



VI ENCONTRO REGIONAL SUL DE ENSINO DE BIOLOGIA (EREBIO-SUL)

XVI SEMANA ACADÊMICA DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS



CONSTRUINDO UM MODELO DE PIRÂMIDE ALIMENTAR: ORIENTAÇÃO PARA UMA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

Kelly Callegaro (Universidade Federal da Fronteira Sul - Bolsista PETCiências - SESu/MEC)
Erica do Espírito Santo Hermel (Universidade Federal da Fronteira Sul - Tutora PETCiências
- SESu/MEC)

Roque Ismael da Costa Güllich (Universidade Federal da Fronteira Sul - Cerro Largo)
Jane Elise Dewes Abdel (Escola Municipal de Ensino Fundamental Padre José Schardong -
Cerro Largo)

Introdução

O presente trabalho apresenta reflexões acerca de uma experiência prática realizada na disciplina de Ciências sobre nutrientes alimentares com alunos das turmas do sétimo ano de uma escola municipal, localizada no município de Cerro Largo - RS, na qual são desenvolvidas atividades de iniciação a docência pelos bolsistas do Programa de Educação Tutorial (PETCiências) do Curso de Graduação em Ciências: Biologia, Física e Química – Licenciatura da Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS), Campus Cerro Largo. Essa ação vinculada ao programa é desenvolvida sob a supervisão do professor de Ciências da escola e a orientação de professores formadores da UFFS, tendo como enfoque principal a gradual revitalização dos laboratórios de Ciências e o consequente desenvolvimento do ensino de Ciências pela experimentação.

A temática da referida aula teve como objetivo orientar os adolescentes para uma alimentação saudável, através do estudo da distribuição dos alimentos, tendo como referência um modelo de pirâmide alimentar. Neste sentido, considerando a pirâmide alimentar como um guia que serve de parâmetro para o consumo de diferentes alimentos intrínsecos a uma dieta equilibrada e direcionada a cada faixa etária, propomos a construção de um modelo em sala de aula a fim de potencializar reflexões acerca das relações entre alimentação e saúde.

Não obstante, destacamos que a primeira aula foi iniciada com uma problematização acerca dos nutrientes alimentares, instigando e movimentando os conhecimentos iniciais dos alunos. Ademais, buscamos identificar os conhecimentos dos alunos frente aos diferentes contextos já vivenciados por eles interligando e correlacionando a fatos cotidianos de suas vidas, bem como as experiências correlatas ao tema discutido em aula, oportunizando um ambiente propenso à ressignificação de conceitos tendo como premissa além da aula experimental um modelo de aula através da pesquisa (MORAES, 2004).

Metodologia: Como ocorreu a abordagem do tema

Como um organismo obtém a energia necessária as atividades vitais e diárias? De que são compostos os alimentos? O que é e qual é a função da pirâmide alimentar? Por que os alimentos são distribuídos em grupos e em uma determinada ordem na pirâmide alimentar? Esses foram alguns dos questionamentos propostos aos alunos no início da primeira aula, como a introdução do tema de estudo. A discussão e a troca de ideias culminaram em diferentes pontos de vista, sendo então orientada uma pesquisa *on line* referente às questões no laboratório de informática da escola, para que os alunos progredissem na formulação e defesa de argumentos.



VI ENCONTRO REGIONAL SUL DE ENSINO DE BIOLOGIA (EREBIO-SUL)

XVI SEMANA ACADÊMICA DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS



Após a pesquisa e em outro momento, a turma apresentou e discutiu no coletivo as questões investigadas. Na discussão, foi possível pontuarmos alguns aspectos a serem aprofundados, como os principais nutrientes que compõem os alimentos e o detalhamento de suas funções no organismo humano, alertando sobre as possíveis consequências diante da carência de tais nutrientes.

Além disso, buscando oportunizar aos alunos um melhor entendimento sobre o assunto, convidamos a nutricionista do município para ministrar uma palestra sobre a alimentação saudável para adolescentes, tendo como ênfase a pirâmide alimentar. A partir disso, os alunos puderam interagir com informações especializadas sobre a saúde do corpo, mediante as vivências profissionais relatadas e a troca de informações.

Na aula seguinte, iniciamos a confecção, em duplas, de um modelo de pirâmide alimentar em três dimensões com os seguintes recursos materiais: cartolina, lápis, pincéis atômicos coloridos, tesoura, cola, régua e gravuras de alimentos, bebidas e exercícios físicos (recortes de jornais e revistas); sendo que, os alunos ficaram encarregados pelas gravuras. Cada dupla recebeu uma cartolina com o risco (molde) da pirâmide, em que traçaram com o lápis cinco linhas horizontais e, depois de dimensionadas as linhas, repassaram-nas com um pincel atômico. Na sequência, as pirâmides foram recortadas, dobradas e coladas, tomando a forma piramidal, na qual puderam anexar as gravuras, de acordo com as orientações da nutricionista.

Por fim, organizamos um questionário com questões objetivas recorrentes aos conhecimentos abordados durante a palestra e as demais atividades desenvolvidas ao longo das aulas, a ser respondido individualmente.

