

PROPOSTA DE HORTA ESCOLAR COMO PRÁTICA EDUCATIVA NO ENSINO FUNDAMENTAL I: CONSTRUINDO HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS E O CONTATO COM O MEIO AMBIENTE

Joarbson Pires Sepulchro ¹
Carolina Lomando Cañete ²

INTRODUÇÃO

O acesso à alimentação de qualidade é uma necessidade básica de todo indivíduo, direito este previsto em documentos nacionais e internacionais, como na Declaração Universal dos Direitos Humanos. Nesse caminho, o ambiente escolar se torna um espaço colaborativo para que os alunos possam adquirir conhecimentos mais significativos para a mudança de hábitos alimentares saudáveis. Logo, a escola é um local favorável para que os professores estabeleçam entre os discentes diálogos que propiciem vivências significativas acerca de uma boa alimentação e abordagens que reflitam em alternativas para que a alimentação nutricional das crianças seja mais saudável (MENON et al, 2020)

Partindo dessas constatações, o currículo para o ensino de Ciências da Natureza para o ensino fundamental, no Brasil, possui conteúdos com várias temáticas que possibilita os docentes realizar diferentes atividades pedagógicas nas escolas. Nessa perspectiva, a proposta de ensino de educação alimentar encontra-se como um dos temas integradores da Base Nacional Comum Curricular, em vigor a partir de 2018, pois trata-se de uma temática contemporânea e interdisciplinar que influencia na vida humana e está contemplado nas habilidades de todos os componentes curriculares.

A BNCC aborda sobre a alimentação saudável na disciplina de Ciências no quinto ano do Ensino Fundamental I, dando possibilidades de ensino ao professor realizar um letramento científico adequado desde os primeiros anos da vida escolar. E de acordo com a BNCC (BRASIL,2018), as habilidades que contempla a proposta da pesquisa e a serem trabalhadas dentro da disciplina de Ciências e ampliando para as demais áreas e anos de ensino, trabalhando com os discentes a interdisciplinaridade, são EF05CI07 Justificar a relação entre o funcionamento do sistema circulatório, a distribuição dos nutrientes pelo organismo e a

¹ Graduado do curso de Licenciatura em Pedagogia pela Universidade Federal do Espírito Santo – UFES e Especialista em Práticas Pedagógicas pelo Instituto Federal do Espírito Santo – IFES. joarbson.pires@gmail.com;

² Professora Doutora do Instituto Federal do Espírito Santo, Campus São Mateus, carolcanete@ifes.edu.br;

eliminação dos resíduos produzidos; EF05CI08 Organizar um cardápio equilibrado com base nas características dos grupos alimentares (nutrientes e calorias) e nas necessidades individuais (atividades realizadas, idade, sexo etc.) para a manutenção da saúde do organismo. EF05CI09 Discutir a ocorrência de distúrbios nutricionais (como a obesidade) entre crianças e jovens, a partir da análise de seus hábitos (tipos de alimento ingerido, prática de atividade física etc.) (BRASIL,2018, p. 293)

Ademais, a horta na escola representa uma maneira gostosa de aprender sobre os alimentos saudáveis, nutrição e saúde. Por meio da horta todos acabam compartilhando a mesma paisagem, as plantas e os animais. Todos aprendem a fazer um trabalho coletivo onde todos precisam sempre de ajuda e o respeito entre si e com o próximo (CRUZ-SILVA et al, 2011).

Entende-se que a elaboração de uma Sequência Didática para Ensino Fundamental I possibilitará mostrar para os estudantes o quão importante é ter hábitos alimentares saudáveis com uma boa alimentação. Assim, criou-se uma proposta de ensino considerando a implantação de uma horta orgânica na escola com material reciclável para que os alunos possam ter a vivência entre teoria e prática para e um melhor entendimento do ensino dos vegetais na disciplina de Ciências.

MATERIAIS E MÉTODOS

O presente trabalho buscou realizar uma pesquisa com contexto bibliográfico e documental voltado para a construção de uma proposta de sequência didática (SD) sobre hábitos alimentares saudáveis com a produção de uma horta escolar a partir das vivências no cotidiano escolar do ensino fundamental dos anos iniciais. A proposta de SD construída aborda o ensino investigativo, pois esta abordagem permite o aluno a refletir, discutir, explicar e socializar os trabalhos desenvolvidos por ele na escola.

