendidas pelo autor, busquei desenvolver uma metodologia focada nos objetivos dessa ação pedagógica (verificar se as crianças pequenas mudam seus hábitos alimentares a partir das aulas de ciências) e que realmente estimulasse o interesse das crianças pelo mundo natural, por meio de atividades concretas, pautadas no lúdico a serem desenvolvidas concomitantemente por todo o grupo.

Procurei realizar atividades diversas como: a exploração da cantina, da horta. Comparar os diversos alimentos em diferentes contextos. Realizar de piqueniques, eventos como a salada de fruta coletiva, a fim de proporcionar momentos de recreação na qual a proposta de intervenção pudesse se efetivar.

Enfatizo, mais uma vez, que a ação pedagógica descrita nesse relato foi desenvolvida com crianças de seis anos de idade, que acabaram de ingressar no ensino fundamental. E teve o intuito de questioná-las sobre seus próprios hábitos alimentares e proporcionar uma significativa consciência escolar sobre alimentação e saúde. De modo que, ao fim da ação pedagógica os alunos se tornassem capazes de modificar seus hábitos e atitudes no momento da merenda. A intervenção teve duração de quatro meses (agosto a novembro). Tendo como ponto de apoio o referencial teórico, a aprendizagem por meio de experiências significativas e os diferentes saberes que

premeiam o currículo escolar: conteúdos conceituais, procedimentais e, sobretudo os atitudinais.

<b>ATIVIDADE REALIZADA</b>	<b>DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE</b>
Classificação em alimentos saudáveis e não saudáveis	Roda de conversa sobre os alimentos com uma classificação inicial separando os saudáveis e não saudáveis.
Gráfico das frutas	As crianças colaram um quadrado de papel discriminando a fruta sua fruta favorita.
Planilha dos alimentos	Elaborei uma planilha para que cada criança discriminasse o tipo de alimento consumido no momento da merenda.
Salada de frutas	As crianças trouxeram algumas frutas (sem deixar de ressaltar que a escola doou outras) e a professora com a ajuda de uma auxiliar preparou uma salada de frutas.
Trabalho com os rótulos	Foram distribuídos diversos rótulos com intuito de se discutir a data de validade e os alimentos apropriados e inapropriados para o consumo.
Pirâmide Alimentar	Os alunos foram organizados em roda no qual foram distribuídos imagens de diversos alimentos os quais as crianças tinham que distribuí-las em três de tamanhos diferentes de acordo com as quantidades indicadas na pirâmide.
Higienização dos alimentos	Separei alguns alimentos “in natura” e os lavei mediante as crianças de modo lúdico e didático.

## **2.6 OS OBJETIVOS DE TRABALHO**

A partir dos preceitos sobre a importância dos conteúdos presentes no currículo escolar, sobretudo os conteúdos atitudinais que são fundamentais para a formação de hábitos e atitudes, foram desenvolvidas atividades pertinentes à proposta de ação pedagógica; Educação Alimentar e Nutricional. Como já citado anteriormente, na metodologia, conduzi as atividades a fim de proporcionar aos educandos experiências verdadeiramente significativas. E dessa maneira, alguns objetivos não poderiam deixar de ser listados ao longo do desenvolvimento do trabalho e avaliados ao analisar os resultados. Dentre tais posso destacar:

- ✓ Ajudar as crianças a pensar de maneira prática e lógica sobre os fatos do cotidiano em relação de saúde e alimentação;
- ✓ Despertar o interesse das crianças pelo conhecimento da ciência, através do aspecto lúdico como a realização de receitas, na exploração de hortas e cantina;
- ✓ Discutir com as crianças o valor de diversos alimentos presentes em seu cotidiano;
- ✓ Aproximar as crianças das informações elementares dos rótulos dos alimentos ingeridos por elas no momento da merenda.
- ✓ Conversar sobre a importância da higienização correta dos alimentos.

## **2.7 DESENVOLVIMENTO**

No dia 18 de agosto 2014 iniciei o trabalho com as crianças. Anteriormente elaborei um breve projeto de trabalho e enviei para a direção da escola, o mesmo foi necessário ser realizado, porque solicitei a aquisição de alguns materiais e gêneros alimentícios.

Foi muito interessante à experiência inicial vivenciada com as crianças. Durante alguns dias juntei alguns alimentos dentre eles refrigerantes, biscoitos recheados, água mineral, doce de leite, leite, iogurtes, torradas salgadas, chocolate, balas, chicletes e chips, além de levar outros “in natura” como: maçãs, laranjas, castanhas; alguns legumes como cenouras, batatas e pimentões e tomates. Pedi às crianças que separassem os alimentos em dois grupos: os que considerassem saudáveis e os que considerassem que não fossem saudáveis. Para isso separei duas pequenas caixas uma vermelha (não saudáveis) e outra verde (saudáveis).



Figura 1\_ Acervo Pessoal  
Classificação dos Alimentos: pré-teste



Figura 2\_ Acervo Pessoal  
Classificação dos Alimentos: pré-teste

Apesar de nunca ter trabalhado a temática anteriormente, fiquei surpresa ao constatar que as crianças apontaram os alimentos “*in natura*” como são saudáveis. Entretanto, confundiram-se ao classificar os alimentos industrializados como iogurtes, torradas e castanhas; o que já era esperado. Depois questionei sobre as escolhas e indaguei: Por que são saudáveis? Por que não são saudáveis? E a resposta obtida foi que frutas e legumes são saudáveis enquanto, doces e chicletes não. Nesse momento verifiquei que já possuíam uma vaga consciência sobre a importância das frutas e verduras e eram capazes de perceber que o açúcar faz muito mal aos dentes (reproduzindo discursos enfatizados pela própria escola e, em alguns casos pela mídia). Então, para levantar uma reflexão investigativa questionei: o açúcar prejudica somente os dentes?

