

CRIANDO HÁBITOS SAUDÁVEIS: O QUE TEM NA CESTA DA CHAPEUZINHO VERMELHO?

Eixo: Práticas para Ensino Médio - Formação de Professores

LIMA, Fábila¹
SOUZA, Danielly Mendes Gomes de²
GOMES, Dryelly Monyse Mendes³
SCHAMARSKI, Magda Consuelo Yamaguchi⁴
NOVAES, Telma Regina Miquelin⁵
BUDEL, Aline de Lara⁶
SILVA, Janice Mendes da⁷
DAVID, Mônica Cristiane David⁸
BORGES, Vanusa Emilia⁹

Os alunos do Ensino Médio Formação de Professores, recebem, durante o curso, conhecimentos teóricos e práticos sobre o desenvolvimento infantil, bem como, metodologias adequadas a faixa etária da educação infantil.

Conhecer as Diretrizes Curriculares Nacionais para a Educação Infantil é fundamental para identificar os conteúdos que devem ser ofertados nessa etapa de ensino. Entre os objetivos, destaca-se a importância de “promover situações de aprendizagem mediadas para a elaboração da autonomia das crianças nas ações de cuidado pessoal, auto-organização, saúde e bem-estar”. (BRASIL, 2010)

De acordo com Perrenoud (1993) é necessário ajudar "a construir o *habitus*, não em circuito fechado, mas a medida de uma interação entre a experiência, a tomada de consciência, a discussão, o envolvimento em novas situações." (PERRENOUD, 1993, p. 109).

Dessa forma, a presente proposta apresentará aos alunos do Ensino Médio Formação de Professores, ações pedagógicas sobre educação alimentar, por meio da dramatização e atividades diversas, reconhecendo desta forma a sua importância para aplicação de atividades com crianças da Educação Infantil.

¹ Acadêmica do Curso de Licenciatura em Pedagogia da Faculdade Opet.

² Acadêmica do Curso de Licenciatura em Pedagogia da Faculdade Opet.

³ Acadêmica do Curso de Licenciatura em Pedagogia da Faculdade Opet.

⁴ Acadêmica do Curso de Licenciatura em Pedagogia da Faculdade Opet.

⁵ Acadêmica do Curso de Licenciatura em Pedagogia da Faculdade Opet.

⁶ Acadêmica do Curso de Licenciatura em Pedagogia da Faculdade Opet.

⁷ Mestre em Educação. Especialista em Formação Docente e Orientadores Acadêmicos em EaD. Supervisora de Estágio no Curso de Pedagogia – Faculdade Opet Coordenadora Pedagógica no Instituto Base de Conteúdos e Tecnologias Educacionais – IBACBrasil. Professora Pesquisadora no Curso de Especialização em Coordenação Pedagógica da UFPR.

⁸ Mestre em Educação, Especialista em Organização do Trabalho Pedagógico e em EaD, Professora de Graduação e Pós -Graduação das Faculdades OPET, FAEL e SION, Supervisora de Estágio na Faculdade Opet.

⁹ Mestre em Educação. Pedagoga. Tutora Presencial do curso de Pedagogia do Centro Universitário OPET.

1 JUSTIFICATIVA

A Educação Alimentar é um tema que deve ser trabalhado desde a primeira infância, visto que as crianças possuem realidades diferentes, e nem sempre recebem instruções adequadas sobre os alimentos que consomem, desconhecendo o risco que causam a saúde. De acordo com os Parâmetros Curriculares Nacionais:

Quando inicia sua vida escolar, a criança traz consigo a valorização de comportamentos favoráveis ou desfavoráveis à saúde oriunda da família e outros grupos de relação mais direta. Durante a infância e a adolescência, épocas decisivas na construção de condutas a escola passa a assumir papel destacado devido a função social e por sua potencialidade para o desenvolvimento de um trabalho sistematizado e contínuo. Deve, por isso, assumir explicitamente a responsabilidade pela educação para a saúde, já que a formação de atitudes estará fortemente associada a valores que o professor e toda a comunidade escolar transmitirão aos alunos durante o convívio escolar. (BRASIL, 2000 p.97)

A escola, ao assumir sua responsabilidade social, deve promover aos educandos a criticidade e o conhecimento científico do conteúdo. Lembrando que, ao falar sobre alimentação, é importante ressaltar que a mídia divulga sabor e beleza, e os consumidores acabam adquirindo devido à falta de informação prévia.

O objetivo dessa atividade é mostrar aos alunos do Ensino Médio Formação de Professores como abordar essa temática de forma lúdica e significativa no processo de aprendizagem dos alunos na educação infantil.

2 OBJETIVO GERAL

Oportunizar a reflexão sobre a importância de uma alimentação saudável.

3 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Reconhecer a diferença dos alimentos industrializados dos naturais;
- Incentivar a escolha de alimentos mais saudáveis;
- Fazer estudos sobre quantidade e qualidade dos alimentos;
- Identificar sabores dos diferentes alimentos;
- Estimular a criatividade e a imaginação através da dramatização.

4 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Os estudantes serão recepcionados pelos professores, em seguida serão organizados em semicírculo para que todos possam se conhecer e compreender o início da atividade.

Em seguida, os alunos serão convidados a participar da dramatização, a partir do roteiro adaptado do conto infantil “Chapeuzinho Vermelho”, do trecho em que a Chapeuzinho vermelho e sua mãe preparam uma cesta de alimentos para a vovó que está doente.

- Mamãe: Chapeuzinho vermelho vamos preparar uma linda e gostosa cesta para levar para a vovó? Você sabe que ela não está bem de saúde.

