

ALIMENTAÇÃO COLORIDA MELHORA NOSSA VIDA!

Nádja Simões de Oliveira*

Nuziane Silva Santos**

Simone Santana Damasceno de Carvalho***

É notório que fazemos parte de um contexto onde cada vez mais os alimentos industrializados estão tomando conta do mercado de gêneros alimentícios, a influência da mídia vem atuando no público infantil. A escola e a família assumem um papel importante no processo de reeducação alimentar. A alimentação saudável é um direito humano, se refere a nutrientes que atendam ao que o organismo precisa para se desenvolver bem e com quantidade suficiente. Para que haja entendimento e atração pelos alimentos saudáveis, visando contribuir de forma significativa na prática de novos hábitos alimentares criou-se o Projeto de Estágio Supervisionado I denominado “Alimentação Colorida, melhora nossa vida!”, delineou-se como objetivo geral: Refletir sobre a importância de uma alimentação saudável para a saúde. Levantou-se como objetivos específicos: Incentivar o consumo de frutas e conhecer os benefícios dos alimentos saudáveis; conscientizar sobre a necessidade da higienização dos alimentos e das mãos para manutenção da saúde; trabalhar com gêneros textuais os conteúdos curriculares de forma interdisciplinar. O Projeto de Estágio Supervisionado I foi desenvolvido no Município de Governador Mangabeira-BA, na Escola Municipal Professora Elza Souza da Silva, em uma turma do 2º ano do Ensino Fundamental I no turno vespertino, com crianças de 07 a 08 anos e ocorreu num período de 22 dias. No decorrer do projeto de intervenção, foram trabalhados conteúdos de forma interdisciplinar, incluindo o tema Alimentação Saudável por meio da ludicidade, contemplando apresentações tais como: músicas, construção de cartazes sobre nutrientes, vídeos educativos, jogos, mostrar como se faz a higienização das frutas, construção de pratos para degustação, confecção da pirâmide alimentar, entre outros, no qual foi enfatizada a importância de uma alimentação saudável, para qualidade de vida. Por meio dos resultados obtidos podemos compreender que os educandos puderam ouvir e analisar a importância de cuidar da saúde, demonstrando comportamentos de interesse, consideração e mudança de atitudes.

Palavras-chave: Reeducação Alimentar. Nutrientes. Saúde.

* Graduanda em Pedagogia. FAMAM. E-mail: simoesnadja5@gmail.com

** Graduanda em Pedagogia. FAMAM. E-mail: nuzianesilva@hotmail.com

*** Especialista em Estudos Linguísticos, Leitura e Produção de Texto. Docente FAMAM e orientadora do Projeto. Email: ssdcarvalho2011@gmail.com