Resultados

Esse conjunto de aulas sequenciais foi pensado e planejado de forma dinâmica, criativa e processual, na medida em que optamos por incluir as tecnologias da informação e comunicação como ferramenta de pesquisa, bem como o uso recorrente do diálogo entre os pares, a palestra com a profissional da área, a confecção de uma pirâmide tridimensional e um questionário diagnóstico, no intuito de atentar para a problematização referente à forma e aos tipos de alimentos consumidos pelos adolescentes e jovens, os quais podem resultar em problemas de saúde.

Em meio ao espaço virtual os alunos puderam coletar informações e realizar demais anotações acerca do assunto. Diante da significativa integração suscitada durante o trabalho de pesquisa, ficou visível que o uso da tecnologia incrementou as aulas, figurando como um importante subsídio. A palestra ministrada pela nutricionista, que usou como recurso o Datashow para projetar imagens e organizar suas ideias, enfocou o assunto de maneira a despertar a atenção dos alunos, proporcionando através do diálogo o levantamento de dúvidas e questionamentos.

A pirâmide alimentar serve de parâmetro para o consumo de diferentes alimentos, objetivando uma dieta equilibrada. Ela faz uma distinção entre tipos saudáveis e prejudiciais de gorduras e carboidratos. A distribuição e as porções recomendadas de alimentos, juntamente com a prática de atividades físicas diárias, foram discutidas e enfatizadas durante a montagem da pirâmide alimentar em sala de aula, pois estão diretamente ligadas à qualidade de vida do sujeito. Neste sentido, a aula referente à construção da pirâmide foi dinâmica e desenvolveu-se num clima de interesse e partilha de material. Os alunos além de interagirem,



VI ENCONTRO REGIONAL SUL DE ENSINO DE BIOLOGIA (EREBIO-SUL)

XVI SEMANA ACADÊMICA DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS



trocaram ideias e questionamentos, percebendo a importância da posição dos diversos grupos de alimentos na pirâmide. A prática veio ao encontro da teoria e vice-versa, potencializando a aprendizagem, pois a interação no processo garantiu que houvesse diálogo, uso de conceitos e assim pode ser rearticuladas aprendizagens durante a experimentação que não se tratou apenas de procedimentos sequenciais sem contextualização (SILVA e ZANON, 2000).

As atividades desenvolvidas foram importantes para aprendizagem, uma vez que os alunos puderam se apropriar de conceitos, ressignificando, em especial, os meios de adquirir uma alimentação saudável, sendo que os alunos foram avaliados no decorrer de todas as atividades desenvolvidas. Além disso, acreditamos que apesar da escola ter um cardápio elaborado por nutricionista, as propostas das aulas propiciaram um maior envolvimento dos alunos na questão, contribuindo e incentivando ainda mais os alunos no cuidado com a saúde.

Considerações Finais

A análise de uma aula requer um olhar minucioso sobre o envolvimento dos alunos, o encaminhamento das atividades, bem como, as possíveis intervenções realizadas pelo professor. Neste sentido, resgatando algumas memórias da aula, podemos perceber que a produção do material didático, a participação na palestra com a nutricionista e as pesquisas desenvolvidas proporcionaram ao longo do estudo a integração dos alunos mediante a contínua articulação de conhecimentos, rompendo de alguma forma com a abordagem tradicional do ensino de Ciências, essencialmente livresca.

Além disso, nossas observações decorrentes deste relato tendem a evidenciar o papel relevante de um espaço formativo, em que licenciandos, professores da Escola e professores da Universidade dialogam, compartilham aprendizagens e gradativamente qualificam suas ações através da reflexão-análise constante de suas práticas, como sujeitos protagonistas do Ensino de Ciências. Nesse sentido, também cabe ressaltar que para além do espaço compartilhado de formação prática reflexiva na escola, os sujeitos envolvidos na ação também compartilham outro coletivo de diálogos e reflexões no Grupo de Estudo e Pesquisa em Ensino de Ciências e Matemática (GEPECIEM) e o papel do diário de bordo [instrumento de mediação/reflexão] na reconstrução/transformação das práticas, por permitir aos sujeitos a reflexão sobre e para a ação docente, buscando a permanente formação, investigação e melhoria das práticas.

Referências

- MORAES, Roque. **Educar pela Pesquisa**: exercício de aprender a aprender. In: MORAES, Roque; LIMA, Valderez Marina do Rosário (Orgs.). Pesquisa em Sala de Aula tendências para a Educação em Novos Tempos 2ª ed. Porto Alegre: EDIPUCRS. 2004. p. 127-142
- SILVA, Leonice Heloísa de Arruda; ZANON, Lenir Basso. **A experimentação no ensino de ciências**. In: SCHNETZLER, Roseli Pacheco; ARAGÃO, Rosália Maria Ribeiro de. Ensino de Ciências: fundamentos e abordagens. Piracicaba: CAPES/UNIMEP, 2000. p. 120-153.