ISSN: 2358-8829

ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NO ATENDIMENTO EDUCACIONAL ESPECIALIZADO: estimular hábitos saudáveis através de práticas pedagógicas inclusivas

Osivânia Maria Melo Queiroz Pereira[1]

RESUMO

O estudo sobre alimentação saudável no atendimento educacional especializado (AEE) consistiu em uma experiência pedagógica voltada para o desenvolvimento de hábitos alimentares mais conscientes. A proposta foi desenvolvida com alunos do ensino fundamental e médio, tendo como foco promover a compreensão sobre a importância da alimentação equilibrada para a saúde. As estratégias utilizadas foram acessíveis às necessidades educacionais de cada estudante, sendo estruturadas a partir de uma abordagem pedagógica que ampara a inclusão, considerando o uso de recursos didáticos adaptados, atividades lúdicas e a mediação constante do professor, favorecendo a participação ativa de todos os estudantes no processo de aprendizagem. No percurso metodológico, foram realizadas atividades de identificação e classificação de alimentos, construção de painéis temáticos, exploração dos sabores dos alimentos, além de momentos de diálogos coletivos que possibilitaram a troca de conhecimentos e experiências entre os participantes do AEE. Também foram utilizados materiais visuais e jogos educativos que contribuíram para facilitar a compreensão do conteúdo trabalhado. O desenvolvimento da pesquisa permitiu integrar conhecimentos relacionados à saúde, ao cuidado com o corpo e à autonomia dos alunos, estimulando atitudes de reflexão sobre escolhas alimentares no cotidiano. Como resultados, observou-se maior interesse dos alunos pelas atividades propostas, ampliação do conhecimento sobre diferentes tipos de alimentos e reconhecimento da importância de uma alimentação equilibrada para a qualidade de vida. Além disso, a experiência contribuiu para fortalecer as potencialidades e estimular as habilidades de comunicação, interação social e participação nas atividades propostas. Evidenciando-se que práticas pedagógicas contextualizadas podem favorecer a autoconfiança e aprendizagens diversificadas no contexto do AEE.

Palavras-chave: alimentação saudável, práticas inclusivas, aprendizagem, autonomia

[1] Professora efetiva do Município de Fortaleza- CE, Mestranda do Curso de Psicologia da Universidade de Fortaleza – UNIFOR osivaniammpereira@gmail.com