Professora: “Mas só os dentes, que faz mal?”

W.Y. N: “Pra saúde também?”

Professora: “E saúde o que é? Onde fica?”

A.D. N: “Na gente, ué!”

Professora: “Na gente onde?”

D.A.L.: “Dentro do nosso corpo.”

M.A.R.: “E a gente precisa comer coisa saudável senão dá doença.”

(Material gravado em áudio 18-08-2014, Belo Horizonte.)

Logo em seguida, falei da importância das frutas, dos vegetais, para manter uma alimentação equilibrada e dos perigos do excesso do açúcar em nossa alimentação. Expus de um modo geral o que é diabetes e os riscos dessa doença. Momento muito proveitoso, algumas crianças possuíam familiares que enfrentavam a doença e relataram suas vivências.

A.D. N: Minha vó tem diabetes, ela toma injeção e tem que ir no médico.

M. A. R: Minha avó também e fica com os pés rachando.

(Material gravado em áudio 18-08-2014, Belo Horizonte.)

Então propus que realizássemos uma receita perguntei qual tipo poderia ser mais adequada para uma alimentação saudável.

Professora: “O que podemos fazer para comer bem?”

C. H.: “Só como coisa que faz bem pra saúde.”

Professora: “E que tipo de receita faz bem pra saúde? Uma com muito açúcar ou com muitas frutas e legumes?”

H.L.A.: “Um com fruta e legumes.”

Professora: “Ah, que tal se fizermos uma deliciosa salada de frutas?”

P.R.F.: “Ah, eu gosto!”

( Material gravado em áudio 18-08-2014, Belo Horizonte.)

No dia seguinte (19/08/2014) após o retorno do recreio escrevi no quadro o nome de cinco frutas: abacaxi, laranja, maçã, banana, e mamão estimulei a leitura individual e coletiva, em seguida distribuí pequenos quadrados de papel da mesma medida para todos e pedi que desenhassem nele sua fruta favorita, mas orientei que essa escolha deveria ser escrita no quadro. Eles corresponderam a minha expectativa e fizeram com alegria.

Depois recolhi desenhos, organizei as crianças em roda e construí com eles um gráfico da sua fruta preferida e o expus na sala. Utilizando uma cartolina branca tracei dois eixos um destacando verticalmente a quantidade em horizontalmente a especificidade de cada fruta, expliquei que faríamos um gráfico para expor em sala de aula. Ele seria, então, um recurso que nos ajudaria a lembrar da importância das frutas em nossas refeições e como seria interessante consumi-las nos momentos da merenda. Para construir coletivamente cada criança foi dizendo sua fruta predileta e eu fui colando pequenos quadrados de papel no lugar correspondente a cada fruta e dessa maneira fui formando as colunas numéricas.

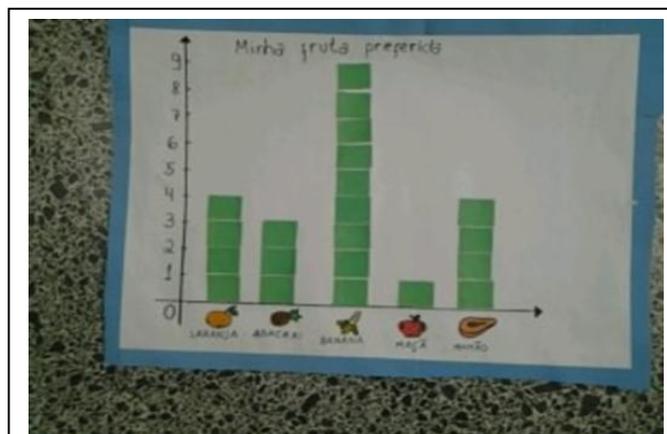


Figura 3\_ Acervo Pessoal  
Quantificando as frutas preferidas



Figura 4\_ Acervo Pessoal  
Quantificando as frutas preferidas

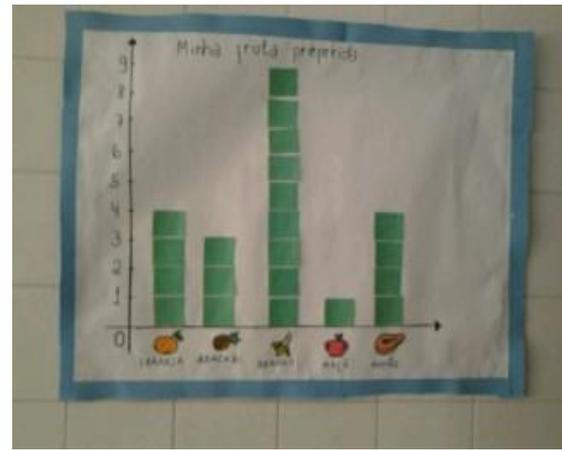


Figura 5\_ Acervo Pessoal  
Quantificando as frutas preferidas

Por fim, aproveitei o ensejo e elaborei um bilhete, juntamente com os alunos, pedindo as famílias trouxessem uma fruta para a execução da nossa salada de frutas, que seria ser realizada na semana seguinte. Deixei que eles escolhessem a fruta a ser trazida para a salada de frutas e incentivei para que trouxessem a fruta apontada como a preferida, sempre considerando a quantidade de para cada tipo de fruta a receita.

No dia seguinte (20/08/2014), apresentei as crianças uma planilha para que cada criança marcasse o tipo de alimento que haviam trazido para a merenda. Expliquei que mesma seria construída ao longo da semana seguinte.

