

PRÊMIO PROFESSORES DO BRASIL
7ª EDIÇÃO
MEC – MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

MANAUS, OUTUBRO DE 2013



IDENTIFICAÇÃO

Projeto

É meu direito comer tudo de bom!

Categoria / Subcategoria

Tema livre/ Educação Infantil

Identificação da Escola

Escola: CMEI Maria do Céu Vaz D'Oliveira

Endereço: Rua A-12, S/Nº, Conjunto Ajuricaba, Bairro: Planalto / Manaus- AM

Diretora: Norma Angélica Portela Wanzeler

Informações sobre o Projeto

Responsável pelo Projeto: Professora Marinês Batista Motta

Etapa da Educação Básica: Creche e Educação Infantil

Séries / Turnos: Maternal III, 1º Período e 2º período – Matutino /Vespertino

Nº de alunos atendidos: 240



“Mesmo em se tratando de crianças tão pequenas, é possível explorar temas que interferem em nossa forma de viver, desencadeando uma influência positiva que parte dos pequenos e chega aos adultos”.

Adriana Dihl Moraes



INTRODUÇÃO

O Projeto: É meu direito comer tudo de bom! esboça uma preocupação mundial com a alimentação, seja relativo a falta dela, desperdícios, exageros e mudanças de hábitos contemplados na atualidade acerca deste tema. Nosso projeto sente-se parte integrante do Programa Federal “Saúde na escola”, representado em nossa capital Manaus através do Programa “Saúde do escolar/SEMED” onde seu foco principal é a saúde dos educandos.

Dados do Ministério da Saúde revelam que, no Brasil, 6,6% das crianças de 0 a 5 anos sofrem de obesidade. Calcula-se que aproximadamente 20% a 25% das crianças brasileiras apresentam excesso de peso na faixa etária entre 7 e 14 anos. Estudos mostram que doenças da vida adulta como obesidade, osteoporose, doenças do coração e diabetes, normalmente, resultam de escolhas alimentares erradas na infância.

A nutricionista Simone Medeiros aponta em uma entrevista que esse fato ocorre porque, nos dias atuais, adultos e crianças inserem em sua rotina alimentos de fácil preparo e ingestão. Assim, os alimentos industrializados são os primeiros a serem escolhidos: biscoitos recheados, pães refinados, doçuras, sucos de pacote ou tetra park, refrigerantes, etc. “As frutas entram apenas como sabores de balas, sorvetes e biscoitos”. Hoje doenças como a diabetes, hipertensão e outras já estão dando sinal e sendo diagnosticadas na primeira infância.

Esses dados comprovam-se na hora da merenda escolar, visto que cerca de 10% a 15% dos nossos alunos ainda comem produtos industrializados, trazidos de suas casas. Mediante o exposto, pretendemos com o nosso projeto através de ações como: palestras, simulação de supermercado, degustação de alimentos, pesquisa, contagem de histórias e outras práticas, proporcionar aos educandos, educadores, pais e comunidade escolar momentos de conhecimento, reflexão e atitudes que possam sensibilizar esse público para a aquisição de bons hábitos alimentares que garantam um desenvolvimento físico e mental necessários para um bom usufruto de uma vida saudável, reduzindo dessa maneira os malefícios de uma alimentação desregrada e comprometedora da saúde.



JUSTIFICATIVA

Saúde e Educação são dois elementos interligados em nosso contexto de vida, como nos assegura a Constituição Federal de 1988, em seu art. 6º que diz: “São direitos sociais a educação, a saúde, a alimentação...” e O Estatuto da Criança e do Adolescente também reforça essa premissa, afirmando em seu art. 4º que “... É dever da família... do poder público assegurar, com absoluta prioridade, a efetivação dos direitos referentes à vida, à educação, à alimentação, à saúde...”. De posse desses dois documentos, os quais são cartas magnas em nossa sociedade, sabemos a relevância dessa temática.

