

A EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA: PROMOVENDO ESCOLHAS ALIMENTARES SAUDÁVEIS ATRAVÉS DE AULAS PRÁICAS

Beatriz Amorim da Silva¹
Gessiane Leite dos Santos²
Wanna Santos de Araújo³

RESUMO

O ensino de Ciências tem como objetivo contribuir na tomada de decisão do aluno acerca do conhecimento científico. Diante disso a disciplina de Ciências deve ser planejada e desenvolvida de forma contextualizada com o cotidiano desse aluno. Nesse sentido, este trabalho tem como objetivo apresentar um relato de experiência dentro de um projeto de extensão intitulado “O ensino de ciências no Ensino Fundamental: intervenção científico-prática” em parceria com a Universidade Federal do Piauí e uma escola da rede pública da cidade de Bom Jesus - PI, sobre as aulas práticas desenvolvidas abordando a importância da alimentação saudável para o corpo humano. As aulas práticas desempenham um papel crucial para o desenvolvimento dos alunos, visto que, através delas, ele consegue manusear e identificar os diferentes tipos de nutrientes. A troca de conhecimento proporcionada neste projeto de extensão estimula os educandos a desenvolverem seu senso crítico e os motiva a buscar informações sobre uma alimentação saudável. Este relato foi escrito a partir das observações participantes realizadas durante as atividades práticas e foi possível identificar que durante essas aulas a participação dos alunos era mais ativa, havia uma melhor assimilação do conteúdo teórico. Pode-se destacar também uma contribuição para a construção da autonomia e da profissionalização do futuro professor.

Palavras-chave: Ensino de Ciências, Alimentação Saudável, Aula Prática.

INTRODUÇÃO

O presente trabalho tem como objetivo relatar as experiências vivenciadas a partir de uma aula prática sobre alimentação saudável com turmas do 6º ano, conduzida pelas monitoras no projeto de extensão intitulado "Ensino de Ciências no Ensino Fundamental: intervenções científicas - práticas" (ECEP). Este projeto está vinculado à Universidade Federal do Piauí, no Campus Professora Cinobelina Elvas, e a duas escolas municipais de Bom Jesus-PI.

O projeto ECEF propõe a capacitação profissional dos estudantes do curso de licenciatura em Ciências Biológicas, além do aperfeiçoamento das práticas pedagógicas nas escolas municipais. A iniciativa busca atender às disciplinas de Ciências por meio de aulas práticas interventivas, que visam contextualizar o ensino de Ciências com metodologias mais dinâmicas. Essa iniciativa busca contribuir para o desenvolvimento integral dos alunos, tornando o aprendizado mais contundente. A extensão universitária

¹ Graduando do Curso de Licenciatura em Ciências Biológicas da Universidade Federal do Piauí- UFPI, amorimsilva@ufpi.edu.br;

² Graduado pelo Curso de Licenciatura em Ciências Biológicas da Universidade Federal do Piauí - UFPI, gessianeleite@ufpi.edu.br;

³ Professora Orientadora Wanna Santos de Araújo do Curso de Licenciatura em Ciências Biológicas da Universidade Federal do Piauí - UFPI, wannasantosufpi.edu.br.

tem contribuído significativamente para formação dos futuros profissionais da educação, visando aproxima-los da prática docente durante a graduação (Martins; Filho; Souza, 2021).

De acordo com os Parâmetros Curriculares Nacionais (1998), o ensino de Ciências deve estar conectado aos contextos sociais dos alunos, abordando questões que impactam suas vidas diárias. Esses temas, conhecidos como transversais, nos ajudam a compreender a vida de forma mais ampla, permitindo que cada pessoa desenvolva seu lado humano e seu pensamento crítico. Isso é essencial para que possamos agir na sociedade de maneira justa, digna e igualitária (Mundim & Santos, 2012).

Assim, a escola é um espaço que promove a formação do cidadão, atribuindo-lhe autonomia para julgar o que seria certo ou errado para si mesmo, "bem como na obtenção de comportamentos e atitudes considerados como saudáveis" (Camozzi *et al.*, 2015). Segundo o autor, uma das atividades a serem trabalhadas seria a promoção da alimentação saudável no ambiente escolar, proporcionando um grande impacto na saúde, autoestima e comportamento dos alunos.

Com intuito de promover uma alimentação mais saudável nas escolas públicas, foi criada a Lei nº 11.947, de junho de 2009, que estabelece o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) como proposta para incentivar hábitos alimentares saudáveis.

Art. 3º A alimentação escolar é direito dos alunos da educação básica pública e dever do Estado e será promovida e incentivada com vistas no atendimento das diretrizes estabelecidas nesta Lei (Brasil, 2009).