No primeiro dia percebi que as crianças, segunda-feira (25-08-2014) ainda mantinham opções de merenda não tão positivas partindo do ponto de vista nutricional como o biscoito recheado, bolinhos industrializados e iogurtes (mal acondicionados) que permaneciam fora da geladeira. Intervi incentivando as crianças a levarem alimentos variados, como pães, torradas, sucos e, sobretudo frutas. Num universo de vinte e cinco crianças apenas três optaram pelas frutas, quatro levaram o biscoito recheado e cinco crianças o iogurte.



Figura 6\_ Acervo Pessoal  
As opções de Merenda (segunda-feira 25-08-15)

Todos os dias, realizávamos o momento de coleta de informações a respeito do que cada um havia consumido no momento da merenda. No qual cada criança se dirigia a planilha exposta na sala de aula e marcava o que havia ingerido na merenda.

No dia seguinte, terça-feira (26-08-2015) aproveitei a marcação diária das planilhas para propor momentos de reflexão que enfatizava a questão da quantidade de comida ingerida. A fim de levar às crianças a percepção que não só o tipo de alimento influencia em uma escolha saudável, mas a quantidade de comida ingerida também é muito importante.

Sempre discutia com os pequenos sobre importância de escolhermos alimentos mais saudáveis para a nossa merenda, além de nos atentarmos para a quantidade de alimentos ingerida. Instruía-as crianças que não levassem o pacote de biscoito inteiro, mas que separassem o mesmo em pequenas porções em vasilhames plásticos, para consumi-los em porções menores.

Ensinei que uma criança educada não exagera ao se servir; coloca pouco no prato, mastiga de boquinha fechada vagarosamente e, se por fim não estiver saciada, repete o prato, mas sempre atenta à quantidade.

Professora: “Vocês acham que podemos comer o tanto que quisermos?”

P.R.F: “Não, se não a gente fica gordo?”

Professora: “Ganhamos peso, engordamos, mas será que é só isso?”

H.L.A. “Faz mal pra saúde!”

Professora: “Isso! Quanto alguém está acima do peso isso indica que dentro dessa pessoa também tem gordura. E gordura dentro de é nos muito ruim.”

(Material gravado em áudio 22-08-2014, Belo Horizonte.)

Nesse dia (terça-feira 26-08-2014) pude verificar que a quantidade frutas ingerida na merenda aumentou significativamente: das vinte e três crianças presentes todas levaram algum tipo de fruta, crédito esse fato devido aos meus incentivos do dia anterior, três mantiveram o biscoito recheado e dez se alimentaram da merenda oferecida pela cantina concomitantemente com a fruta.



Figura 7\_ Acervo Pessoal  
As opções de Merenda (terça-feira 26-08-15)

Também nos momentos de coleta de dados após a merenda aproveitei a ocasião para falar que dentro do nosso corpo existem importantes partes: os órgãos. Citei o coração, o estômago e o intestino. Estimulei as crianças para que se tocassem e se sentissem; escutassem os seus batimentos do seu coração. Tocassem o seu abdômen investigando onde fica seu estomago e seu intestino.

E a partir daí falei das doenças que são causadas pelo excesso de peso, como diabetes (causada pela ingestão de açúcar em excesso), citei também a obesidade (causada pelo excesso da ingestão de gordura). Destaquei que a gordura não influencia somente o aspecto físico, mas a saúde, prejudicando até mesmo a locomoção da pessoa.

Desse modo, continuei a realizar a planilha ao longo dos dias da semana. Sempre nesses momentos, fazia algumas pontuações necessárias como: a praticidade das frutas. Destaquei, pois, que uma fruta é tão prática quanto um pacote de biscoitos, podendo ser lavada, até mesmo, na própria escola. Relatei os malefícios do suco de caixinha, enfatizando que a maioria possui tanto açúcar quanto o refrigerante.

Na quarta-feira (27-08-2014) do total de vinte e quatro crianças sete se alimentavam do prato da cantina, dezesseis trouxeram frutas para a merenda e apenas uma optou pelo biscoito recheado.

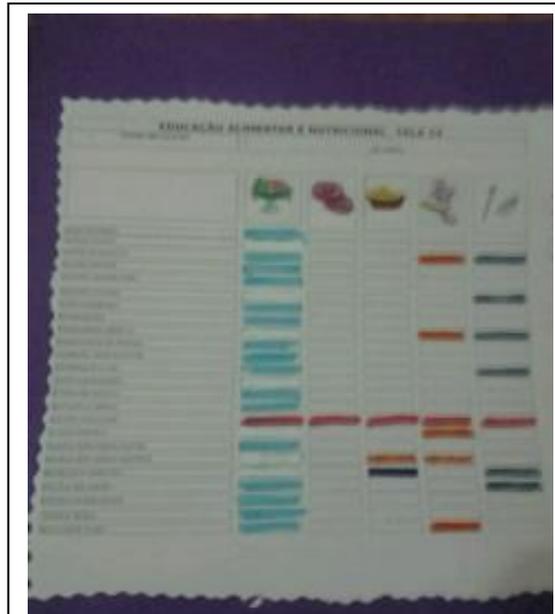


Figura 8\_ Acervo Pessoal  
As opções de Merenda (quarta-feira 27-08-15)

Na quinta-feira (28-08-2014) constatei a partir da marcação diária das planilhas que das vinte e cinco crianças oito optaram pela fruta, nenhuma levou o biscoito recheado (uma relevante vitória), três levaram iogurte e quatorze se alimentaram do prato que era oferecido pela cantina nesse dia.