Dados do Ministério da Saúde (2010) divulgaram que no Brasil 6,6% das crianças de 0 a 5 anos sofrem de obesidade, devido aos irregulares hábitos alimentares crescentes nas últimas décadas, ocasionando o aumento de diabetes na primeira infância. Vivenciamos esses dados diariamente no CMEI Maria do Céu Vaz D’Oliveira, ao observarmos os nossos alunos durante a hora da merenda recusando os alimentos oferecidos pela escola: sopa com legumes, mingau de banana e outros, sem ao menos o desejo de experimentá-los, trocando-os por bolachas recheadas, milhitos e refrigerantes, trazidos de suas casas por intermédio de seus pais ou responsáveis.

Somado aos dados nacionais elucidados, o cotidiano da merenda escolar mencionado, agregou-se ainda a experiência ocorrida com a turma do 2º período “A” matutino, cujos alunos brincavam no parque da escola, quando um deles curioso com o que havia encontrado perguntou: - o que é isso? E a professora respondeu: --- é uma fruta chamada jambo, muito boa para a saúde. Tivemos outras indagações, as quais motivaram a professora a buscar mais explicações sobre os benefícios das frutas, buscando ampliar o conhecimento dos alunos sobre uma alimentação saudável. Dessa forma, nasce o projeto aqui apresentado pela professora Marinês Batista Motta com o título: É meu direito comer tudo de bom! por acreditar que a escola deve, entre outras funções, também desempenhar o papel de promotora da saúde e bem estar, na busca do desenvolvimento de hábitos e mudanças no estilo de vida de seus alunos e comunidade escolar, tendo como foco principal o desenvolvimento da aprendizagem do educando, pois uma alimentação saudável faz toda a



diferença no modo de vida de uma criança, quando esta come bem, demonstra mais disposição para brincar, estudar, praticar esportes etc. É válido ressaltar que o projeto foi aplicado no ano de 2012, e se estende para as demais turmas da escola no ano corrente.

OBJETIVOS

OBJETIVO GERAL:

Proporcionar aos educandos, educadores, pais e comunidade escolar, momentos de conhecimento, reflexão e atitudes acerca dos benefícios de uma alimentação saudável, a fim de evitar as doenças precoces relativas à má alimentação, quer sejam: pressão alta, diabetes, obesidade, anorexia dentre outras.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Pesquisar e registrar sobre a alimentação familiar a fim de identificar semelhanças e diferenças nos hábitos alimentares dos alunos;
- Identificar cores, textura e os diferentes sabores dos alimentos;
- Elevar de 70% para 100% o consumo da merenda escolar pelos alunos;
- Conhecer os benefícios da ingestão das frutas, verduras, legumes, grãos, cereais e água para a aquisição de uma alimentação saudável;
- Socializar dados do Ministério da Saúde como forma de alerta aos pais sobre os riscos de uma má alimentação, reconhecendo a cultura “fast food” como prejudicial à saúde da população;
- Incentivar os atores do projeto a construir a sua própria horta orgânica em busca de reduzir custos com verduras e hortaliças e consumi-las sem agrotóxicos;
- Perceber que a publicidade dos alimentos industrializados engrandecem seus benefícios e camuflam seus percentuais prejudiciais;
- Valorizar atitudes relacionadas à saúde e ao bem estar individual e coletivo.



METODOLOGIA

Diante da preocupação com a saúde da comunidade escolar que fora justificada e de todo o propósito dos objetivos expostos, foram sistematizadas ações pertinentes ao projeto as quais foram e estão sendo efetivadas com o intuito de influenciar positivamente o público alvo para uma mudança de hábitos, mesmo que paulatinamente. Essas ações visam defender o bem estar físico, intelectual, psicológico, proporcionados por uma boa alimentação, baseada em consumo de frutas, legumes, hortaliças, grãos, proteínas, cereais e outros agentes indispensáveis ao nosso corpo, como a ingestão da água.

No primeiro momento o trabalho aconteceu com as primeiras pesquisas realizadas na internet pela professora e pesquisa em materiais pedagógicos disponíveis na escola: arquivos pessoais da proponente e de outras professoras. Esses primeiros passos deram-se com o grupo escolar e durou cerca de um mês e três semanas para a elaboração escrita do projeto. No mês de abril apresentamos o Projeto aos pais.