RESULTADOS

A SD didática construída foi intitulada “A horta escolar como caminho de possibilidades para despertar a importância da alimentação saudável em crianças” e foi dividida em oito momentos, totalizando 18h/aulas.

Momento I: O docente realizará com as crianças uma roda de conversa para explicar o trabalho que será feito em sala de aula. A partir disso, o professor vai apresentar para os

alunos o livro de Belinky (2012) intitulado a “A cesta de dona Maricota” e realizar a contação da história. Após a leitura, ouvir das crianças o sentido dessa história, o que a história narrada está querendo passar? O que é uma alimentação saudável? e criar um diálogo com os discentes sobre a importância de se ter uma boa alimentação. O professor precisará de uma aula de cinquenta minutos para a realização dessa atividade.

Momento II: Após a leitura do livro, o professor conduzirá uma atividade para conhecer os gostos alimentares das crianças.

Momento III: O professor apresentará imagens que abordam a temática dos encontros “Horta na escola: hábitos alimentares saudáveis”. Em seguida, é sugerida a exibição do vídeo “Veja a importância da Alimentação Saudável para nossa vida” de (AVENTUREIRO, 2014). Após a apresentação, será mostrado para os alunos o Padlet, ferramenta virtual que alunos e professores envolvidos na atividade irão utilizar para colocarem os dados colhidos por meio de registros de imagens, textos ou vídeos para que a comunidade escolar possa conhecer e ver o desenvolvimento do passo a passo de todo o trabalho que será realizado. O professor precisará de duas aulas de cinquenta minutos para a realização dessa atividade.

Momento IV: O professor realizará com os alunos uma visita em uma feira ou na horta de agricultores, para que os alunos possam conhecer o trabalho realizado pelos agricultores, desde a colheita até a venda das hortaliças na feira. O professor explicará para as crianças, previamente, o trabalho que é desenvolvido pelos feirantes e agricultores para que conheçam como é feito todo o processo até chegar nas bancas para venderem para a população. O professor precisará de cinco aulas de cinquenta minutos para a realização dessa atividade e a avaliação se dará pela participação dos alunos.

Momento V: Nesse momento, o professor conversará com os alunos sobre a importância de se ter uma horta na escola, produzindo e colhendo verduras, frutas e legumes frescos para o consumo do dia a dia. E estará listando com os alunos os materiais necessários para a construção da horta na escola e o formato que deve ser feito o canteiro para o plantio.

Momento VI: Depois de terem escolhido as plantas que serão plantadas na horta da escola, os alunos construirão a horta na escola com material reciclável. No entanto, entende-se horta com material reciclável a reutilização de materiais que são utilizados e descartados no dia a dia que podem ser aproveitados, por exemplo, a construção do canteiro da horta. Todos juntos, irão construir o canteiro em que as plantas alimentícias serão plantadas. O docente precisará de três aulas de cinquenta minutos para o desenvolvimento dessa atividade.

Momento VII: O professor junto com as crianças apresentará por meio de slides para às famílias sobre a importância de criar nas refeições diárias hábitos alimentares saudáveis, e

ao longo da apresentação mostrar os registros das atividades e a horta que eles produziram na escola com material reciclável. O professor precisará de duas aulas de cinquenta minutos para a realização dessa atividade.

Momento VIII: Após o período de crescimento dos alimentos, o professor irá com os educandos na horta para colher as hortaliças, verduras e legumes que foram plantadas e realizará uma exposição de todos os alimentos que foram colhidos na horta. O professor precisará de duas aulas de cinquenta minutos para a realização dessa atividade.

DISCUSSÃO

A importância de uma alimentação saudável equilibrada e estimulada nas crianças desde pequenas pode promover ao longo da vida benefícios dentro de casa e a mudanças de hábitos alimentares, pois “independentemente da idade vai assegurar o crescimento e o desenvolvimento fisiológico, manutenção da saúde e do bem-estar do indivíduo” (OTT; GASSEN; MORCELLI; POLITOWKI; KROLIKOWSKI, s/d, p. 1).