Figura 9\_ Acervo Pessoal  
As opções de Merenda (quinta-feira 28-08-15)

Transcorridos os cinco dias de registro da planilha (29-08-2014) senti uma sensação de alívio ao perceber que as crianças estavam mais abertas a se alimentar de forma mais variada no momento da merenda. A marcação das planilhas também me permitiu verificar que um número significativo de crianças alimentava do prato que a cantina

proporcionava. Essa constatação me fez atentar para a importância da merenda ofertada pela escola e do acompanhamento nutricional da mesma.

Um fator muito positivo que pude verificar com a marcação diária das planilhas foi o aumento significativo do consumo de frutas pelas crianças. Tal sucesso atribui à proposta da realização de uma salada de frutas. Proposta que foi acolhida com muito entusiasmo pelas crianças. Nesse momento da ação pedagógica, alguns dos alunos me mostravam com alegria as frutas que os familiares haviam enviado para a merenda e questionavam quantos dias faltava para realização da nossa salada de frutas.

Entretanto, alguns eventos ocorrem na dinâmica escola, que fizeram com que a salada de frutas fosse adiada por alguns dias. Mas, não deixei de trabalhar o projeto alimentação com as crianças diariamente, seja por meio de registros diários ou através de reflexões diárias que realizava após a merenda, momento denominado pela turma como hora do descanso no qual ocorriam reflexões diárias pertinentes à intervenção.

E, por fim, chegou o dia da tão aguardada salada de frutas, evento maravilhoso realizado com a turma no dia 25-09-2014. As crianças trouxeram as frutas com muito empenho, alegria e com um sensacional entusiasmo. Aproveitei para realizá-la o início do horário, julguei que nesse momento as crianças estariam mais tranquilas. Então as levei para a cantina, separei cada tipo de fruta: maçãs, abacaxis, bananas, mamões, laranja e manga. Sem deixar de falar nas uvas e nos morangos que comprei e levei que causaram euforia nas crianças.

Falei um pouco da importância de cada uma delas para o nosso organismo e com uma ajuda de uma auxiliar da escola, realizei a higienização das frutas, descasquei os abacaxis, as laranjas, os mamões, as mangas. Depois com ajuda de um picador doméstico de alimentos picamos as frutas mais consistentes e esprememos algumas laranjas. Destaco que foi um momento difícil da proposta de intervenção pedagógica, tive que dar conta de explicar, realizar a receita e controlar a disciplina da turma em um curto espaço de tempo (a cantina foi liberada apenas uma hora e quinze minutos). Nunca trabalhei tanto em toda a minha vida, afirmo isso com toda a certeza.

Mas, todo trabalho valeu a pena quando estava tudo pronto, servi as crianças e também experimentei a receita, que ficou deliciosa, juntamente com os funcionários da cantina que tanto me apoiaram, e percebi que todas as crianças se deliciavam. Para finalizar questioneei algumas crianças se havia alguma fruta que não comiam antes e passaram a gostar depois da nossa salada de fruta; o mamão ganhou disparado seguido do morango e da laranja.

Destaquei que a sobremesa preparada foi muito saudável, sem adição de açúcar, leite condensado ou iogurtes, fato que deveria se tornar um hábito sempre que a mamãe fizesse uma salada de frutas em casa.

Passados quatro dias da nossa salada de frutas (29-09-2014) tentei trabalhar rótulos de alimentos com as crianças, para isso levei embalagens e pedi aos pequenos descobrissem onde estava o rótulo. Organizados em dupla tinham que descobrir por meio de dicas o que era o rótulo, estimulei distribuindo pistas (é uma tabela, tem números, tem letras). Mas fui pega num grato imprevisto, as crianças descobriram a data de validade de vieram animados me comunicar:

J.S: “Professora! Achei o rótulo.” (Nesse momento o aluno aponta para a data de validade).

Professora: “Não, isso não é o rótulo, mas é algo muito importante, sabe o que é?”

J.S: “Não!”

G. S: “É a data de validade.”

Professora: “Iremos procurar a data de validade em cada alimento (desafiei todos a achar a data de validade). Alguém sabe por que a data de validade está em todas as embalagens dos alimentos?”

K.C: “Eu sei por que se a gente comer depois pode tá estragado.”

Professora: Isso mesmo.

(Material gravado em áudio 29-09-2014, Belo Horizonte.)

Falei, então, um pouco sobre a data de validade sua importância e os riscos de se consumir alimentos que estão fora do prazo estipulados. Para isso falei aos alunos sobre conservantes (citei exemplos práticos com a vitamina da caixinha com a vitamina feita em casa) e perguntei qual resistia mais tempo fora da geladeira. Destaquei a existência microrganismos e de bactérias. E como calendário já é um conteúdo sistematicamente trabalhado (todos os dias compõe nossa rotina) muitas crianças identificaram quais estavam próprios para o consumo e quais alimentos a data já haviam vencido.

Após esse momento, fizemos os trabalhos com os rótulos, de modo bastante elementar, apenas para dizer que ali existiam importantes informações como a quantidade açúcar, sal e gorduras (gorduras que maltratam o coração) alertando as crianças da necessidade de pedir a mamãe e o papai para ficarem bem atentos na hora de comprarem os alimentos.

Na semana seguinte (05-10-2014) levei as crianças para a sala de vídeo para assistirem um pequeno desenho que falava sobre a pirâmide alimentar e a importância de uma alimentação bem diversificada; “**Nutriamigos \_ É só você provar**” (2014). Depois retornarmos para a sala de aula e eu desenhei a pirâmide alimentar no quadro e

entreguei a cada uma delas um desenho da mesma pedindo-as para analisarem e descobrirem qual a relação da pirâmide com cada tipo de alimento e a quantidade ideal para ser ingerida de cada um deles. Nesse momento eu os desafiei.