Em seguida iniciou-se com a participação dos alunos no dia 28 de maio de 2012 e teve sua continuidade até o mês de dezembro, quando finalizou o ano letivo e teve seu retorno no ano corrente. Essas foram nossas ações:

- 1) Roda de conversa para colhimento das primeiras concepções sobre o assunto e em demais momentos pertinentes;
- 2) Pesquisa – questionário para casa – registro sobre a alimentação, o que consomem durante as refeições diárias;
- 3) Tabulação de dados (confeção de um gráfico);
- 4) Água: exploração oral e visual deste líquido precioso com utilização de músicas e poemas;
- 5) Alimentação predileta – questionário e representação gráfica através de recorte e colagem;
- 6) Releitura, interpretação oral e escrita da obra de Ana Peixoto (autora amazonense) do livro: “Frutas do meu quintal” (onde as frutas regionais são descritas e exploradas) com a utilização do data show;
- 7) Análise e exploração da Pirâmide Alimentar – recurso pedagógico concreto (Pesc- Programa de Ensino Sistematizado das Ciências);



- 8) Minha fruta predileta – Recorte/ colagem e carimbo de frutas (livro do Pesc).
- 9) Pesquisa em sala, recorte e colagem de frutas, legumes, hortaliças, proteínas, grãos para montagem de um cartaz;
- 10) Pesquisa na internet para casa com ajuda dos pais, para colhermos informações sobre diferentes tipos de alimentos e/ou alimentação;
- 11) Escuta de músicas sobre frutas e outros alimentos;
- 12) Utilização de jogos: memória e outros na LID (Lousa Interativa Digital-recurso do PESC), para realizar atividades de identificação, ordenação, pertinência, correspondência e seriação e incentivo ao raciocínio lógico;
- 13) Manuseio livre e leitura incidental e posterior leitura feita pela professora sobre diversas frutas, legumes e verduras. Em vários dias da semana, foram explorados os benefícios dos tais;
- 14) Culminância do folclore – o 2º período “A” e “B” ficaram responsáveis de divulgar a alimentação típica da região sudeste, isto é, a alimentação de diferentes grupos sociais foi trabalhada e eles visitaram os demais períodos que expuseram a região Norte (maternal) e Nordeste (1º período), onde os alunos tiveram a oportunidade na culminância de degustar a comida típica de cada uma dessas regiões;
- 15) Degustação da fruta preferida, exploração dos órgãos do sentido: paladar, tato, olfato e visão;
- 16) Apreciação musical com recurso audiovisual DVD Salada de fruta (Xuxa);
- 17) Apreciação de duas obras do pintor Alchiboldo Giussepe que utiliza frutas, legumes e hortaliças em sua obra de arte;
- 18) Palestra com nutricionista para pais explorando a temática “Alimentação saudável com subtemas: Cultura fast food, alimentos industrializados x Alimentos orgânicos, a importância da horta caseira, receitas fáceis e criativas e desnutrição, anorexia e obesidade;
- 19) Curiosidades sobre frutas: Exploração de fantoche de frutas (Material PESC);



20) Vídeos educativos temáticos/ Musicais: DVD Xuxa 10- faixas: Comer, comer/Sopa de letrinha/ Careta de limão/ Pizza, quem quer uma pizza e Choco chocolate; DVD Patati Patatá- faixas : Culinária Mundial, Sementinha; DVD Mara Maravilha para pequeninos 1 - faixa: Direitos da Criança; DVD Mara Maravilha para pequeninos 2 - faixa: Doce como mel; DVD Mara Maravilha para pequeninos 3 - faixa: Comer de tudo; DVD Aline Barros e CIA – faixa: Verde que te quero verde; Timoty vai à escola- episódio: Hora do lanche;

21) Palestra com uma nutricionista para os alunos do CMEI sobre alimentação saudável; Cuidado com os dentes e mastigação;

22) Preparação e degustação de uma receita saudável: um bolo de cenoura. Receita de um mingau de jerimum com tapioca (regional) - registro através de desenho. Utilização e exploração matemática: peso/medida, adição/subtração, multiplicação/divisão;

23) Excursão ao supermercado DB onde foi visto uma variedade de hortifruti para exploração de reconhecimento, conhecimento e até mesmo exploração monetária.