Art. 4º O Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE tem por objetivo contribuir para o crescimento e o desenvolvimento biopsicossocial, a aprendizagem, o rendimento escolar e a formação de hábitos alimentares saudáveis dos alunos, por meio de ações de educação alimentar e nutricional e da oferta de refeições que cubram as suas necessidades nutricionais durante o período letivo (Brasil, 2009, p. 11).

Dessa forma, uma das tarefas a serem executadas para a promoção de uma alimentação saudável no ambiente escolar é promover uma educação acerca de dos hábitos de alimentação saudáveis. No entanto, um dos grandes desafios no ensino atual de ciências tem sido o baixo desempenho dos estudantes em relação ao conhecimento sobre alimentação saudável, bem como seus hábitos alimentares diários (Moura, Leite e Bezerra, 2020). Segundo os autores, a mudança em nossos comportamentos precisa ser imediata, uma vez que o quadro alimentar da população brasileira não é satisfatório.

Partindo desse pressuposto, compreende-se que “é necessário refletir sobre a construção curricular das instituições de ensino, a formação de professores e as estratégias

didáticas para concretizar as propostas do Ensino de Ciências/Biologia” (Moura; Leite; Bezerra, 2020, p. 173). Portanto, uma das alternativas propostas acima seria revisar as estratégias didáticas a partir da contextualização do ensino de ciências. Segundo Kato e Kawasaki (2011) a contextualização do ensino de ciências torna-se essencial para o processo de ensino e aprendizagem dos alunos, pois é por meio dessa abordagem que os estudantes conseguem se conectar com os conteúdos discutidos em sala de aula. melhorando, assim, seu conhecimento e prática a cerca de uma alimentação saudável.

METODOLOGIA

O presente trabalho apresenta um relato de experiência a partir de uma intervenção alimentar por meio de aulas práticas em uma escola municipal. Para isso foram utilizadas técnicas de observação participante e diários de campo. Esse relato foi escrito a partir da observação participante que é uma técnica de análise que possibilita ao pesquisador uma investigação minuciosa dos fatos ocorridos, além de expressar seu senso crítico sobre os eventos analisados.

Para Marques (2016), a observação participante proporciona uma maior interação do pesquisador com o sujeito em estudo, sendo essa relação peça-chave para os resultados alcançados. Dessa forma, podemos descrever a observação participante sendo "um processo pelo qual um pesquisador se coloca como observador de uma situação social com a finalidade de realizar uma investigação científica"(Minayo, 2016, p. 70).

Nesse trabalho, também foi utilizado o diário de campo para registrar as observações. De acordo com Kroeff, Gavillon e Ramm (2020), o diário de campo, como instrumento de pesquisa, oferece ao pesquisador a oportunidade de descrever os procedimentos do estudo, acompanhar o desenvolvimento das atividades realizadas e documentar as mudanças ocorridas ao longo do trabalho. Além disso, "o diário de campo também se constitui como uma ferramenta de intervenção, ao provocar reflexões sobre a própria prática de pesquisa e as decisões relacionadas ao planejamento, desenvolvimento, método de análise e divulgação científica" (Kroeff, Gavillon e Ramm, 2020, p. 466).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O trabalho foi desenvolvido por meio do projeto de extensão "Ensino de Ciências no Ensino Fundamental: intervenções científicas - práticas" realizado em uma escola pública do município de Bom Jesus-PI, voltado para a disciplina de Ciências. Esta

experiência foi vivenciada com alunos do 6º ano, que participaram de uma aula prática sobre alimentação saudável.

Ao abordar o tema de alimentação saudável com os alunos do 6º ano, as monitoras do projeto ECEF, juntamente com o professor supervisor, propuseram uma aula prática como estratégia didática. A atividade foi desenvolvida da seguinte forma: Na aula anterior, os alunos foram avisados de que deveriam levar algum alimento para a escola no próximo encontro da disciplina. No dia combinado, cada aluno colocou seu alimento sobre a mesa. Entre os itens trazidos, havia biscoitos, refrigerantes, maçãs, laranjas, melancias, mangas, pães, entre outros.

Inicialmente, foi possível realizar uma reflexão sobre os hábitos alimentares dos alunos com base nos alimentos que apresentaram em sala de aula. Em seguida, foi introduzido o tema da alimentação saudável e sua importância para o funcionamento do corpo. Com a participação dos alunos, construímos uma pirâmide alimentar no quadro, na qual cada estudante mencionou um alimento e o posicionou na pirâmide.

Após essa atividade, pedimos que os alunos se aproximassem da mesa contendo os alimentos que trouxeram e identificassem quais eram considerados saudáveis e não saudáveis. Depois disso, realizamos um momento de exercício, onde os alunos fizeram alongamentos e atividades físicas, destacando também a importância da água para o corpo humano. Ao final, desfrutamos de um delicioso lanche composto por alimentos saudáveis.

