

## LANCHINHO SAUDÁVEL: FRUTAS DO MEU QUINTAL!

Beatriz Ferreira de Souza\*

Joelma Ribeiro dos Santos\*\*

Simone Santana Damasceno de Carvalho\*\*\*

A alimentação é fundamental em todas as etapas da vida do ser humano, principalmente na infância, período de desenvolvimento da criança, ela é um fator crucial. Uma alimentação rica em nutrientes e minerais é indispensável para a saúde dos pequenos. Desta forma, é de suma importância que as crianças consumam alimentos saudáveis também no momento do lanche e a escola se constitui em um importante espaço para disseminar essas informações, principalmente na Educação Infantil. Deste modo, o projeto intitulado Lanchinho saudável: Frutas do meu Quintal! traçou como objetivo geral: compreender a importância do lanche saudável a partir das frutas da região. Delineou-se como objetivos específicos: Conhecer a importância nutritiva das frutas que tem em seu quintal; incentivar os alunos a levarem as frutas que possuem no quintal de sua casa para lanche na escola e conscientizar os alunos sobre os riscos à saúde provenientes dos alimentos industrializados. O projeto de Estágio Supervisionado I foi desenvolvido no município de Governador Mangabeira-BA, na Escola Municipal Helenita Gomes da Silva, em turma multisseriada do Pré I e Pré II no turno vespertino, e teve duração de 22 dias. Durante o período de aplicação do projeto foram utilizadas como recursos metodológicos para mediar o processo de ensino e aprendizagem: as frutas que fizeram parte de todas as atividades no referido projeto, sendo intercaladas por rodas de conversas, dramatizações, recortes e colagens, desenhos livres e diversos gêneros textuais. Os alunos puderam ouvir e observar a importância da alimentação saudável a partir das frutas de seu quintal. Os resultados obtidos permitiram perceber a mudança de hábitos alimentares nos lanches que a maioria dos alunos (as) passaram a levar para a instituição durante o projeto de intervenção, ressaltando assim, a importância do trabalho com essa temática na escola para mudanças de atitudes alimentares na Educação Infantil.

**Palavras-chave:** Alimentação Saudável. Saúde. Frutas da Região.

---

\* Graduada em Pedagogia. FAMAM. E-mail: beatrizferreira28@hotmail.com

\*\* Graduada em Pedagogia. FAMAM. E-mail: joijoelma@gmail.com

\*\*\* Especialista em Estudos Linguísticos, Leitura e Produção de Texto. Docente FAMAM. E-mail: ssdcarvalho2011@gmail.com