Professora: “O que será que a pirâmide está nos ensinando?” (Então elas foram expondo suas deduções)

M.A: “Que a gente tem que comer de tudo.”

Professora: “Muito bem. Mas posso comer o tanto que quiser?”

H.L.: “Não, se a gente come muito, fica gordo, tem que comer pouco.” (Percebo que o discurso é bem próximo daquele que eu já havia exposto em aulas anteriores).

Professora: “Será que tudo que eu comer muito irá me engordar.”

K.C: “Vai.”

Professora: “E se eu disser que não é exatamente, isso. Observe à pirâmide a base dela é maior ou menor que o topo?”

Alunos: “Maior.”

Professora: “Que está na base?”

Alunos: “Pão, arroz, batata...”

Professora: “Quem está no topo?”

Alunos: “Doces, sorvete e óleo.”

(Material gravado em áudio 05-10-2014, Belo Horizonte.)

Logo após esse momento fui explicando a pirâmide alimentar detalhadamente e descrevendo a importância de uma alimentação variada para o nosso organismo, e, apontei a quantidade ideal para cada tipo específico frutas, carboidratos, proteínas, açúcares e gorduras, onde encontrar cada um desses componentes alimentares e suas funções no nosso organismo... As crianças coloriram a pirâmide alimentar e colaram no caderno como forma de registro dessa atividade.

Essa aula me frustrou, fiquei com a sensação de que os objetivos não foram alcançados. Retomei a temática a explicando mais detalhadamente de forma expositiva, nesse mesmo dia. E, então para resolver essa inquietação; alguns dias depois (22-10-2014) recortei de algumas revistas velhas diversas imagens de alimentos e refeições, depois coleí as mesmas sobre o papel quarenta quilos a fim de dar firmeza a esse material. Quando retornamos do recreio, fiz o momento de descanso e pedi aos pequenos que se sentassem em roda e coloquei a imagens no centro da mesma. E então questioneí:

Professora: “O que vocês acham que iremos fazer?”

C.H: “Separar em saudáveis e não saudáveis.”

Professora: “Não!... Mais ou menos isso... Iremos separar os alimentos em muito necessários, necessários e coma com cuidado. Quem se lembra da pirâmide alimentar?”

Alunos: “Eu!”

Professora: “Quais eram os três grandes grupos de alimentos que havia nela?”  
W.Y.: “Carnes, carboidratos, legumes e doces.”  
Professora: “Maravilha, isso mesmo! E o que cada um deles pode nos ajudar?!”  
M.A.: “Dá energia e cuidar da pele e do cabelo.”  
D.B.: “Também forma músculos.”  
(Material gravado em áudio 22-10-2014, Belo Horizonte.)

Ressaltei, novamente, sobre a importância de cada alimento da pirâmide alimentar e retomei a questão da quantidade ideal para o nosso organismo. E para concretizar a atividade apresentei aos alunos quatro caixinhas de papelão que possuíam tamanhos diferentes e pedi que separassem os alimentos quatro grupos: carnes e laticínios; frutas e legumes; cereais e pães; doces e gorduras. Para essa dinâmica dividi a turma em três grupos. As classificações deveriam fazer a correspondência entre tamanho da caixinha e a quantidade indicada na pirâmide.

Fiquei muito impressionada com o resultado, propus essa atividade como um desafio e as crianças acertaram uma quantidade significativa. Para finalizar a mesma tirei de cada caixinha as imagens colocadas pelas crianças e deixei que as próprias avaliassem se o colega errou ou acertou, apontando os motivos da avaliação.

Para finalizar a proposta da ação pedagógica, propus uma atividade com ênfase sobre a higienização dos alimentos em (06-11-2014). Nesse dia, levei frutas com a casca como: maçãs, peras, goiabas e morangos para serem lavados de forma didática perante as crianças. Na ocasião dessa atividade percebi uma euforia por parte das crianças para consumir as frutas, fato que me alegrou. Tal atividade foi escolhida devido a minha constatação a respeito de algumas atitudes inadequadas no comportamento das crianças; dentre tais manuseio dos alimentos com mão sem higienizar, proximidade de brinquedos e materiais escolares com os alimentos, além do armazenamento de modo inadequado na mochila. Fatos que me alertaram para uma seria intervenção a fim de conscientizar as crianças sobre higienização dos alimentos.

E para a realização da mesma higienizei a mesa, enquanto conversava com as crianças sobre o cuidado com o ambiente, em seguida coloquei uma bacia plástica transparente sobre a mesma e peguei as frutas “in natura” e questionei (O que deveria ser feito?).

Professora: “O que devemos fazer com as fruta?”  
Alunos: “Lavar.”  
Professora: “E vocês sabem fazer isso de modo correto?”  
(Material gravado em áudio 06-11-2014, Belo Horizonte.)

Nesse momento, houve diversas sugestões (colocar da torneira, esfregar com a mão, mergulhar numa bacia com água). Então fui explicitando, dizendo que todos estavam um pouco certos, mas deveríamos saber um pouco mais. Apresentei as crianças o hipoclorito de sódio e expliquei que era tóxico não podia ser ingerido e nem haver contato com a pele e que só um adulto poderia manusear. Expliquei que a proporção para a higienização dos alimentos de uma colher de sopa para um litro d'água (para destacar a noção de quantidade utilizei um copo medidor).

