

O ENSINO DE CONCEITOS RELACIONADOS À PIRÂMIDE ALIMENTAR POR MEIO DA LUCIDIDADE

Pesquisador(es): CARDOSO, Adrian; GRIGOLLO, Leoberto Ricardo; BARETTA, Elisabeth

Curso: Educação Física

Área: Das Ciências da Vida

Resumo: Um dos assuntos mais tratados hoje em dia é a alimentação e como ela deve ser elaborada, pois por intermédio dela é possível obter benefícios e entender a respeito dos alimentos e de como eles funcionam em nosso organismo. Uma das formas de abordar o assunto seria por meio da Pirâmide Alimentar, a qual divide estruturalmente os alimentos e as porções que devem ser ingeridas nas refeições, como um roteiro de alimentação saudável, reunidos conforme suas funções e nutrientes. Este projeto teve como objetivo promover discussões sobre alimentação saudável por meio de aprendizagens lúdicas, além de complementar a percepção dos alunos referente aos alimentos. A intervenção foi realizada em uma escola de Joaçaba, SC, com turmas do primeiro ao quarto ano do Ensino Fundamental, sendo utilizados palestras e jogos, apresentando a importância e a função de cada alimento em nosso organismo. Foi percebido que as crianças gostaram muito do que foi tratado, resultando em algo positivo para sua vida. Durante as palestras, foi possível observar o envolvimento dos alunos com o assunto, a forma como realizavam suas considerações, contando igualmente como se alimentavam. O estágio foi muito significativo para a formação acadêmica, pois tratou de assuntos influentes na sociedade e disseminou o conhecimento para as crianças, tornando-se algo gratificante e que certamente marcará uma boa passagem na vida dos alunos, tanto no ambiente escolar, quanto dentro da sua própria casa.

Palavras-chave: Alimentação. Educação Física. Aprendizagem. Escolares.

E-mails: adriancardoso09@hotmail.com leoberto.grigollo@unoesc.edu.br