24) Contagem da história Branca de Neve com ênfase na maçã envenenada;

25) Apreciação da tela: Natureza morta com maçãs do pintor Paul Cézanne (PESC);

26) Escuta de músicas temáticas e brincadeira recreativa com canções temáticas (como de roda, de estátua, etc). Música: Como-come pra mamão ficar contente, etc;

27) Utilização de CD: Fantasia dos Vegetais (breve histórias narradas);

28) Simulação de uma feira (venda/compra/sistema monetário) em sala, utilizar hortifruti de jogos (memória) anteriormente utilizados;

29) Brincadeiras com músicas como: De abóbora vai melão, de melão; Salada-saladinha, Adoleta...café com chocolate etc;

30) Confecção de planilhas: Alimentos doce/salgados/azedo/amargo/ e exploração do paladar na prática;

31)Contagem de história Chapeuzinho Vermelho, ênfase no alimento para vovozinha;

32) Degustação de bebidas: sucos, refrigerante, café, achocolatado, leite, chá da nossa horta escolar;



- 33) Alfabeto ilustrado sobre alimentos do mundo- exploração com os alunos;
- 34) Visualização e exploração oral do poema: Carambola de Elias José (PESC);
- 35) Cuidados e manutenção da horta escolar- da qual colhemos verduras e hortaliças para serem usadas na merenda escolar;
- 36) Aplicação de flúor;
- 37) Culminância do projeto: Feira de Ciências onde foram expostos todo o trabalho realizado durante o projeto com: exposição oral pelos alunos, dramatização da História dos Três Porquinhos adaptada pelas professoras do 1º período dando ênfase no consumo de alimentos saudáveis; Música coreografada: Verde que te quero verde (todas as turmas participaram).

É necessário deixarmos claro que, durante todo o período de efetivação do projeto, esteve presente em todas as semanas atividades como: coleta seletiva, visita e cultivo à horta escolar, e todas às vezes que as letras do alfabeto foram estudadas, escolheu-se uma palavra temática para explorá-la durante a aula. Segue um exemplo: A de abacaxi, B de banana, C de cenoura (essas palavras temáticas estavam envolvidas em diferentes gêneros textuais e assim foram exploradas dentro de um contexto e não soltas). Contagem de histórias temáticas através do software: biblioteca (recurso das Mesas Educacionais – Positivo - 2012). Em 2013 foi utilizada a nova mesa educacional: Mundo das Descobertas - Positivo.

Foram explorados no Âmbito de Experiência: Formação Pessoal e Social que contempla o eixo Identidade e Autonomia - Atividades relacionadas a rodas de conversa, brincadeiras, músicas e histórias sobre a decisão certa a tomar diante dos alimentos, apreendendo sobre os quais devem ser evitados, dando preferência à ingestão de frutas e produtos orgânicos, cuidados com os dentes (ingerindo alimentos que fazem bem para os mesmos, mastigação correta e limpeza, escovação), oportunizando momentos de descoberta do seu corpo e cuidados para com o mesmo, percebendo o mundo que o cerca, composto de diferentes gêneros, hábitos, costumes, especificidades, enfim de outras culturas com suas particularidades.

No Âmbito de Experiência: Conhecimento de Mundo que contempla diversos eixos temáticos descrevemos: o eixo de Movimento – Ampliação expressiva utilizando gestos diversos e o ritmo corporal nas brincadeiras, danças, jogos e



demais situações de interação. No eixo Artes Visuais - Exploração e manipulação de materiais diversos em trabalhos de arte; Interesse por suas próprias produções e por obras artísticas (telas bem conceituadas). No eixo Música – Participação em brincadeiras e jogos cantados e rítmicos; audição, percepção e discriminação de eventos sonoros diversos; imitação, invenção e reprodução de criações musicais como expressão de sentimentos e pensamentos. No eixo Linguagem a Oral e Escrita – envolvimento em variadas situações de comunicação oral; interesse por contagem de histórias; familiarização com a escrita por intermédio do contato com diferentes gêneros textuais; práticas de escrita em produção de texto (registrados pela professora e pelos alunos: desenhos, garatujas e escrita de palavras). No eixo Natureza e Sociedade – Valorização da saúde e do bem estar individual e coletivo; Cuidados com o corpo, prevenção de acidentes e saúde de forma geral (higiene); Meio ambiente (produção de alimentos, descarte de material orgânico e recicláveis); Categoria de alimentos (vegetais, frutas, leguminosas...); Reconhecimento da diversidade dos grupos étnicos- raciais (ênfase no modo de alimentação – heranças culturais) e sua valorização. No eixo Matemática – Participação em atividades envolvendo: sistema de numeração decimal; contagem de imagens e/ou objetos; gráficos; grandezas e medidas; agrupamentos; noções das operações matemáticas; situações problemas; sistema monetário; seriação; pertinência/ correspondência; espaço e forma dentre outros.