Fiz a solução em uma bacia transparente e coloquei as frutas, em seguida fui explicando que as mesmas deveriam permanecer nessa solução por uma hora. Aproveitei para expor as crianças os motivos de se utilizar touca, avental na cozinha e fui os relacionando com a higienização dos alimentos do seu respectivo ambiente de preparo. Finalizei explicando como se devem lavar as mãos corretamente. Então deixei que as crianças fossem ao banheiro para lavar as mãos (de acordo com a recente aprendizagem) em duplas de modo que um orientasse o outro, acompanhadas pela profissional responsável pelo PSE (Programa de Saúde na Escola).

## 2.8 AVALIAÇÃO DA AÇÃO PEDAGÓGICA

Para avaliar a intervenção (14-11-2014) propus que as crianças repetissem a primeira atividade da intervenção: classificar os alimentos em dois grupos alimentos saudáveis prejudiciais à saúde, mas dessa vez usando o seu próprio desenho como registro. Para a realização dessa atividade imprime desenhos de cestas numeradas (um e dois) no folha A3 e defini que na cestinha número um ficariam os alimentos considerados por eles saudáveis, já na cesta de numero dois ficaria os alimentos classificados como prejudiciais a saúde.



Figura 10\_ Acervo Pessoal  
Classificando os alimentos: avaliação da intervenção 14-11-15  
1\_ Saudáveis 2- Prejudiciais à saúde



Figura 11\_ Acervo Pessoal  
Classificando os alimentos: avaliação da intervenção 14-11-15  
1\_ Saudáveis 2- Prejudiciais à saúde



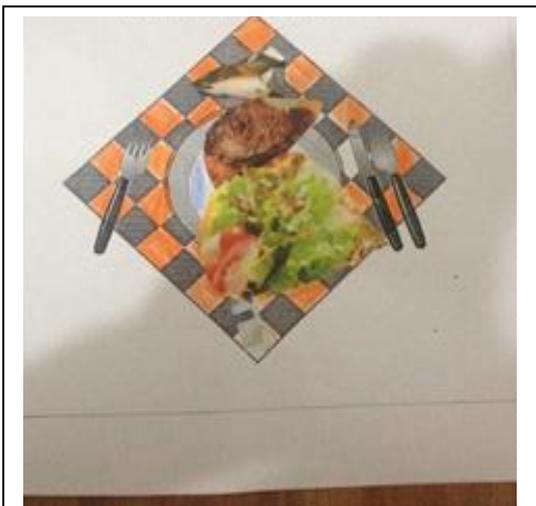


Figura 14\_ Acervo Pessoal  
Montando uma refeição nutritiva  
Imagem ilustrativa de uma refeição: Carne, peixe e vegetais.



Figura 15\_ Acervo Pessoal  
Montando uma refeição nutritiva  
Imagem ilustrativa de uma refeição: Feijão, purê de batatas e salada de frutas.



Figura 16\_ Acervo Pessoal  
Montando uma refeição nutritiva  
Imagem ilustrativa de uma refeição: Carnes, frutas e legumes.

Essa atividade me possibilitou identificar que uma parte dos alunos havia entendido alguns pressupostos sobre a alimentação saudável, compreendendo a importância de uma alimentação variada com a presença dos diferentes grupos dos alimentos em nossa alimentação diária. Além do que, essa parcela dos alunos demonstrou, mediante a essa atividade, que optar pelo consumo de alimentos menos gordurosos e ricos em açúcares impacta diretamente na saúde do nosso corpo, sejam esses isolados, ou inseridos em uma dieta.

Outra parte do grupo, no entanto, não compreendeu e não demonstrou com clareza os saberes que os demais evidenciaram. Limitaram-se em destacar apenas um grupo de

alimentos, apontado uma alimentação pobre em variedade. E, ainda, houve casos que alguns alunos destacaram alimentos ricos em gorduras e pobres em nutrientes.



Figura 17\_ Acervo Pessoal  
Montando uma refeição nutritiva\_  
Imagem ilustrativa de uma fatia de pizza  
Acervo pessoal



Figura 18\_ Acervo Pessoal  
Montando uma refeição nutritiva  
Imagem ilustrativa de uma refeição: cogumelo, alho e couve.



Figura 19\_ Acervo Pessoal  
Montando uma refeição nutritiva  
Imagem ilustrativa de uma refeição: requeijão, iogurtes e carne.



Figura 20\_ Acervo Pessoal  
Montando uma refeição nutritiva  
Imagem ilustrativa de uma refeição: Pastel e macarrão com molho de carne.

Essa atividade, a partir do meu ponto de vista, foi bastante complexa, exigia múltiplas habilidades dos alunos, a serem apresentadas concomitantemente. Eles deveriam identificar os alimentos presentes nas refeições, classifica-las do ponto de vista nutricional a partir dos mesmos relaciona-los com as quantidades recomendadas pela pirâmide alimentar.

Destaco que acompanhei, também, os alunos durante o momento da merenda. E, a partir dessas observações foi oportuno avaliar como as crianças apropriavam das discussões realizadas em sala de aula, como reelaboravam o seu conhecimento a partir das atividades desenvolvidas e como todos esses fatores atuavam no comportamento de cada um.

Esse acompanhamento me possibilitou verificar que a quantidade de alimentos ingerida, na ocasião da análise, tornou-se um ponto de atenção das crianças, fato que anteriormente não existia. Comportamento que, na minha avaliação, se deve a aquisição de novos conhecimentos atitudinais dos alunos a partir da intervenção. A quantidade de biscoitos recheados também diminuiu, mas as crianças ainda não o abandonaram e quando o trazem geralmente divide o alimento com as demais. As frutas passaram a ser mais consumidas, do mesmo modo que, outros tipos de biscoitos, mais interessantes que os recheados.