No entanto, muitas vezes as crianças trazem do seu meio familiar o consumo de alimentos industrializados e conseqüentemente causando graves problemas que são prejudiciais não somente a saúde, porém, uma alimentação equilibrada e saudável interfere diretamente no desenvolvimento escolar. Diante disso, ainda segundo Ferreira (2018), as instituições de ensino precisam realizar as melhores escolhas das refeições que são preparadas para as crianças, identificando as preferências e hábitos alimentares do público atendido na escola para que todos possam ter uma alimentação saudável de “forma prazerosa para a conquista da autonomia, estimulando sempre suas iniciativas a promover a conscientização e prática de uma boa alimentação, sendo ela uma dieta rica em alimentos saudáveis, equilibrada, e que a criança a mantenha e desenvolva ao longo da vida”.

Nesse sentido, por meio dos Cadernos de Atenção Básica de 2006 (BRASIL, 2006), o Ministério da Saúde traz que a obesidade em crianças vem sendo observada também em outros países e não somente no Brasil, considerado um país em desenvolvimento e que vem passando por uma trajetória nutricional.

A alimentação saudável estimulada desde a primeira infância pode causar influências benéficas na mudança alimentar de crianças e até mesmo dentro do seu ambiente familiar, as instituições de ensino são espaços de forte incentivo para que as crianças possam ter uma alimentação equilibrada, pois muitas vezes o meio familiar traz costumes alimentares que são prejudiciais a sua saúde e podendo causar graves problemas no futuro, isto é, causando também sérios problemas também no desenvolvimento escolar da criança. Freitas (2002,

p.15) nos conta que “a alimentação influi em nossa disposição, em nosso estado emocional e até em nossa inteligência”. Com isso, as políticas públicas promotoras de saúde a uma alimentação mais saudável para crianças somente serão possíveis com a promoção de estudos e debates sobre como as escolas estão colocando em prática a realização das diretrizes do PNAE e como as pessoas decodificam tais diretrizes no dia a dia das escolas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conforme proposta realizada, considera-se que o presente trabalho oportunizará os docentes a ampliarem os seus conhecimentos acerca da alimentação saudável para as crianças nos ambientes escolares por meio da sequência didática, possibilitando também a comunidade escolar e os próprios discentes a refletirem sobre o consumo consciente para uma alimentação saudável e equilibrada no dia a dia desde a infância.

Palavras-chave: Sequência didática. Alimentação saudável. Horta na escola.

REFERÊNCIAS

AVENTUREIRO, Thiaguinho. Veja a importância da Alimentação Saudável para nossa vida. Youtube, 2014. Disponível em: [Veja a importância da Alimentação Saudável para nossa vida - YouTube](#), 2016.

BELINKY, Tatiana. A cesta de dona Maricota. ed. 14º. 2012. Disponível em: [A cesta de dona Maricota \(petropolis.rj.gov.br\)](#)

BRASIL. Ministério da Educação. Secretaria de Educação Básica. Base Nacional Comum Curricular. Brasília, 2018. Disponível em: http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC_EI_EF_110518_versaofinal_site.pdf.

BRASIL. Ministério da Saúde. Cadernos de Atenção Básica. 12. ed. Brasília, 2006.
Cruz-Silva, C. T. A., de Moraes, F. L., & Dariva, F. R. (2011). Plantas Medicinais Utilizadas pela População do Município de Guaraniaçu-Paraná. *Revista Cultivando o Saber*, 4(2), 53-70.
FERREIRA, Claudineia. A importância e uma alimentação adequada na infância. Universidade Tecnológica Federal do Paraná - Medianeira. 2018.

FREITAS, Paulo G. Saúde um Estilo de Vida. Baseado no Equilíbrio de Quatro Pilares. São Paulo: IBRASA, 2002.

MENON, Amanda M.; PASSOS, Marinez M.; BERNARDELLI, Marlize Spagolla. Mediando a alimentação de escolares por meio de uma sequência didática. RBECM, Passo Fundo, v. 3, n. 1, p. 300-315, jan./jun. 2020.



OTT, Andréa; GASSEN, Arléia Maria; MORCELLI, Catiana de Moura; POLITOWSKI, Elisângela Maria; KROLIKOWSKI, Débora. ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NA INFÂNCIA. Faculdade de Itapiranga – FAI. I Simpósio de Agronomia e Tecnologia em Alimentos – Agrotec. s/d.