Assim, pretendemos ser bons influenciadores e mediadores desse conhecimento.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Pensar no projeto “É meu direito comer tudo de bom” custou suspiros, entusiasmo, curiosidades, buscas, surpresas, dentre outros, e o que dizer de sua prática, sua efetivação, essa custou-nos persistência, dedicação, força de vontade, aprendizado pessoal, ajuda, compromisso e fé na mudança de postura do público alvo.

Evidenciamos que o projeto foi posto em prática no ano de 2012 no qual obteve por sua importância social e relevância pedagógica o **primeiro** lugar do



Prêmio Destaques Pedagógicos – promovido pela Secretaria Municipal de Educação (SEMED) do Município de Manaus na categoria Educação Infantil. O mesmo fora desenvolvido também no ano corrente, estando em fase de andamento. Depois de todo este percurso é possível registrarmos as primeiras impressões a partir das ações efetivadas. Portanto, destacamos como resultados já obtidos: 1. A prática da coleta seletiva (em casa – os alunos e professores coletam em suas casas e levam à escola onde será encaminhado ao serviço de limpeza e também na escola), através da parceria com a Secretaria Municipal de Limpeza e Saneamento Público/SEMULSP, ação de respeito a si mesmo e ao meio ambiente; Segundo a referida Secretaria, somos considerados um dos CMEI's que mais recolhe material para a Coleta Seletiva; 2. Pais sensibilizados com a temática, visto o empenho e participação nas atividades solicitadas: pesquisas, tarefas, reuniões, palestras e envio de pratos específicos (folclore) e outros momentos (degustação de frutas, merenda escolar e feiras de Ciências). 3. O trabalho contínuo nas rodas de conversa, o qual nos possibilitou conhecer o hábito alimentar de casa família a partir de pesquisa e socialização e interferir positivamente mostrando os benefícios de uma alimentação equilibrada e saudável; 4. A ampliação do conhecimento sobre os alimentos indispensáveis a saúde (divisão da pirâmide alimentar e demais subtemas como: vitaminas, sais minerais, água etc); 5. Hábitos de higiene e cuidado com os alimentos antes de serem ingeridos e a ação após a alimentação: escovação (Parceria com o Hospital Adventista de Manaus com o projeto “Sorindo Feliz” onde os alunos recebem a aplicação trimestral de flúor); 6. Incentivo dos alunos ao influenciar seus pais a plantarem a horta caseira, bem como influencia-los em adquirir novos hábitos alimentares (multiplicadores da boa alimentação); 7. Ida constante dos alunos a horta escolar (cuidado e dedicação); 8. Redução do consumo de guloseimas e aceitação e substituição pela merenda escolar e/ou por frutas, sucos naturais (verificamos que este índice subiu de 70 para 95% este ano); 9. Maior interesse nas aulas elevando o nível de aprendizado com atividades mais prazerosas; 10. Frequência e assiduidade mais efetiva. Temos expectativas de alcançarmos mais êxito em todas as etapas vivenciadas, não podemos deixar de citar a melhoria da alimentação do próprio grupo de professoras e funcionárias do CMEI, as quais veem incluindo mais frutas, cereais e produtos naturais em seu lanche pessoal.



Além de tudo que já foi exposto, damos ênfase a algumas atividades que nos trouxeram bastante satisfação: A ação Folclore – conhecendo hábitos alimentares de outros grupos sociais (diferentes regiões do país), foi uma festa de conhecimento e sabores para os alunos, para a equipe escolar e para os pais que puderam entrar e apreciar as delícias. Essas ações em todo CMEI contribuiu bastante para todo o processo de ensino que está sendo construído ao longo deste projeto.

