

BRINCANDO E APRENDENDO COM AS FRUTAS

Coordenador: NOEMIA PERLI GOLDRAICH

INTRODUÇÃO As preferências alimentares das crianças são muito influenciadas pelos hábitos dos pais e também pelo tipo de alimentação recebido nas creches e escolas infantis, onde muitas delas passam a maior parte do dia e fazem as principais refeições. A introdução de alimentos variados não é fácil, porque as crianças têm medo de experimentar novos alimentos. Esta reação é muito comum e denomina-se neofobia alimentar. A aceitação de um novo alimento normalmente ocorrer após várias tentativas, e neste processo, muitos pais ou responsáveis pela alimentação da criança desistem de oferecê-lo, ao acreditar que esta não gostou de determinado alimento. A disponibilidade de alimentos saudáveis variados, em um ambiente agradável, associado a experiências prazerosas permite à criança iniciar a aquisição de preferências a alimentos saudáveis, o que influenciará nas suas escolhas desde a infância e também na idade adulta.

SITUANDO O PROBLEMA O tema alimentação, trabalhado adequadamente nas creches e escolas infantis, pode auxiliar de maneira muito positiva na introdução de hábitos alimentares saudáveis, tornando este processo prazeroso e até mesmo divertido. Após a percepção da constante rejeição das crianças em comer, e até mesmo, em experimentar frutas durante o lanche da manhã, a professora titular Marilene Gouvêa e a estagiária de pedagogia Priscilla Boschi, da turma do Jardim B da Creche Francesca Zacaro Faraco, da UFRGS, desenvolveram o projeto Brincando e Aprendendo com as Frutas. O projeto teve início em março de 2009 e a previsão é que seja concluído no final do ano, diante do grande interesse demonstrado pelas crianças. Os principais objetivos desse projeto são: (i) proporcionar momentos de incentivo a uma alimentação saudável; (ii) conhecer diferentes tipos de frutas e seus benefícios; (iii) valorizar o momento reservado a alimentação, conferindo-lhe um caráter lúdico e atraente; (iv) desenvolver diversas habilidades, como linguagem oral e escrita, noções de matemática, percepção dos sentidos, expressão de vivências anteriores, criatividade e livre expressão. Dentre as múltiplas atividades desenvolvidas pelas crianças neste projeto estão as rodas de conversa, explorando os saberes das crianças; pesquisa junto com os pais sobre as características e os benefícios das frutas; Placar das Frutas; elaboração do livro Brincando e Aprendendo com as Frutas; jogos de adivinhação, reconhecendo as frutas, com os olhos vendados, através do paladar e do tato; piquenique de frutas; contação de histórias; modelagem com argila e atividades com recorte e colagem. O Placar das Frutas foi confeccionado

pelas próprias crianças, com a ajuda das professoras, através da colagem de figuras de frutas, dos dias da semana e do nome de cada aluno. Neste Placar, cada criança, após o lanche da manhã, coloca uma legenda no local que corresponde ao seu nome e dia da semana corrente. A legenda se refere ao seu desempenho durante o lanche. Se comeu a fruta do dia, coloca um quadrado amarelo, se não comeu coloca um triângulo vermelho e se somente experimentou, um círculo rosa. Ao final de cada mês, a professora analisa o desempenho de cada aluno e, dependendo deste, ocorre uma premiação. Na cerimônia de premiação, as crianças podem convidar duas pessoas da Creche para assistirem. Todas elas recebem medalhas - e esta será de ouro, se a criança comeu todo tipo de fruta; de prata, se comeu algumas vezes e, quando não comeu, pelo menos, experimentou; de bronze, se não comeu e nem experimentou as frutas. Durante a premiação e nos dias subsequentes, o tema é sempre retomado, e a professora questiona o motivo do recebimento de cada medalha e o que pode ser feito pelas crianças para que recebam a medalha de ouro. Outra atividade é o livro Brincando e Aprendendo com as Frutas. Todas as semanas são sorteadas duas frutas (uma delas mais conhecida e outra menos comum), e uma criança. Esta leva o livro para casa e, juntamente com seus pais, pesquisa sobre as frutas em questão, sua origem, benefícios para a saúde, nome científico, etc. A pesquisa fica registrada no livro, junto a um desenho ou colagem feitos pela criança. Depois ela apresenta aos colegas suas frutas, se já experimentou, se gosta ou não e o que aprendeu sobre elas na sua pesquisa. Após a apresentação da criança, a professora complementa e comenta as informações. A professora responsável pela turma relata o grande interesse das crianças pelo projeto, uma melhora da aceitação, tanto de frutas quanto de verduras e legumes durante as refeições, a curiosidade ao descobrir novas frutas e suas características, a alegria ao receber as premiações e o envolvimento dos pais neste processo, que é fundamental para o sucesso da aquisição de hábitos saudáveis.

OBJETIVO O objetivo da Oficina é apresentar o projeto Brincando e Aprendendo com as Frutas, desenvolvido na Creche da UFRGS com as crianças do Jardim para outras crianças da mesma faixa etária, pais e professores de educação infantil, para que sirva de estímulo ao desenvolvimento de projetos similares por outros professores e incentivo a alimentação saudável por parte dos pais também, para otimização dos resultados.

APRESENTAÇÃO A apresentação do projeto se dará através das próprias crianças, apresentando ao público o que aprenderam sobre as suas frutas, quais medalhas já receberam, quais frutas experimentaram ou passaram a comer. A participação das crianças, porém, está pendente, porque não foi possível consultar os pais para obter sua autorização, já que o período de inscrição do Salão de Extensão coincidiu com os dias nos quais as aulas da Creche estão

suspensas devido à pandemia de gripe H1N1. A Professora Marilene Gouvêa e a estagiária Priscilla Boschi, relatarão desenvolvimento do projeto, suas experiências e suas impressões sobre o envolvimento das crianças e os resultados alcançados. A nutricionista Sara Brunetto e a Professora Noemia Perli Goldraich, do programa Prevenção de Doenças Crônicas na Infância estarão a disposição para responder questões referentes à nutrição, vida saudável e prevenção de doenças crônicas desde a infância. **RESULTADOS ESPERADOS E CONCLUSÃO** Com a divulgação dessa atividade, demonstrando seus bons resultados, espera-se que outros professores reproduzam projetos como este, que o tema alimentação seja inserido nas atividades de aprendizado das crianças e que os pais se envolvam neste processo, proporcionando o desenvolvimento dos hábitos saudáveis de alimentação nas crianças.