Avaliei, porém, que os incentivos e a retomada das nossas discussões sobre a alimentação saudável devem ser constantes a fim de se fomentar atitudes e comportamentos. Mas, ressalto que devido à dinâmica do currículo escolar e as diversas demandas da escola, o assunto nem sempre é priorizado. E nesses períodos, verifiquei que os alunos relaxam e começam a apresentar comportamentos anteriores a vivência da intervenção pedagógica.

Nas situações, que as crianças traziam algum alimento rico em gordura e açúcares sempre retomava a temática, Educação Alimentar e Nutricional; focando na negatividade dessa atitude. E quando as questionava verificava que os argumentos têm sempre um apelo afetivo. Justificando que algum familiar o comprou o lanche como forma de compensação, ou premiação. Percebo que os pequenos são facilmente influenciáveis pelos familiares e pela mídia, mas tem sim uma consciência do que seria um alimento apropriado para a merenda, ou seja, uma opção saudável.

Muitos trazem frutas esporadicamente e as mostram com muito entusiasmo, acreditando que tal atitude é uma forma de conquistar elogios e admiração dos colegas e da professora. O aumento significativo da presença de garrafinha de água, na minha avaliação, foi uma evolução, outro fator importante a ser destacado é: em relação à forma que nos alimentamos são armazenados e os cuidados que são dispensados a higiene dos alimentos, após a essa ação pedagógica os alunos apresentam maiores

cuidados, não deixando alimentos próximos a brinquedos e sem um vasilhame apropriado na mochila.

Verifiquei, no entanto, que em um pequeno grupo (três alunos) alguns comportamentos, ainda, se mantêm inalterados como a opção por biscoitos doces industrializados (inclusive dentre um caso de obesidade infantil presente no grupo). A excitação perante aos doces e aos chips também não modificou. O que comprova que é necessária uma continuidade de abordagens diferenciadas da temática, a fim de atingir toda a turma sendo essa uma necessidade constante. Comprova-se que as crianças alteram seu comportamento parcialmente mediante os incentivos incisivos.

Recebi a promessa de ajuda da Secretária Municipal de Abastecimento, mais especificamente o banco de alimentos, uma visita orientada ao local agendada para o dia 13 de setembro, mas a mesma foi desmarcada por parte da Secretária alegando que a idade dos pequenos as crianças impossibilitava a visita. Houve em seguida a proposta de uma nutricionista ir até à escola e realizar uma atividade com a turma agendada para o dia 22 do mesmo mês, mas a mesma foi desmarcada repentinamente, também por parte da Secretária, sob a alegação que grande parte das nutricionistas estariam de férias.

### **3. ANALISE CRÍTICA**

Assinalo que, exceto essas duas atividades ressaltadas como forma de avaliação da intervenção, os alunos foram acompanhados de uma maneira contínua nos momentos da merenda e durante todas as atividades realizadas e mediante ao seu comportamento diário.

O que me permitiu constatar que, após a ação pedagógica novos hábitos e atitudes em significativa parcela das crianças. Dentre eles pontuo que as crianças estão mais conscientes quanto à importância de se alimentar bem, alguns tomaram para si o hábito de consumir frutas e controlar a quantidade de comida ingerida de alimentos no momento da merenda.

Já em outro grupo de crianças, não pude perceber a mesma tomada de consciência ao ponto de adquirir novos hábitos limitando-se apenas ao âmbito do discurso. Constatei alguns comportamentos que comprometem a escolha de uma

alimentação saudável como: o consumo de biscoitos recheados e guloseimas em demasia, além do excesso da quantidade de alimento ingerida.

Atribuo os insucessos a própria natureza da temática, que envolve os hábitos das crianças, esses, muitas vezes, iniciados antes do processo de escolarização e cultivados no seio familiar. Para serem, de fato, modificados, tais hábitos, é necessário se modifiquem todo o contexto ao seu das crianças, realidades que envolvem a família dos educandos e a mídia em que eles estão expostos. Os conteúdos atitudinais auxiliam no processo de tomada de consciência capaz de modificar preferências e comportamentos, esses podem e devem ser abordados na escola, mas eles isoladamente no provocam a mudança plena nos alunos.

Destaco também que, há o impasse quanto ao nível de desenvolvimento e maturidade das crianças, são pequenos, em ampla fase de formação humana, e são facilmente influenciados. O que torna bastante oportuno retomar a abordagem à medida que as crianças se desenvolvem, a fim de relembrar e conhecimento e as experiências vivenciadas. Modificar atitudes envolve muitos fatores que, em parte, extrapola as atividades escolares. Fatores esses sociais (familiares), econômicos e, até, emocionais. Porém, a escola não pode fugir de sua responsabilidade de tratar o tema, uma vez que, é um importante assunto de influencia crucial na saúde da população e constitui como uma importante temática pertinente aos saberes escolares relativos às Ciências.

Explicito também que houve muitos pontos de significativos obtidos por meio das atividades da ação intervenção, como o aumento do consumo de frutas, água e uma atenção maior quantidade de alimento ingerido. O sucesso de tais atividades se deve a abordagem lúdica e prática perseguida ao longo dessa intervenção e da retomada diária do assunto nos momentos que antecederiam ou sucediam a merenda.