Durante a aula prática, foi possível notar uma grande participação dos alunos e seu interesse em aprender sobre alimentação saudável. Também conseguimos realizar um diagnóstico prévio dos hábitos alimentares dos alunos por meio dos alimentos que eles trouxeram. Ao questioná-los sobre o que seria uma alimentação saudável, os alunos responderam que seria uma alimentação equilibrada, que não deveria ter nem excesso nem falta de nutrientes.

Quando perguntados sobre quais alimentos compõem uma alimentação saudável, a maioria respondeu que seriam frutas, azeite, sucos naturais, leite, frango e peixe. Já os alimentos considerados não saudáveis foram identificados como pães, óleo, refrigerantes, pipoca, biscoitos, iogurte, entre outros.

Percebeu-se que os alunos possuíam um conhecimento bastante simplificado sobre alimentos saudáveis. De acordo com Moura, Leite e Bezerra (2020), um dos grandes desafios é o baixo nível de conhecimento que os alunos têm sobre uma alimentação saudável. Após a aula, os alunos puderam refletir sobre suas práticas alimentares, e durante o lanche coletivo, observou-se que a grande maioria deles optou

por escolher frutas. Segundo Schnorr (2024), as aulas práticas sobre alimentação saudável se configuram como uma excelente ferramenta de ensino e aprendizagem, pois permitem aos alunos uma assimilação melhor do conteúdo, mudando assim seus hábitos alimentares.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esse estudo destacou a importância da alimentação saudável para a melhoria da qualidade no ensino e aprendizagem dos alunos, bem como a sua compreensão acerca da importância de uma alimentação equilibrada. Por isso, é necessário uma abordagem mais aprofundada dessa temática nas escolas, visando contextualizar os conteúdos abordados em sala de aula.

REFERÊNCIAS

Brasil. Lei nº 11.947, de 16 de junho de 2009. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar e do Programa Dinheiro Direto na Escola aos alunos da educação básica; altera as Leis nos 10.880, de 9 de junho de 2004, 11.273, de 6 de fevereiro de 2006, 11.507, de 20 de julho de 2007; revoga dispositivos da Medida Provisória no 2.178-36, de 24 de agosto de 2001, e a Lei no 8.913, de 12 de julho de 1994; e dá outras providências. Brasília, 2009.

Brasil. Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros curriculares nacionais: Ciências Naturais**. Brasília: MEC/SEF, 1998.

CAMOZZI, A. B. Q; MONEGO, E. T; MENEZES, I. H. C. F; SILVA, P. O. Promoção da Alimentação Saudável na Escola: realidade ou utopia?. **Cadernos Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 23, p. 32-37, 2015.

DE SOUSA MOURA, Francisco Nunes; LEITE, Raquel Crosara Maia; BEZERRA, José Arimatéa Barros. A educação alimentar e nutricional no ensino de ciências/biologia à luz das publicações na SBEnBio. **Revista de Ensino de Biologia da SBEnBio**, Florianópolis, p. 172-192, 2020.

KATO, Danilo Seithi; KAWASAKI, Clarice Sumi. As concepções de contextualização do ensino em documentos curriculares oficiais e de professores de ciências. **Ciência & educação**, São Paulo, v. 17, n. 01, p. 35-50, 2011.

MARQUES, Janote Pires. A “observação participante” na pesquisa de campo em Educação. **Educação em foco**, Minas Gerais, v. 19, n. 28, p. 263-284, 2016.

MARTINS, Rosa Elisabete Militz Wypczynski; MARTINS FILHO, Lourival José; SOUZA, Alba Regina Battisti de. Extensão universitária e formação docente: diálogos com a Educação Básica. **Revista de Educação PUC-Campinas**, Campinas, v. 26, 2021.



MINAYO, Maria Cecília de Souza; DESLANDES, Suely Ferreira; GOMES, Romeu. Pesquisa social: teoria, método e criatividade. In: **Pesquisa social: teoria, método e criatividade**. Petrópolis, 2016. p. 95 p-95 p.

MUNDIM, Juliana Viégas; SANTOS, Wildson Luiz Pereira dos. Ensino de ciências no ensino fundamental por meio de temas sociocientíficos: análise de uma prática pedagógica com vista à superação do ensino disciplinar. **Ciência & Educação** (Bauru), v. 18, p. 787-802, 2012.

SCHNORR, Giordane Miguel et al. INTERVENÇÕES EM SALA DE AULA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA. **Revista Interinstitucional Artes de Educar**, Rio de Janeiro, v. 10, p. 354-366, 2024.

VYGOTSKI, Lev Semenovitch. A formação social da mente. **Psicologia, São Paulo**, v. 153, p. V631, 1989.