Essas ações concretizadas nos evidenciam que as contribuições foram singulares, pois toda essa proposta interdisciplinar já nos mostra bons frutos na prática cotidiana, sejam elas refletidas no processo ensino-aprendizagem de conteúdos como no processo ensino-aprendizagem da vida em sociedade onde esses bons hábitos geram bem estar social e garantem o direito à alimentação saudável.

Portanto, não é o suficiente o acesso a diversas fontes de informação para que a criança e o adulto mudem seus hábitos alimentares, é necessário que os mesmos sejam envolvidos nesse mundo de diversidade gustativa, conhecendo e apreciando diferentes gostos, pois a transformação social advém da prática vivenciada. O adulto precisa ser um exemplo e um influenciador nesse processo, fazendo o possível para não aderir aos apelos comerciais que dispõem de produtos congelados prontos ou semiprontos, alimentos pré-cozidos, pré-temperados, muitas vezes ricos em gordura, açúcares, aditivos, corantes e conservantes, porém pobres em vitaminas e sais minerais.

Além de ser um direito da criança ser bem alimentada, com essa atitude sua saúde será extremamente beneficiada, seu corpo será bem mais preservado contra as doenças e assim todos saem ganhando: pais, alunos, educadores, enfim toda sociedade em geral que contará com multiplicadores e cooperadores que ajudarão a disseminarmos uma nova postura alimentar, despertando uma consciência coletiva a respeito da temática mesmo diante de tantos apelos da mídia e de outras fontes atrativas. Precisamos investir em boa alimentação em busca de qualidade na saúde, esse é um alerta para todos nós: **sociedade** - família e para os nossos governantes. Reafirmo, melhor gastarmos recursos com boa alimentação do que gastarmos em cirurgias, remédios, internações e hospitais. O adágio popular é correto e pertinente “Melhor prevenir do que remediar”.



REFERÊNCIAS

BRASIL, **Constituição Federal**. Brasília, 1988.

BRASIL, **Lei de DB**, Lei Nº. 9394/96, de 12 dezembro de 1996.

BRASIL, **Estatuto da Criança e do Adolescente**. Lei nº 8.069, de 13 julho de 1990.

BRASIL, MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO E DO ESPORTE. Secretaria de Educação Fundamental. **Referencial Curricular Nacional para a Educação Infantil**. MEC, Vol 3, Brasília. 1998.

CESTARO, Antonio. **Como aproveitar melhor os alimentos**. Alauúde: São Paulo.

CRAIDY, Carmem e KAERCHER. **Educação Infantil: para que te quero?** Porto Alegre:Artmed, 2011.

CUNHA,Sérgio Luiz da.**Brincar e aprender**.1ed.São Paulo. PESC,2011.

EDUCAÇÃO INFANTIL. **O guia da Professora**.1ed.nº14.Edibra.Rio de Janeiro,2007.

MANAUS, Prefeitura de, SEMED. **Educação Infantil na Rede Municipal de Manaus** – Organização e Funcionamento – 2010.

MORAES, Adriana Dihl. **O valor das ciências na educação da infância**. Pátio. Educação Infantil. Rio Grande do Sul, ano XI, nº 34, p.37-39, janeiro/março, 2013.

www.brasil.gov.br. Portal Brasil. Ministério da Saúde.

www.portaldafamilia.org.



ANEXOS

- 1) Fotos – Atividades realizadas com alunos, pais e comunidade escolar;
- 2) Honra ao Mérito do Prêmio Destaques Pedagógicos;
- 3) Certificado de Participação do Prêmio Destaques Pedagógicos;
- 4) Termo que comprova a entrega do Prêmio Destaques Pedagógicos;
- 5) Matéria publicada no Portal da SEMED no qual reconhece a professora Marinês como ganhadora do Prêmio Destaques Pedagógicos (<http://semed.manaus.am.gov.br/dia-de-honra-aos-professores/>);
- 6) Declaração do CMEI Maria do Céu atestando que a professora está em efetivo exercício da atividade docente;
- 7) Cópia da carteira de identidade e cópia do CPF.