Não houve, durante toda a intervenção, atitudes discriminatórias e de “*bullying*” por parte da turma, o que se configura como um sucesso não do ponto de vista alimentar e nutricional, mas do ponto de vista da formação humana, englobando também os conceitos atitudinais. Esses fatores se devem a abordagem cuidadosa que procurei manter e sempre com uma conotação científica, relativizando sempre os hábitos alimentares com a condição da saúde do corpo, jamais busquei destacar o aspecto físico decorrente da alimentação. Mas sim, o impacto que uma alimentação inadequada gera no organismo. Essa ação pedagógica trouxe para os pequenos importantes saberes, envolvendo não só a aprendizagem que perpassam o campo do saber das ciências, mas

que impactaram consideravelmente os alunos atuando no seu desenvolvimento como ser humano e fomentando o processo de modificação dos seus hábitos e comportamentos.

Apesar da complexidade da temática a escola não pode renunciar o seu dever de tratar o assunto, devido aos diversos fatores apontados nesse relato como justificativas relevantes que fundamentam o desenvolvimento da temática. Aponto, também, que apesar do aspecto físico não ter sido diretamente tratado nessa intervenção pedagógica, a fim de evitar atitudes discriminatórias, a imagem corporal que as crianças fazem de si mesmas se constitui, muitas vezes, em um fator de sofrimento psicológico. Acredito que a partir da Educação Alimentar e Nutricional desenvolvida nas aulas de Ciências, a escola pode amenizar esse sofrimento e fundamentar atitudes mais saudáveis no comportamento das crianças, que impactaram na qualidade de vida dos alunos e no processo de socialização dos pequenos.

Para finalizar, destaco a importância da formação ofertada pela pós-graduação do LASEB; no desenvolvimento dessa intervenção. Que me orientou desde a escolha de uma temática pertinente e importante para as crianças, passando pelas sugestões de atividades a serem desenvolvidas, chegando, até, me auxiliar na análise dos resultados obtidos. Foram fundamentais as reflexões possibilitadas por meio das diversas disciplinas que me fizeram atentar para a importância do ensino de ciências, de forma contextual, por meio de uma abordagem adequada e que levasse a uma aprendizagem significativa para os pequenos.

#### 4. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ARAÚJO. Odair J. M, 2011. **A prática docente e a formação cidadã**. Disponível em: [http://www.webartigos.com/articles/1059/1/a-pratica-docente-e-a-formação\\_cidadã/pagina1.HTML](http://www.webartigos.com/articles/1059/1/a-pratica-docente-e-a-formação_cidadã/pagina1.HTML). Acessado em: 11 mar. 15.

BARBIERI, Maria Stela Fortes. “**Tempo de Experiência.**” *São Paulo*. 1965.

BOSI, Ecléa. “**Memória e Sociedade \_ Lembrança de Velhos**”. São Paulo: Cia da Letras, 1995.

BORDIEU. Pierre. “**O poder simbólico**”. *Sociologia USP*. São Paulo. p. 147 a 151, 2007.

BRASIL. **Parâmetros curriculares nacionais: Ciências Naturais 1º ciclos**. Secretaria de Educação Fundamental. (1998). Brasília: MEC/SEF.

BRASIL. **Parâmetros curriculares nacionais: 1ª a 4ª séries**. Secretaria de Educação Fundamental. (2001). Brasília: MEC/SEF.

LÚZIA. Ana M. S. **Panorama da Educação Brasileira Frente ao Terceiro Milênio**. Revista Eletrônica de Ciências. São Paulo, 08 de set. de 2008. Disponível em: [http://www.cdcc.sc.usp.br/ciencia/artigos/art\\_27/psiedu.html](http://www.cdcc.sc.usp.br/ciencia/artigos/art_27/psiedu.html) Acessado em: 11 set. 2008

MÜLLER, R.M. et al, 2014. **Excesso de peso e fatores associados em menores de cinco anos em populações urbanas no Brasil**. Rev. Bras. Epidemiol abr-jun 2014; 285-296. Disponível em: [http://www.scielo.org/pdf/rbepid/v17n2/pt\\_1415-790X-rbepid-17-02-00285.pdf](http://www.scielo.org/pdf/rbepid/v17n2/pt_1415-790X-rbepid-17-02-00285.pdf). Acesso em: 23-08-2014.

NIGRO, Maria Cristina da Cunha Campos Rogério Gonçalves. “**Teoria e Prática em Ciências na Escola. O ensino-aprendizagem como investigação.**” 1ª. ed.- São Paulo: ftd, 2009.

PREFEITURA MUNICIPAL DE BELO HORIZONTE, **Proposições Curriculares Ensino Fundamental Ciências\_ Desafios da Formação**. Secretária Municipal de Belo Horizonte, (2010). Rede Municipal de Belo Horizonte. SMED/PBH.

SOARES L.; RITTO C. **Pesquisa do IBGE confirma que obesidade é epidemia no Brasil Mantido o ritmo de crescimento do número de pessoas acima do peso, em dez anos o país terá se igualado aos Estados Unidos.** [Editorial]. Revista Veja online. Disponível em <http://veja.abril.com.br/noticia/saude/pesquisa-do-ibge-mostra-que-obesidade-e-epidemia-no-brasil>. Acesso 23-09-2014.

SOARES, Magda. “**Metamemórias – memórias. Travessia de uma educadora**”. São Paulo: Cortez, 1990.

ZABALA, Antoni. “**A prática educativa – Como ensinar**”. Artmed. Profissão. Professor, Lisboa, Don Quixote. 1998.

ZABALA, Antoni. “**Enfoque Globalizador e Pensamento Complexo: uma proposta para o currículo escolar**”. Porto Alegre: Artmed Editora, 2002..

#### *Vídeos*

“**Nutriamigos\_ É só você provar**”. Produção: HGN Produtora. Animação, 11’42. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=wv4kThJxKxQ>. Acesso em: 05-09-2014.