- Chapeuzinho: Sim! Claro mamãe. Vou colocar, brigadeiros, refrigerantes, balinhas, macarrão instantâneo, *nuggets*, salgadinhos, biscoitos recheados, hambúrguer, lasanha congelada, suco de caixinha e salsichas! Uhum!

- Mamãe: Você acha que essas coisas fazem bem para a saúde e principalmente para quem está doente minha filha?

- Chapeuzinho: Se faz bem não sei, mas que são gostosas, isso sim.

Nesse momento aparece o lobo, feliz com as escolhas da chapeuzinho, e ele diz:

- Lobo: Assim que eu gosto, pois a vovó vai ficar bem gordinha, não vai conseguir correr e eu vou poder devora-la fácil, fácil.

- Mamãe: Filha, a alimentar-se corretamente é muito importante, não podemos comer as coisas sem sabemos o que estamos exatamente comendo.

Nesse momento o caçador entra cantando a música: Alimentação Saudável Paródia. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=Gil53cE16SU>.

- Caçador: Chapeuzinho a mamãe está correta, sabe por quê? Precisamos ter uma alimentação saudável para podermos ter energia para brincar, correr e estudar e assim evitarmos ficar doente.

- Caçador: veja, por exemplo, esse refrigerante, você sabe o que tem dentro dessa garrafa?

- Chapeuzinho: Não tenho ideia, mais é tão bom geladinho.

- Mamãe: Você sabe que o consumo exagerado de açúcar faz muito mal a nossa saúde, e pode causar várias doenças, nos impedindo de fazer as coisas que gostamos como passear, brincar etc. Pois bem filha veja isto.

Nesse momento faz-se uma demonstração da quantidade de açúcar que contém em uma lata de refrigerante.

- Caçador: Agora veja o macarrão instantâneo. (Faz a demonstração da quantidade de sódio existente em cada embalagem).

- Chapeuzinho: Nossa! Eu não sabia dessas coisas, e aposto que tem muita gente que também não sabe. Que horrível! Precisamos divulgar isso para todas as pessoas, principalmente para as crianças que precisam crescer fortes e saudáveis. Eu não quero deixar de ir ao parque, jogar bola, andar de bicicleta, brincar com os amigos e ir à escola. Mas é agora! o que podemos colocar na cesta para a vovó comer?

- Caçador: Que tal colocarmos nessa cesta maçãs, uva, queijo branco!

- Chapeuzinho: pão integral, biscoito integral e iogurte! Pode?

- Mamãe: Sim, claro! Os alimentos integrais são ricos em fibras que fazem bem para nossa barriguinha, já o iogurte tem lactobacilo que são bactérias do bem, e fazem bem para funcionamento do nosso corpo.

- Chapeuzinhos: Não vamos colocar nem uma bebidinha?

- Mamãe: Sim, podemos colocar um suco natural integral, ou fazermos nosso próprio refrigerante, sabe como?

- Chapeuzinho: Não!

- Caçador: Não!

- Mamãe: Então vou ensinar vocês a fazerem um refrigerante natural. Você pega um suco integral e acrescenta água com gás, e pronto!

- Chapeuzinho: Que demais! A cesta para vovó vai ficar muito gostosa, ela vai adora, tenho certeza.

Com a cesta finalizada, Chapeuzinho sai cantando e ao chegar à casa da vovó ela entrega a cestinha e fala para sua vovó que ela precisa se alimentar bem, e conhecendo do que é feito os alimentos que ela come ou bebe.

Após a dramatização haverá um diálogo entre professores e alunos sobre alimentação saudável, questionando sobre alimentos que eles consomem no dia a dia que acham que são saudáveis e não saudáveis. Haverá também a explicação sobre os rótulos das embalagens dos alimentos que foram apresentados na história, a fim de sensibilizar os alunos sobre a quantidade de sódio, açúcar, gorduras, corantes, acidulantes, entre outros.

E para finalizar, será apresentada a Pirâmide Alimentar, explicando que se trata de um guia dos tipos de alimentos e suas quantidades recomendadas para serem consumidas diariamente, para que possamos ter uma alimentação balanceada e saudável.

5 RECURSOS UTILIZADOS

Avental, roupas temática, papel cartão, vareta, pratos descartáveis, barbante, cesta de piquenique, cartaz com a pirâmide alimentar, coca cola, brigadeiro, balinhas, macarrão instantâneo, nuggets, salgadinho, biscoito recheado, hambúrguer, lasanha congelada, suco de caixinha, salsichas, frutas diversas, pão integral e iogurte, suco natural, geleia de fruta, biscoito, queijo branco, açúcar, sal.

6 AVALIAÇÃO

A avaliação ocorrerá pela participação do estudante, pelo desenvolvimento da atividade, criatividade e capacidade de interpretação dos conhecimentos e durante o período de aprendizagem.

7 REFERÊNCIAS

BRASIL. **Parâmetros Curriculares Nacionais: Meio Ambiente: Saúde**. Secretaria de Educação Fundamental. 2. ed. Rio de Janeiro: DP&A, 2000.

BRASIL. **Diretrizes Curriculares Nacionais para a Educação Infantil**. Ministério da Educação. Secretaria de Educação Básica. Brasília: MEC/SEB, 2010.

PERRENOUD, P. A. formação dos professores ou ilusão do deus ex-machina reflexões sobre relações entre o habitus e a prática. In PERRENOUD, P. A. **Práticas Pedagógicas, profissão docente e formação: perspectivas sociológicas**. Lisboa Publicações: Dom Quixote, 1993.