



PRÁTICA DE ALIMENTOS: ALIMENTAÇÃO EQUILIBRADA

Lucélia Ribas (apresentador)¹,
Tiago Ferrera²

Categoria: Ensino

Resumo: A seguinte prática didática foi realizada na Escola de Ensino Fundamental D. Pedro II localizada no município de Cerro Largo, no estágio supervisionado III do curso de Licenciatura em Ciências Biológicas, trazendo como tema norteador a observância dos rótulos de alimentos em supermercados visando a alimentação equilibrada. O ensino em Ciências vai além de transmissão de conhecimento para o aluno, esperamos mais, esperamos que nossos alunos possam enxergar, interpretar o mundo com outros olhos. O professor oferece situações onde seu aluno possa ser desafiado a entender situações diferentes e assim construir opiniões próprias, e o professor aprende a ser mais discente a partir desse contexto. Buscando a integração do professor aluno nas aulas práticas do ensino em ciências, aulas práticas aliadas à teoria acabam causando um efeito significativo nos alunos, pois é de fácil percepção como eles conseguem nos surpreender com os resultados apresentados. O objetivo é despertar o interesse na pesquisa para torná-los mais dinâmicos e buscar a solução para o problema proposto. Nesta aula prática o tema proposto foi rótulos de alimentos em supermercados onde deviam pesquisar/analisar quais são as principais informações nutricionais contidas nos alimentos, podiam escolher aleatoriamente os produtos, mas deveriam responder a uma questão principalmente sobre a coloração dos alimentos, referindo-se a chocolate, morango em específico, se realmente todos os produtos que escolheram desses sabores são feitos com produtos naturais ou artificiais? Concluiu-se com os alunos que a maioria dos alimentos de chocolate ou morango é feito artificialmente, e segundo os alunos é prejudicial à saúde se não for em quantidades recomendadas, e em relação à observância das informações nutricionais dos rótulos, os alunos anotaram os dados e trouxeram para sala de aula para iniciarmos um debate. É com práticas como esta

¹ Estudante de Graduação em Licenciatura em Ciências Biológicas, UFFS, Cerro Largo, lujubaribas@hotmail.com

² Professor de Estágio Supervisionado III em Licenciatura Ciências Biológicas, UFFS, Cerro Largo, tiago.ferrera@uffs.edu.br



envolvendo alimentação, rótulos de alimentos, que faz o aluno refletir e analisar o quanto sua alimentação não está saudável; é neste momento que o professor entra como mediador utilizando novas metodologias para envolver esses alunos de modo a mudar de estilo de vida.

Palavras-chave: Aula Prática. Alimento. Ensino.